

FACULDADE NOVOS HORIZONTES

Programa de Pós-graduação em Administração
Mestrado

**ESTRESSE NO TRABALHO:
estudo com professores de uma faculdade privada de ensino
superior e uma escola pública de ensino fundamental e médio de
Minas Gerais**

Arthur Moraes Cremonezi

Belo Horizonte
2014

Arthur Moraes Cremonezi

ESTRESSE NO TRABALHO:

estudo com professores de uma faculdade privada de ensino superior e uma escola pública de ensino fundamental e médio de Minas Gerais

Dissertação apresentada ao curso de Mestrado Acadêmico em Administração da Faculdade Novos Horizontes, como requisito parcial para obtenção do título de mestre em Administração.

Orientador: Professor Dr. Luciano Zille Pereira

Linha de pesquisa: Relações de Poder e Dinâmica nas Organizações

Área de concentração: Organização e Estratégia

Belo Horizonte
2014

Mestrado



Faculdade Novos Horizontes
Acadêmico em Administração

**MESTRADO ACADÊMICO EM ADMINISTRAÇÃO
DA FACULDADE NOVOS HORIZONTES**

ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: Organização e Estratégia

MESTRANDO(A): **ARTHUR MORAES CREMONEZI**

Matrícula: 770552

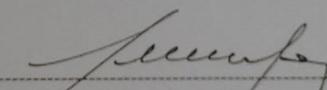
LINHA DE PESQUISA: Tecnologia de Gestão e Competitividade

ORIENTADOR(A): Prof. Dr. Luciano Zille Pereira

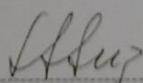
TÍTULO: ESTRESSE NO TRABALHO: estudo com professores de uma faculdade privada de ensino superior e uma escola pública de ensino fundamental e média de Minas Gerais.

DATA: 14/08/2014

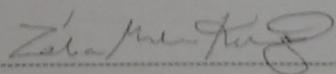
BANCA EXAMINADORA:



Prof. Dr. Luciano Zille Pereira
ORIENTADOR
Faculdade Novos Horizontes



Prof.ª Dr.ª Talita Ribeiro da Luz
Faculdade Novos Horizontes



Prof.ª Dr.ª Zélia Miranda Kilimnik
FUMEC

DECLARAÇÃO DE REVISÃO DE DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Declaro ter procedido à revisão da dissertação de mestrado "ESTRESSE NO TRABALHO: estudo com professores de uma faculdade privada de ensino superior e de uma escola pública estadual de ensino fundamental e médio de Minas Gerais", de autoria de Arthur Moraes Cremonesi, sob a orientação do Professor Doutor Luciano Zille Pereira, apresentada ao Curso de Mestrado Acadêmico em Administração da Faculdade Novos Horizontes – Área de Concentração: "Organização e Estratégia".

Dados da revisão:

- Correção gramatical
- Adequação do vocabulário
- Inteligibilidade do texto

Belo Horizonte, 7 de julho de 2014.


Afonso Celso Gomes
Revisor

Registro LP9602853/DEMEC/MG
Universidade Federal de Minas Gerais

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, que sempre está sempre ao meu lado. Agradeço por ter me dado força, coragem e determinação para mais esta conquista.

À minha amada esposa Kátia e minha querida filha Júlia que suportaram a minha ausência e me apoiaram em todos os momentos para esta conquista.

Aos meus pais, irmão e toda minha família que muitas vezes me acalmaram e ouviram meus anseios, me acolhendo e estimulando e me enchendo de coragem.

Aos professores e direção da Faculdade Particular e da Escola Estadual, pelo apoio, e autorização para a realização desta pesquisa.

Ao meu orientador Dr Luciano Zille Pereira, que me ajudou, compreendeu, tirou minhas dúvidas, me atendeu sempre que precisei, uma pessoa sábia e iluminada com a qual tive o privilégio de ser o meu tutor desde o início, me orientou de verdade. Agradeço a ele pelo estímulo, apoio e confiança.

Aos docentes do curso de mestrado da Faculdade Novos Horizontes, pela competência em ensinar. E em especial aos professores, participantes da banca de qualificação, Dr. Luiz Honório e Dr. Fernando Coutinho pelas contribuições dadas ao projeto.

À Bia e à Wânia, por organizarem tão bem a nossa vida no mestrado.

Aos colegas do curso de mestrado, com os quais pude conviver e compartilhar experiências e conhecimentos. Em especial, a Lilian, Ricardo e Walnice, amigos que me deram força e um grande incentivo em muitas horas.

Enfim aos meus amigos e parentes que de perto acompanharam minha caminhada e entenderam as minhas ausências e torceram por mim.

“A maioria pensa com a sensibilidade, eu sinto com o pensamento. Para o homem vulgar, sentir é viver e pensar é saber viver. Para mim, pensar é viver e sentir não é mais que o alimento de pensar.”

Fernando Pessoa

RESUMO

O objetivo deste trabalho consistiu em identificar e analisar os níveis de estresse, os principais sintomas e os fatores mais evidentes que causam pressão excessiva no trabalho a que estão submetidos os professores que atuam em uma faculdade privada de ensino superior e em uma escola pública de ensino fundamental e médio de Minas Gerais. A pesquisa que originou esta dissertação classifica-se como um estudo descritivo, com abordagem quantitativa e qualitativa. A coleta de dados se deu por meio de questionário aderente do Modelo Teórico de Explicação do Estresse Ocupacional (MTEG), desenvolvido e validado por Zille (2005), adaptado para este estudo. Utilizou-se também entrevistas individuais semiestruturadas analisadas com base na técnica de análise de conteúdo. Os *softwares Excel2010* e *SPSS 22* foram utilizados para processamento dos dados quantitativos e a análise se deu por meio da estatística uni e bivariada. Os resultados evidenciaram que 70,2% dos professores pesquisados na escola estadual apresentaram estresse ocupacional variando de leve e moderado a muito intenso. Na faculdade privada 57,8%, dos professores apresentaram quadro de estresse variando de leve e moderado a muito intenso. Os principais sintomas de estresse detectados nos professores da escola estadual e da faculdade privada foram ansiedade, fadiga, irritabilidade, dor nos músculos do pescoço e ombros e nervosismo. As principais fontes de tensão excessivas existentes no ambiente de trabalho dos professores da escola estadual foram a indisciplina dos alunos, cumprimento de horas no sábado e baixo salário. Na faculdade privada, identificou-se a execução de várias atividades ao mesmo tempo e com alto grau de cobrança, execução de um trabalho complexo e também a indisciplina dos alunos. Em relação às fontes de tensão relacionadas aos indivíduos foram semelhantes na escola estadual e na faculdade privada ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre e levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional. Professores. Escola Estadual. Escola Privada.

ABSTRACT

The objective of this work consists of identifying and analyzing the levels of stress, its main symptoms and the most evident factors that cause excessive work pressure on teachers who work in a private higher education school and in a state primary and high school in Minas Gerais (Brazil). The research which originated this dissertation can be classified as a descriptive study with quantitative and qualitative approaches. The adherence questionnaire of the Theoretical Model of Explanation of Occupational Stress (MTEG), which was developed by Zille (2005), was adapted for the present study. It was used as a data-gathering instrument based on the technique of content analysis. The softwares *Excel2010* and *SPSS 22* were used to processing the analysis of quantitative data and the analysis was done by means of univariate and bi-variate statistics. The results evidenced that 29.8% of the researched teachers in the State School presented occupational stress and 70.2% of the teachers presented a mild and moderate to very intense levels of stress. In the private college 57.8% present a mild and moderate to very intense levels of stress. The main stress symptoms detected in the teachers of the state school and of the private college were anxiety, fatigue, irritability, pain in the neck and shoulder muscles and nervousness. The main sources of excessive tension that exist in the work environment of teachers from the state school were students' unruliness, working on Saturdays and the low salaries. In the private college, the main sources of excessive tension were performing various simultaneous activities with a high level of demands, performing a complex work and also students' unruliness. The sources of tension of individuals were also the same in the State School and in the private college: a full day due to many commitments with little or no free time and having a very busy life, performing more and more work in less time, even when there is not the demand for such situation.

Key Words: Occupational Stress. Teachers. State School. Private College

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Modelo teórico de explicação do estresse ocupacional (MTEG).....	28
Quadro 1 – Pesquisas relacionadas ao estresse de professores.....	31
Gráfico 1 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao sexo dos respondentes.....	47
Gráfico 2 – Distribuição percentual da escola estadual quanto à faixa etária dos respondentes.....	47
Gráfico 3 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao estado civil dos respondentes.....	48
Gráfico 4 – Distribuição percentual na escola estadual quanto ao tempo de atuação como professor.....	48
Gráfico 5 – Distribuição percentual na escola estadual quanto ao número de horas semanais trabalhadas	49
Gráfico 6 – Distribuição dos sujeitos pesquisados da escola estadual quanto ao nível de escolaridade	49
Gráfico 7 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao hábito de fumar .	50
Gráfico 8 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao hábito de consumir bebidas alcoólicas	50
Gráfico 9 – Distribuição percentual da escola estadual quanto à existência de algum problema de saúde.....	51
Gráfico 10 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao fato de os respondentes possuírem ou não um <i>hobby</i>	52
Gráfico 11 – Distribuição percentual dos dados cruzados da escola estadual quanto entre a presença de estresse e de algum problema de saúde.....	69
Gráfico 12 – Distribuição percentual dos dados cruzados dos professores da escola estadual quanto a presença de estresse e a prática de algum <i>hobby</i>	70
Gráfico 13 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao sexo dos respondentes.....	71
Gráfico 14 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à faixa etária dos respondentes.....	71

Gráfico 15 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao estado civil dos respondentes.....	72
Gráfico 16 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao tempo de atuação como professor	72
Gráfico 17 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao número de horas semanais trabalhadas	73
Gráfico 18 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao nível da pós-graduação	73
Gráfico 19 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao hábito de fumar	74
Gráfico 20 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à frequência com que os respondentes têm fumado	74
Gráfico 21 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao hábito de consumir bebidas alcoólicas.....	75
Gráfico 22 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à frequência com que os respondentes têm bebido	75
Gráfico 23 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à existência de algum problema de saúde	76
Gráfico 24 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto aos respondentes que já foram acometidos por infarto cardíaco	77
Gráfico 25 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao fato de os respondentes possuírem ou não um <i>hobby</i>	78
Gráfico 26 – Distribuição percentual dos dados cruzados dos professores da faculdade privada quanto a presença de estresse e de algum problema de saúde ..	95
Gráfico 27 – Distribuição percentual dos dados cruzados dos professores da faculdade privada quanto à presença de estresse e a prática de algum <i>hobby</i>	96

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Quantitativo de alunos e professores da escola estadual por nível de ensino.....	43
Tabela 2 – Quantitativo de alunos e professores da faculdade privada por nível de atuação.....	44
Tabela 3 – Problemas de saúde mais citados pelos professores da escola estadual	51
Tabela 4 – <i>Hobbies</i> mais praticados pelos professores pesquisados da escola estadual.....	52
Tabela 5 – Parâmetros de interpretação dos níveis de estresse ocupacional.....	53
Tabela 6 – Análise do estresse dos professores pesquisados da escola estadual ...	54
Tabela 7 – Frequência dos sintomas relacionados ao estresse ocupacional dos professores na escola estadual.....	56
Tabela 8 – Perfil dos docentes entrevistados da escola estadual	56
Tabela 9 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão no trabalho dos pesquisados na escola estadual.....	58
Tabela 10 – Fatores tensionantes no trabalho do professor da escola estadual.....	59
Tabela 11 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão do indivíduo dos professores da escola estadual	61
Tabela 12 – Fatores tensionantes no trabalho do professor da escola estadual.....	62
Tabela 13 – Frequência dos indicadores do construto outras fontes de tensão dos pesquisados da escola estadual	63
Tabela 14 – Frequências absoluta e relativa referentes aos níveis de estresse ocupacional dos professores da escola estadual	65
Tabela 15 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e a faixa etária dos professores da escola estadual.....	66
Tabela 16 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e estado civil dos professores da escola estadual.....	67
Tabela 17 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o nível educacional dos professores da escola estadual.....	67
Tabela 18 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o consumo de bebida alcoólica pelos professores da escola estadual	68

Tabela 19 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o hábito de fumar dos professores da escola estadual.....	68
Tabela 20 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o tempo de horas trabalhadas por semana na escola estadual.....	70
Tabela 21 – Problemas de saúde mais citados pelos professores da faculdade privada.....	77
Tabela 22 – <i>Hobbies</i> mais praticados pelos professores da faculdade privada.....	78
Tabela 23 – Análise descritiva do nível de estresse ocupacional dos professores da faculdade privada.....	79
Tabela 24 – Frequência dos sintomas relacionados ao estresse ocupacional.....	81
Tabela 25 – Perfil dos docentes entrevistados da faculdade privada.....	82
Tabela 26 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão no trabalho dos professores da faculdade privada.....	83
Tabela 27 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão do indivíduo dos professores da faculdade privada.....	86
Tabela 28 – Fatores tensionantes no trabalho dos professores da faculdade privada.....	86
Tabela 29 – Frequência dos indicadores do construto outras fontes de tensão dos professores da faculdade privada.....	89
Tabela 30 – Fatores tensionantes no trabalho dos professores da faculdade privada.....	89
Tabela 31 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o gênero dos professores da faculdade privada.....	91
Tabela 32 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e a faixa etária dos professores da faculdade privada.....	91
Tabela 33 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e estado civil dos professores da faculdade privada.....	92
Tabela 34 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o nível educacional dos professores da faculdade privada.....	92
Tabela 35 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o consumo de bebida alcoólica pelos professores da faculdade privada.....	93
Tabela 36 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o hábito de fumar dos professores da faculdade privada.....	94

Tabela 37 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o tempo de horas trabalhadas por semana na faculdade privada.....	97
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

MTEG	Modelo teórico de explicação do estresse ocupacional em gerentes
EJA	Educação de jovens e adultos
SAG	Síndrome geral de adaptação
FTT	Fontes de tensão no trabalho
FTI	Fontes de tensão do indivíduo
MECREGUL	Mecanismos de regulação
SINTOMAS	Sintomas de estresse
IMPACTOS	Indicadores de impactos na produtividade
SNS	Sistema nervos simpático
FTIPG	Fontes de tensão do indivíduo e do papel gerencial
AVC	Acidente vascular cerebral
IES	Instituição de ensino superior
SIND-UTE	Sindicato único dos trabalhadores em educação
GSPM	Gerência de saúde do servidor e perícia médica
SPSS	<i>Statistical package for the social sciences</i>
TAB	Tabela
EC	Estado civil
TAP	Tempo de atuação como professor
HTS	Horas de trabalho semanal
NEME	Nível educacional mais elevado
PG	Pós-graduação
FF	Fuma frequentemente
BA	Bebidas alcoólicas
FBS	Bebida frequente semanal
PRS	Problema relacionado à saúde
AIC	Acometidos por infarto cardíaco
HOB	<i>Hobby</i>

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	15
1.1	Objetivos	19
1.1.1	Objetivo geral.....	19
1.1.2	Objetivos específicos.....	19
1.2	Justificativa	19
2	REFERENCIAL TEÓRICO	22
2.1	O surgimento do estresse e os conceitos.....	22
2.2	Estresse no trabalho	26
2.3	O modelo teórico	26
2.4	O estresse em professores.....	29
3	METODOLOGIA DO ESTUDO EMPÍRICO	35
3.1	O tipo de pesquisa e a abordagem	35
3.2	População e sujeitos	36
3.3	Unidade de análise e observação	37
3.4	Coleta dos dados.....	38
3.5	Análise dos dados	39
4	AMBIÊNCIA DO ESTUDO	42
5	ANÁLISE E APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS	46
5.1	Escola estadual.....	46
5.1.1	Dados demográficos e de saúde.....	46
5.1.2	Análise do estresse ocupacional da escola estadual	53
5.1.3	Sintomas de estresse.....	55
5.1.4	Fontes de tensão	57
5.1.4.1	Fontes de tensão no trabalho.....	57
5.1.4.2	Fontes de tensão do indivíduo	60
5.1.4.3	Outras fontes de tensão.....	63
5.1.5	Relação entre estresse ocupacional e as variáveis demográficas e ocupacionais.....	64
5.2	Resultado da pesquisa na faculdade privada	71
5.2.1	Dados demográficos e de saúde.....	71
5.2.2	Análise do estresse ocupacional na faculdade privada.....	78
5.2.3	Sintomas de estresse.....	80
5.2.4	Fontes de tensão	82
5.2.4.1	Fontes de tensão no trabalho.....	82
5.2.4.2	Fontes de tensão do indivíduo	85
5.2.4.3	Outras fontes de tensão.....	88
5.2.5	Relação entre estresse ocupacional e as variáveis demográficas e ocupacionais.....	90
6	CONCLUSÕES.....	98

REFERÊNCIAS	104
APÊNDICES	110

1 INTRODUÇÃO

A população trabalha cada dia mais nos dias de hoje. O tempo dedicado ao trabalho assume uma centralidade na vida das pessoas. Isso pode trazer consequências para o equilíbrio físico, psíquico e social dos trabalhadores (MENDES; CRUZ, 2004).

As mudanças sociais, as transformações educacionais e os modelos pedagógicos advindos das condições de trabalho dos profissionais estão provocando mudanças nas profissões, notadamente na de docente, incitando a criação de políticas por parte do Estado (SOUZA *et al.*, 2003).

O trabalho em excesso ocorre em razão da necessidade de mais conforto a partir de avanços tecnológicos. Isso traz vários benefícios para a vida diária da população, mas acarreta várias mudanças. Algumas pessoas ficam centradas na tecnologia não somente no trabalho, mas também em sua vida cotidiana. Com isso, deixam de praticar alguma atividade física e de sair de casa, perdem o convívio com a família e praticam poucas ações para prevenir tensões excessivas capazes de desencadear possíveis quadros de estresse (BENKE; CARVALHO, 2008).

A capacidade de adaptação a esse novo cotidiano dos indivíduos é colocada à prova nos níveis físico e psicológico. O estresse decorrente pode provocar importantes alterações e transtornos, responsáveis pela maioria dos males da modernidade (ALBRECHT, 1990).

A palavra *estresse* tornou-se de uso corriqueiro, difundida por meio dos diferentes meios de comunicação. É utilizada como sendo a causa ou a explicação para inúmeros acontecimentos que afligem a vida humana moderna (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Servilha (2005) mostra que o estudo das relações de trabalho e saúde contempla a nocividade dos fatores físicos que podem estar presentes nos ambientes, como cheiro, luminosidade e barulho, os quais assim como o trabalho excessivo, podem levar à apatia ou à fadiga, o que corrobora para o estresse físico ou psicológico.

Cada profissão possui especificações quanto ao ambiente físico, às exigências e à organização do trabalho, as quais terão diferentes impactos na saúde e na vida do trabalhador. As queixas relativas à saúde mental e ao estresse permeiam as pesquisas nessa esfera da atividade humana.

Naujorks (2002) explica que a vida diária do professor não é diferente. Ela mostra o quanto esta profissão está suscetível ao estresse provocado pelos constantes sentimentos de desilusão, desânimo e desencantamento com a profissão. A docência pode ser considerada uma das profissões que mais causa este desgaste emocional, o qual parece estar associado ao ambiente de trabalho do professor no Brasil nos dias de hoje. Esse contexto é traduzido por descobertas tecnológicas, muitas vezes, associadas a baixos salários, poucas e precárias condições de trabalho, questões burocráticas aumentadas e desgastantes, aumento do número de alunos por turma, professor despreparado e com pouco domínio de conteúdo, pressões dos pais e da escola, violência e outras situações emergenciais que podem ocorrer em sala de aula onde se convive com várias pessoas diferentes (ESTEVE, 1999; CODO, 2004).

Mattos (1994) mostra o quanto algumas atividades pedagógicas dos professores são seguidas por variações desfavoráveis, que forçam uma mudança no trabalho, por exemplo: tratar de forte indisciplina em sala de aula, falta de compromisso e desinteresse acentuado dos alunos e trabalho burocrático com diários de classe cada vez mais detalhados. Estas funções extras descaracterizam cada vez mais o que deveria ser o trabalho do professor: ensinar. Ele, por sua vez, gasta cada vez mais o seu tempo na aplicação de medidas socioeducativas aos alunos e na correção de trabalho de escrita burocratizada. Com isso, deixa de ensinar conteúdos, que é a sua função principal.

Analisando as relações entre o trabalho docente e a susceptibilidade ao estresse, Pereira (2001) acrescenta um dado preocupante: os problemas de saúde psíquica encontram-se no mais alto topo da lista de preocupação dos professores como estresse, esgotamento, depressão e fadiga mental.

As pesquisas sobre estresse vêm crescendo e apresentando resultados importantes sobre sua causa e efeito em pessoas (LIPP, 1996). Tem, também, mostrado aspectos gerais e específicos do estresse, que ocorre desde o professor alfabetizador até o docente da pós-graduação.

As experiências de estresse em relação aos professores devem ser compreendidas como uma ameaça a seu bem-estar, a sua autoestima e valor pessoal, podendo levar ao desenvolvimento de sentimentos negativos. Na prática profissional, são demonstrados pela diminuição da qualidade das atividades desempenhadas no contexto escolar (GOMES *et al.*, 2008).

O mal-estar docente é definido por Esteve (1992) como o conjunto de efeitos permanentes de caráter negativo, que vai afetando a personalidade desses profissionais em razão das condições psicossociais em que exercem sua profissão. Ainda segundo Esteve (1992), este mal-estar docente pode provocar consequências aos professores no que se refere não apenas à sua prática educativa, mas, igualmente, à sua saúde.

O que costuma agravar o problema das lamentações dos profissionais docentes pode ser resumido na crescente pressão pela formação continuada de projetos para enfrentar a nova fase educacional, adaptação a turmas com elevado número de alunos, infraestrutura física inadequada, falta de trabalhos pedagógicos em equipe, desinteresse da família em acompanhar o cotidiano escolar de seus filhos, indisciplina cada vez maior e desvalorização profissional do professor. É evidenciado que, de forma forçada, em seu cotidiano de trabalho, o professor acaba tendo que lidar com situações que escapam de sua situação de controle e preparo. Com isso, os desafios são inúmeros e podem constituir-se em fonte geradora de estresse nesta categoria profissional (NAUJORKS, 2002).

De acordo com Esteve (1999), já em décadas passadas percebe-se o aumento das responsabilidades e as exigências que se projetam sobre os educadores em face do novo processo histórico e das transformações que ocorrem no contexto sociocultural, as quais viabilizam a mudança do papel do docente.

Nessa direção, o professor tem como missão articular sua atuação entre a escola, a sala de aula e a comunidade. Ele passa a não somente ensinar, mas também a ter uma participação administrativa e de planejamento em relação aos conteúdos acadêmicos, às famílias e à comunidade (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005).

Codo (1999) menciona a importância da percepção que o trabalhador tem do seu trabalho, ou seja, o significado atribuído por quem desempenha a ação. Alega que tal percepção contribui para o fortalecimento da autoestima e estruturação da identidade pessoal.

Para este estudo do estresse em professores, adotou-se o Modelo Teórico de Explicação do Estresse Ocupacional (MTEG), desenvolvido e validado por Zille (2005), adaptado para este estudo. O modelo em referência está estruturado em cinco construtos centrais: fontes de tensão no trabalho, fontes de tensão do indivíduo, outras fontes de tensão, mecanismos de regulação, sintomas e indicadores de impactos na produtividade.

Maffia (2013) considera que são várias as fontes de tensão externas, constituídas de situações mal resolvidas, perdas sentimentais, de dinheiro ou de qualquer natureza, dificuldades financeiras e responsabilidades em excesso, dentre outras. Estas fontes de tensão podem também ser internas, relacionadas a pessimismo, ciúmes, mudança de valores, insegurança, egoísmo e raiva. Elas podem ser, ainda de origem física, como dor, febre, sede e frio, ou psíquica, de origem social, decorrentes de relacionamentos interpessoais malsucedidos. Podem por fim, assumir um nível alto ou baixo de intensidade, que varia de pessoa a pessoa. Para isso, alguns mecanismos de regulação são necessários para equilibrar estas ocorrências, proporcionando um bem-estar e eliminando as fontes de tensão que podem impactar no trabalho.

Com base no exposto, apresenta-se a seguinte questão de pesquisa, direcionadora deste estudo: Quais são os níveis de estresse e a relação com o trabalho de professores que atuam em faculdades privadas e escolas públicas?

1.1 Objetivos

Os objetivos a seguir estão discriminados como objetivo geral e objetivos específicos. O objetivo geral define o propósito do trabalho, enquanto os objetivos específicos, além de detalharem o objetivo geral, proporcionam uma visão dos diversos contextos desenvolvidos, a partir da realização deste estudo (GONÇALVES; MEIRELES, 2004, VERGARA, 2006).

1.1.1 Objetivo geral

Analisar os níveis de estresse, os principais sintomas os fatores mais evidentes que causam pressão excessiva no trabalho dos professores que atuam em uma faculdade privada de ensino superior e em uma escola pública de ensino fundamental e médio de Minas Gerais, tendo como referência o modelo teórico MTEG, desenvolvido por Zille (2005).

1.1.2 Objetivos específicos

- a) Identificar e analisar por nível de intensidade o estresse ocupacional dos docentes pesquisados;
- b) Identificar os principais sintomas de estresse ocupacional;
- c) Identificar e analisar os fatores do ambiente escolar que contribuem para a geração de tensão excessiva e os consequentes quadros de estresse nos sujeitos pesquisados;
- d) Relacionar os níveis de estresse identificados com as variáveis sócio demográficas e funcionais do estudo.

1.2 Justificativa

Este estudo tem relevância para os planos acadêmico, organizacional e social, por apresentar importantes informações sobre o estresse do docente em diferentes níveis de atuação.

Sob a ótica acadêmica, relaciona-se ao fato de que poderá, de certa forma, contribuir para o processo de investigação sobre o estresse ocupacional, assunto tão importante em um contexto de trabalho que posiciona muitos profissionais em um ritmo extremamente acelerado. Contribuirá também para o desenvolvimento de pesquisas futuras, apontando as causas do estresse do professor. Também vai possibilitar a ampliação da abordagem sobre a temática 'Estresse de Professores', trazendo elementos a respeito da identificação que envolve os professores com a organização à qual pertencem.

