

# 10<sup>o</sup>

# FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA  
EXTENSÃO • GESTÃO  
RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE  
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Autor(es): FRANCIELE ORNELAS CUNHA, DESIRÉE SANT ANA HAIKAL, TATIANA ALMEIDA DE MAGALHÃES, CAROLINA AMARAL OLIVEIRA, MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO, MARTA RAQUEL MENDES VIEIRA, MARISE FAGUNDES SILVEIRA

## Sintomas de estresse em professores da rede básica de ensino de Montes Claros-MG: Projeto ProfsMoc

### Introdução

O cenário educativo brasileiro apresenta um descompasso no que se refere às condições de trabalho e de saúde dos professores (CRUZ, *et al.*, 2010). O exercício da docência exige habilidades psicoemocionais, sociais e pedagógicas que, juntamente com os fatores estressantes inerentes à profissão como a indisciplina, os baixos salários, a jornada excessiva de trabalho, baixa infraestrutura, perda de autonomia, falta de suporte técnico e políticas de educação insuficientes, contribuem para o desenvolvimento de doenças ocupacionais (KOGA, *et al.*, 2015). A docência tem sido considerada uma profissão altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física e mental dos professores (CARLOTTO, *et al.*, 2012).

O Estresse Ocupacional de professores refere-se a uma síndrome de respostas a sentimentos negativos, com mudanças fisiológicas e bioquímicas, potencialmente patogênicas, resultantes principalmente de aspectos do trabalho que constituem uma ameaça à sua autoestima ou bem-estar (REINHOLD, 2012).

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) aponta que o Estresse Ocupacional é, na atualidade, uma das mais importantes questões de saúde mundial e tem sido alvo de preocupação em muitos países, sendo considerado um risco ocupacional significativo ao educador (ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO, 2012).

Entretanto, no Brasil, estudos sobre sintomas de estresse em professores na Rede Básica de Ensino são relativamente escassos em muitas regiões brasileiras, especialmente no norte do estado de Minas Gerais (MG), pois a maioria dos estudos identificados na literatura brasileira ocorrem no sul do país (KOGA, *et al.*, 2015; CARLOTTO, *et al.*, 2012). A partir da identificação dessa lacuna no conhecimento, este estudo tem como objetivo verificar os sintomas de estresse e os fatores associados entre os professores do Ensino Básico da Rede Pública Estadual de Montes Claros-MG.

### Material e métodos

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, realizado com professores da Educação Básica (Ensinos Fundamental e Médio) distribuídos em 49 escolas da Rede Estadual de Ensino na zona urbana de Montes Claros – MG. A amostra foi definida por meio de cálculo amostral para populações finitas, considerando a prevalência do evento de 50%, nível de confiança de 95% e erro padrão de 5%. No resultado obtido, foram acrescentados 10% para compensar possíveis perdas e a amostra final foi de 700 professores, porém para este estudo foram computados dados parciais da amostra de 400 professores. A seleção da amostra foi do tipo probabilística por conglomerados em um único estágio. O critério de inclusão foi estar em exercício da função docente há pelo menos um ano, foram excluídos professores aposentados, em desvio de função ou de licença médica por qualquer natureza.

Para a coleta de dados, utilizou-se um questionário autoaplicáveis que contemplava o perfil sociodemográfico (sexo, idade, estado civil, número de filhos) e ocupacional (graduação, tempo de docência, carga horária). Para avaliação dos sintomas de estresse, utilizou-se o Inventário de Sintomas de Stress para adultos (ISSL), que é composto de 53 itens, distribuídos em três dimensões: alerta; resistência e exaustão (LIPP, 2000).

Os dados foram analisados através da estatística descritiva, utilizando o programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS), versão 18.0. O projeto dessa pesquisa foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa da Unimontes, tendo sido aprovado por meio do parecer substanciado nº 1.293.458.

### Resultados

Trata-se de resultados parciais. Dos 400 professores pesquisados, 358 (89,5%) eram regentes, 322 (80,5%) eram do sexo feminino, 251 (62,9%) eram casados e a média de idade foi de 40,9 anos (mínima=22 e máxima=67). 221 (52,9%) professores tinham carga horária de trabalho semanal entre 21 e 40 horas.