Este estudo também se justifica por envolver um setor educacional altamente importante para o desenvolvimento físico e mental do cidadão brasileiro e por levantar informações sobre a categoria ocupacional de professores, que é importante para o funcionamento de uma organização sujeita às constantes exigências do contexto atual de trabalho.

Sob a perspectiva organizacional, o estudo possibilitou informações importantes para as instituições pesquisadas. Tais informações podem contribuir para a melhoria da ambiência institucional no que se refere às tensões excessivas no trabalho, podendo contribuir para a melhoria do ensino e maior aproveitamento por parte dos alunos.

Em uma visão social, a contribuição poderá atingir toda a região onde as instituições escolares estão inseridas, uma vez que, por meio do conhecimento das fontes de tensão excessiva no trabalho dos profissionais da educação que atuam nas instituições estudadas, será possível entender melhor a realidade do trabalho e contribuir para que os órgãos competentes possam intervir nos aspectos apontados pela pesquisa. Assim, serão beneficiados não apenas os docentes e discentes, como também toda a comunidade, que poderá obter melhor qualidade nos serviços prestados pelos profissionais estudados, com reflexos positivos no nível de educação proporcionado pelas escolas em relação à comunidade em que atuam.

Esta dissertação está estruturada em seis capítulos, incluindo esta Introdução. No segundo capítulo, aborda-se o referencial teórico e no terceiro os aspectos metodológicos. No quarto capítulo, é apresentada a ambiência da pesquisa. No

quinto, procede-se à análise e apresentação dos resultados. No sexto capítulo, constam as conclusões do estudo e por fim, tem-se as referências e apêndices.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Neste capítulo, abordam-se o surgimento do conceito de estresse, sua tipologia, pesquisas sobre estresse no contexto do trabalho dos professores e o Modelo Teórico de Explicação do Estresse Ocupacional (MTEG), desenvolvido por Zille (2005), que adaptado, serviu de referência para o desenvolvimento deste estudo.

2.1 O surgimento do estresse e os conceitos

O fisiologista francês Claude Bernard foi um dos estudiosos que iniciou os estudos sobre o bem-estar. Ele defende que um dos aspectos fundamentais para a manutenção deste bem-estar é a habilidade do organismo para manter o equilíbrio do seu ambiente interno, mesmo com as mudanças que ocorrem no meio externo (DUTRA, 2001).

O primeiro pesquisador a utilizar o termo *estresse* na área da saúde foi *Hans Selye*, a partir de observações de pacientes que sofriam diferentes patologias, quando especificou um conjunto de reações específicas (BENKE, 2008).

O médico canadense *Hans Selye*, em 1936, transpôs este termo para a medicina e a biologia, significando o esforço de adaptação do organismo para enfrentar situações ameaçadoras a sua vida e a seu equilíbrio interno (CANOVA *et al.*, 2010).

Canova *et al.* (2010) escreveram sobre *Hans Selye*: era endocrinologista, foi o primeiro cientista a introduzir o termo *estresse* na área da saúde e identificou que muitas pessoas reclamavam de doenças físicas com sintomas comuns. Algumas destas observações o levaram a realizar estudos científicos em laboratórios com animais. Em 1936, chegou a definir o estresse como resultado sem especificação de qualquer demanda sobre o corpo, seja de efeito mental ou somático, e como estressor, como todo agente ou demanda que aliena uma reação de estresse, seja de natureza física, mental ou emocional. Ele descreveu que o estresse produzia reações de defesa e adaptação diante do agente estressor. Com isso, chegou à

síndrome geral de adaptação (SAG), descrita como o conjunto de todas as reações gerais do organismo que acompanham a exposição prolongada do estressor.

A SAG apresenta três fases, ou estágios, descritas com base em NAUJORKS, (2002):

Reação de alarme - é quando há liberação de várias substâncias, como hormônio aldosterona, adrenalina e corticoides, como cortisol e hidrocortisona, provocando grandes alterações para o organismo.

Resistência - ocorre quando a ação do estressor se estende, exigindo do organismo maior adaptação. Com isso, o organismo passa a adaptar-se à ação do estressor passando do processo inicial, que desencadeou a fase de alarme, ocasionando, de forma prolongada, outras reações no organismo.

Exaustão - o organismo esgota todas as energias de adaptação durante a ação prolongada do estressor, podendo ser atingido nos planos psicológico, emocional, físico e/ou biológico. Os sintomas e as doenças aparecerão de acordo com o modo como cada indivíduo lida com a situação e o desenvolvimento destes sintomas, variando, também, de acordo com a genética de cada um.

As duas primeiras fases da SAG são vivenciadas por todas as pessoas em vários estágios da vida, mas a terceira é muito 'drástica', pois, depois de prolongadas e contínuas exposições ao mesmo estressor, o indivíduo tenta se adaptar, podendo os sintomas de alarme voltar a aparecerem, mas de forma irreversível. O corpo, então, não resiste mais às adaptações e 'falece' (CANOVA *et al.*, 2010).

Os sintomas relacionados à exaustão mental e emocional destacaram-se em outras pesquisas (CARVALHO, 1995; LEITE; FIGUEIREDO; ARAÚJO, 2005; GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005), de forma que os níveis atuais de adoecimento psíquico têm atingido patamares nunca antes observados, embora as elevadas cargas psíquicas associadas ao trabalho docente venham sendo descritas há várias décadas.

Na situação particular do estresse relacionado ao trabalho é definido como as situações em que a pessoa percebe seu ambiente de trabalho como ameaçadora suas necessidades de realização pessoal e profissional e/ou a sua saúde física ou mental, prejudicando a interação desta com o trabalho e com o ambiente de trabalho, à medida que esse ambiente contém demandas excessivas a ele, ou que ela não contém recursos adequados para enfrentar tais situações (LIMONGI-FRANÇA; RODRIGUES, 2002, p. 34).

Para Glina e Rocha (2000), o estresse não é uma doença, mas uma tentativa de adaptação do organismo. Não está relacionado apenas ao trabalho, mas também ao cotidiano de vida experimentado pelo sujeito.

Segundo Veloso (2000), a explicação do estresse permeia suas principais abordagens, que são a bioquímica, a psicológica e a sociológica, às quais chegam a ser complementares e interligadas. Zille *et al.* (2011) corroboram com ele e mostram que podem ser consideradas complementares ou interligadas conforme foram abordadas por Selye em 1936.

O surgimento da abordagem bioquímica ocorreu nas décadas de 1930 a 1950, influenciada pelos estudos de Selye (1936), primeiro pesquisador a estudar o estresse do ponto de vista bioquímico. Veloso (2000) descreveu que para Selye diversas reações fisiológicas ocorrem no organismo preparando-o para enfrentar ou adaptar-se às fontes de tensão excessiva ao qual está sendo submetido. Já a abordagem psicológica tem sua ênfase principal na compreensão da influência que a percepção e o comportamento de cada indivíduo manifestam em um processo de estresse, desdobrando-se nas vertentes psicossomática, interacionista, behaviorista, psicopatologia do trabalho e psicologia social. A abordagem sociológica está relacionada à compreensão das diversas variáveis que se estabelecem no contexto da sociedade. Observa-se uma relação entre a visão de mundo do indivíduo e a sua realidade social (VELOSO, 2000).

Para Naujorks (2002), a palavra *estresse* tem origem no latim. Conforme a *Oxford English Dictionary* tem seu emprego popular a partir do século XVII, com o significado de fadiga, cansaço, alguma coisa apertada ou penosa. A física utilizou este conceito para relacionar a força e a reação dos corpos. Já o dicionário Aurélio da Língua Portuguesa, por Ferreira (1999) define o estresse como o conjunto de

reações do organismo a agressões de origens diversas capazes de perturbar-lhe o equilíbrio interno.

A definição de estresse defendida por Mota-Cardoso *et al.* (2002) é relatada como uma relação de desequilíbrio entre exigências ambientais e recursos pessoais. Os indivíduos extrapolam os recursos que julgam dispor diante de uma realidade ameaçadora a seu equilíbrio.

A manifestação dos sintomas de estresse ocorre quando há perda do controle da situação pelo indivíduo. Couto (1987) apresenta dez sintomas, considerados os mais incidentes, relacionados ao estresse: nervosismo, ansiedade, irritabilidade, fadiga, sentimentos de raiva, angústia, períodos de depressão, dor no estômago, dor nos músculos do pescoço e ombros e palpitações.

Lipp (2002) classifica os eventos estressores como 'internos' e 'externos'. Martins (2007) exemplifica que os estressores internos são as situações que fazem parte do próprio indivíduo, do seu interior, seu mundo cognitivo, seu modo de ver o mundo, suas crenças e valores, seu comportamento, seu nível de assertividade, suas características pessoais, seu esquema de vida e sua vulnerabilidade. Já os estressores externos estão ligados ao cotidiano do indivíduo, como brigas, morte, acidentes, situações de política, economia, problemas financeiros e filhos.

Baccaro (1997) mostra que ausência de lazer, excesso de uso do cigarro e bebidas alcoólicas e sedentarismo são situações que também prejudicam as pessoas e podem conduzi-las a situações de estresse.

Para Codo (1999), o estresse é um esgotamento pessoal, com interferência na vida do indivíduo, e não necessariamente sua relação somente com o trabalho. Por outro lado, Lipp (2002) aponta o estresse positivo ao considerar que ele proporciona energia, vigor, coragem e força de vontade para as ações do indivíduo.

2.2 Estresse no trabalho

Para Pérez-Ramos (1992), as consequências do estresse incidem nas instituições organizacionais e levam à desmotivação, baixa auto estima, comprometendo a saúde, com consequências no desempenho profissional.

O estresse ocupacional designa as relações de *estresse* que têm lugar no contexto dos trabalhos profissionais (CARDOSO *et al.*, 2000). As fontes de estresse, sejam no ensino ou em outra ocupação, provocam o desequilíbrio entre as demandas psíquicas percebidas no ambiente ocupacional e a estrutura de cada indivíduo para enfrentá-los.

Nessa direção McGrath (1976) considera o estresse ocupacional como o desequilíbrio expressivo entre determinadas exigências do trabalho e a capacidade de adaptação do indivíduo. As condições como a insatisfação destas exigências é percebida como consequências negativas para os trabalhadores.

Limongi-França e Rodrigues (2002) consideram que o estresse ocupacional advém de vivências em que a pessoa percebe seu ambiente de trabalho como uma ameaça às suas necessidades de realização profissional e pessoal. A saúde física e mental pode ficar prejudicada, assim como a relação de trabalho, na medida em que este ambiente contém demandas excessivas, podendo ocasionar nos trabalhadores, dificuldades em relação aos meios para enfrentar tais situações.

2.3 O modelo teórico

A teoria básica que deu suporte ao desenvolvimento do estudo de Zille (2005) no que se refere ao estresse ocupacional foi fundamentada em autores como Couto (1987), Cooper et al. (1988, 2002), Karasek (1996, 1998), Levi (2003, 2005).

O Modelo Teórico de Explicação do Estresse Ocupacional (MTEG), desenvolvido e validado por Zille (2005), após adaptação para o contexto da pesquisa de professores, serviu de referência para a realização deste estudo.

Zille (2005) relata que a manifestação do estresse está relacionada ao desequilíbrio acentuado entre os níveis de tensão que o indivíduo recebe do meio ocupacional e à sua capacidade psíquica de suportá-lo. Ele acredita que este modelo apresenta uma evolução em relação aos demais por incluir um construto que objetiva explicar indicadores de impactos na produtividade, como também a análise específica em relação ao trabalho do gerente.

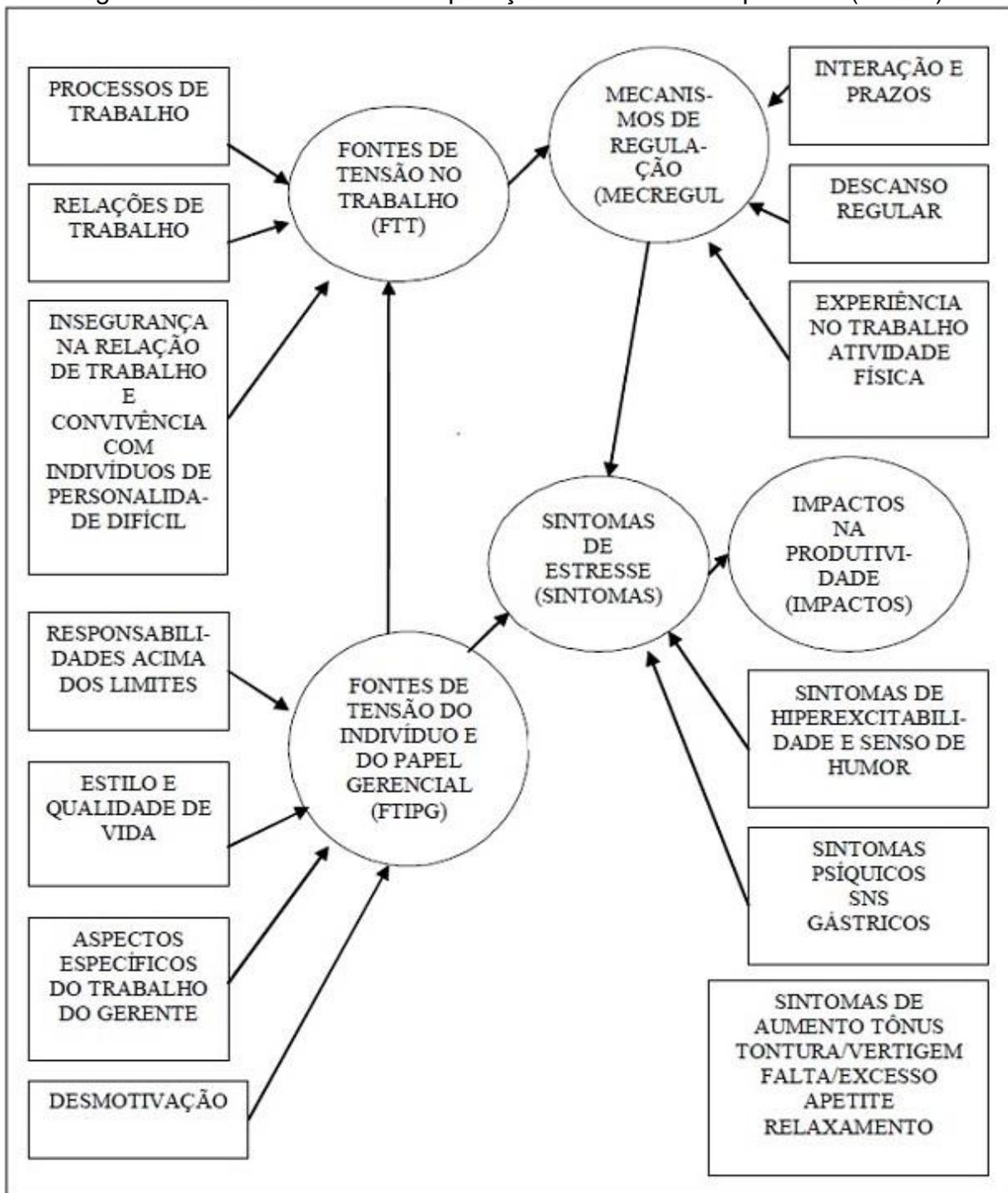
Tal modelo está estruturado em cinco construtos de primeira ordem: fontes de tensão no trabalho (FTT), fontes de tensão do indivíduo (FTI), mecanismos de regulação (MECREGUL), sintomas de estresse (SINTOMAS) e indicadores de impactos na produtividade (IMPACTOS). Os construtos de primeira ordem são explicados por construtos de segunda ordem, que, por sua vez, são explicados pelos indicadores correspondentes, sendo que a exceção se faz ao construto IMPACTO, que é explicado diretamente pelos seus indicadores (ZILLE, 2005).

Processos de trabalho, relações de trabalho, insegurança nas relações de trabalho e convivência com indivíduos de difícil relacionamento são construtos de segunda ordem, que explicam as FTT. Responsabilidades acima dos limites, estilo e qualidade de vida, aspectos específicos do trabalho e motivação são construtos de segunda ordem, que explicam as FTI. Já interação e prazos, descanso regular, experiência no trabalho e atividade física também são construtos de segunda ordem, que explicam os MECREGUL. Os construtos de segunda ordem que explicam os SINTOMAS são: hiperexcitabilidade e senso de humor, sintomas psíquicos, sintomas relacionados ao sistema nervoso simpático (SNS) e gástrico, sintomas de aumento do tônus, tontura/vertigem, falta/excesso de apetite e relaxamento (ZILLE, 2005).

Zille (2005) desenvolveu um questionário aderente ao MTEG, que foi adaptado para ser utilizado nesta pesquisa (APÊNDICE A).

Para ilustrar, apresenta-se o MTEG de Zille (2005) por meio da Figura 1 a seguir.

Figura 1 – Modelo teórico de explicação do estresse ocupacional (MTEG)



Fonte: Zille, 2005, p. 191

2.4 O estresse em professores

Os problemas do cotidiano no trabalho podem levar alguns trabalhadores ao estresse, já que um dos principais motivos está no constructo da estrutura própria da personalidade de cada indivíduo (CARVALHO; SERAFIM, 2002).

O estresse ocupacional em relação aos professores, conforme Reinhold (2002) trata-se de uma síndrome de retorno a sentimentos negativos, que são acompanhados de transformações bioquímicas e fisiológicas, potencialmente patogênicas, advindas de características do trabalho do docente e intermediadas pela percepção de que as cobranças profissionais constituem uma ameaça a sua autoestima ou ao seu bem-estar.

A profissão do professor, principalmente, aquele que leciona no ensino fundamental, tem sofrido profundas transformações sociais, econômicas e pessoais. O docente era respeitado pelo seu nível elevado de estudo e conhecimento por volta de 1960, recebendo salário razoável. Nos dias atuais, poucos jovens optam pela profissão de professor, devido à desvalorização da classe, dos baixos salários que a categoria recebe e ao trabalho afetivo e social que têm que cumprir (MARTINS, 2007).

Cruz e Lemos (2005) reconhecem a exigência e a grande responsabilidade associadas ao papel do professor para ter reconhecido seu trabalho. Quando isso não ocorre, uma sobrecarga passa a ser assumida, exigindo mais esforço em busca deste reconhecimento e, ocasionalmente, podem ocorrer conflitos, que repercutem negativamente em sua saúde.

As condições de trabalho e o modo como os profissionais utilizam suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da instituição de ensino podem representar sobre-esforço ou hipersolicitação de suas funções psicológicas e fisiológicas, o que poderá desencadear sintomas de estresse (PORTO, 2006).

Dejours (1993) relata que quanto mais o professor tem suas tarefas intensificadas, seja pelo aumento da carga de trabalho ou pelo desgaste das relações de trabalho

(repressão, coerção e competição desenfreada) mais dificuldades existem para uma relação coletiva em seu meio social com colegas e amigos.

Santana (2005) aponta que na década de 1990 teve uma crescente baixa das condições laborais dos docentes, como: baixos salários, desvalorização do trabalho, vários empregos em vários turnos, formação deficiente, postura inadequada e infraestrutura precária das instituições de ensino, contando com poucos recursos humanos e menos ainda recursos materiais.

Cruz *et al.* (2010) consideram que a atividade docente está em crescente depreciação, devido aos baixos investimentos para a melhoria da educação superior, seja do ambiente de trabalho, da remuneração ou do reconhecimento social desse trabalho. Isso afeta negativamente a saúde do professor, podendo levar ao desgaste físico e psicológico ou, até mesmo, à troca da profissão.

Mota-Cardoso *et al.* (2002) desenvolveram um estudo para caracterizar a situação dos professores portugueses no que se refere ao convívio e à adaptação às situações de estresse. Segundo eles, tanto o ensino como outras atividades cotidianas podem ser fontes de estresse que provocariam um desequilíbrio entre as relações com o ambiente e as próprias características individuais que a pessoa tem para enfrentá-lo.

Em se tratando dos sintomas psicológicos, alguns, dependendo da frequência e intensidade, podem caracterizar o estresse, como tensão, insônia, dúvidas quanto a si próprio, alienação, dificuldade de concentração, angústia constante, ansiedade, dificuldade de relacionamento, preocupações em excesso, hipersensibilidade emotiva, ira e dificuldade de relaxar (CAMELO; ANGERAMI, 2004).

Dessa forma, buscando minimizar ou até mesmo eliminar os estados de estresse, algum procedimento deve ser realizado para trazer alívio à pressão e a consequente tensão vivenciada pelos professores. Se nada for realizado, o indivíduo cada vez mais sentirá cansaço físico e mental e, em consequência terá pouca energia para o trabalho e correrá o risco de desenvolver quadros depressivos, caminhando assim para o adoecimento. Verifica-se que alguns indivíduos podem desenvolver

hipertensão, úlcera, crise de pânico, herpes ou outras doenças relacionadas ao estresse. Como também situações mais sérias podem ser desenvolvidas em decorrência do estresse como acidente vascular cerebral (AVC), infarto e outros problemas mais, que podem deixar consequências graves para os indivíduos (CAMELO e ANGERAMI, 2004).

A seguir, por meio do Quadro 1, apresentam-se algumas pesquisas relacionadas ao estresse em professores.

Quadro 1 – Pesquisas relacionadas ao estresse de professores
(continua)

Autor	Tema e Objetivo Geral	Metodologia	Principais Resultados
Lima (2010)	<ul style="list-style-type: none"> - Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a: estudo de caso de uma IES. - Configura um desafio e uma necessidade para se entender o processo saúde ou doença do trabalhador docente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Os dados foram coletados por meio de questionário respondido por 189 professores/as efetivos lotados no campus de Campo Grande, MS. - Pesquisa caracterizada como um estudo de caso. - Utilizaram-se estatística descritiva, teste do qui quadrado e TABELA ANOVA, para análise dos dados. 	<ul style="list-style-type: none"> - Os resultados mostram que na atividade docente da amostra investigada destacam-se diversos estressores psicossociais, alguns relacionados ao contexto institucional e social no qual estas são exercidas, que podem levar ao desencadeamento da Síndrome de <i>Burnout</i>. - Houve predominância de professores do sexo masculino. - A faixa etária da amostra revelou tratar-se de uma população jovem, com predominância de pessoas casadas e de pessoas que conviviam com um companheiro.
Martins (2007)	<ul style="list-style-type: none"> - Sintomas de estresse em professores brasileiros. - Refletir e destacar os principais sintomas físicos e psicológicos de estresse encontrados em professores das primeiras séries do ensino fundamental em escolas públicas estaduais de uma cidade brasileira. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pesquisa exploratória descritiva. - Pesquisa de abordagem quantitativa. - O campo de investigação foi um universo de 69 escolas da rede pública estadual da cidade de João Pessoa na Paraíba, tomando por base 	<ul style="list-style-type: none"> - A análise dos resultados obtidos indica que os sintomas de estresse estão presentes na maioria dos professores, prevalecendo estresse na fase de resistência. - A sintomatologia predominante foram os sintomas psicológicos, na qual se apresentam como mais significativos: a irritabilidade excessiva,

(Continua)

Autor	Tema e Objetivo Geral	Metodologia	Principais Resultados
		<p>dados fornecidos pelo Núcleo de Estatística da Secretaria de Educação e Cultura do Estado.</p> <p>- A investigação teve como base inferencial uma amostra de 76 professores das primeiras séries do ensino fundamental da rede pública estadual de ambos os sexos, com faixa etária entre 25 e 55 anos.</p> <p>- Foi utilizado um questionário para a coleta de dados.</p>	<p>pensar constantemente em um só assunto e sensibilidade emotiva excessiva.</p> <p>- Na área física, os sintomas mais presentes foram: cansaço constante, sensação de desgaste físico constante e problemas com a memória.</p>
Paiva e Saraiva (2005)	<p>- Estresse ocupacional de docentes no ensino superior.</p> <p>- Analisar o docente de ensino superior em relação às variáveis de estresse ocupacional, ressaltando aspectos relativos à situação de trabalho e saúde mental.</p>	<p>- Pesquisa de abordagem quantitativa e qualitativa,</p> <p>- Pesquisou-se 170 professores de três instituições de ensino superior situadas em Belo Horizonte.</p> <p>- Para coleta dos dados utilizou-se questionários e entrevistas.</p>	<p>- Indicam níveis de estresse ocupacional satisfatórios (baixos), independentemente do tipo de dedicação às atividades acadêmicas.</p> <p>- A maioria enfrenta níveis consideráveis de pressão e/ou insatisfação no trabalho;</p> <p>- É elevado o número de estratégias de combate ou defesa contra o estresse adotadas.</p>
Gasparini, Barreto, Assunção (2005)	<p>- Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.</p> <p>- Estimar a prevalência de transtornos mentais em professores da rede municipal de ensino de Belo Horizonte e investigar sua associação com características do trabalho do docente.</p>	<p>- Realizou-se um estudo epistemológico de corte transversal sobre as condições de trabalho ambientais e organizacionais.</p> <p>- Participaram do estudo 26 escolas, na área do ensino fundamental, totalizando 751 professores.</p> <p>- Foi realizada uma etapa exploratória no Sind-ute e na GSPM.</p>	<p>- A média de idades foi 41 anos, com quase 90% sendo mulheres.</p> <p>- 55% eram casadas, mais de 90% tinham curso superior, 67% consumiam bebidas alcoólicas e quase 10% eram fumantes.</p> <p>- A prevalência de transtornos mentais foi de 50,3%. Os resultados mostram uma associação dos transtornos relacionados com a experiência de violência.</p>

(Conclusão)

Autor	Tema e Objetivo Geral	Metodologia	Principais Resultados
Servilha (2005)	<ul style="list-style-type: none"> - Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. - Investigar a presença de estresse em professores universitários, definir a fase predominante e revelar quais os sintomas mais frequentes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Foi distribuído um questionário aos professores, a fim de identificar os transtornos mentais. - Aplicou-se um questionário de sintomas de estresse em 23 docentes universitários do sexo feminino na área de fonoaudiologia de uma faculdade privada. - A análise dos dados incluiu a caracterização dos sujeitos quanto à faixa etária, sexo, estado civil e formação profissional. - Pesquisa quantitativa e qualitativa. 	<ul style="list-style-type: none"> - O estresse foi detectado em 47,8% das docentes casadas na faixa etária de 40 a 49 anos. - A fase predominante foi a de resistência e os sintomas mais encontrados foram os físicos, evidenciando que é muito mais o corpo do professor que expressa as suas tensões emocionais do que a sua cognição. No entanto os sintomas psicológicos não estiveram ausentes. - Sintoma psicológico não esteve ausente. - Evidenciou-se a necessidade de estudos para implementar ações protetoras da saúde, proporcionando melhor qualidade de vida.
Santos (2005)	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalho docente noturno e saúde mental: estudo de caso em uma escola de nível médio em Salvador. - Teve como objetivo compreender a relação entre a organização e condições de trabalho e a saúde mental dos docentes, a partir dos discursos dos professores selecionados na investigação. 	<ul style="list-style-type: none"> - Um estudo de caso do tipo exploratório realizado com três professores de um colégio noturno de nível médio da cidade de Salvador. - A observação teve como apoio o referencial teórico da Psicopatologia do Trabalho. - Reestruturaram-se, as expressões possíveis de captar o objeto de estudo nas entrevistas semiestruturadas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Percebeu-se que as queixas de sofrimento estiveram relacionadas a diversos comportamentos de alunos, revelando a dinâmica dos conflitos de que participam os professores em uma organização escolar. - O comportamento dos superiores do colégio de pressionar o professor para a aprovação de alunos foi alvo de inúmeras queixas dos entrevistados. - As queixas de defasagem em conteúdo dos alunos foram as mais referidas.