Verificou-se que 166 (41,5%) dos professores apresentam sintomas de estresse, sendo que 134 (33,5%) possuíam uma única fase do estresse e 32 (8,1%) mais de uma fase (Tabela 1). 22 (7,8%) professores encontravam-se na fase inicial, também chamada de fase de alerta (sintomas de estresse nas últimas 24 horas), 165 (68,8%) estavam-se na fase de resistência e 21(7,5%) na fase de exaustão (Tabela 2).

# 10<sup>o</sup>

# FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA  
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE  
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Observou-se que os professores do sexo feminino, a faixa etária de 41 a 60 anos e carga horário de trabalho entre 21 e 40 horas semanais apresentaram maior prevalência dos sintomas de estresse nas três fases. Na fase de resistência, observou-se maior percentual de professores com tempo de docência entre 11 a 20 anos tiveram. (Tabela 2).

## Discussão

O tema do estresse tem ganhado um grande espaço em termos de investigação, sendo o contexto educativo uma das áreas que mais tem despertado o interesse por parte dos pesquisadores. De modo geral, os dados produzidos têm vindo a salientar a natureza exigente do trabalho docente. Nesta pesquisa, os dados obtidos vieram reforçar resultados encontrados em estudos anteriores, sendo possível verificar as diferentes formas de tensões exercidas sobre estes profissionais (ROCHA, FERNANDES, 2008; GOMES, *et al.*, 2010; JÚNIOR; LIPP 2008; LIPP, 2000).

O maior comprometimento do sexo feminino em relação ao estresse está em consonância com um estudo anterior realizado no município de Jequié-BA (ROCHA, FERNANDES, 2008). Esse achado pode estar relacionado ao fato de exercerem outra jornada de atividades, como cuidar da casa e da família, que quando somadas com as desenvolvidas no ambiente escolar, podem gerar vários problemas de saúde devido à sobrecarga (ROCHA, FERNANDES, 2008).

Maiores níveis de estresse foram evidenciados entre os professores com maior carga horária de trabalho. Resultado semelhante foi encontrado em estudo realizado com docentes de Portugal (GOMES, *et al.*, 2010).

A expressiva presença de estresse na fase de resistência entre os professores com período de atuação docente entre 11 e 20 anos corrobora com o que se tem caracterizado como uma faixa crítica de trabalho do professor. Esse fenômeno pode estar relacionado ao fato dos professores com esse tempo de atuação profissional não se encontrarem em início de carreira, quando as expectativas positivas e motivações são maiores, nem em estágios finais de carreira, quando se tem um significativo tempo de experiência, que contribui para lidar melhor com adversidades da profissão (JÚNIOR; LIPP 2008).

Levando em consideração que os entrevistados do presente estudo tiveram, em conjunto, alta porcentagem na fase de resistência, que é caracterizada por uma sensação de desgaste sem motivo aparente, dificuldades com a memória, entre outras consequências, é importante que os professores busquem fazer uma avaliação mais específica e iniciem um tratamento, pois se não tratado, o estresse pode ocasionar ou agravar uma série de doenças, como problemas cardíacos, aumento do nível de colesterol, hipertensão, dores de cabeça e musculares (LIPP, 2000).

## Conclusão

O estudo verificou que parte expressiva dos professores da rede básica de ensino de Montes Claros apresentou sintomas de estresse, sendo os maiores índices na fase de Resistência. Os sintomas do estresse foram mais evidentes em professores do sexo feminino, com maior carga horária de trabalho e faixa etária de 41 a 60 anos.

O estresse em professores da educação básica revela-se como um importante campo de investigação, devido às peculiaridades envolvidas no contexto educativo. Diante disso, esta pesquisa espera contribuir com a reflexão sobre a realidade docente, no que diz respeito os sintomas de estresse e subsidiar políticas públicas de proteção à saúde deste trabalhador. Espera-se que novos estudos sejam realizados a fim de conhecer de que forma os fatores estressores afetam os colaboradores em diferentes idades e sexo, para que principalmente, medidas preventivas possam ser estudadas no intuito de minimizar qualquer impacto negativo na vida desses profissionais.

## Agradecimentos

Aos professores que aceitaram participar do projetos ProfsMoc, à Unimontes pelo apoio, ao Cnpq e à Fapemig pela concessão das bolsas.