Fonte: O autor da pesquisa, 2014.

Ainda em relação ao Quadro apresentado, Martins (2007), em sua pesquisa, citou que a pressão geradora do estresse sobre o docente da rede pública aparece em diversas situações de seu cotidiano. O professor, muitas vezes, depara-se com falta de material, descuido e descaso do patrimônio público e violência gerada pela falta de segurança nas escolas e é também, algumas vezes desrespeitado pelos próprios alunos.

Já no ensino universitário, segundo Servilha (2005), nem sempre há um conhecimento efetivo das questões relacionadas à saúde, prevalecendo pouca clareza no que se refere ao estresse. No entanto, relata que existe a presença de sintomas relacionados à saúde mental, com alta frequência de queixas quanto a cansaço mental, esquecimento, nervosismo e insônia e que estes sintomas podem estar relacionados ao estresse, portanto, necessita de mais pesquisas nesta direção.

Portanto, percebe-se que a saúde mental e física dos docentes, estão de certa forma comprometidas, tendo em vista que a maioria dos fatores relacionados ao contexto do trabalho evidencia-se como crítica. A forma precária de trabalhar fica mais evidente a partir da análise do contexto do ambiente organizacional, evidenciando a evolução do seu estado crítico no decorrer do exercício profissional. A experiência negativa na sala de aula ficou bem exemplificada pelos fatores relacionados às péssimas condições de trabalho e ao ritmo desgastante do exercício profissional. Estas variáveis aparecem como fatores importantes para o agravamento de um estado crítico, o qual está diretamente relacionado com o adoecimento dos docentes (CARVALHO, 2011).

Por fim, conforme argumenta Dejours (1993), o corpo de um indivíduo não é um motor simples que está submetido a um só tipo de estímulo. Ele deve administrar, ao mesmo tempo, excitações e estímulos externos e internos. O indivíduo não chega ao seu local de trabalho como uma máquina nova. Ele tem uma história real, pessoal, que se fortifica com suas aspirações reais e irreais, suas motivações e conquistas e, também, suas ambições psicológicas. Estas reações são atribuídas a cada indivíduo como características individuais e únicas, que combatem o mito do trabalhador médio no taylorismo, ao professor que se aplica.

3 METODOLOGIA DO ESTUDO EMPÍRICO

Este capítulo aborda as aplicações metodológicas utilizadas na realização desta pesquisa: tipo de pesquisa, abordagem, unidade de análise e observação, população e sujeitos, como também as técnicas de coleta e análise dos dados utilizadas.

3.1 O tipo de pesquisa e a abordagem

O processo metodológico utilizado caracterizou-se como uma investigação de natureza descritiva, utilizando-se como estratégia as abordagens quantitativa e qualitativa.

[...] a pesquisa descritiva visa descrever as características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis. Envolve o uso de técnicas padronizadas de coleta de dados: questionário e observação sistemática. Assume, em geral, a forma de levantamento (SILVA; MENEZES, 2001, p. 21).

A investigação de natureza descritiva, na medida em que se propôs a expor as características de determinado fenômeno (VERGARA, 1997), identificou os fatores que contribuíram para a ocorrência do estresse em professores em duas instituições de ensino, uma escola estadual de nível fundamental e médio e uma faculdade privada.

Na abordagem quantitativa a frequência com que surgem os atributos dos conteúdos analisados torna-se a prioridade. Nesta abordagem, foram utilizados procedimentos estatísticos para a análise dos dados (VERGARA, 2006). Neste estudo, foi utilizado este método para tratar os dados obtidos, por meio de questionários.

Conforme Teixeira (2003), a abordagem qualitativa apresenta as seguintes características essenciais: ambiente natural contendo fonte direta de dados; pesquisador como instrumento fundamental de coleta de dados; utilização de procedimentos descritivos da realidade estudada; busca do significado das situações para as pessoas e os efeitos sobre as suas vidas; preocupação com o processo, e

não simplesmente com os resultados e o produto, e privilégio ao enfoque indutivo na análise dos dados.

Esta pesquisa pode ser classificada como um estudo múltiplo de caso quantitativo, seguido pela coleta de dados qualitativos. De acordo com Yin (2005), o estudo de caso é uma investigação empírica que verifica um fenômeno contemporâneo em seu contexto da vida real, especialmente quando os limites entre o fenômeno e o contexto não estão claramente definidos.

A abordagem qualitativa, segundo Teixeira (2003), é indicada para as investigações de perspectiva interpretativa ou crítica. A pesquisa qualitativa ocupa um reconhecido lugar entre as várias possibilidades de estudar fenômenos que envolvem as pessoas e suas relações interpessoais, mostradas em diversos ambientes e complementa a abordagem quantitativa. Este tipo de abordagem apresenta características como controle sobre o contexto, interação entre o pesquisador e o objeto de estudo com neutralidade e objetividade, crenças e valores pessoais não influenciados para o processo (GUNTHER, 2003).

3.2 População e sujeitos

A população estudada envolve 84 professores de uma escola estadual e 128 professores de nível superior dos cursos de graduação de uma faculdade privada, que constituem os sujeitos da pesquisa.

Os docentes pesquisados que trabalham na escola estadual atuam no ensino fundamental, no ensino médio e na educação de jovens e adultos. Os docentes da faculdade privada atuam nos cursos de graduação em arquitetura, engenharia ambiental, engenharia mecânica, engenharia elétrica, engenharia civil, engenharia de controle e automação, engenharia de minas e engenharia de produção, ciência da computação e cursos de tecnólogos e pós-graduação *lato sensu*.

Para os dados referentes ao perfil dos entrevistados na análise qualitativa da escola estadual, foram considerados sete aspectos: sexo, estado civil, idade, escolaridade,

tempo de trabalho na instituição, experiência profissional acadêmica e ano para o qual o docente leciona.

Foram realizadas seis entrevistas: com dois professores do sexo masculino e quatro do sexo feminino. Quanto ao estado civil, três são casados e três são solteiros. Em relação à faixa etária, três docentes estão entre 36 a 40 anos, dois de 31 a 35 anos; e um, de 41 a 45 anos.

No que diz respeito ao ano para o qual lecionam, foi escolhido aleatoriamente um professor que leciona somente em um ano de escolaridade. Para o terceiro ano do ensino médio não foi encontrado nenhum professor que leciona somente para esta série da escola.

Para os dados referentes ao perfil dos entrevistados na análise qualitativa da IES foram considerados os mesmos aspectos estudados na Escola Estadual.

Foram realizadas seis entrevistas: com quatro professores do sexo masculino e dois do sexo feminino. Quanto ao estado civil, três são casados, dois são solteiros e um é divorciado. Em relação à faixa etária, três docentes estão entre 36 a 40 anos; dois de 31 a 35 anos; e um de 41 a 45 anos.

No que diz respeito ao período do curso, quatro professores lecionam nos períodos do 5º ao 10º e somente dois em períodos menores que o 5º.

3.3 Unidade de análise e observação

As unidades de análise descritas nesta pesquisa são duas instituições de ensino. Uma possui alunos de nível fundamental e médio, que é a escola estadual. A outra é uma faculdade privada de Belo Horizonte que possui alunos de nível superior nos cursos de arquitetura, engenharia, computação e, ainda, cursos de tecnólogos e pós-graduação *lato sensu*. A unidade de observação são os sujeitos da pesquisa constituídos pelos professores das referidas instituições. Os sujeitos de pesquisa são os elementos que forneceram os dados necessários à realização do estudo (VERGARA, 2006).

Na abordagem quantitativa, a pesquisa foi censitária nas duas instituições. Em relação à abordagem qualitativa, os sujeitos foram definidos por conveniência, a partir do interesse e da disponibilidade dos mesmos, sendo seis os sujeitos de cada unidade de análise. O número de entrevistados foi condicionado ao critério de saturação proposto por Gil (2001). Ou seja, até que as respostas passaram a não contribuir mais com argumentos diferenciados de informações. Esta etapa da pesquisa teve como propósito aprofundar a compreensão dos dados coletados por meio da abordagem quantitativa.

3.4 Coleta dos dados

Na abordagem quantitativa, a coleta de dados foi realizada por meio de questionário (Apêndice A), entregue a cada um dos professores, em caráter voluntário. O questionário é considerado, segundo Gil (2001), uma forma de pesquisa em que as respostas a cada questão são organizadas e separadas por categoria, oferecendo, a partir de dados estatísticos, informações sobre assuntos pesquisados em determinada população.

O questionário em referência foi estruturado em cinco partes, que foram adaptadas seguindo o modelo de referência de Zille (2005). Na primeira parte, constam dados demográficos, funcionais e de saúde; na segunda parte, os sintomas de estresse; na terceira parte, as fontes de tensão do indivíduo; na quarta parte, as fontes de tensão no trabalho; e na quinta parte, outras fontes de tensão, como as de natureza familiar, social, características próprias dos sujeitos e outras que os respondentes julgaram importantes.

A aplicação dos questionários se deu pelo próprio pesquisador, que orientou sobre as informações necessárias para o seu preenchimento.

Após a aplicação dos questionários, os dados foram inseridos em uma planilha do Excel 2010 e posteriormente foram transferidos para o processamento, com a utilização do *software* estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 22.

Os dados qualitativos foram coletados por meio de entrevistas (Apêndice B), que seguiram um roteiro semiestruturado, com o intuito de sistematizar as abordagens propostas pela questão norteadora deste estudo. Ressalta-se que as entrevistas, segundo Collis e Hussey (2005), representam um método para a coleta de dados no qual os participantes, com base em perguntas direcionadas, revelam o que fazem, pensam ou sentem. Durante a realização de entrevistas, os respondentes expressam suas opiniões utilizando suas próprias palavras.

O roteiro da entrevista foi estruturado em sete perguntas, que abordaram a percepção geral dos sujeitos em relação à instituição e o trabalho, passando pelas variáveis centrais do estudo, que foram o estresse em si, sintomas e fontes de tensão em relação ao trabalho do professor.

3.5 Análise dos dados

Segundo Teixeira (2003), a análise de dados compreende o processo de formação de sentido além dos dados. Esta formação se dá consolidando, limitando e interpretando o que as pessoas disseram e o que o pesquisador viu e leu, isto é, o processo de formação de significado. A análise dos dados é um processo complexo que envolve retrocessos entre dados pouco concretos e conceitos abstratos, entre raciocínio indutivo e raciocínio dedutivo, entre descrição e interpretação. Estes significados, ou entendimentos, constituem a constatação de um estudo.

Para o tratamento dos dados obtidos na pesquisa de campo por meio de questionários, abordagem quantitativa, adotou-se com base a estatística descritiva, consideradas as seguintes medidas para análise dos dados: média, mediana, moda, percentil 25 e 75 e desvio-padrão.

Os dados obtidos foram apresentados por meio de gráficos e tabelas, com o objetivo de auxiliar e facilitar o entendimento das estatísticas calculadas, bem como de tornar mais objetivas as análises realizadas.

No estudo dos dados coletados, foram aplicados três métodos de análise: construção de gráficos e tabelas de frequência e dispersão, de modo a facilitar uma

visualização mais ampla do perfil do grupo; utilização de estatísticas univariadas, como média, mediana, percentis e desvio-padrão, para se obter impressões das percepções fornecidas pelos respondentes nos itens avaliativos; e aplicação de testes bivariados, com a intenção de formular conclusões a respeito dos objetivos centrais da pesquisa.

A primeira seção de testes realizados foi relativa ao estudo das médias dos valores fornecidos pelos respondentes, abordando um quadro comparativo entre o grupo com ausência de estresse e o grupo com presença de estresse. Por se tratar da comparação de dados fornecidos por um mesmo grupo para duas variáveis distintas, utilizou-se o teste não paramétrico de comparação de médias de *Wilcoxon*. Em seguida, os testes realizados abordaram as variáveis que compõem a seção de dados demográficos e acadêmicos, em cruzamento com a presença ou ausência do estresse.

O objetivo destes testes foi fazer a comparação entre os valores obtidos, com base diferentes categorias de cada variável demográfica. No caso do teste relativo à variável sexo, em que havia apenas dois grupos de estudo a serem comparados (masculino e feminino), aplicou-se o teste não paramétrico de *Mann-Whitney*. Para as outras variáveis, com mais de duas categorias, foi utilizado o teste não paramétrico de *Kruskal-Wallis*.

Para verificar se houve algum tipo de relação entre o perfil apresentado pelos respondentes relacionando o estresse de professores e as variáveis sociodemográficas e funcionais do estudo, realizaram-se testes não paramétricos de correlação linear de *Spearman*.

O nível de significância adotado para a decisão e conclusão sobre os resultados dos testes realizados foi de 5% quando necessário. Logo, tem-se que a confiabilidade conferida às afirmações feitas dentro da análise é de 95%. Dessa forma, são consideradas associações estatisticamente significativas aquelas cujo p-valor foi inferior ou igual a 0,05.

Para a análise dos dados coletados por meio das entrevistas, adotou-se a técnica de análise de conteúdo. Conforme Bardin (2008), a análise de conteúdo compreende o conjunto de técnicas e comunicações voltado para a obtenção de indicadores que permitem a inferência de conhecimentos relativos à produção e recepção das mensagens contidas nos relatos dos entrevistados.

Esses dados foram tratados em três fases: preparação; tabulação quantitativa; e análise ou categorização temática. Na primeira fase, as entrevistas foram transcritas na íntegra e as respostas dos entrevistados foram separadas por pergunta. Na segunda fase, consideraram-se os critérios de repetição e de relevância (BARDIN, 2008), que tratam de destacar as reincidências nos relatos. Na terceira fase, fez-se a releitura das entrevistas e da extração de temas e ideias que se manifestaram como alvo de preocupação dos entrevistados, merecendo destaque durante a análise, subdividindo-se em: pré-análise, análise dos dados e inferência em relação ao contexto estudado.

4 AMBIÊNCIA DO ESTUDO

Este capítulo aborda o ambiente em que a pesquisa foi realizada. Apresenta os aspectos internos, a estruturação operacional e a infraestrutura de uma escola privada de ensino superior e uma escola pública de ensino fundamental e médio de Minas Gerais.

A escola estadual, localizada no bairro Nova Cintra, na região Oeste de Belo Horizonte, começou a funcionar em 1985 e está na quinta gestão de direção. Seu nome foi em homenagem a uma professora que faleceu aos 33 anos de idade, vítima de aneurisma, sofrido em sala de aula.

A escola conta com aproximadamente 1.300 alunos, funciona do 6º ao 9º ano do ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos (EJA). O setor administrativo é formado por um diretor, três vice diretores, que atuam em turnos diferentes, uma secretária, que é responsável pelo departamento de pessoal, e secretaria escolar, que realiza, com suas auxiliares, toda a parte burocrática e funcional da instituição.

A estrutura pedagógica é constituída por 84 professores, que se revezam em três turnos, e três coordenadores pedagógicos, que são auxiliados pelos vice diretores, que, muitas vezes, assumem também funções pedagógicas. Partindo de um princípio norteador, a escola procura atuar com uma gestão democrática e seguir um procedimento pedagógico realizado em coletividade, com foco no que se pretende alcançar, sem sair da realidade escolar. Tem como caminho que o trabalho coletivo é que promove as grandes transformações. Assim, a Direção empenha-se em decidir de comum acordo em assembleias sobre o que se deseja mudar na escola e como mudar, para que todos estejam comprometidos com as ações necessárias para a transformação social, por meio de uma prática educativa que permita alcançar as respostas para os constantes desafios impostos pela sociedade em transformação.

A escola tem como grande missão ministrar um ensino de qualidade e de inclusão que permita o acesso, a permanência e o sucesso do aluno e que promova uma aprendizagem com grandes significados. Ela deve ser capaz de guiá-los à construção do conhecimento de forma crítica, alegre e participativa, tornando-os aptos a aprender e ensinar, formando sujeitos autônomos, racionais, conscientes, democráticos, participativos, criativos e responsáveis, interativos e com responsabilidade e ética na construção de sua história.

É compromisso da escola respeitar os saberes do aluno, valorizando e resgatando a diversidade cultural, aproveitando sua experiência cotidiana, associando os saberes curriculares e a experiência social que eles têm. Ela deve discutir a realidade e enriquecer o conhecimento, pois, ao mesmo tempo em que se ensina, busca-se um constante aprender.

A escola hoje possui em sua infraestrutura uma quadra coberta e uma descoberta, quatorze salas de aula, laboratório de ciências e biologia, laboratório de informática, sala de multimídia, biblioteca, cantina, dispensa, secretaria escolar, duas salas de diretoria, uma de coordenação e uma de recursos humanos. Possui ainda um pátio situado no centro da escola, um teatro de arena para apresentações de alunos e uma área externa com um pequeno arvoredo e mesas para se trabalhar com os alunos em um ambiente externo à sala de aula.

A quantidade de alunos e professores, por nível de atuação – fundamental, médio e educação de jovens e adultos (EJA), está apresentada na Tabela 1.

Tabela 1 – Quantitativo de alunos e professores da escola estadual por nível de ensino

Nível de Ensino	Quantidade de alunos	Quantidade de professores
Fundamental (6º ao 9º ano)	300	29
Médio (1º ao 3º ano)	600	35
EJA	400	20
Total	1300	84

Nota: EJA - Educação de jovens e adultos

Fonte: Documentos da escola, 2014

O segundo ambiente estudado foi uma faculdade privada, pertencente a um dos maiores grupos educacionais do mundo, com atuação na educação básica há mais de 45 anos e há mais de 10 anos no ensino superior.

A faculdade foi fundada na cidade de Belo Horizonte, em 2000, oferecendo o curso de graduação em administração. No final de 2001, possuía 332 alunos no ensino superior e em toda a rede nacional contava 98.257 alunos. Atualmente, está presente no ensino superior em vários estados do País.

A IES tem como missão melhorar a vida das pessoas, por meio de uma educação responsável, formando cidadãos, preparando profissionais para o mercado e gerando valor de forma sustentável. Tem como visão ser referência em educação como a melhor escolha para estudar, trabalhar e investir e ser líder nas localidades onde atua. Ela segue um princípio ter paixão por educar. Os educadores são movidos pela paixão em formar e desenvolver pessoas, respeitar as pessoas e a diversidade, cultivar relacionamentos, trabalhar com honestidade e responsabilidade, agir com integridade, transparência e assumir os impactos de suas ações. Segue também como princípio fazer acontecer, transformar as ideias em realizações, focar em geração de valor e buscar em suas ações a geração de valor sustentável. Sempre busca trabalhar com seus profissionais da educação, unindo esforços para o mesmo propósito.

O número total de alunos matriculados na unidade estudada e de professores está representado na Tabela 2.

Tabela 2 – Quantitativo de alunos e professores da faculdade privada por nível de atuação

Níveis de ensino	Alunos da unidade estudada	Professores da unidade estudada
Graduação	2800	128
Tecnólogos	400	22
Pós-graduação	200	15
Total	3400	165

Fonte: Documentos da Faculdade

A pesquisa foi desenvolvida em um dos *campi* desta faculdade, situado na cidade de Belo Horizonte, que funciona em um prédio de treze andares mais quatro subsolos. Comporta seis laboratórios de informática, um de desenho técnico, dois de química, dois de física e um para cada curso específico de engenharia. Possui, também, uma biblioteca com área de estudo para os alunos e uma cantina. Seu quadro de funcionários conta 150 professores em graduação e tecnólogos. Oferece os cursos de graduação em arquitetura, engenharia de produção, engenharia mecânica, engenharia elétrica, engenharia de controle e automação, engenharia civil, engenharia ambiental, engenharia de minas e ciência da computação. Além disso, oferece curso de tecnólogos em rede de computadores, sistemas para *internet* e banco de dados. Atua também na pós-graduação *lato sensu*, oferecendo os seguintes cursos: gestão de projetos, ergonomia e segurança do trabalho. Atualmente, conta, aproximadamente 3.400 alunos matriculados nos cursos de graduação e tecnólogos.

Em termos organizacionais, a faculdade conta com um diretor, um setor de atendimento ao aluno, um setor de atendimento interno e um setor operacional. Em sua estrutura pedagógica, além dos professores, possui os coordenadores dos cursos de engenharias, arquitetura, ciência da computação e tecnólogos, uma assistente acadêmica e um diretor pedagógico.

5 ANÁLISE E APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Este capítulo tem por objetivo analisar e apresentar os resultados deste estudo. Primeiramente, procede-se à descrição do perfil dos sujeitos pesquisados, considerando as variáveis demográficas *gênero, faixa etária, estado civil e nível educacional*. Apresentam-se dados referentes ao estado de saúde e ao hábito dos participantes, como consumo de bebida alcoólica, tabagismo e doenças prevalentes.

Como variáveis ocupacionais aborda-se o *tempo na função como professor e carga horária semanal de trabalho*.

Em um segundo momento, apresentam-se: análise global de estresse dos professores pesquisados, sintomas apresentados, fontes de tensão no trabalho, outras fontes de tensão inerentes aos indivíduos. Ao final, realiza-se a análise relacionando os níveis de estresse dos professores com as variáveis demográficas e ocupacionais pesquisadas nas duas instituições.

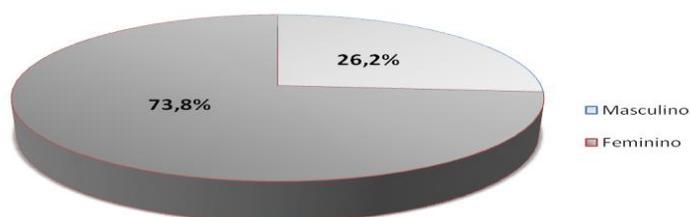
5.1 Escola estadual

Os resultados apresentados se dividem em duas seções. A primeira diz respeito aos aspectos demográficos e de saúde dos respondentes, apresentados por meio de gráficos, com as respectivas frequências relativas das variáveis em questão. A segunda apresenta os resultados referentes à análise univariada e bivariada dos dados, apresentados por meio de tabelas, com as estatísticas descritivas inerentes ao estudo.

5.1.1 Dados demográficos e de saúde

Os dados apresentados no Gráfico 1 apontam que a maioria expressiva dos respondentes apresentados (cerca de 74% dos pesquisados) é composta por mulheres, enquanto cerca 26% estão representados por indivíduos do sexo masculino.

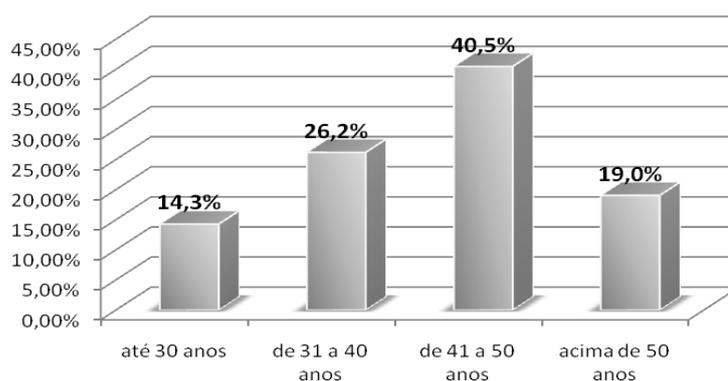
Gráfico 1 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao sexo dos respondentes



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os resultados obtidos na análise da faixa etária dos entrevistados são apresentados por meio do Gráfico 2.

Gráfico 2 – Distribuição percentual da escola estadual quanto à faixa etária dos respondentes

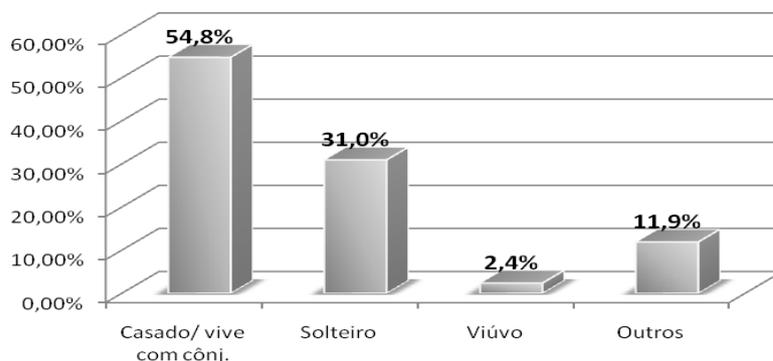


Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados concernentes à faixa etária dos respondentes foram agrupados em quatro categorias. Nota-se que mais de 40% dos indivíduos pesquisados possuem idade entre 41 e 50 anos, enquanto o percentual de respondentes com faixa etária inferior a 30 anos é de apenas 14,3%. Observa-se, ainda, um percentual significativo de aproximadamente 26% de professores com idade entre 31 e 40 anos.

Os resultados obtidos na análise referente ao estado civil dos pesquisados são apresentados no Gráfico 3.

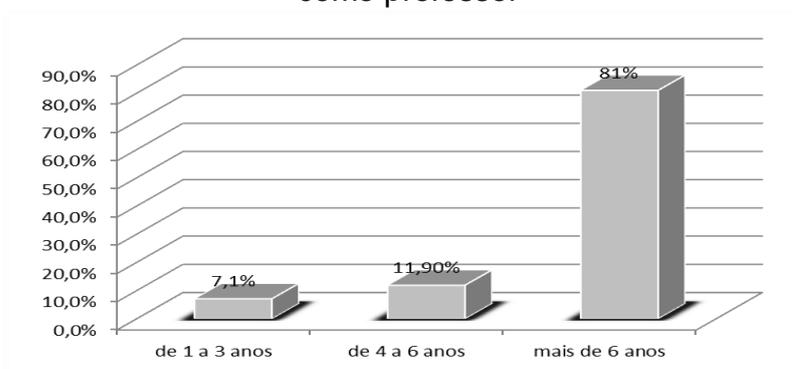
Gráfico 3 – Distribuição percentual na escola estadual quanto ao estado civil dos respondentes



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A análise dos resultados obtidos para o estado civil dos respondentes permite constatar que mais da metade dos professores pesquisados declararam estar casados ou vivendo com o cônjuge, enquanto o percentual de solteiros é de 31% do total. Apenas 2,4% dos respondentes são viúvos e os 11,9% restantes se enquadram em outras situações.

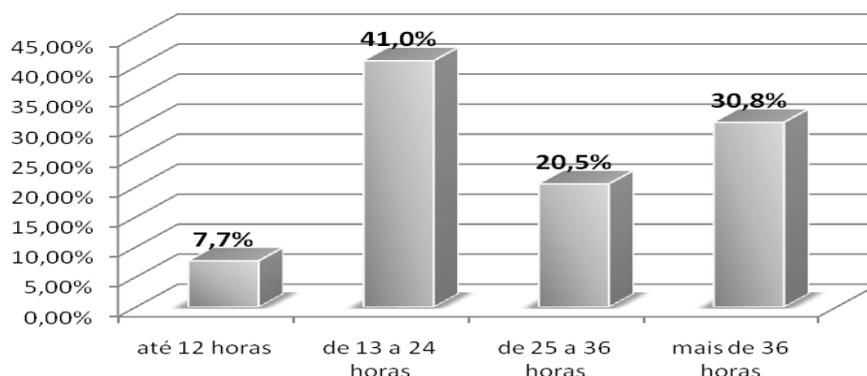
Gráfico 4 – Distribuição percentual na escola estadual quanto ao tempo de atuação como professor



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

No Gráfico 4, são apresentados os resultados referentes ao tempo de atuação como professor dos respondentes. Verifica-se que a maior parte dos indivíduos pesquisados (pouco mais de 80%) trabalha na área da docência há mais de 6 anos, seguindo-se a categoria de experiência entre 4 e 6 anos, que concentra aproximadamente 12% dos respondentes. Outros 7% atuam como professores num intervalo entre 1 e 3 anos e nenhum respondente da amostra pesquisada está com menos de 1 ano de atuação na docência.

Gráfico 5 – Distribuição percentual na escola estadual quanto ao número de horas semanais trabalhadas

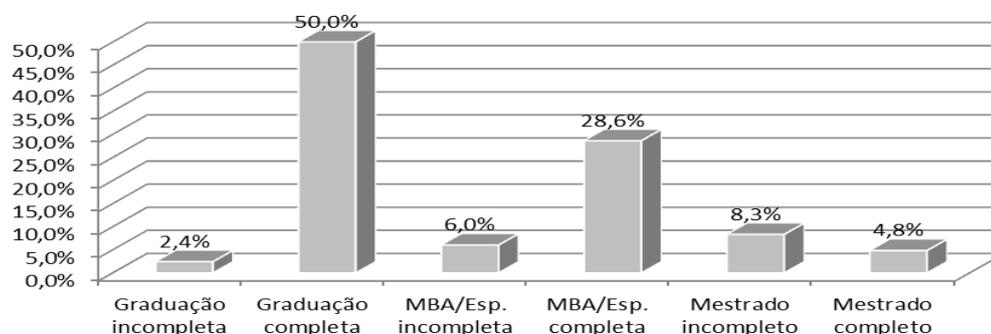


Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 5 traz os resultados referentes ao número de horas trabalhadas por semana pelos respondentes. Nota-se uma variabilidade expressiva entre as distribuições apresentadas, com percentuais bastante díspares para as faixas exibidas. A carga horária que apresenta menor concentração percentual diz respeito ao período de até 12 horas semanais e aglomera 7,7% do total dos professores pesquisados. Já 41% dos respondentes estão inseridos na faixa de 13 a 24 horas, categoria que apresenta a maior frequência relativa listada, seguida da carga horária superior a 36 horas, com pouco menos de 31% dos indivíduos pesquisados.

Os resultados obtidos na análise da escolaridade dos entrevistados são apresentados por meio do Gráfico 6, a seguir.

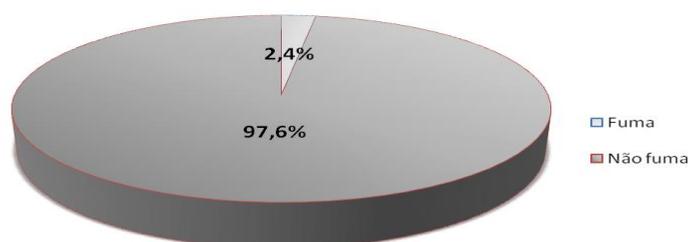
Gráfico 6 – Distribuição dos sujeitos pesquisados da escola estadual quanto ao nível de escolaridade



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 6 apresenta a distribuição dos sujeitos da escola estadual quanto ao nível de escolaridade. Percebe-se que apenas 2,4% dos professores participantes não possuem o ensino superior completo, enquanto 50% possuem curso superior completo. Possuem curso de especialização incompleto ou já concluído, 34,6%. Os professores com curso de mestrado completo ou já iniciado representaram 13,1%. Nenhum respondente declarou ter doutorado completo ou incompleto.

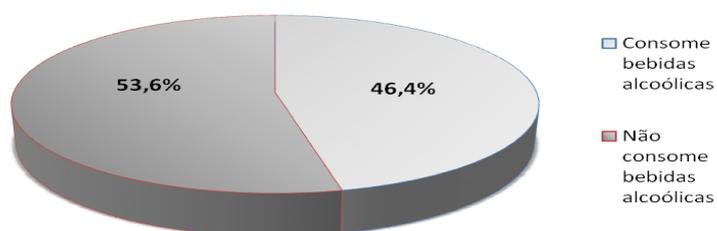
Gráfico 7 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao hábito de fumar



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados apresentados por meio Gráfico 7 permitem verificar que a quantidade de fumantes é pouco significativa. Nota-se que apenas 2,4% dos respondentes declararam possuir o hábito de fumar. Segundo Reis (2005) sua pesquisa teve também poucos que utilizavam do fumo, contando somente com 6,3% dos professores pesquisados.

Gráfico 8 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao hábito de consumir bebidas alcoólicas

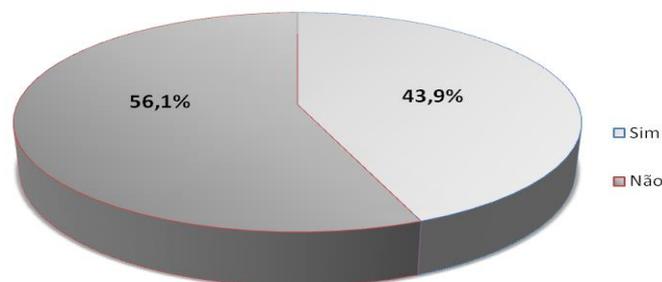


Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os resultados apresentados no Gráfico 8 apontam uma distribuição equilibrada entre os respondentes quanto ao hábito de consumir bebidas alcoólicas. Verifica-se que

53,6% do total amostral atestaram que não possuem este hábito, enquanto os 46,4% restantes declararam consumir este tipo de bebida.

Gráfico 9 – Distribuição percentual da escola estadual quanto à existência de algum problema de saúde



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 9 apresenta os dados referentes aos respondentes quanto ao fato de possuírem algum problema de saúde, como hipertensão, diabetes e gastrite. Apurou-se que a maior parte dos professores (cerca de 56%) afirmaram não apresentar nenhum problema de saúde. No entanto, um percentual significativo (43,9%), evidencia problemas relacionados à saúde, que são apresentados por meio da Tabela 3, a seguir.

Os principais problemas identificados foram: hipertensão, gastrite, alergia e problemas nos ossos conforme descrito na Tabela 3.

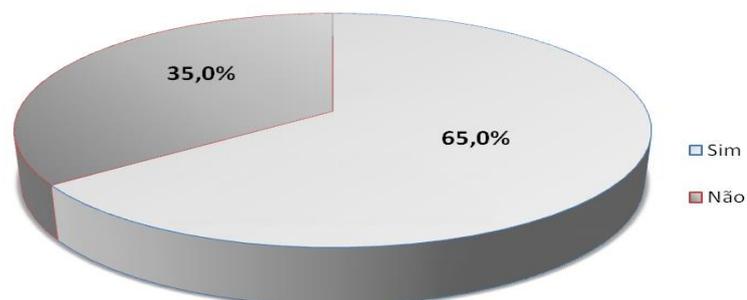
Tabela 3 – Problemas de saúde mais citados pelos professores da escola estadual

Problemas de saúde	Nº	%
Hipertensão	8	26,7
Gastrite	8	26,7
Alergia	4	13,3
Problema nos ossos/ coluna	4	13,3
Outros	6	20
Total	30	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Nenhum professor pesquisado alegou já ter sofrido infarto cardíaco, mas ao se fazer a entrevista na análise qualitativa alguns deles relataram ter algum problema de saúde conforme a fala citada:

Gráfico 10 – Distribuição percentual da escola estadual quanto ao fato de os respondentes possuírem ou não um *hobby*



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados apresentados no Gráfico 10 mostram o perfil dos professores pesquisados da escola estadual quanto à prática de algum *hobby*. Apurou-se que 65% dos respondentes declararam fazer algo que possa ser considerado um *hobby*.

As atividades mais citadas como *hobby* foram: prática de atividade física, música, viagens, leitura, e internet, conforme apresentados na Tabela 4.

Tabela 4 – *Hobbies* mais praticados pelos professores pesquisados da escola estadual

Hobbys	Frequência
Prática de esporte	19
Música	8
Viagens	7
Leitura	5
Internet	5
Cinema/Teatro	4
Jogos Variados	3
Andar de moto	2
Assistir futebol	2
Total	55

Nota: Um respondente pode ter citado um ou mais hobbies.

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

5.1.2 Análise do estresse ocupacional da escola estadual

Para realizar a análise do estresse ocupacional dos participantes da pesquisa, utilizou-se como referência o modelo MTEG, desenvolvido e validado por Zille (2005), adaptado para este estudo. A análise e a interpretação dos dados obtidos por meio do questionário aderente ao modelo teórico foram realizadas seguindo os critérios estabelecidos pelo autor. Consideram-se quatro níveis relacionados ao estresse: ausência de estresse, estresse leve a moderado, estresse intenso e estresse muito intenso. Os valores de referência para a interpretação dos dados são apresentados por meio da Tabela 5.

Tabela 5 – Parâmetros de interpretação dos níveis de estresse ocupacional

Nível de Estresse	Valor de referência
Ausência de estresse	< 1,75
Estresse leve a moderado	>ou = 1,75 e < 2,46
Estresse intenso	>ou = 2,46 e < 3,16
Estresse muito intenso	>ou = 3,16

Fonte: Zille, 2005, p. 222-223

Nota: A escala utilizada para os valores de referência variou de 1 a 5

De acordo com Zille (2005, p. 194-195), os níveis de estresse utilizados para análise podem ser definidos da seguinte forma:

Ausência de estresse – significa a ocorrência de um bom equilíbrio entre a estrutura psíquica do indivíduo e as pressões psíquicas advindas do ambiente.

Estresse leve a moderado – já indica a ocorrência de manifestações de estresse, no entanto, em grau compensado, podendo não gerar impactos muito importantes no indivíduo. Caso este estado persista por um período mais longo de tempo (três a quatro semanas), pode ocorrer uma tendência de agravamento na sua intensidade, passando a comprometer a estrutura psíquica do indivíduo, podendo afetar aspectos comportamentais/emocionais e orgânicos, com reflexos nas atividades profissionais.

Estresse intenso – nesta situação, o indivíduo já convive com alguns dos principais sintomas de estresse de forma importante, como nervosismo acentuado, ansiedade (sensação de vazio, expectativa acentuada), angústia (aflição, sensação de impotência diante dos problemas), fadiga (baixo nível de energia), dificuldade de concentração no trabalho, insônia, dor nos músculos do pescoço e ombros por tensão, dor de cabeça por tensão, indisposição gástrica, palpitações (sentir o coração bater forte em alguns momentos) e autoestima baixa, entre outros. Neste nível de estresse, o indivíduo apresenta problemas de concentração, tendo dificuldades de realizar as suas atividades de maneira geral. O trabalho passa a ser impactado de forma importante, gerando queda na produtividade. As

condições orgânicas e psíquicas apresentam alterações e, na maioria dos casos, requer tratamento.

Estresse muito intenso – este quadro de estresse é bastante agravado e o indivíduo perde quase que totalmente a sua capacidade de trabalho. É iminente a necessidade de tratamento clínico e psicológico, visando à eliminação das causas de desequilíbrio da relação entre a estrutura psíquica e as pressões psíquicas advindas do ambiente. A capacidade de concentração fica seriamente comprometida e, as dificuldades se acentuam em termos gerais. O trabalho passa a ser impactado de forma muito importante, gerando queda significativa de produtividade, ou mesmo, a impossibilidade da sua realização. Os sintomas se acentuam e são os mesmos do nível anterior. Na maioria dos casos exige afastamento das atividades, inclusive do trabalho.

Tabela 6 – Análise do estresse dos professores pesquisados da escola estadual

Nível de estresse	N	%	Média	Mediana	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo	Percentil 25	Percentil 75
Ausência de estresse	25	29,8	1,51	1,56	0,15	1,27	1,69	1,37	1,63
Estresse leve a moderado	36	42,9	2,1	2,07	0,21	1,27	2,6	2,03	2,21
Estresse intenso	21	25,0	2,81	2,88	0,2	2,53	3,13	2,59	2,96
Estresse muito intenso	2	2,4	3,56	3,56	0	3,56	3,56	3,56	3,56
Total	84	100	2,14	2,06	0,56	1,27	3,56	1,64	2,56

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados da Tabela 6 apresentam as estatísticas descritivas referentes à variável de estresse ocupacional. A média apresentada está inserida dentro do limite intervalar que configura a categoria de estresse leve ou moderado. O valor mediano apresentado, o baixo nível de variabilidade representado pelo desvio-padrão e a similaridade entre média e mediana confirmam a concentração de dados no intervalo que compõem esta categoria (estresse leve ou moderado), conforme referências constantes na Tabela 5.

Assim, de acordo com os dados obtidos com esses profissionais da educação ficou identificado um nível de estresse que, no global, foi da ordem de 70,2%. Isso significa que 59 professores do total de 84 que participaram da pesquisa, manifestaram quadros de estresse, variando de leve a moderado a muito intenso.

Quando indagados se o estresse constitui um desequilíbrio entre as pressões psíquicas do ambiente e o estado psíquico do indivíduo, a resposta, em sua maioria, foi positiva. A maioria dos respondentes alegou estar ‘estressado’, dizendo que o

ambiente de trabalho entre os docentes é bom, mas na sala de aula é ruim e sem nenhuma visão de melhora imediata.

Vamos ficar loucos com estes alunos. Não sei como será o futuro dos professores. No ensino médio é melhor de trabalhar pois os alunos são menos insubordinados. As vezes acho que estou louca. Quando vejo, já até falei coisas que não deveria ter falado. Saio do meu normal. A gente já tem os problemas do dia a dia, e quando junta com estes daqui o desequilíbrio está formado. (E03)

5.1.3 Sintomas de estresse

É importante apresentar a frequência com que os sintomas de estresse se manifestaram nos participantes da pesquisa. Neste estudo, a incidência dos sintomas em cada um dos professores serviu de base para a análise do nível de estresse ocupacional. A escala utilizada no questionário para mensurar a frequência com que os sintomas manifestaram nos professores variou de 1 a 5, com as seguintes gradações: 'Nunca', 'Raramente', 'Algumas vezes', 'Frequente' e 'Muito frequente'. Os professores que manifestaram o sintoma de forma 'frequente' ou 'muito frequente' foram identificados e distribuídos no grupo de indivíduos 'com estresse' e os que manifestaram os sintomas com frequência 'nunca', 'raramente' e 'algumas vezes' foram identificados e distribuídos no grupo de indivíduos 'sem estresse'.

A Tabela 7 apresenta a frequência dos sintomas relacionados ao estresse ocupacional no grupo de professores 'sem estresse' e no grupo de professores 'com estresse'. O nervosismo (64,3%), ansiedade e fadiga (59,5%), dor nos músculos e pânico (56,3%), angústia (54,8%) e ímpetos de raiva (52,4%) foram os sintomas mais recorrentes nos professores com estresse. Já os sintomas que apresentaram baixa recorrência com menos de um terço foram: tontura e vertigem (32,8%) e nó na garganta (26,6%).

Tabela 7 – Frequência dos sintomas relacionados ao estresse ocupacional dos professores na escola estadual

Sintomas	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Nervosismo	16	19,0	54	64,3
Ansiedade	13	15,5	50	59,5
Fadiga	14	16,7	50	59,5
Dor nos músculos	26	30,5	47	56,3
Pânico	26	30,5	47	56,3
Angústia	17	20,2	46	54,8
Ímpetos de raiva	21	25,0	44	52,4
Insônia	20	23,8	41	48,8
Perda de humor	20	23,4	41	48,4
Falta de apetite	8	9,4	39	46,9
Irritabilidade	22	26,2	38	45,2
Dor de cabeça	16	19,0	38	45,2
Indisposição gástrica	14	16,4	37	43,8
Dor discreta no peito	9	10,2	30	35,9
Palpitações	12	14,8	29	34,4
Depressão	24	28,6	28	33,3
Tontura e vertigem	3	3,1	28	32,8
Nó na garganta	1	1,6	22	26,6
Média	----	18,5	-----	46,9

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Sobre os dez sintomas relacionados ao estresse – nervosismo, ansiedade, irritabilidade, fadiga, sentimentos de raiva, angústia, períodos de depressão, dor no estômago, dor nos músculos do pescoço e ombros, e palpitações, no contexto de trabalho, todos os entrevistados alegaram sentir todos ou quase todos os sintomas relacionados ao estresse quando indagados na entrevista. As entrevistas foram codificadas e na Escola Estadual, a codificação foi a seguinte:

Tabela 8 – Perfil dos docentes entrevistados da escola estadual

Entrevistado	Escolaridade	Tempo de trabalho na instituição	Experiência acadêmica	Período que leciona
E01	Graduado	10	15	6º
E02	Graduado	8	12	7º
E03	Especialista	4	6	8º
E04	Especialista	5	8	9º
E05	Mestre	2	10	1º Médio
E06	Graduado	7	16	2º Médio

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Veja a seguir, a fala de um dos entrevistados:

Ha, ha, ha [risos] é claro que sinto isso. É normal ter esses sintomas aqui. Você não vai encontrar nenhum professor que vai dizer ao contrário. Quem disser que não sente algum destes ou todos está mentindo. É só quem vive a realidade de se trabalhar em uma escola de periferia que sabe o que é realmente o que passamos aqui. Somos pressionados quanto à aprendizagem dos alunos, mas eles não querem aprender. Aí, você já viu, começam a aparecer todos esses sintomas. (E06)

5.1.4 Fontes de tensão

As fontes de tensão são constituídas por três construtos: *fontes de tensão no trabalho*, *fontes de tensão do indivíduo* e *outras fontes de tensão* os quais são apresentados a seguir.

5.1.4.1 Fontes de tensão no trabalho

O construto *fontes de tensão no trabalho* é de primeira ordem e é explicado pelos construtos de segunda ordem: processos de trabalho, relações no trabalho, insegurança na relação de trabalho e convivência com indivíduos de personalidade difícil. Estes, por sua vez, são explicados por seus respectivos indicadores, constantes no questionário aplicado.

A Tabela 9 apresenta a frequência dos indicadores do construto fontes de tensão no trabalho no grupo de professores 'com estresse' e no grupo de professores 'sem estresse'.

É possível perceber pela Tabela 9 que todos os indicadores do construto *fontes de tensão no trabalho* foram em grande parte, superiores ou equilibrados no grupo de professores com estresse. Isso demonstra que o construto em referência é muito importante para a explicação das fontes de tensão que provocaram estresse nos professores pesquisados.

Tabela 9 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão no trabalho dos pesquisados na escola estadual

(continua)

Aspectos relacionados ao meu trabalho	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
A indisciplina dos alunos tem me sobrecarregado muito em sala de aula.	4	4,8	80	95,2
Eu sinto que a minha relação de emprego nesta organização é insegura/instável.	4	4,8	80	95,2
O cumprimento das horas de trabalho no sábado não permite que eu descanse o suficiente para trabalhar bem disposto na semana seguinte.	12	14,3	72	85,7
O salário que recebo me causa indignação no meu trabalho, fazendo com que eu esteja constantemente de mau humor.	16	19,0	68	81,0
O trabalho que executo consiste na realização de várias atividades ao mesmo tempo, com alto grau de cobrança, o que gera em mim tensão excessiva.	20	23,8	64	76,2
O número excessivo de horas de trabalho é considerado por mim como uma importante fonte de tensão e/ou sensação de desgaste.	24	28,6	60	71,4
Percebo que a filosofia da escola é pautada pela obsessão e compulsão por resultados, causando-me tensão excessiva.	28	33,3	56	66,7
Já presenciei nesta escola a ocorrência de algum impacto emocional causado por indisciplina grave ou outras atitudes violentas.	28	33,3	56	66,7
Executo um trabalho complexo e o mesmo me deixa desgastado	30	35,7	54	64,3
Muitos prazos e prazos apertados são rotina no meu trabalho, acarretando-me grande incômodo e tensão excessiva.	38	45,2	46	54,8
As minhas atividades nesta escola geram uma excessiva carga de trabalho, o que, de certa forma, está ultrapassando os meus limites e gerando significativa fonte de tensão para mim.	38	45,2	46	54,8
Há decisões tomadas por pessoas "mentalmente desequilibradas"	29	34,5	46	54,8
A organização administrativa da escola vem utilizando alguns princípios que me levam ao extremo, com a aplicação de técnicas cada vez mais sofisticadas aos alunos buscando uma grande produtividade.	29	34,5	46	54,8
A falta de comunicação entre o setor administrativo e o pedagógico nesta escola me deixam sempre nervoso e indignado.	40	47,6	44	52,4
Conviver com "espalha-brasas" (indivíduo estressado, ansioso, desequilibrado emocionalmente) é significativa fonte de tensão no meu ambiente de trabalho.	40	47,6	44	52,4
Esta escola estabelece metas de trabalho em excesso, gerando grande desgaste na sua execução, acompanhamento e avaliação.	24	28,6	38	45,2
É normal que as escolas queiram fazer mais com o mínimo, porém nesta escola a situação é muito exagerada (paranoia).	24	28,6	36	42,9
Há situações em que se procura manter as pessoas num clima de insegurança e medo.	20	23,8	35	41,7
No desenvolvimento do meu trabalho, sofro pressão excessiva em seus diversos aspectos.	24	28,6	35	41,7
Imposições e autoritarismo da direção da escola me deixam sem vontade desenvolver bem o meu trabalho.	16	19,0	31	36,9
Grande parte das decisões relacionadas ao meu trabalho é tomada sem a minha participação, o que causa em mim desgaste excessivo.	19	22,6	29	34,5
Há situações de desrespeito humano nesta escola.	16	19,0	26	31,0
Tenho experimentado nesta escola situações de inibição da liberdade no exercício das minhas atividades.	15	17,9	26	31,0
Para atingir os resultados que a organização exige, muitas vezes, defronto-me com situações em que há orientações superiores, explícitas ou implícitas, para agir fora do que considero eticamente correto.	14	16,7	23	27,4

(conclusão)

Aspectos relacionados ao meu trabalho	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Tenho experimentado nesta escola situações de inibição de autenticidade e coerência no exercício das minhas atividades.	11	13,1	20	23,8
Nesta IES existe prática <u>recorrente</u> de isolar, perseguir pessoas que eventualmente sejam consideradas funcionalmente inadequadas.	11	13,1	19	22,6
Há situações de prática de humilhação aos professores explícita ou implícita, nesta organização.	9	10,7	14	16,7
Média	----	26,3	-----	50,3

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os indicadores: 'indisciplina dos alunos' e 'relação insegura' (95,2%), 'cumprimento de horas no sábado' (85,7%) e 'baixo salário' (81,0%) foram os mais frequentes no grupo de professores com estresse, revelando-se, portanto, como os mais importantes indicadores do construto *fontes de tensão no trabalho*.

A primeira pergunta realizada na análise qualitativa foi sobre a percepção em relação à escola estadual e ao trabalho. Apurou-se que todos os professores sentem-se pressionados, direta ou indiretamente, no trabalho, estão insatisfeitos e clamam por melhoras imediatas principalmente no que diz respeito a indisciplina.

Meu trabalho é muito desgastante. Há alunos que não querem nada. Indisciplina total! Muitos vêm na escola somente para merendar e nem olham para o professor. A vida na escola se tornou um inferno, um ambiente agitado, com muita gritaria. Minha cabeça no final do dia fica dolorida todos os dias. Não sei como ficará no futuro. Todos devem ter reclamado disso né? (E02)

Foram mencionados pelos professores pesquisados, outros fatores que não os constantes do questionário aplicado, que também, na percepção destes, são fontes importantes de tensão no trabalho. Estes fatores são apresentados por meio da Tabela 10, a seguir.