## Referências bibliográficas

- CARLOTTO, M.S.; *et al.* Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos professores de ensino especial. **Análise Psicológica**. 2012;30(3):315-327.
- CRUZ, R.L.; *et al.* Saúde docente, condições e carga de trabalho. **Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)**. 2010:147-60.
- GOMES, A.R. Stress ocupacional no ensino: um estudo com professores dos 3º ciclo e ensino secundário. **Psicologia & Sociedade**. 2010. 22(3): 587-597.
- JUNIOR, E.G.; LIPP, M.E.N. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. **Psicologia em Estudo**, Maringá. 2008. v. 13, n. 4, p. 847-857, out./dez.
- KOGA, G.K.C.; *et al.* Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. **Cad. Saúde Coletiva**. 2015; 23(3): 268-275.
- LIPP, M.E.N. Manual do inventário dos sintomas de stress para adultos de Lipp. São Paulo: **Casa do Psicólogo**; 2000.



ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO – OIT. Cartilha sobre o trabalhador(a). Conceitos, direitos, deveres e informações sobre a relação de trabalho; 2012.

REINHOLD, H. H. Burnout. In: LIPP, M. E. N. **O stress do professor**. Campinas: Papirus, 2002. p. 63-80.

ROCHA, V.M.; FERNANDES, M.H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **J Bras Psiquiatr.** 2008;57(1):23-27

**Tabela 01:** Presença e fases em professores da rede básica de ensino de Montes Claros-MG. n=400

Fases de estresse	n	%
Ausência de sintomas	234	58,5
Alerta	1	0,3
Resistência	133	33,3
Alerta e Resistência	11	2,8
Resistência e Exaustão	11	2,8
Alerta, Resistência e Exaustão	10	2,5
Total	400	100,0

**Tabela 02:** Fases de estresse em função das variáveis sociodemográficas e ocupacionais em professores da rede básica de ensino de Montes Claros-MG. (n=400).

Variáveis	Fase de Alerta		Fase de Resistência		Fase de exaustão	
	Ausência n(%)	Presença n(%)	Ausência n(%)	Presença n(%)	Ausência n(%)	Presença n(%)
<b>Sexo</b>						
Masculino	77(98,7)	1(1,3)	60(76,9)	18(23,1)	77(98,7)	1 (1,3)
Feminino	301(93,5)	21(6,5)	175(54,3)	147(45,7)	302(93,8)	20( 6,2)
<b>Faixa etária</b>						
22 a 40 anos	189(95,9)	8(4,1)	120(60,9)	77(39,1)	189(95,9)	8(4,1)
41 a 60 anos	182(92,9)	14(7,1)	109(55,6)	87(44,4)	184(93,9)	12(6,1)
Acima de 60 anos	7(100)	0(0)	6(85,7)	1(14,3)	6(85,7)	1(14,3)
<b>Estado civil</b>						
Casado	236(94)	15(6)	142(56,6)	109(43,4)	237(94,4)	14(5,6)
Solteiro	98(96,1)	4(3,9)	68(66,7)	34(33,3)	100(98)	2(2)
Divorciado/viúvo	43(93,5)	3(6,5)	24(52,2)	22(47,8)	41(89,1)	5(10,9)
<b>Filhos</b>						
Sim	111(96,5)	4(3,5)	73(63,5)	42(36,5)	110(95,7)	5(4,3)
Não	267(93,7)	18(6,3)	162(56,8)	123(43,2)	269(94,4)	16(5,6)
<b>Tempo de docência*</b>						
1 a 10 anos	189(96,9)	6(3,1)	130(66,7)	65(33,3)	189(96,9)	6(3,1)
11 a 20 anos	111(92,5)	9(7,5)	57(47,5)	63(52,5)	111(92,5)	9(7,5)
>de 20 anos	8(88,9)	1(11,1)	6(66,7)	3(33,3)	8(88,9)	1(11,1)
<b>Carga horária semanal</b>						
4 a 20 horas	137(95,1)	7(4,9)	95(66)	49(34)	138(95,8)	6(4,2)
21 a 40 horas	200(94,8)	11(5,2)	118(55,9)	93(44,1)	200(94,8)	11(5,2)
> 40 horas	40(90,9)	4(9,1)	21(47,7)	23(52,3)	40(90,9)	4(9,1)

\* n= 324