Tabela 10 – Fatores tensionantes no trabalho do professor da escola estadual

Fatores tensionantes	Frequência	%
Indisciplina	6	20,0
Desrespeito constante	5	16,7
Cobrança excessiva	5	16,7
Barulho externo	4	13,3
Salário baixo	4	13,3
Burocracia em excesso	3	10,0
Horário que não atende o professor	3	10,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Nesses fatores adicionais, o de maior relevância foi a indisciplina dos alunos. Segundo os relatos, os alunos desrespeitam os professores, não querem aprender e atrapalham a aula, tornando o trabalho do docente muito mais desgastante. O relato a seguir vai nesta direção:

Os fatores tensionantes aqui são muitos. Indisciplina demais, muita mesmo, falta de respeito, salário baixo, barulho nos corredores o tempo todo, e aí com isso temos que aumentar mais ainda a voz que já tem que ser alta pelo barulho em sala de aula. Brigas constantes de alunos, nó! Tem muitas. Isso sem contar o salário, que muita gente acha que é bom. Ah vem aqui para ver se aguenta. Todo dia falta um professor, todo dia tem professor de licença médica. É difícil demais!!! Se eu pudesse voltar no tempo, eu não seria professora, não. (E01)

5.1.4.2 Fontes de tensão do indivíduo

O construto *fontes de tensão do indivíduo* é de primeira ordem. É explicado por quatro construtos de segunda ordem: responsabilidades acima dos limites, estilo e qualidade de vida, trabalho e desmotivação. Estes, por sua vez, são explicados por seus indicadores, constantes do questionário aplicado.

A Tabela 11 apresenta a frequência dos indicadores do construto *fontes de tensão do indivíduo* no grupo de professores 'sem estresse' e no grupo de professores 'com estresse'. Todos os indicadores foram importantes, pois se apresentaram em mais da metade dos professores diagnosticados com estresse. Os mais recorrentes foram: 'Levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal' (78,6%) e 'Ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre' (76,2%). Percebe-se que estes construtos mostram-se como muito importantes para explicar os casos de estresse nos professores pesquisados, devido aos valores mais altos identificados nos professores do grupo 'com estresse'.

Tabela 11 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão dos professores da escola estadual

Indicadores de fonte de tensão do indivíduo	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal.	18	21,4	66	78,6
Ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre.	20	23,8	64	76,2
Pensar e/ou realizar frequentemente duas ou mais coisas ao mesmo tempo, com dificuldade de concluí-las, mesmo quando não há exigências para tal.	22	26,2	62	73,8
Não conseguir desligar-se do trabalho.	22	26,2	62	73,8
Assumir, no contexto do trabalho, compromissos muito desafiadores, além dos limites.	34	40,5	48	57,1
Ter que fazer atividades de trabalho bem acima da capacidade técnica e/ou atividades de aprendizado recente, das quais ainda não tem domínio pleno.	23	27,4	46	54,8
Média	----	27,6	-----	69,1

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O construto *fontes de tensão do indivíduo* obteve a média geral de 27,6% do grupo sem estresse e de 69,1% do grupo com estresse, superiores às do construto *fontes de tensão no trabalho*. Isso pode comprovar que as fontes de tensão do indivíduo são mais relevantes para a análise do estresse dos professores.

Outra situação, de certa relevância, como estressor considerado na análise qualitativa foi quanto à cobrança excessiva e o desrespeito constante em relação aos professores. Dois relatos ilustram esta situação:

O desrespeito não tem limite. Aluno entra e sai da sala de aula achando que está na casa dele. Grita com o professor, fala palavrões. É muito assustador. Eu mesmo já quase larguei meu cargo várias vezes em momentos de raiva. Mas penso em meus filhos. Aí a situação fica muito difícil. Já mudei de escola e muda somente o endereço. É tudo igual. Uma, às vezes, é um pouco melhor que a outra, mas a situação é a mesma. Respeito que é bom é zero. (E04)

Cobrar eles sabem. Cobram demais!!! O diário em dia, cobram manter o aluno dentro da sala de aula, cobram a nossa presença e ainda reclamam se vamos ao médico ou faltamos por qualquer motivo pessoal. Cobram o módulo, o planejamento em dia, cobram tudo, e não sei pra quê? Não adianta nada do que planejamos, os alunos não querem!! Ao invés de cobrar, deveriam buscar soluções para melhoria das escolas. (E05)

Quando foi perguntado o que poderia ser realizado para minimizar estas situações tensionantes, a maioria dos entrevistados mostrou que não sabe o que fazer e que

nada tem sido feito para melhorar esta situação. A escola tenta, por meio de reuniões de pais, colegiado e professores, buscarem uma solução para os problemas, mas não tem encontrado. O relato a seguir ilustra esta situação:

Minimizar nada!! O que a escola faz é chamar os pais quando a situação se torna insustentável. Faz reunião com o colegiado, com os professores, mas não adianta muito, não. O que podemos fazer com quem não quer estudar e vem para escola artazar a vida da gente? Até polícia aparece aqui às vezes, e não resolve nada!!! Imagine nós, pobre mortais! Nós que não temos nada mesmo o que fazer. Só tentativas em vão. (E02)

Os professores também foram questionados quanto à existência de outros fatores causadores de tensão excessiva no ambiente de trabalho além dos relacionados no questionário. Somente alguns professores responderam a esta questão.

A Tabela 12 apresenta os fatores tensionantes citados por eles.

Tabela 12 – Fatores tensionantes no trabalho do professor da escola estadual

Fatores tensionantes	Frequência	%
Falta de autoridade do professor	8	25,8
Obrigações pessoais em casa	6	19,4
Salas superlotadas	5	16,1
Falta na infraestrutura	5	16,1
Reclamação de colegas	4	12,9
Cobrança	2	6,5
Horário	1	3,2

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os fatores mais citados como causadores de tensão excessiva foram: ‘Falta de autoridade do professor’, ‘Obrigações em casa’, ‘Salas superlotadas’ e ‘Falta na infraestrutura’. Os fatores tensionantes que tiveram poucas citações foram: ‘Reclamação dos colegas’, ‘Cobrança’ e ‘Horário’.

Questionou-se na análise qualitativa quais são os impactos que a tensão ao excesso pode causar no trabalho. Apurou-se que o aprendizado é o mais prejudicado, uma vez que os professores não conseguem ministrar suas disciplinas adequadamente.

Com os professores cada dia mais doidos, o que devemos esperar? Nada!! Os alunos não querem aprender ou aprendem o mínimo necessário para sobrevivência. A escola fica feia, com paredes e carteira pichadas. Isso eles fazem bem. Se não conseguirmos mudar a situação, vai ficar muito difícil a convivência entre alunos e professores. Muitos professores têm estado

doentes, faltam, pois não suportam a situação. Você pode verificar se teve algum dia neste ano que não faltou nenhum professor. Se teve, foram poucos. Isso não é normal! (E05).

Além das questões abordadas, foi solicitado aos entrevistados para mencionar outro ponto relacionado ao trabalho e à instituição que fosse pertinente à causa ou ao efeito de uma situação estressante. Com isso, foram obtidas mais respostas, com a seguir apresentada.

Aqui na escola o clima entre os professores é bom. A relação entre professor e direção é boa. O que estraga mesmo são os alunos. Eles não querem aprender e acabam prejudicando a saúde do professor. O deixam cada vez mais nervoso, estressado com a situação. Ele quer ensinar e tem tudo para isso, mas o aluno não quer aprender, mas tem que estar na escola. É muito constrangedor, mas temos que trabalhar na escola educação, e não ensino. Os pais não têm dado educação aos filhos e isso acaba sobrecarregando o professor, que tem que ser pai, mãe, irmão, família e até policial. Esse não deveria ser o papel do professor. Isso traz uma sobrecarga muito grande. Não sabemos ainda como mudar, mas isso tem que mudar. (E01)

5.1.4.3 Outras fontes de tensão

Além dos construtos *fontes de tensão no trabalho* e *fontes de tensão do indivíduo*, foi investigado o construto *outras fontes de tensão*. As decorrentes de aspectos sociais, como trânsito, violência e relacionamentos sociais, foram as que apresentaram maior frequência no grupo de professores com estresse (58,3%).

Tabela 13 – Frequência dos indicadores do construto outras fontes de tensão dos pesquisados da escola estadual

Outras fontes de tensão / estresse	(continua)			
	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores de <u>natureza social</u> , como: viver na cidade grande com as suas conseqüências, trânsito, violência, insegurança, coisas que não funcionam como deveriam e relacionamentos sociais.	30	35,7	49	58,3
Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores relacionados à <u>sua saúde e/ou de familiares</u> como: estar doente, conviver com doença na família, não possuir meios de atendimento seguro caso necessário.	36	42,9	48	57,1
Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores de <u>natureza familiar</u> , como: conflitos com cônjuge, conflitos na relação com ex-cônjuge, com filhos, familiares em geral, questões relacionadas à herança, pensão alimentícia e outras de mesma natureza?	26	31,0	44	52,4

Outras fontes de tensão / estresse	(conclusão)			
	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Com que frequência você se sente pressionado por <u>questões próprias</u> , por exemplo, suas características pessoais, de formação, de rigor excessivo, conflitos consigo mesmo e outras de mesma natureza.	42	50,0	42	50,0
Média	----	39,9	-----	54,5

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

5.1.5 Relação entre estresse ocupacional e as variáveis demográficas e ocupacionais

Com o objetivo de aprofundar a análise dos dados obtidos, buscou-se encontrar relações entre as variáveis demográficas e ocupacionais com o estresse ocupacional. Foram verificados os pressupostos de normalidade (teste kolmogorov-Smirnov) e de homocedasticidade (teste de Levene), considerando que os grupos são independentes.

Considerou-se que as médias são estatisticamente diferentes quando se obteve p-valor < 0,05.

A primeira relação analisada foi entre gênero e nível de estresse ocupacional conforme a Tabela 14. É possível perceber que 71% das mulheres manifestaram estresse de leve ou moderado a muito intenso, contra 63,6% dos homens.

Ao se considerar o grupo sem estresse em relação ao grupo com estresse, as mulheres também apresentaram menor proporção de ausência de estresse (29%) que os homens (36,4%).

Tabela 14 – Frequências absoluta e relativa referentes aos níveis de estresse ocupacional dos professores da escola estadual

Análise	Frequência absoluta			Frequência relativa		
	Masculino	Feminino	Total	Masculino	Feminino	Total
Ausência de estresse	8	17	25	40,0%	26,6,0%	29,8%
Estresse leve ou moderado	5	31	36	25,0%	48,4%	42,8%
Estresse intenso	5	16	21	25,0%	25,0%	25,0%
Estresse muito intenso	2	0	2	10,0%	0,0%	2,4%
Soma	20	64	84	100,0%	100,0%	100,0%

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Aprofundando a análise em relação aos dados constantes na Tabela 14, verifica-se que apenas 2,4% dos indivíduos pesquisados estão inseridos na categoria que representa um nível de estresse ‘muito intenso’. As três demais categorias listadas apresentam percentuais significativos e razoavelmente equilibrados. Pouco mais de 25% dos respondentes apresentaram ‘estresse intenso’, enquanto 29,8% dos professores pesquisados estão inseridos na faixa de ‘ausência de estresse’. O nível de estresse com maior concentração percentual aponta um grau de estresse ‘leve ou moderado’ presente nos respondentes, sendo composta por mais de 42,6% do total dos pesquisados.

Estabelecendo-se um quadro comparativo dos dados segmentados por sexo dos respondentes, é possível notar que o percentual de homens na faixa que indica ausência de estresse é superior ao das mulheres. No entanto, concomitantemente os respondentes do sexo masculino também apresentaram concentração não nula na categoria que representa estresse intenso, enquanto nenhuma mulher está inserida nesta faixa. A maior disparidade entre os indivíduos de ambos os sexos se encontra na categoria de estresse leve ou moderado, em que 48,4% das mulheres estão presentes, contra apenas 25,0% dos homens. O teste estatístico (Apêndice C) confirma que os valores fornecidos pelas mulheres são bem mais elevados que o dos homens, o que pode se constatar que o nível de estresse das mulheres é maior.

Na sequência, a Tabela 15 apresenta a relação entre o nível de estresse ocupacional e a idade dos professores. O grupo de professores com idade de 41 a 50 anos foi o que apresentou maior proporção de ausência de estresse (14,3%).

Esta faixa também teve a maior proporção do nível de professores com estresse (26,2%). Pode-se concluir que ocorreram aí as indicações mais significativas do estresse. Este resultado vai ao encontro das argumentações de Cooper *et al.* (1988), quando relatam que a meia-idade é a época mais propícia à instalação e ao agravamento dos quadros de estresse. O valor ($p=0,024$) apresentado no p-valor representa um valor abaixo do nível de significância, assim, o teste apontou uma tendência crescente de valores fornecidos pelos professores até a categoria ‘de 41 a 50 anos’. Já a última categoria (‘acima de 50 anos’) apresenta valores expressivamente inferiores aos verificados para as demais. Logo, conclui-se que o nível de estresse detectado na amostra aumenta na medida em que se eleva a idade dos respondentes, à exceção daqueles com idade superior a 50 anos, que fornecem dados em que as evidências indicam um nível de estresse significativamente inferior ao obtido em todas as demais faixas etárias.

Tabela 15 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e a faixa etária dos professores da escola estadual

Idade	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Até 30 anos	6	7,1	6	7,1	12
De 31 a 40 anos	2	2,4	20	23,8	22
De 41 a 50 anos	12	14,3	22	26,2	34
Acima de 50 anos	5	6,0	11	13,1	16
Total	25	29,8	59	70,2	84

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Quando se relaciona o nível de estresse ocupacional com o estado civil dos pesquisados, é possível perceber, por meio dos dados constantes da Tabela 16, que os professores casados ou que vivem com o cônjuge, apresentaram maior proporção (13,1%) de ausência de estresse ocupacional e tiveram a maior proporção do nível de professores com estresse (42,9%). Não houve estatisticamente diferenças pelo teste do p-valor apresentado ($p=0,082$) para o estado civil dos professores.

Tabela 16 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e estado civil dos professores da escola estadual

Estado civil	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Casado / vive cônjuge	11	13,1	36	42,9	12
Solteiro	8	9,5	17	20,2	22
Viúvo	0	0,0	2	2,4	34
Outros	6	7,1	4	4,8	16
Total	25	29,8	59	70,2	84

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A relação entre o nível de estresse ocupacional e o nível de escolaridade dos pesquisados está apresentada na Tabela 17. O grupo com graduação completa foi o que apresentou maior proporção em praticamente todos os níveis de estresse, com exceção do nível muito intenso que foi o de especialização incompleta, que apresentou a maior proporção. No direcionamento referente ao teste estatístico entre estresse ocupacional e a variável nível de escolaridade, apresentou um valor estatístico de ($p=0,042$) confirmando essa relação. A Tabela mostrou que categorias intermediárias fornecem dados que indicam maior presença de estresse, e as categorias com menores e maiores grau de escolaridade se mostraram com menos indícios de estresse.

Tabela 17 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o nível educacional dos professores da escola estadual

Escolaridade	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Graduação incompleta	2	2,4	2	2,4	4
Graduação completa	13	15,5	23	27,4	36
Especialização incompleta	0	0,0	6	7,1	6
Especialização completa	8	9,5	18	21,4	26
Mestrado incompleto	2	2,4	4	4,8	6
Mestrado completo	0	0,0	6	7,1	6
Total	25	29,8	59	70,2	84

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Quando se trata da relação entre *consumo de bebida alcoólica* e estresse ocupacional, é possível perceber, conforme a Tabela 18, que 41,7% dos professores fazem uso de bebida alcoólica e têm presença de estresse e que 6% dos

professores consomem bebidas alcoólicas em dose pequena e apresentam ausência de estresse ocupacional. Apesar de uma porcentagem grande, o teste estatístico não apresentou diferenças para essa variável. Entre os que não consomem bebidas, a diferença percentual foi pequena com 23,8% dos professores não consomem bebidas e apresentaram ausência de estresse e 28,6% apresentaram estresse. O teste estatístico apresentou um nível de significância dentro do limite (0,021) o que realça as informações que o consumo de bebidas gera um resultado positivo para o estresse.

Tabela 18 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o consumo de bebida alcoólica pelos professores da escola estadual

Consumo de bebidas	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Não consomem	20	23,8	24	28,6	44
De 1 a 5 unidades	5	6,0	29	34,5	34
De 6 a 15 unidades	0	0,0	6	7,1	6
Total	5	29,8	35	70,2	84

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A relação entre *hábito de fumar* e nível de estresse ocupacional Tabela 19 demonstrou que os indivíduos que não fumam significam pouco mais da metade com presença de estresse (67,9%). Já os indivíduos que têm o hábito de fumar apresentaram proporção entre os professores com estresse (2,4%) proporção considerada alta, visto que 100% dos professores que fumam apresentaram estresse.

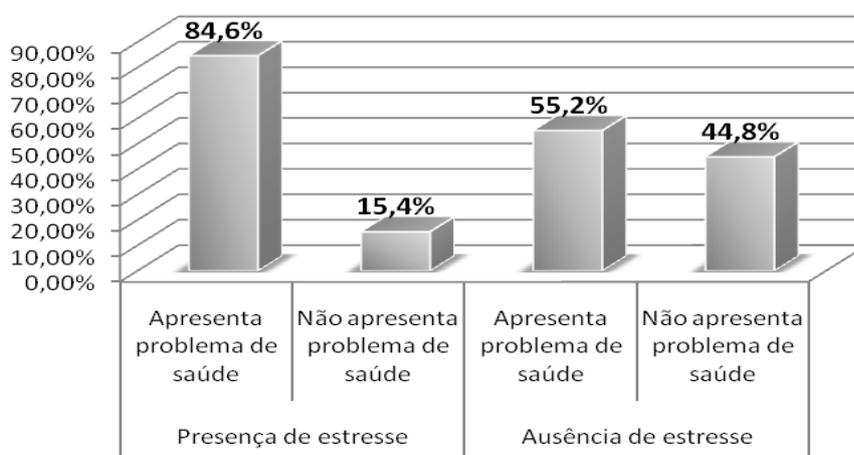
Tabela 19 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o hábito de fumar dos professores da escola estadual

Hábito de fumar	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Sim	0	0,0	2	2,4	2
Não	25	29,8	57	67,9	82
Total	25	29,8	59	70,2	84

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados apresentados no Gráfico 11 detalham os resultados por meio de uma estratificação e cruzamento de variáveis.

Gráfico 11 – Distribuição percentual dos dados cruzados da escola estadual quanto entre a presença de estresse e de algum problema de saúde



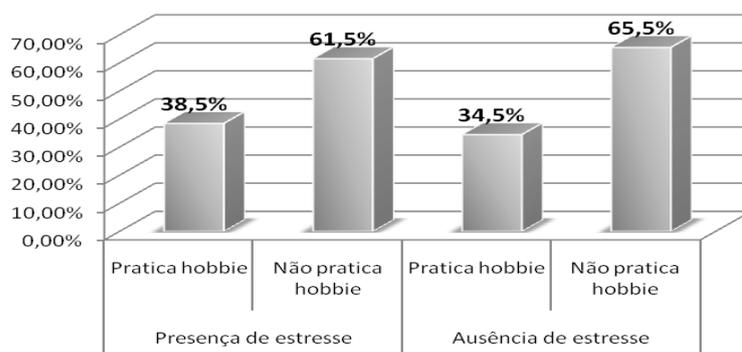
Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Análise dos dados do Gráfico 11 revela que era esperado encontrar maior frequência de dados de presença de estresse em consonância com a ocorrência de algum problema de saúde e a ausência de estresse em consonância com a inexistência de problema de saúde. Segundo Esteve (1992), o mal-estar docente pode provocar consequências aos professores no que se refere não apenas à sua prática educativa, mas, igualmente, à sua saúde. Mas a análise mostrou a coerência somente ao se analisar o contexto em que respondentes com presença de estresse apresentaram problemas de saúde (84,6%) e em contraste teve uma distribuição equilibrada (próxima de 50%) encontrada na segunda parte do gráfico para os indivíduos inseridos na categoria 'ausência de estresse'. O teste estatístico não apresentou diferenças significativas para essa relação com o valor encontrado de ($p=0,059$) como apresentado no Apêndice C.

Os resultados apresentados no Gráfico 12 seguem as análises que possibilitaram um estudo mais detalhado do cruzamento entre as variáveis *presença de estresse* e *prática de algum hobby*. Constatou-se que o estresse e a prática de um *hobby* são variáveis de grandeza inversamente proporcional, teoricamente. Neste contexto, evidenciou-se que a maior parte dos respondentes que praticam *hobby* não apresentaram estresse e os indivíduos que não praticam *hobby*, possuem características referentes à presença de estresse. Com o teste estatístico não foi

encontrada diferença estatisticamente significativa na média do nível de estresse dos professores ($p=0,068$) que praticam alguma atividade por *hobby* quando comparados com os que não praticam.

Gráfico 12 – Distribuição percentual dos dados cruzados dos professores da escola estadual quanto a presença de estresse e a prática de algum *hobby*



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A Tabela 20 apresenta a relação entre o nível de estresse ocupacional e o tempo de horas trabalhadas nessa instituição. O estresse nos professores foi observado em maior proporção (33,3%) para quem trabalha de 13 a 24 horas semanais. A tabela também apresentou a maior porcentagem (15,5%) de ausência de estresse para esta faixa de horas trabalhadas. O resultado mostrou a menor proporção 1,2% para ausência de estresse e 7,1% para estresse entre os que trabalham menos de 12 horas semanais. Não foi possível perceber qualquer regularidade nas diferenças das proporções dos níveis de estresse ao se analisar a carga horária semanal de trabalho. Não foi encontrada diferença estatisticamente significativa na média do nível de estresse dos professores ($p=0,078$) quando se leva em consideração a carga horária semanal de trabalho.

Tabela 20 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o tempo de horas trabalhadas por semana na escola estadual

Horas trabalhadas	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Até 12 horas	1	1,2	6	7,1	7
De 13 a 24 horas	13	15,5	28	33,3	41
De 25 a 36 horas	3	3,6	12	14,3	15
Mais de 36 horas	8	9,5	13	15,5	21
Total	25	29,8	59	70,2	84

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

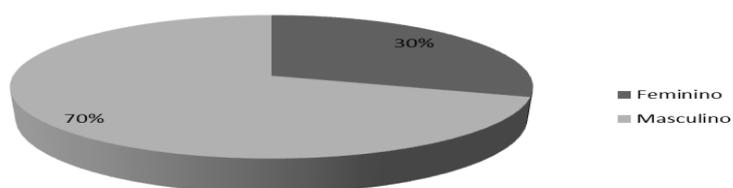
5.2 Resultado da pesquisa na faculdade privada

Os resultados apresentados se dividem em duas seções. A primeira diz respeito aos aspectos demográficos e de saúde dos respondentes, cujos dados são apresentados por meio de gráficos, com as respectivas frequências relativas das variáveis em questão. A segunda apresenta os resultados referentes à análise univariada e bivariada dos dados, apresentados por meio de tabelas, com as estatísticas descritivas necessárias ao estudo.

5.2.1 Dados demográficos e de saúde

A seguir, apresentam-se as variáveis demográficas do estudo.

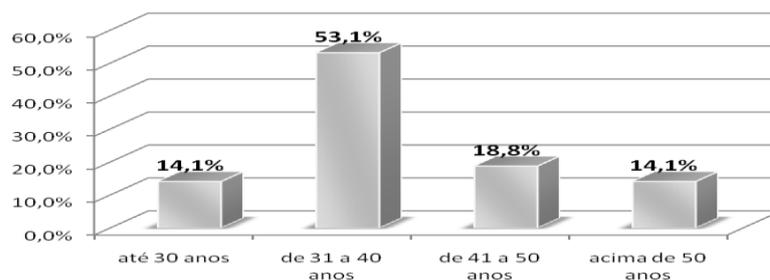
Gráfico 13 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao sexo dos respondentes



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados apresentados no Gráfico 13 apontam que a maioria expressiva dos respondentes apresentados (cerca de 70% do total) é composta por homens, enquanto 30% estão representados por indivíduos do sexo feminino.

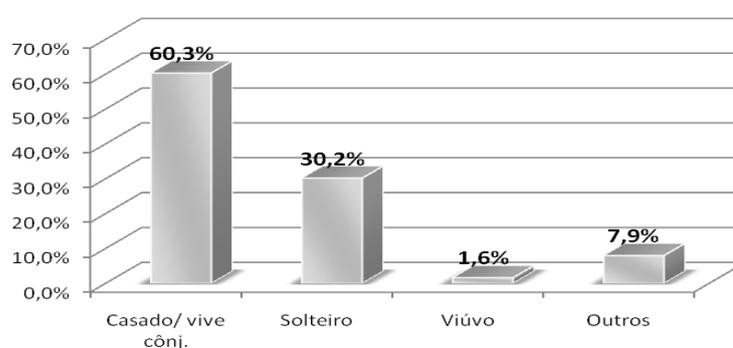
Gráfico 14 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à faixa etária dos respondentes



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados concernentes à faixa etária dos respondentes foram agrupados em quatro categorias, para facilitar a visualização da distribuição percentual deles. Nota-se que mais de 53% dos indivíduos pesquisados possuem idade entre 31 e 40 anos, enquanto o percentual de respondentes com faixa etária inferior a 30 anos ou superior a 50 anos é de apenas 14,1%. Observa-se, ainda, um percentual significativo de, aproximadamente, 19% de professores com idade entre 41 e 50 anos.

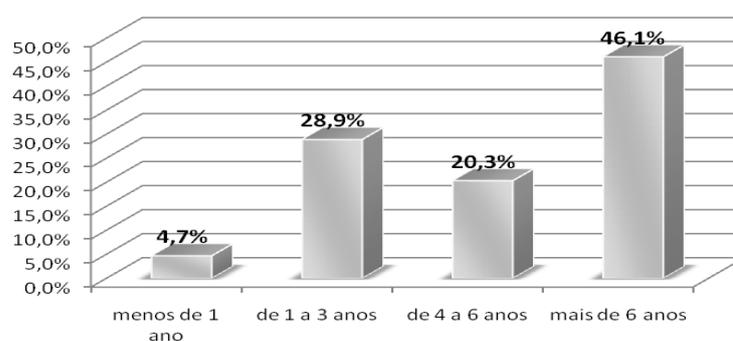
Gráfico 15 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao estado civil dos respondentes



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A análise dos resultados obtidos para o estado civil dos respondentes permite constatar que a maioria dos pesquisados declarou estar casado ou vivendo com o cônjuge, com um percentual de 60,3%, enquanto o percentual de solteiros foi de 30,2% do total. Apenas 1,6% dos respondentes é viúvo e os 7,9% restantes se enquadram em outras situações não especificadas.

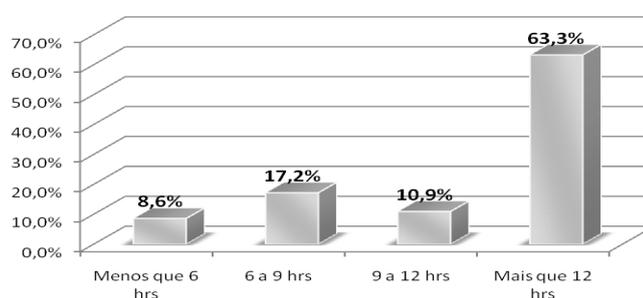
Gráfico 16 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao tempo de atuação como professor



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

No Gráfico 16, são apresentados os resultados referentes ao tempo de atuação como professor dos respondentes. Verifica-se que a maior parte dos indivíduos pesquisados (pouco mais de 46%) trabalha na área da docência há mais de 6 anos, seguindo-se a categoria entre 1 e 3 anos, que concentra aproximadamente 29% dos respondentes. Outros 20,3% atuam como professor num intervalo entre 4 e 6 anos e apenas 4,7% estão inseridos na faixa com menos de 1 ano de atuação como docente.

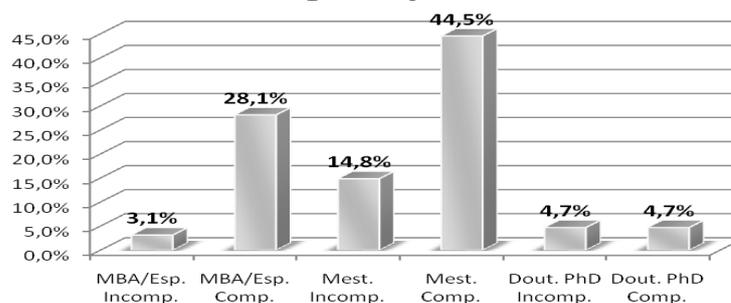
Gráfico 17 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao número de horas semanais trabalhadas



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 17 apresenta os resultados concernentes ao número de horas semanais trabalhadas pelos respondentes. É possível constatar que a categoria que corresponde a uma carga de trabalho semanal superior a 12 horas se destaca das demais por possuir uma concentração significativamente maior (cerca de 63% do total). Já os professores que lecionam menos de 6 horas na semana representam 8,6%, enquanto outros 17%, aproximadamente, possuem carga horária semanal de 6 a 9 horas.

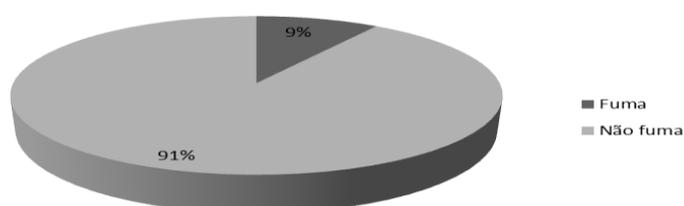
Gráfico 18 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao nível da pós-graduação



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados apresentados no Gráfico 18 permitem visualizar a distribuição dos professores da faculdade privada quanto ao nível da pós-graduação que já foi ou está sendo cursada pelos docentes pesquisados. Constatou-se que a quantidade de respondentes que já possuem mestrado ou MBA/Especialização concluídos é de mais de 72% do total, sendo 44,5% para o primeiro citado e 28,1% para o último. A parcela de professores que ainda não completaram o mestrado é de 14,8%, enquanto as faixas que correspondem ao doutorado/PhD completo e incompleto possuem frequências relativas similares: 4,7% para cada uma.

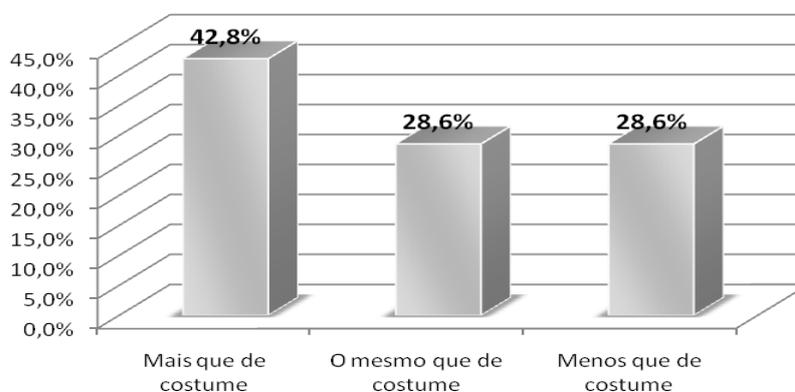
Gráfico 19 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao hábito de fumar



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados constantes no Gráfico 19 permitem verificar que a quantidade de fumantes é pouco significativa. Nota-se que apenas 9% dos respondentes declararam ter o hábito de fumar.

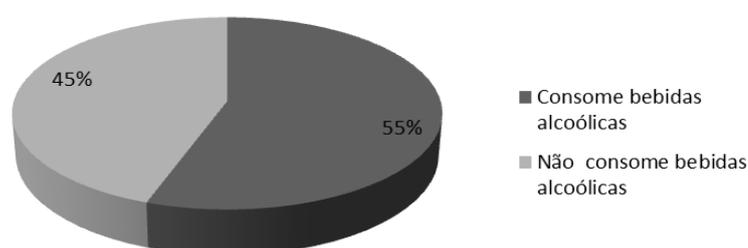
Gráfico 20 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à frequência com que os respondentes têm fumado



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 20 mostra os resultados complementares obtidos para os respondentes que declararam ter o hábito de fumar. Verifica-se que aproximadamente 43% dos professores que fumam afirmaram ter feito isso mais que de costume ultimamente, enquanto as duas demais categorias ('o mesmo que de costume' e 'menos que de costume') possuem exatamente a mesma concentração, 28,6% do total.

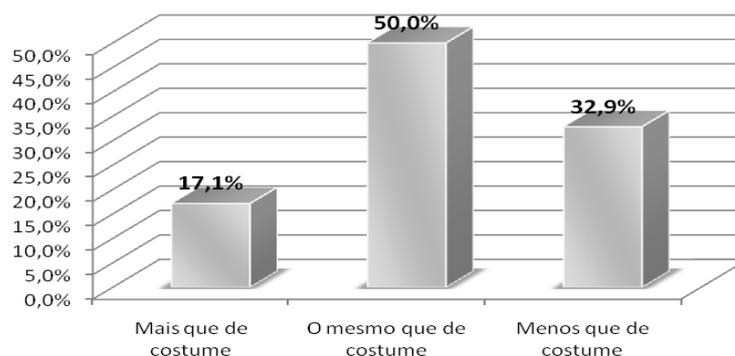
Gráfico 21 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao hábito de consumir bebidas alcoólicas



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os resultados apresentados no Gráfico 21 apontam que aproximadamente 45% do total pesquisado não possuem este hábito, enquanto os 55% restantes declararam consumir este tipo de bebida.

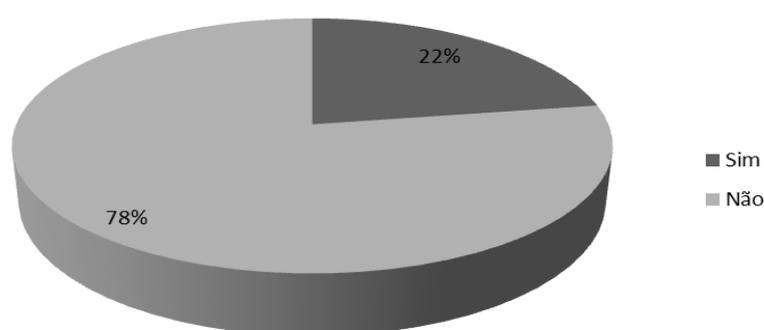
Gráfico 22 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à frequência com que os respondentes têm bebido



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 22 traz as distribuições percentuais da questão complementar àquela analisada no Gráfico 21, relatando a frequência com que os professores têm bebido nos últimos seis meses. Apurou-se que a metade dos indivíduos não alterou o hábito e tem bebido o mesmo que de costume, enquanto aproximadamente 33% afirmaram que reduziram o consumo de bebidas alcoólicas no último semestre. De outro lado, pouco mais de 17% dos respondentes confirmaram terem bebido mais que o de costume.

Gráfico 23 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto à existência de algum problema de saúde



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 23 apresenta os dados referentes aos respondentes quanto ao fato de possuírem algum problema de saúde, como hipertensão, diabetes e gastrite. Apurou-se que a maior parte dos professores (cerca de 78%) declarou não apresentar nenhum problema de saúde.

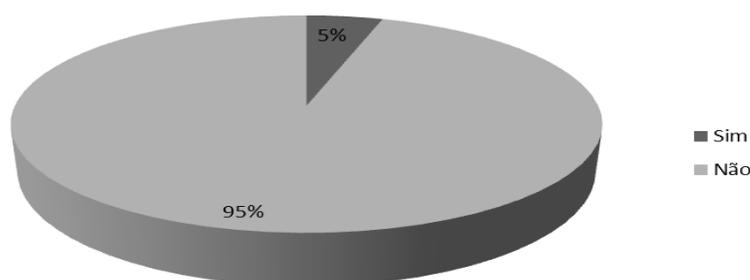
Cooper (1988) em suas pesquisas cita que doenças gástricas, respiratórias, alergias, doenças do coração ou mentais podem estar associadas ao estresse. Com isso, apurou-se ainda conforme resultados apresentados na Tabela 21 os problemas de saúde que os professores vivenciaram.

Tabela 21– Problemas de saúde mais citados pelos professores da faculdade privada

Problemas de saúde	Nº	%
Hipertensão	10	25,0
Gastrite	9	22,5
Diabetes	6	15,0
Outros	4	10,0
Colesterol elevado	4	10,0
Hipotireoidismo	3	7,5
Alergia	2	5,0
Problema nos ossos/ coluna	2	5,0
Total	40	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

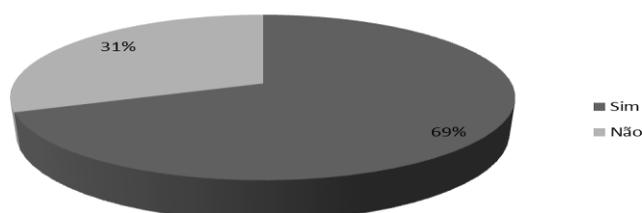
Gráfico 24 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto aos respondentes que já foram acometidos por infarto cardíaco



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 24 apresenta os resultados percentuais no que tange aos respondentes que informaram já terem sido acometidos por infarto cardíaco. Apurou-se que 4,9% dos pesquisados afirmaram já terem passado por este tipo de problema de saúde.

Gráfico 25 – Distribuição percentual da faculdade privada quanto ao fato de os respondentes possuírem ou não um *hobby*



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os dados apresentados no Gráfico 25 mostram o perfil da faculdade privada quanto à prática de algum hobby por parte dos professores pesquisados. Apurou-se que 69% dos respondentes declaram fazer algo que possa ser considerado um hobby.

As atividades mais citadas como *hobby* foram: prática de atividade física, música, leitura, jogos variados e assistir filme e andar de moto (Tabela 22).

Tabela 22 – *Hobbies* mais praticados pelos professores da faculdade privada

Hobbies	Nº de citações
Prática de esporte	30
Música	14
Leitura	8
Jogar	7
Cinema	6
Andar de moto	6
Assistir futebol	4
Viagens	2
Pescaria	2
Lazer	2
Fotos	2
Dança	2
Cozinhar	2
Total	87

Nota: um respondente pode ter citado um ou mais *hobbies*.

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

5.2.2 Análise do estresse ocupacional na faculdade privada

Para realizar a análise do estresse ocupacional dos participantes da pesquisa, utilizou-se como referência o modelo MTEG, desenvolvido por Zille (2005). A análise e a interpretação dos dados colhidos por meio do questionário aderente ao modelo foram realizadas seguindo os critérios estabelecidos pelo autor. Considerou-se quatro níveis: ausência de estresse, estresse leve a moderado, estresse intenso e estresse muito intenso. Os valores e os conceitos de referência para a interpretação do estresse ocupacional são os mesmos utilizados para a análise do estresse na Escola Estadual e são apresentados na Tabela 5, a seguir.

Tabela 5 – Parâmetros de interpretação dos níveis de estresse ocupacional

Nível de Estresse	Valor de referência
Ausência de estresse	< 1,75
Estresse leve a moderado	>ou = 1,75 e < 2,46
Estresse intenso	>ou = 2,46 e < 3,16
Estresse muito intenso	>ou = 3,16

Fonte: Zille, 2005, p. 222-223

Nota: A escala utilizada para os valores de referência variou de 1 a 5

A Tabela 23 apresenta a análise descritiva do nível de estresse dos professores pesquisados. Os que apresentaram quadro de estresse instalados, variando de leve/moderado a muito intenso, totalizaram 74, ou 57,8%. São 52 professores, ou 40,6%, com nível de estresse leve a moderado; 18 professores, ou 14,1%, com estresse intenso; e 4 professores, ou 3,1%, com estresse muito intenso. Os participantes que não apresentaram quadro de estresse totalizaram 54, ou 42,2%. Neste último caso, significa que estes professores vêm apresentando bom equilíbrio entre as exigências psíquicas advindas das situações de trabalho e a estrutura psíquica dos mesmos.

Tabela 23 – Análise descritiva do nível de estresse ocupacional dos professores da faculdade privada

Nível de estresse	N	%	Média	Mediana	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo	Percentil 25	Percentil 75
Ausência de estresse	54	42,2	1,48	1,48	0,158	1,14	1,74	1,38	1,61
Estresse leve a moderado	52	40,6	1,98	1,96	0,144	1,79	2,38	1,84	2,06
Estresse intenso	18	14,1	2,70	2,60	0,235	2,49	3,10	2,54	2,86
Estresse muito intenso	4	3,1	3,90	3,90	0,519	3,45	4,35	3,45	4,35
Total	128	100,0	1,93	1,84	0,570	1,14	4,35	1,57	2,10

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Com base nos dados da Tabela 23, é possível perceber que 50% dos professores pesquisados apresentaram valor de estresse maior que 1,84 (mediana), sendo que a média foi 1,93. Percebe-se, ainda, que 75% desses indivíduos possuem valor de nível de estresse maior que 1,57 (percentil 25). Apenas 25% dos indivíduos pesquisados apresentaram nível de estresse superior a 2,10 (percentil 75). O valor mínimo encontrado do nível de estresse dos indivíduos foi 1,14 e o valor máximo foi 4,35.

Assim, de acordo com os dados obtidos em relação a esses profissionais da educação, ficou identificado que, no global, o percentual de professores com

estresse foi da ordem de 57,8%. Isso significa que 74 docentes de um total de 128 que participaram da pesquisa, apresentaram quadros de estresse, variando de leve/moderado a muito intenso.

Lima (2010) em seu estudo de caso em um IES encontrou estresse em seus resultados causados por diversos estressores. Paiva e Saraiva (2005) em sua pesquisa indicaram baixos níveis de estresse ocupacional quando estudaram professores universitários. Servilha (2005) que investigou professores universitários detectou 47,8% dos professores com estresse, resultados com uma certa semelhança ao apresentado.

5.2.3 Sintomas de estresse

Neste estudo, a incidência dos sintomas em cada um dos professores serviu de base para o diagnóstico do nível de estresse ocupacional. A escala utilizada para mensurar a frequência com que os sintomas manifestaram nos professores, variou de 1 a 5, com as seguintes graduações: 'Nunca', 'Raramente', 'Algumas vezes', 'Frequente' e 'Muito frequente'. Os professores que manifestaram o sintoma de forma 'frequente' ou 'muito frequente' foram identificados e distribuídos conforme o diagnóstico de estresse no grupo 'com estresse'. Aqueles cuja frequência dos sintomas seu deu nas graduações 'nunca', 'raramente' e 'algumas vezes', compuseram o grupo de indivíduos 'sem estresse'. Os dados são apresentados por meio da Tabela 24 a seguir.

Tendo em vista os dados constantes da Tabela 24, foi possível perceber que todos os sintomas relacionados ao estresse ocupacional foram significativamente mais frequentes no grupo de professores 'com estresse' do que no grupo de professores 'sem estresse'. Ansiedade (57,8%), fadiga (56,3%), irritabilidade fácil (56,3%), nervosismo (56,3%) e dor nos músculos do pescoço e ombros (56,3%) foram os sintomas mais recorrentes nos professores com estresse.

Tabela 24 – Frequência dos sintomas relacionados ao estresse ocupacional

Sintomas	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Ansiedade	44	34,4	74	57,8
Fadiga	52	40,6	72	56,3
Irritabilidade fácil	48	37,5	72	56,3
Nervosismo	47	36,7	72	56,3
Dor nos músculos do pescoço e ombros	39	30,5	72	56,3
Ímpetos de raiva	36	28,1	70	54,7
Angústia	35	27,3	70	54,7
Dor de cabeça por tensão	19	14,8	66	51,6
Insônia	30	23,4	62	48,4
Perda e/ou oscilação do senso de humor	30	23,4	62	48,4
Falta ou excesso de apetite	12	9,4	60	46,9
Indisposição gástrica ou dor no estômago	21	16,4	56	43,8
Períodos de depressão	23	18,0	46	35,9
Dor discreta no peito sob tensão	13	10,2	46	35,9
Palpitações	19	14,8	44	34,4
Tontura, vertigem	4	3,1	42	32,8
Uso de bebidas alcoólicas para aliviar a tensão	4	3,1	38	29,7
Nó na garganta	2	1,6	34	26,6
Uso de cigarros para aliviar a tensão	2	1,6	18	14,1
Pânico	0	0,0	16	12,5
Média	----	18,75	----	42,67

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Em relação aos sintomas relacionados ao estresse - nervosismo, ansiedade, irritabilidade, fadiga, sentimentos de raiva, angústia, períodos de depressão, dor no estômago, dor nos músculos do pescoço e ombros e palpitações - considerando a análise qualitativa, 50% dos sujeitos pesquisados alegaram não sentir nada, em relação à manifestação destes sintomas. Os demais, informaram sentir alguns dos sintomas, mais relacionados ao cotidiano, e não especificamente ao trabalho na instituição. As entrevistas foram codificadas na faculdade privada, a codificação foi a seguinte:

Tabela 25 – Perfil dos docentes entrevistados da faculdade privada

Entrevistado	Escolaridade	Tempo de trabalho na instituição	Experiência acadêmica	Período que leciona
E01	Pós doutor	1	12	5 ^o
E02	Doutor	2	6	8 ^o
E03	Especialista	2	5	7 ^o
E04	Mestre	2	6	6 ^o
E05	Mestre	7	20	1 ^o
E06	Mestre	3	16	3 ^o

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Em relação a este contexto, apresenta-se o seguinte depoimento:

Nos dias de hoje, com toda a correria que temos durante o dia, é impossível não sentir alguns destes sintomas. Mas claro que não é nada relacionado ao trabalho em si; é ao cotidiano nosso, que cada vez mais fica atribulado com as coisas pessoais que temos que fazer em conjunto com o nosso profissional. Eu não me sinto com estresse por sentir alguns destes sintomas, e sim pela correria do dia. (E03)

5.2.4 Fontes de tensão

As fontes de tensão são constituídas por três construtos: *fontes de tensão no trabalho*, *fontes de tensão do indivíduo* e *outras fontes de tensão*, as quais são apresentadas a seguir.

5.2.4.1 Fontes de tensão no trabalho

O construto *fontes de tensão no trabalho* é de primeira ordem e é explicado pelos construtos de segunda ordem: processos de trabalho, relações no trabalho, insegurança na relação de trabalho e convivência com indivíduos de personalidade difícil. Estes, por sua vez, são explicados por seus indicadores, constantes do questionário aplicado na pesquisa.

A Tabela 26 apresenta a frequência dos indicadores do construto *fontes de tensão no trabalho* no grupo de professores com estresse e no grupo de professores sem estresse.

É possível perceber com base na Tabela 26, que todos os indicadores do construto *fontes de tensão no trabalho* foram significativamente superiores no grupo de

professores ‘com estresse’. Isso demonstra que o construto em referência se mostrou importante para explicar o estresse nos professores pesquisados.

Tabela 26 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão no trabalho dos professores da faculdade privada

(continua)

Aspectos relacionados ao meu trabalho	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Executo um trabalho complexo, e o mesmo me deixa desgastado/muito cansado.	47	36,7	73	57,0
O trabalho que executo consiste na realização de várias atividades ao mesmo tempo, com alto grau de cobrança, o que gera em mim tensão excessiva.	49	38,3	69	53,9
A indisciplina dos alunos tem me sobrecarregado muito em sala de aula.	46	35,9	69	53,9
Grande parte das decisões relacionadas ao meu trabalho é tomada sem a minha participação, o que causa em mim desgaste excessivo.	44	34,4	62	48,4
O número excessivo de horas de trabalho é considerado por mim como uma importante fonte de tensão e/ou sensação de desgaste.	35	27,3	62	48,4
Muitos prazos e prazos apertados são rotina no meu trabalho, acarretando-me grande incômodo e tensão excessiva.	40	31,3	61	47,7
A falta de comunicação entre o setor administrativo e o pedagógico nesta IES me deixam sempre nervoso e indignado.	32	25,0	61	47,7
Percebo que a filosofia da Faculdade é pautada pela obsessão e compulsão por resultados, causando-me tensão excessiva.	39	30,5	59	46,1
Esta IES estabelece metas de trabalho em excesso, gerando grande desgaste na sua execução, acompanhamento e avaliação.	36	28,1	58	45,3
O cumprimento das horas de trabalho no sábado não permite que eu descanse o suficiente para trabalhar bem disposto na semana seguinte.	41	32,0	57	44,5
As minhas atividades nesta IES geram uma excessiva carga de trabalho, o que, de certa forma, está ultrapassando os meus limites e gerando significativa fonte de tensão para mim.	37	28,9	55	43,0
É normal que as Escolas queiram fazer mais com o mínimo, porém nesta IES a situação é muito exagerada (paranoia).	36	28,1	54	42,2
Eu sinto que a minha relação de emprego nesta organização é insegura/instável.	30	23,4	53	41,4
No desenvolvimento do meu trabalho, sofro pressão excessiva em seus diversos aspectos.	36	28,1	52	40,6
O salário que recebo me causa indignação no meu trabalho, fazendo com que eu esteja constantemente de mau humor.	35	27,3	52	40,6
Conviver com “espalha-brasas” (indivíduo estressado, ansioso, desequilibrado emocionalmente) é significativa fonte de tensão no meu ambiente de trabalho.	31	24,2	49	38,3
Imposições e autoritarismo da direção da IES me deixam sem vontade desenvolver bem o meu trabalho.	25	19,5	47	36,7
A organização administrativa da IES vem utilizando alguns princípios que me levam ao extremo, com a aplicação de técnicas cada vez mais sofisticadas aos alunos buscando uma grande produtividade. Isso gera em mim tensão excessiva.	38	29,7	46	35,9
Para atingir os resultados que a organização exige, muitas vezes, defronto-me com situações em que há orientações superiores, explícitas ou implícitas, para agir fora do que considero eticamente correto.	28	21,9	44	34,4

(conclusão)

Aspectos relacionados ao meu trabalho	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Tenho experimentado nesta IES situações de inibição de autenticidade e coerência no exercício das minhas atividades.	25	19,5	39	30,5
Há situações em que se procura manter as pessoas num clima de insegurança e medo.	18	14,1	37	28,9
Tenho experimentado nesta IES situações de inibição da liberdade no exercício das minhas atividades.	22	17,2	34	26,6
Já presenciei nesta IES a ocorrência de algum impacto emocional causado por indisciplina grave ou outras atitudes violentas.	20	15,6	31	24,2
Há situações de desrespeito humano nesta IES.	24	18,8	26	20,3
Há situações de prática de humilhação aos professores explícita ou implícita, nesta organização.	17	13,3	21	16,4
Há decisões tomadas por pessoas "mentalmente desequilibradas" (perversas e/ou neuróticas).	15	11,7	21	16,4
Nesta IES existe prática <u>recorrente</u> de isolar, perseguir pessoas que eventualmente sejam consideradas funcionalmente inadequadas.	18	14,1	20	15,6
Média	----	25,0	---	38,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os indicadores: 'execução de trabalho complexo' (57%), 'realização de várias atividades ao mesmo tempo' (53,9%) e 'indisciplina' (53,9%) foram os mais frequentes no grupo de professores diagnosticados com estresse, revelando-se, portanto, como os mais importantes do construto *fontes de tensão no trabalho*. Já os indicadores que tiveram menos de um quarto de recorrência aos professores com estresse foram: 'impacto emocional causado por indisciplina' (24,2%), 'situações de desrespeito' (20,3%), 'situações de humilhação' e 'decisões tomadas por pessoas desequilibradas' (16,4%) e 'prática recorrente de perseguir pessoas' (15,6%).

Os professores quando foram questionados em relação a percepção em sobre a faculdade privada e o trabalho realizado, tem-se o seguinte relato de um dos professores.

Me sinto muito bem ao trabalhar aqui. O ambiente de trabalho é agradável. Me sinto como se estivesse no melhor lugar para trabalhar. Não me lembro nestes sete anos de ter tido problemas na instituição (E05).

Quando indagados, na percepção dos professores, se o estresse constitui um desequilíbrio entre as pressões psíquicas do ambiente e o estado psíquico do indivíduo, a resposta, em sua maioria, foi positiva, mas nenhum dos respondentes alegou estar 'estressado' e afirmaram que o ambiente de trabalho na instituição é muito bom. O relato a seguir confirma esta situação.

O trabalho nesta instituição não traz estresse a ninguém, pois o ambiente de trabalho é muito agradável e prazeroso. Mesmo com alguns problemas de aprendizagem em sala, temos uma grande autonomia de tentar resolver da melhor forma possível, buscando a aprendizagem dos alunos, não é mesmo? (E02)

Gosto muito de trabalhar aqui na instituição. O ambiente é legal, temos muito apoio, quando pedimos algum material para melhorar as aulas sempre temos. É lógico que tem alguns fatores que podem me causar estresse, mas com relação ao ambiente de trabalho não tenho problema. (E04)

5.2.4.2 Fontes de tensão do indivíduo

O construto *fontes de tensão do indivíduo* é de primeira ordem. É explicado por quatro construtos de segunda ordem: responsabilidades acima dos limites, estilo e qualidade de vida, trabalho e desmotivação. Estes, por sua vez, são explicados por seus indicadores.

A TABELA 27 apresenta a frequência dos indicadores do construto *fontes de tensão do indivíduo* no grupo de professores sem estresse e no grupo de professores 'com estresse'. Todos os indicadores foram importantes, pois se apresentaram em mais da metade dos professores diagnosticados com estresse. Os mais recorrentes foram: 'Levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal' (57,8%) e 'Ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre' (57,8%). O grupo de professores com estresse apresentou frequência significativamente maior em todos os indicadores do construto quando comparados ao grupo sem estresse. Portanto, percebe-se que o construto em referência mostra-se importante para explicar as causas de estresse nos professores pesquisados.

Tabela 27 – Frequência dos indicadores do construto fontes de tensão do indivíduo dos professores da faculdade privada

Indicadores de fonte de tensão do indivíduo	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal.	52	40,6	74	57,8
Ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre.	50	39,1	74	57,8
Assumir, no contexto do trabalho, compromissos muito desafiadores, além dos limites.	52	40,6	72	56,3
Pensar e/ou realizar frequentemente duas ou mais coisas ao mesmo tempo, com dificuldade de concluí-las, mesmo quando não há exigências para tal.	50	39,1	72	56,3
Não conseguir desligar-se do trabalho.	48	37,5	70	54,7
Ter que fazer atividades de trabalho bem acima da capacidade técnica e/ou atividades de aprendizado recente, das quais ainda não tem domínio pleno.	35	27,3	70	54,7
Média	----	37,4	---	56,3

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O construto *fontes de tensão do indivíduo* obteve a média geral de 37,4% do grupo 'sem estresse' e de 56,3% de presença e intensidade dos indicadores no grupo 'com estresse', médias estas superiores às do construto *fontes de tensão no trabalho*, analisado anteriormente. .

Além dos fatores causadores de tensão já mencionados, outros fatores foram mencionados pelos docentes pesquisados. Estes fatores são apresentados por meio da Tabela 28, a seguir.

Tabela 28 – Fatores tensionantes no trabalho dos professores da faculdade privada

Fatores Tensionantes	Frequência	%
Perda de aulas	6	20
Portal que não funciona	5	16,7
Salas superlotadas	4	13,3
Preenchimento de plano de ensino	3	10
Indisciplina	2	6,7
Construção de material didático	2	6,7
Postagem de material	2	6,7
Falta na infraestrutura	2	6,7
Cobrança	1	3,3
Salário	1	3,3
Reclamação de colegas	1	3,3
Horário	1	3,3

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Em relação a estes fatores complementares, o de maior relevância identificado foi a 'perda de aulas no final de semestre', quando carga horária do professor é reduzida, algumas vezes, ao final de cada semestre dependendo da demanda de alunos. Os professores alegaram em suas falas que ao final de cada semestre surge uma tensão maior devido à possível perda de aulas. O relato a seguir ilustra esta situação.

Não temos muitos fatores tensionantes aqui nesta instituição. O ambiente é bom, os alunos são disciplinados com raras exceções, mas quando vai chegando o final de cada semestre vem a ansiedade de se perder aulas. Pode ser que ficamos com a mesma carga horária, pode ser que perdemos, ou ainda podemos continuar com a mesma carga horária (E02).

Outra situação de certa relevância foi identificada por meio da análise qualitativa quanto ao portal institucional, que causa nervosismo e falta de paciência nos docentes. O relato apresentado a seguir ilustra esta situação.

O portal institucional não funciona. Quero dizer, funciona, mas tem um caminho que não é nada fácil de se chegar. Quando estou postando notas e estou quase ao final, se tocar o telefone não posso atender, pois o tempo é pequeno e se eu não lançar correndo o tempo expira e eu tenho que fazer tudo de novo. Fora o prazo de lançamento, que não é tão pequeno, uma semana. Mas se tenho um compromisso e não lançar, o sistema fecha e me causa um certo transtorno. Esse trabalho burocrático não deveria ser do professor. Mas, tirando isso, não tenho outros problemas, não (E01).

Quanto à superlotação das salas, mais da metade dos entrevistados apresentou essa reclamação, dizendo que isso é um fator que causa grande esgotamento. Esta situação é apontada por meio do relato a seguir.

As salas superlotadas nos deixam muito cansados, temos que tomar água o tempo todo, pois temos que falar mais alto para que todos possam ouvir, mas isso a faculdade está resolvendo comprando microfones sem fio para que melhore esta situação (E02).

Quando indagados sobre o que poderia ser feito para minimizar essas situações tensionantes, a maioria dos entrevistados mostrou que a Coordenação está sempre aberta a receber críticas e tentar mudar algumas situações, mas, como a instituição é grande, não depende deles coordenadores, na maioria das vezes. O relato a seguir ilustra esta situação.

Os coordenadores estão sempre à nossa disposição, nos ajudam no que conseguem. Escutam as críticas e sugestões e repassam para a Direção. Mas quando o assunto é sistema, isso não tem muito jeito, não. Já melhorou muito. Quando comecei, há sete anos atrás, isso era muito pior. Hoje, devido a nossas sugestões, o sistema já teve grandes progressos, e eles mudam a cada dia. Não temos muito o que fazer, não, a não ser sugerir e criticar o que não é muito acertado. Isso fazemos, e eles escutam. Isso ajuda muito (E05).

Perguntou-se sobre os impactos que a tensão excessiva vivenciada pelos professores pode causar no trabalho. Apurou-se que nesta instituição são poucas as situações de tensão, as quais podem ser resolvidas, pois os coordenadores têm ajudado muito, levando os problemas para serem resolvidos de forma cada vez mais rápida. O relato apresentado por um dos professores entrevistado mestra este contexto.

Não tem nada em excesso aqui, não. Esses fatores de tensão que citei são raros e pouco acontecem. Quando, por exemplo, acontece alguma coisa, eu chego na Coordenação relato o caso. Ela me dá um grande suporte, tentando resolver o que ela pode ou tentando levar o problema para quem pode resolver. A única coisa que não tem jeito mesmo é a respeito da perda da carga horária. Como eles dizem, se não tem alunos não tem como ter aulas a mais para os professores (E05).

5.2.4.3 Outras fontes de tensão

Além dos construtos *fontes de tensão no trabalho* e *fontes de tensão do indivíduo*, foram investigadas *outras fontes de tensão*. As decorrentes de aspectos sociais, como trânsito, violência e relacionamentos sociais, foram as que apresentaram maior frequência no grupo de professores 'com estresse' (57,8%) e, também, 'sem estresse' (35,9%). Já os aspectos de natureza familiar como: conflitos com cônjuge, conflitos na relação com ex-cônjuge, com filhos, familiares em geral, questões relacionadas à herança, pensão alimentícia e outras foram os menos recorrentes, apresentado no grupo de professores 'com estresse' (50%) e, no grupo, 'sem estresse' (30,5%). Foi observado que todos os indicadores foram maiores para os professores com estresse, o que mostra sua importância. Tais resultados podem ser verificados na Tabela 29.

Tabela 29 – Frequência dos indicadores do construto outras fontes de tensão dos professores da faculdade privada

Outras fontes de tensão / estresse	Professores sem estresse		Professores com estresse	
	N	%	N	%
Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores de <u>natureza social</u> , como: viver na cidade grande com todas as suas conseqüências, trânsito, violência, insegurança, coisas que não funcionam como deveriam, relacionamentos sociais e outros nessa esfera.	46	35,9	74	57,8
Com que frequência você se sente pressionado por <u>questões próprias</u> , por exemplo, suas características pessoais, de formação, de rigor excessivo, conflitos consigo mesmo e outras de mesma natureza.	45	35,2	68	53,1
Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores relacionados à <u>sua saúde e/ou de familiares</u> como: estar doente, conviver com doença na família, não possuir meios de atendimento seguro caso necessário, entre outros de mesma natureza.	40	31,3	68	53,1
Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores de <u>natureza familiar</u> , como: <u>conflitos com cônjuge</u> , conflitos na relação com ex-cônjuge, com filhos, familiares em geral, questões relacionadas à herança, pensão alimentícia e outras de mesma natureza?	39	30,5	64	50,0
Média	---	33,2	---	53,5

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Além de responderem em relação às fontes de tensão no trabalho e do indivíduo, os professores também foram questionados quanto à existência de outros fatores importantes causadores de tensão excessiva no ambiente de trabalho.

A TABELA 30 apresenta os fatores tensionantes citados pelos pesquisados.

Tabela 30 – Fatores tensionantes no trabalho dos professores da faculdade privada

Fatores tensionantes	Frequência	%
Perda de aulas	6	20
Portal que não funciona	5	16,8
Salas superlotadas	4	13,3
Preenchimento de plano de ensino	3	10

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Os fatores complementares mais citados como causadores de tensão excessiva foram: 'Perda de aulas', 'Portal que não funciona' e 'Salas superlotadas'. Com base nestes dados foi possível observar que os fatores tensionantes mais importantes,

neste caso, são, geralmente, externos à sala de aula, onde o professor não tem domínio sobre estes ambientes.

5.2.5 Relação entre estresse ocupacional e as variáveis demográficas e ocupacionais

Com o objetivo de aprofundar a análise dos dados obtidos, buscou-se encontrar relações entre as variáveis demográficas e ocupacionais com o estresse ocupacional. Foram verificados os pressupostos de normalidade (teste kolmogorov-Smirnov) e de homocedasticidade (teste de Levene), considerando que os grupos são independentes. A verificação desses pressupostos permitiu a utilização dos testes paramétricos de comparação de média (teste t e ANOVA).

Considerou-se que as médias são estatisticamente diferentes quando se obteve $p < 0,05$.

O teste qui-quadrado de Pearson foi utilizado para medir a existência, ou não, de associação entre as variáveis, demográficas e laborais e o estresse ocupacional. Consideraram-se as associações significativas, quando também se obteve $p < 0,05$. Os resultados dos testes estão no Apêndice D.

A primeira relação analisada foi entre o gênero e o nível de estresse ocupacional (Tabela 31). É possível perceber que a proporção de homens com estresse (34,4%) é maior que a das mulheres (23,4%).

Ao se considerar o grupo sem estresse em relação ao grupo com estresse, os homens também apresentaram maior proporção (35,9%) do que ao grupo das mulheres (6,3%). O direcionamento do teste apontou que os valores fornecidos pelas mulheres são expressivamente mais elevados que aqueles indicados pelos respondentes do sexo masculino. Logo, constata-se que o nível de estresse ocupacional detectado pelos homens é significativamente menor que o observado para as professoras pesquisadas.

Tabela 31 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o gênero dos professores da faculdade privada

Gênero	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Masculino	46	35,9	44	34,4	90
Feminino	8	6,3	30	23,4	38
Total	54	42,2	74	57,8	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A Tabela 32 apresenta a relação entre o nível de estresse ocupacional e a idade dos professores. O grupo de professores com idade de 31 a 40 anos foi o que apresentou maior proporção de ausência de estresse (18,8%). Esta faixa também teve a maior proporção de professores com estresse (34,4%). Pode-se concluir que ocorreram aí as indicações mais significativas do estresse, uma vez que Cooper et al. (1988), relata que a meia-idade seria a época mais propícia à instalação e ao agravamento dos quadros de estresse. Quanto ao p-valor relacionado à faixa etária dos respondentes, verificou-se uma tendência crescente de valores fornecidos pelos professores até a categoria 'de 41 a 50 anos'. Já a última categoria ('acima de 50 anos') apresentou valores expressivamente inferiores aos verificados para as demais. Logo, conclui-se que o nível de estresse detectado na amostra aumenta na medida em que se eleva a idade dos respondentes, à exceção daqueles com idade superior a 50 anos, que fornecem dados em que as evidências indicam um nível de estresse significativamente inferior ao obtido em todas as demais faixas etárias.

Tabela 32 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e a faixa etária dos professores da faculdade privada

Idade	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Até 30 anos	10	7,8	8	6,3	18
De 31 a 40 anos	24	18,8	44	34,4	68
De 41 a 50 anos	8	6,3	16	12,5	24
Acima de 50 anos	12	9,4	6	4,7	18
Total	54	42,2	74	57,8	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Quando se relaciona o nível de estresse ocupacional com o estado civil dos pesquisados, é possível perceber, por meio da Tabela 33, que os professores casados/vive com o cônjuge apresentaram maior proporção (23,4%) de ausência de

estresse ocupacional e tiveram a maior proporção do nível de estresse (35,9%). De acordo com o direcionamento dos testes uma categoria se destaca das demais por apresentar dados significativamente superiores aos demais: a que corresponde aos professores viúvos. Tal aspecto indica para estes um quadro mais negativo no que diz respeito ao estresse vivenciado no dia-a-dia do trabalho. No entanto, é importante atestar para o fato de que essa disparidade detectada pode ser influenciada pelo fato de tal categoria ser representada por apenas 2 respondentes.

Tabela 33 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e estado civil dos professores da faculdade privada

Estado civil	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Casado / vive cônjuge	30	23,4	46	35,9	76
Solteiro	18	14,1	20	15,6	38
Viúvo	2	1,6	0	0,0	2
Outros	4	3,1	8	6,3	12
Total	54	42,2	74	57,8	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A relação entre o nível de estresse ocupacional e o nível educacional dos pesquisados está apresentada na Tabela 34. O grupo com mestrado completa foi o que apresentou maior proporção para os professores com ausência (18,8%) de estresse e também para os professores com estresse (25,8%).

Tabela 34 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o nível educacional dos professores da faculdade privada

Nível educacional	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Especialização incompleta	1	0,8	3	2,3	4
Especialização completa	19	14,8	17	13,3	36
Mestrado incompleto	7	5,5	12	9,4	19
Mestrado completo	24	18,8	33	25,8	57
Doutorado incompleto	2	1,6	4	3,1	6
Doutorado completo	1	0,8	5	3,9	6
Total	54	42,2	74	57,8	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

No direcionamento referente ao teste entre estresse ocupacional e a variável 'Nível Educacional' ('PG' no quadro do Apêndice D), apurou-se que as categorias intermediárias indicaram a presença de estresse. Os resultados obtidos pelos

respondentes com especialização/MBA incompleto e doutorado/PhD completo apontam sinais bem mais evidentes da ausência de estresse.

Quando se trata da relação entre *consumo de bebida alcoólica* e estresse ocupacional, é possível perceber, conforme a Tabela 35, que os professores que consomem de 16 a 35 unidades por semana apresentaram a maior proporção entre os indivíduos com ausência de estresse ocupacional (4,7%). Aqueles que consomem mais de 35 unidades tiveram maior proporção entre os indivíduos com estresse (1,6%) do total de pessoas que consomem bebidas alcoólicas.

Tabela 35 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o consumo de bebida alcoólica pelos professores da faculdade privada

Quantidade de bebidas alcoólicas	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
1 a 5 unidades	0	0,0	0	0,0	76
6 a 15 unidades	0	0,0	0	0,0	38
16 a 35 unidades	6	4,7	0	0,0	2
Mais de 35 unidades	0	0,0	2	1,6	12
Total	6	4,7	2	1,6	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A coluna referente à variável 'BA' no Apêndice D está relacionada com a bebidas alcoólicas e possui apenas um p-valor inferior ao nível de significância estabelecido. O direcionamento mostra que os professores que alegam consumir bebidas alcoólicas fornecem dados de frequência expressivamente mais elevados para 'fazer atividades bem acima da capacidade técnica'. Logo, o quadro vivenciado pelos professores que consomem bebida alcoólica é mais ausente de estresse que o apresentado pelos demais.

A relação entre *hábito de fumar* e nível de estresse ocupacional Tabela 36 demonstrou que os indivíduos que não fumam significam pouco mais da metade com presença de estresse (56,3%). Já os indivíduos que têm o hábito de fumar apresentaram uma proporção um pouco mais alta entre os professores com estresse (7,8%). Isso mostra que o fumo pode influenciar o estresse dos professores. Quando observado o p-valor indicado no Apêndice D, ($p=0,056$), é possível verificar que ficou

bem próximo do limite de significância estabelecido, de 5%. Neste caso, os valores obtidos apontam nível maior de estresse para os respondentes que fumam.

Tabela 36 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o hábito de fumar dos professores da faculdade privada

Hábito de fumar	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Sim	2	1,6	10	7,8	12
Não	72	56,3	64	50,0	116
Total	74	57,9	74	57,8	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

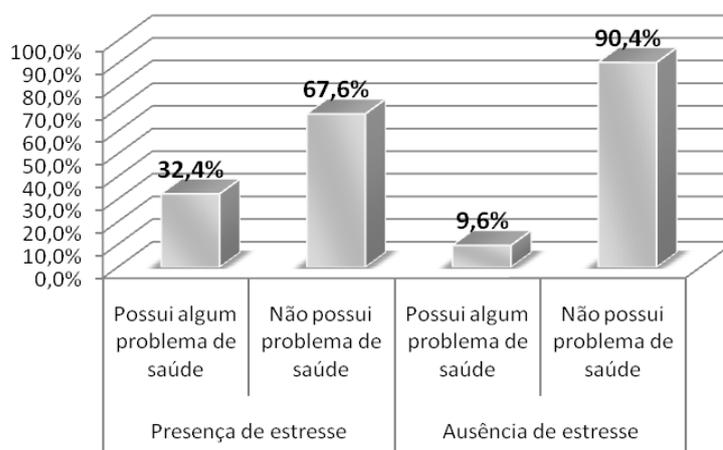
A coluna referente à variável 'Fuma' dos testes apresentados no Apêndice D(p.120) apresenta apenas um p-valor inferior a 0,05 e coloca o $p=0,009$ para 'Ter os horários de descanso tomados pelo trabalho' como fonte de tensão significativa se relacionado ao hábito de fumar. Assim foi possível deduzir que tal resultado pode configurar em um aspecto negativo na rotina de trabalho dos professores que fumam.

Ao se analisar os fumantes que fumam com frequência, (variável 'FF no quadro do Apêndice D) apresentou em sua coluna cinco resultados com p-valores significativos. Em todos os casos, os valores fornecidos pelos respondentes que declaram ter fumado menos que de costume ultimamente são expressivamente inferiores aos fornecidos pelos demais professores. Levando-se em conta que as fontes de tensão do indivíduo foram relacionadas representam situações que podem gerar estresse, o quadro obtido para os indivíduos que tem fumado menos que de costume pode ser considerado positivo.

O Gráfico 26 relaciona o nível de estresse ocupacional e a existência de problemas de saúde. É possível perceber que os indivíduos que não possuem problemas de saúde apresentaram proporções mais elevadas do nível ausência de estresse (90,4%) e do enquanto aqueles que possuem problemas de saúde apresentaram maiores proporções mais elevadas de estresse (32,4%). Dentre os 52 respondentes que não possuem evidências da presença de estresse (67,6%) não apresentaram problema de saúde. Dentre eles apenas (32,4%) apresentaram algum problema de saúde.

Todavia não foi encontrada diferença estatisticamente significativa na média do nível de estresse dos professores com ou sem problemas de saúde. O teste estatístico não indicou associação entre a existência de problemas de saúde e o estresse ocupacional, conforme tabela apresentada no Apêndice D.

Gráfico 26 – Distribuição percentual dos dados cruzados dos professores da faculdade privada quanto a presença de estresse e de algum problema de saúde



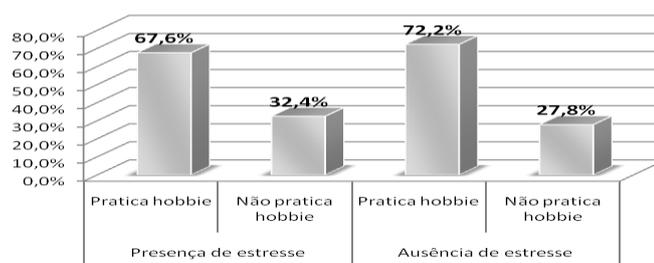
Fonte: Dados da pesquisa, 2014

O Gráfico 26 mostra os resultados, por meio das distribuições percentuais seccionadas. Os dados visualizados ratificam as análises realizadas anteriormente, confirmando o direcionamento expressivo dos dados (90,4% do total) existentes entre os professores que não apresentaram evidências de estresse e que também não possuem problemas de saúde. De outro lado, é possível verificar uma parcela de quase 68% dos respondentes que, mesmo apresentando sinais de estresse, declararam não possuir problema de saúde.

Os dados apresentados por meio do Gráfico 27 apresentam o cruzamento de dados entre as variáveis 'pratica algum *hobby*' e 'presença de estresse'. A relação entre a ausência de estresse e a prática de algum *hobby* apresentou uma concentração de 72,2% dos respondentes. De outro lado, o resultado visualizado foi de quase 68% dos professores apresentados também aderiram à prática de algum *hobby*, mas ainda assim apresentaram indícios de estresse. Os resultados apresentados no Apêndice D (p.121), mostram que em dois resultados 'conviver com indivíduos

espalha brasas' e 'pressões excessivas nos diversos aspectos' os p-valores são inferiores ao nível de significância adotado ($p \leq 0,05$). Em ambos os casos o valor apresentado no teste é maior para os professores que declaram não possuir *hobby*.

Gráfico 27 – Distribuição percentual dos dados cruzados dos professores da faculdade privada quanto à presença de estresse e a prática de algum *hobby*



Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A Tabela 37 apresenta a relação entre o nível de estresse ocupacional e o tempo de horas trabalhadas na instituição. O estresse nos professores foi observado em todos os níveis em maior proporção para quem trabalha mais de 12 horas semanais. Não foi possível perceber qualquer regularidade nas diferenças das proporções dos níveis de estresse ao se analisar a carga horária semanal de trabalho. Na coluna relativa à variável 'HTS' do Apêndice D, verifica-se a presença de três resultados significativos. No cruzamento com o item 'executo trabalho complexo' o direcionamento do teste aponta a presença de valores significativamente mais elevados fornecidos pelos professores que possuem carga horária semanal entre 6 e 9 horas, enquanto todos os demais apresentam dados que indicam menos ocorrência da situação descrita. Já nos casos referentes às variáveis 'situações de desrespeito' e 'prazos apertados' o direcionamento indicou dois grupos: o primeiro, composto pelos respondentes das duas primeiras categorias (até 9 horas de trabalho semanal), apresenta dados de frequência expressivamente mais baixos, enquanto o segundo grupo (carga horária semanal superior a 9 horas) fornece valores mais elevados, indicando maior estresse gerado pelo contexto.

Tabela 37 – Relação entre o nível de estresse ocupacional e o tempo de horas trabalhadas por semana na faculdade privada

Horas de trabalho na semana	Ausência de estresse		Professores com estresse		Total
	N	%	N	%	
Menos de 6	3	2,3	8	6,3	11
De 6 a 9	12	9,4	10	7,8	22
De 9 a 12	10	7,8	4	3,1	14
Mais de 12	29	22,7	52	40,6	81
Total	54	42,2	74	57,8	128

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

A seguir são apresentadas as conclusões relativas ao estudo em questão.

6 CONCLUSÕES

Esta pesquisa teve por objetivo geral identificar e analisar os níveis de estresse, os principais sintomas, os fatores mais evidentes que causam pressão excessiva no trabalho dos professores que atuam em uma escola privada de ensino superior e em uma escola pública de ensino fundamental e médio de Minas Gerais, tendo como referência o Modelo Teórico (MTEG), desenvolvido por Zille (2005). Para atingir este objetivo, realizou-se uma pesquisa quantitativa e qualitativa, de caráter descritivo, com 84 professores de uma escola pública estadual de Minas Gerais e 128 professores de uma faculdade privada localizada na cidade de Belo Horizonte.

A análise do nível de intensidade do estresse ocupacional dos professores da escola pública estadual revelou que 59 professores, ou 70,2%, apresentaram quadro de estresse variando de leve e moderado a muito intenso. Os participantes que não apresentaram quadro de estresse foram 25, ou 29,8%.

Martins (2007) apresentou um valor semelhante em sua pesquisa com professores de ensino fundamental que foi 67,1% na Paraíba. Santos (2005) em seu estudo de caso em Salvador também encontrou como resultado professores com grandes indícios de estresse. Essas pesquisas reforçam que o nível de estresse em professores das escolas de ensino fundamental e médio realmente estão altos não somente em Minas Gerais como em outras partes do Brasil.

Em relação aos sintomas de estresse manifestados pelos professores da Escola Pública Estadual, os mais recorrentes e significativos em termos de intensidade no grupo dos professores com manifestação de estresse foram o nervosismo e a fadiga, relatado por 73,8% dos pesquisados; angústia e insônia por 64,3%; ansiedade por 61,9%; dor nos músculos do pescoço e ombros, 59,5%; e ímpetos de raiva com manifestação em 57,1% em relação aos professores com estresse.

A análise do nível de intensidade do estresse ocupacional dos professores da faculdade privada revelou que 74 professores, ou 57,8%, apresentaram quadro de

estresse variando de leve e moderado a muito intenso. Os participantes que não apresentaram quadro de estresse foram 54, ou 42,2%.

Lima (2010) em seu estudo de caso em um IES encontrou estresse em seus resultados causados por diversos estressores. Paiva e Saraiva (2005) em sua pesquisa indicaram baixos níveis de estresse ocupacional quando estudaram professores universitários. Servilha (2005) que investigou professores universitários detectou 47,8% dos professores com estresse, resultados com uma certa semelhança ao apresentado.

Em relação à faculdade privada, os principais sintomas apontados pelos professores pesquisados foram a ansiedade relatada por 57,8% dos docentes, fadiga (56,3%), irritabilidade fácil (56,3%), nervosismo (56,3%) e dor nos músculos do pescoço e ombros (56,3%). O resultado da faculdade privada em relação aos sintomas de estresse foi bem semelhante àquele da escola pública estadual e mostra relação com os estudos de Martins (2007) e Servilha (2005).

Analisando esses resultados em relação ao estudo de Martins (2007), verificou-se que a fadiga esteve presente como um sintoma importante nos dois estudos, ou seja, em relação às escolas públicas e privadas estudadas. Ainda em relação ao estudo de Martins (2007), a irritabilidade também se mostrou presente de forma importante, o que ocorreu também em relação aos docentes da escola privada.

Os resultados desta pesquisa em relação aos sintomas de estresse reforçam os achados de Servilha (2005), em que estes sintomas, com predominâncias dos físicos, também foram constatados por este autor.

Neste estudo também foram analisadas as fontes de tensão relacionadas ao trabalho, ao próprio indivíduo e a outros fatores do ambiente, nas duas instituições pesquisadas.

Em relação à escola pública estadual, a investigação das fontes de tensão no trabalho permitiu identificar que a 'indisciplina dos alunos' relatados por 95,2% dos professores, tem sobrecarregado muito em sala de aula; o 'cumprimento de horas de

trabalho aos sábados', relatado por 85,7% dos pesquisados, não está permitindo o descanso suficiente para o trabalho com disposição na semana seguinte, e o 'baixo salário' apontado por 81,0% dos docentes, que, muitas vezes, causa indignação. Estas foram as fontes mais frequentes e importantes que causaram tensão excessiva no trabalho no grupo de professores com estresse na escola estadual.

Algumas das fontes de tensão identificadas em relação ao trabalho dos docentes da escola pública são coerentes com resultados de pesquisa realizada por Santos (2005), que identificou que parte significativa das queixas de sofrimento dos professores estava relacionada a comportamentos dos alunos, sobretudo a 'indisciplina'.

Quando se trata da análise do construto *fontes de tensão do indivíduo*, os indicadores se mostraram importantes para explicarem as causas de tensão excessiva no trabalho dos docentes. Os indicadores mais recorrentes foram: 'levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal' e 'ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre'. Estes indicadores estiveram presentes em percentuais significativos, 57,8% e 76,2%, respectivamente, no grupo de professores identificados com estresse.

Na escola pública estadual a análise do estresse em subgrupos estratificados por variável demográfica e outras (sexo, idade, estado civil, escolaridade, hábito de fumar, prática de *hobby*) e por variável funcional (horas semanais trabalhadas) permitiu constatar que, em relação ao estado civil, hábito de fumar e prática de *hobby*, os professores casados ou que vivem com os conjugues apresentaram níveis de estresse mais elevados que os solteiros, viúvos e outro tipo de vínculo conjugal. Em relação ao hábito de fumar, constatou-se que os fumantes apresentaram níveis de estresse mais elevados que os não fumantes. Já os praticantes de *hobbies* apresentaram níveis de estresse mais baixos que os não praticantes.

Em relação à faculdade privada a investigação das fontes de tensão no trabalho permitiu reconhecer que a 'execução de trabalho complexo'; 'realização de várias atividades ao mesmo tempo com alto grau de cobrança'; e a 'Indisciplina' dos alunos'

foram os indicadores mais frequentes no grupo de professores diagnosticados com estresse, revelando-se, portanto, como os mais importantes do construto *fontes de tensão no trabalho*. Estes indicadores apresentaram frequência de 57%, e 53,9%, respectivamente, nos três indicadores mencionados.

Estes resultados se mostram em consonância com os dados obtidos por este estudo em relação à escola pública, como também com os resultados obtidos por Santos (2005), em estudo realizado em uma escola de nível médio na cidade de Salvador.

Quando se trata do construto *fontes de tensão do indivíduo*, todos indicadores foram importantes, pois se apresentaram em mais da metade dos professores diagnosticados com estresse. Os mais recorrentes foram: 'Levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal' e 'ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre' (57,8%).

Em relação à faculdade privada, verificou-se também que fatores do ambiente escolar contribuem para os níveis de tensão excessiva no trabalho dos docentes. A análise dos níveis de estresse em subgrupos estratificados por variável demográfica permitiu constatar que, em relação ao hábito de fumar, os fumantes apresentaram níveis de estresse mais elevados que os não fumantes. O teste aplicado obteve valor ($p=0,056$) e embora tenha ficado bem próximo do limite ($p<0,05$) teve indicações maior nível de estresse para os respondentes que fumam.

Em relação a outros contextos da vida dos professores, tanto da escola pública quanto da faculdade privada, fatores de natureza social, como trânsito, violência, insegurança e situações que não funcionam no dia em relação às necessidades destes profissionais foram também consideradas como causas importantes, geradoras dos níveis de estresse identificados nesta pesquisa.

Considerando, nas duas pesquisas realizadas, as fontes de tensão relatadas, reforça-se a afirmação de Johnson *et al.* (2009) de que as pessoas que trabalham em ocupações com alta carga de tensão diária, no caso os docentes, terão maior probabilidade de vivenciar as condições negativas do estresse.

Nessa direção, Zanelli (2010), considera que os trabalhadores que têm que se submeter a condições desfavoráveis de trabalho poderão, no longo prazo, causar e acelerar o curso ou desencadear os sintomas relacionados à saúde e conseqüentemente ao estresse. Tal condição também foi verificada neste estudo, sendo possível perceber que as diversas fontes de tensão presentes no dia a dia dos docentes estão ocasionando níveis significativos de estresse no trabalho, tanto na escola pública (70,2%) como na faculdade privada (57,8%).

Ainda é possível concluir que, assim como relatado por Levi (2008), pode-se considerar que o trabalho e seu ambiente, quando não estruturados adequadamente, podem afetar de forma negativa a saúde, e as demais dimensões da vida dos trabalhadores. Esta situação gera implicações na produtividade e nas demais relações nos planos familiares, sociais, entre outros, com implicações diretas na geração de quadros de estresse ocupacional.

Em termos de contribuição, os resultados obtidos com este estudo, no plano acadêmico, contribuíram para ampliar os estudos em relação ao estresse ocupacional de docentes que atuam em instituições públicas e privadas, bem como para um maior conhecimento dos fatores relacionados a tensões excessivas vivenciadas por esses docentes nos seus ambientes de trabalho. Contribuem também à medida em que fornecem indicadores para a ampliação e aprofundamento de estudos nesta área.

No contexto organizacional, este estudo poderá ser de grande importância tanto para a escola pública estadual quanto para a faculdade privada pesquisada. Essas instituições poderão traçar ações visando reduzir as causas que evidenciaram o estresse entre os professores, proporcionando assim, ambiente mais adequado para se trabalhar. Em relação aos docentes, estes podem estar mais conscientes dos fatores causadores do estresse no trabalho, podendo desenvolver mecanismos de regulação que possam ser adotados de forma a prevenir e/ou eliminar situações estressantes no contexto do trabalho.

Em relação ao contexto social, esta dissertação buscou contribuir para melhorar a compreensão das questões relacionadas ao trabalho, sobretudo em relação ao trabalho docente. Este contexto é fundamental para o desenvolvimento das instituições nos planos individual e coletivo, com repercussões na sociedade, sobretudo na sociedade brasileira, que para o seu efetivo desenvolvimento necessita do aprimoramento e intensificação das ações relacionadas à educação.

Como limitação da pesquisa cita-se o próprio método empregado, estudo de caso, que pela sua própria natureza não permite generalizações em relação ao contexto estudado. Destaca-se também certa dificuldade de operacionalização em relação ao levantamento dos dados empíricos necessários ao estudo que foi realizado por meio da aplicação de questionários e realização de entrevistas. Esta situação ocorreu tanto na escola estadual como na faculdade privada. Muitos professores se mostraram com pouca disponibilidade de tempo para fornecer as informações requeridas, no entanto com a persistência do pesquisador os dados necessários foram obtidos.

Por fim, a título de sugestão, esta pesquisa pode ser replicada em outras escolas estaduais, como em escolas privadas, com objetivo de conhecer outras realidades relacionadas ao contexto estudado. Recomenda-se também a realização de estudos envolvendo as escolas públicas de ensino fundamental e médio e as escolas particulares ou, ainda, entre escolas de nível superior, tendo por objetivo conhecer o estresse dos professores, de forma mais ampla.

REFERÊNCIAS

- ALBRECHT, Karl. **O gerente e o estresse: faça o estresse trabalhar para você**. Rio de Janeiro: Zabar, 1990. 291 p.
- ARAÚJO, Tania Maria *et al.* Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Salvador, v. 29, n. 1, p. 6-21, 2005.
- BACCARO, Arquimedes. **Vencendo o stress**. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 1997. 155 p.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições Setenta, 2008. 271 p.
- BENKE, Mara Regina Pagnussat; CARVALHO, Élcio. Estresse x qualidade de vida nas organizações: um estudo teórico. **Revista Objetiva**, Rio Verde, n. 4, 2008. Disponível em <<http://www.faculdadeobjetivo.com.br/arquivos/Estresse.pdf>>. Acesso em: 2. fev. 2014.
- CAMELO, Silvia H. Henriques; ANGERAMI, Emília. Luígia Saporiti. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de Saúde da Família. **Rev. Latino-am Enfermagem**, Ribeirão Preto. v.12, n.1, p.14-21, jan./fev. 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v12n1/v12n1a03.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2013.
- CANOVA, Karla Rejane; PORTO, Juliana Barreiros. O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio. **Revista de Administração Mackenzie – RAM**, São Paulo, v. 11, n. 5, p. 4-31, set./out. 2010.
- CARDOSO, Rui. M. *et al.* O Stress nos Professores Portugueses: estudo do instituto de prevenção do stress e saúde ocupacional – IPSSO. **Coleção mundo dos saberes 31**. Porto: Porto Editora, 2000. 176 p.
- CARVALHO, Hilma T. T. K. Professora primária: amor de dor. In: CODO, Wanderley; SAMPAIO, José J. C. **Sofrimento psíquico nas organizações: saúde mental e trabalho**. Rio de Janeiro, Petrópolis: Vozes, p. 107-188, 1995.
- CARVALHO, Antônio. V. de; SERAFIM, O. C. G. **Administração de recursos humanos**. 2. ed. São Paulo: Ed. Pioneira, 2002. 340 p.
- CARVALHO, Maria. Vitalina Borges de; GARCIA, Fernando Coutinho. Prazer e sofrimento no trabalho de professores do ensino fundamental e médio: estudo de caso em uma escola estadual da cidade de Curvelo – MG. In: SEMINÁRIOS EM ADMINISTRAÇÃO – SemeAd, 14., 2011, São Paulo. **Anais...** São Paulo: USP.
- CERTO, Samuel C *et al.* **Administração estratégica: planejamento e implantação da estratégia**. 3. ed. São Paulo: Pearson Education, 2010. 336 p.

CODO, Wanderley. **Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação**. Brasília: Universidade de Brasília, Laboratório de Psicologia do Trabalho, 1999. 25 p.

CODO, Wanderley. **Carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 2004. 432 p.

COLLIS, Jill; HUSSEY, Roger. **Pesquisa em administração**: um guia prático para alunos de graduação e pós-graduação. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2005. 352 p.

COOPER, Cary L.; COOPER, Rachel D.; EAKER, Lynn H. **Living with stress**. London: Penguin Books, 1988. 250 p.

CARTWRIGHT, Susan; COOPER Cary. L. **ASSET**: An Organisational Stress Screening Tool - The Management Guide. Manchester, UK: RCL Ltd, 2002.

COUTO, Hudson A. **Stress e qualidade de vida dos executivos**. Rio de Janeiro: COP, 1987. 291 p.

CRUZ, Roberto Moraes; LEMOS, Jadir Camargo. Atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 17, n. 24, p. 59-80, jun. 2005.

CRUZ, Roberto. Moraes *et al.* Saúde docente, condições e carga de trabalho. **Revista Electrónica de Investigación y Docência – REID**, Florianópolis, n. 4, p. 147-160, jul. 2010.

DEJOURS, Christophe. **O indivíduo na organização**: dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1993. 24 p.

DUTRA, Luiz. H. A. **Epistemologia de Claude Bernard**. Campinas: CLE/Unicamp, 2001. 162 p.

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente**. Lisboa: Fim do Século Edições, 1992. 31 p.

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente**: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru: Edusc, 1999. 33 p.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Minidicionário da língua portuguesa**. 3. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999. 2272 p.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 2, maio/ago. 2005.

GIL, Antônio Carlos. **Gestão de pessoas**: enfoque nos papéis profissionais. São Paulo: Atlas, 2001. 312 p.

GLINA, Débora Miriam Raab; ROCHA, Lys Esther. Prevenção para a saúde mental no trabalho. In: GLINA, Débora Miriam Raab; ROCHA, Lys Esther (Orgs.) **Saúde mental no trabalho**: desafios e soluções. São Paulo: VK, p. 53-82, 2000.

- GOMES, Antonio Rui *et al.* Stress, saúde física, satisfação e burnout em profissionais de saúde: análise das diferenças em função do sexo, estado civil e agregado familiar. In: M. PEREIRA, C. SIMÕES; T. MCINTYRE (Eds.). Modelos de Investigação e prática em diferentes contextos de saúde. Congresso Família, Saúde e Doença, 2., Braga. **Anais...** Braga: Universidade do Minho, v. 4, p. 178-192, 2008.
- GONÇALVES, Carlos Alberto; MEIRELLES, Anthero de Moraes. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. São Paulo: Atlas, 2004. 199 p.
- GUNTHER, Hartmut (Org.). **Como elaborar um questionário**. Planejamento de Pesquisa nas Ciências Sociais, Brasília: UNB, 2003. 35 p.
- JOHNSON, Sheena *et al.* A vivência do stress relacionado ao trabalho em diferentes ocupações. In: ROSSI, Ana Maria; QUICK, James Campbell; PERREWÉ, Pamela L. (Orgs.). **Stress e qualidade de vida no trabalho: o positivo e o negativo**. São Paulo: Atlas, 2009. p. 65-77.
- KARASEK, Robert *et al.* The job content questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. **Journal of Occupational Health Psychology**, v. 3, n. 4, p. 322-355, 1998.
- LEITE, Délia Ribeiro; FIGUEIREDO, Adriana Maria de; SÓL, Núncio Antônio Araújo. **Saúde e condições de trabalho dos docentes na Universidade Federal de Ouro Preto**. Ouro Preto: UFOP, 2003. 13 p.
- LEVI, Lennart. O guia da comissão europeia sobre stress relacionado ao trabalho e iniciativas relacionadas: das palavras à ação. In: ROSSI, Ana Maria; PERREWÉ, Pamela L.; SAUTER, Steven L. (Orgs.). **Stress e qualidade de vida no trabalho: perspectivas atuais da saúde ocupacional**. São Paulo: Atlas, 2008. P. 167-181.
- LIMA, Maria de Fátima Evangelista Mendonça. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a: estudo de caso de uma IFES. **Desafio: Revista de Economia e Administração (continua como Desafio Online)**, Campo Grande, v.11, n. 23.p. 25-35, jan./abr. 2010.
- LIMONGI-FRANÇA, Ana C.; RODRIGUES, Avelino L. **Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2002. 192 p.
- LIPP, Marilda. **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde ocupações e grupos de risco**. Campinas: Papyrus, 1996. 304 p.
- LIPP, Marilda. **O stress do professor**. Campinas: Papyrus. 2002. 136 p.
- MAFFIA, Lyovan N. **Estresse ocupacional em gerentes: estudo nas secretarias de estado de Minas Gerais**. 2013. 158 f. Dissertação (Mestrado em Administração). Centro de Pós-graduação e pesquisas em administração, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte. 2013.

MARTINS, Maria das Graças Teles. Sintomas de Stress em Professores Brasileiros. **Revista Lusófona de Educação**, Lisboa, n. 10, p. 109-128, 2007.

McGRATH, Joseph E. Stress and Behavior in Organization. In: DUNNETE, Marvin D.; HOUGH, Leaetta M. (Eds.). **Handbook of industrial and organizational psychology**. Chicago: Rand McNally Co, p. 1351-1395, 1976.

MATTOS, Margarida G. **Vida no trabalho e sofrimento mental do professor de Educação Física da escolamunicipal**: implicações de seu desempenho e na sua vida pessoal. 1994. 145 f. Tese (Doutorado em Educação) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.

MENDES, Ana Magnólia; CRUZ, Roberto. M. Trabalho e saúde no contexto organizacional: vicissitudes teóricas. In: TAMAYO, Álvaro. **Cultura e saúde nas organizações**. Porto Alegre: Artmed, 2004. p. 39-55.

MOTA-CARDOSO, Rui Mota *et al.* **O Stress nos Professores Portugueses**. Estudo do Instituto de Prevenção do Stress e Saúde Ocupacional – IPSSO. Porto: Porto Editora, 2002. 176 p.

MUROFUSE, Neide Tiemi; ABRANCHES, Sueli Soldati; NAPOLEÃO, Anamaria Alves. Reflexões sobre estresse e *burnout* e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-Am Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 13, n. 2, p. 255-261, mar./abr. 2005.

NAUJORKS, Maria Inês. Stress e inclusão: indicadores de stress em professores frente a inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais. **Revista Educação Especial**, São Paulo, n. 20, 2002.

PAIVA, Kely M. P; SARAIVA, Luiz A. S. Estresse ocupacional de docentes do ensino superior. **Rev.Adm.**, São Paulo, v. 40, n. 2, p.145-158, abr./jun. 2005.

PEREIRA, Anabela M. S. Resiliência, personalidade, stress e estratégias de coping. In: TAVARES, José P. da Costa (Org.). **Resiliência e educação**. São Paulo: Cortez, 2001.

PÉREZ-RAMOS, João. Stress no ambiente organizacional: conceitos e tendências. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 42, n. 96-97, p. 89-98, 1992.

PORTO, Lauro Antonio *et al.* Associação entre distúrbio psíquicos e aspectos psicossociais do trabalho de professores. **Revista de Saúde Pública**, Salvador, v. 40, n. 5, p. 818-826, 2006.

REINHOLD, Helga Hinkenickel. O Burnout. In: LIPP, Marilda Emmanuel Novaes (Org.). **O Stress do professor**. Campinas: Papyrus, 2002. p. 63-80.

REIS, Rodrigo Siqueira. **Comportamentos de risco à saúde e percepção de estresse dos professores universitários das IFES do sul do Brasil**. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós-Graduação em

Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005.

SANTANA, Marco A. O mundo do trabalho em mutação: as reconfigurações e seus impactos. **Cadernos IAU Ideias**, São Leopoldo, v. 3, n. 34. 2005.

SANTOS, Tatiana Moraes. **Trabalho docente noturno e saúde mental**: estudo de caso em uma escola de nível médio em Salvador. 2005. 121 f. Dissertação (Mestrado em Educação e Contemporaneidade) – Programa de Pós-graduação em Educação e Contemporaneidade, Universidade do Estado da Bahia, Salvador, 2005.

SELYE, Hans. **The stress of life**. New York: McGraw-Hill, 1956. 324 p.

SERVILHA, Emilse Aparecida Merlin. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. **Revista Ciências Médicas**, Campinas, v. 14, n. 1, p. 43-52, jan./fev. 2005.

SILVA, Edna Lúcia da; MENEZES, Estera Muszkat. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 3. ed. Florianópolis: UFSC, 2001. 121 p.

SOUZA, Kátia Reis de *et al.* Trajetória do Sindicato Estadual dos Profissionais da Educação do Rio de Janeiro (SEPE-RJ) na luta pela saúde no trabalho. **Ciência e Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 8, n. 4, p. 1057-1068, 2003.

TEIXEIRA, Enise B. A Análise de Dados na Pesquisa Científica: importância e Desafios em Estudos Organizacionais. **Revista Desenvolvimento em questão**, Rio Grande do Sul, v. 1, n. 2, p. 177-201, jul./dez. 2003.

VELOSO, Henrique Maia. **O que o coração sente mesmo quando os olhos não vêem**: levantamento e análise dos agentes estressores do trabalho bancário. 2000. 166 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Centro de Pós-graduação e Pesquisas em Administração, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2000.

VERGARA, Sylvia Constant. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Cortez, 1997. 102 p.

VERGARA, Sylvia. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. São Paulo: Atlas, 2006. 94 p.

YIN, Robert K. **Estudo de caso**: planejamento e métodos. 3. ed. Porto Alegre: Bookman, 2005. 212 p.

ZANELLI, José Carlos *et al.* **Estresse nas organizações de trabalho**: compreensão e intervenção baseadas em evidências. Porto Alegre: Artmed, 2010. 128 p.

ZILLE, Luciano Pereira. **Novas perspectivas para abordagem do estresse ocupacional em gerentes**: estudo em organizações brasileiras de setores diversos. 2005. 253 f. Tese (Doutorado em Administração) – Centro de Pós-graduação e

Pesquisas em Administração, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2005.

ZILLE, Luciano Pereira; BRAGA, Clarisse D; ZILLE, Geancarlo P. SANT'ANNA Andressa Souza. KILIMNIK, Zélia Miranda. Estresse Ocupacional: como os gestores brasileiros estão respondendo às transformações na função gerencial? In: **Qualidade de vida no trabalho**: abordagens e fundamentos. Rio de Janeiro. Campus, p. 200-221, 2011.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Questionário da Pesquisa.....	111
APÊNDICE B – Roteiro de Entrevista para análise qualitativa.....	118
APÊNDICE C – Resultados dos testes estatísticos da escola estadual.....	119
APÊNDICE D – Resultados dos testes estatísticos da faculdade privada	120

APÊNDICE A – Questionário da Pesquisa

QUESTIONÁRIO DA PESQUISA

FACULDADES NOVOS HORIZONTES

Curso de mestrado acadêmico em Administração

Questionário sobre

ESTRESSE NO TRABALHO:

estudo com professores de uma escola privada de ensino superior e uma escola pública de ensino fundamental e médio de Minas Gerais

INFORMAÇÕES GERAIS

Este questionário tem como objetivo obter dados para estudar o estresse ocupacional em professores. Você **não precisa se identificar**, uma vez que o estudo levará em conta informações globais sobre as Unidades de ensino pesquisadas. A sua colaboração é muito importante para que se possa entender melhor o estresse no trabalho, contribuindo assim com a realização de estudos científicos na área.

Fique atento ao que está sendo solicitado em cada questão e dê a sua resposta. Se assinalar uma resposta e desejar alterá-la, basta circular a resposta errada e marcar novamente a resposta correta.

Para as suas respostas, considere o que vem ocorrendo com você nos últimos seis meses, exceto no caso de orientação específica em alguma questão. Marque as respostas com a maior precisão possível.

Agradeço a sua valiosa contribuição para a realização desta pesquisa.

Arthur Moraes Cremonezi – Mestrando, Responsável pela Pesquisa
Mestrado Acadêmico em Administração da Faculdade Novos Horizontes

Belo Horizonte

2014

PARTE A

Marque com "X" de acordo com cada situação específica e nas demais questões complete conforme solicitado:

1. **Sexo:** 1.1 () Masculino ; 1.2 () Feminino

2. **Idade:** _____ anos

3. **Estado Civil:** 3.1 () Casado/Vive Cônjuge; () 3.2 Solteiro; () 3.3 Viúvo; () 3.4 Outros

4. **Nacionalidade:** 4.1 () Brasileira; 4.2 () Outra: Qual? _____

5. **Data de Resposta do Questionário:** ____/____/_____

6. **Há quanto tempo você atua como professor?**

6.1 () Menos de 1 ano.

6.2 () De 1 a 3 anos.

6.3 () De 4 a 6 anos.

6.4 () Mais de 6 anos.

7. **Você está trabalhando quantas horas por semana este ano?** _____ horas semanais.

8. **Nesta questão, marque o nível educacional mais elevado** (marcar somente um nível).

8.1 () Graduação incompleta – Nome do Curso: _____

8.2 () Graduação completa – Nome do Curso: _____

9. **Esta questão refere-se à Pós-Graduação** (MBA/Especialização; Mestrado; Doutorado)

Assinalar todos os cursos realizados e suas respectivas áreas. (caso o espaço seja insuficiente use o verso)

9.1 () MBA/Especialização Incompleto - Área: _____

9.2 () MBA/Especialização completo - Área: _____

9.3 () Mestrado incompleto - Área: _____

9.4 () Mestrado completo - Área: _____

9.5 () Doutorado/PhD incompleto - Área: _____

9.6 () Doutorado/PhD completo - Área: _____

10. **Você fuma?**

10.1 () Sim; 10.2 () Não

11. **Se sim, com que frequência tem fumado?**

11.1 () Mais que de costume.

11.2 () O mesmo que de costume.

11.3 () Menos que de costume.

12. Você toma bebida alcoólica? 12.1 () Sim; 12.2 () Não

Se sim, quantas unidades você toma por semana em média?

(1 unidade = uma taça de vinho, uma caneca de chope, uma garrafa de cerveja ou uma dose de destilados)

12.3 () 1 a 5 unidades.

12.4 () 6 a 15 unidades.

12.5 () 16 a 35 unidades.

12.6 () Mais de 35 unidades.

13. Nos últimos seis meses, com que frequência você tem bebido? (Só responder esta questão se você marcou "sim" na questão 12)

13.1 () Mais que de costume.

13.2 () O mesmo que de costume.

13.3 () Menos que de costume.

14. Você tem algum problema relacionado à sua saúde? (hipertensão, doenças cardíacas, diabetes, úlcera, gastrite, colite, outros).

14.1 () Sim. Qual(is)? _____ Desde quando? (mês/ano) ____/____ .

14.2 () Não.

15. Você já foi acometido por infarto cardíaco? (Se sim, informar da forma mais precisa possível a sua ocorrência)

15.1 () Sim.

15.2 Com que idade? _____ anos;

15.3 Há quanto tempo? _____ anos e _____ meses.

15.4 () Não.

16. Você tem algum *hobbie*?

16.1 () Sim. Qual(is)? _____

16.2 () Não

PARTE B

Favor responder a esta parte do questionário assinalando com um 'X' o número correspondente, de acordo com as alternativas constantes do quadro à direita, tendo como referência o que você efetivamente vem sentindo nos últimos seis meses.

Como estou me sentindo nos últimos três meses?	Nunca	Raramente	Algumas Vezes	Freqüente	Muito Freqüente
B1					
1. Nervosismo acentuado.	1	2	3	4	5
2. Ansiedade (sensação de vazio, lacuna, hiato entre o agora e o futuro, associado a medo/apreensão em relação ao futuro).	1	2	3	4	5
3. Ímpetos de raiva.	1	2	3	4	5
4. Angústia (aflição, sensação de impotência diante de problemas que o afligem – problemas de qualquer natureza).	1	2	3	4	5
5. Fadiga (baixo nível de energia, sentir o corpo um “bagaço”, sentir-se cansado precocemente ao longo do dia, sonolência).	1	2	3	4	5
6. Irritabilidade fácil (irritação sem motivos aparentes).	1	2	3	4	5
7. Períodos de depressão (tristeza, apatia, isolamento, falta de energia).	1	2	3	4	5
8. Dor de cabeça por tensão.	1	2	3	4	5
9. Insônia (dificuldade de conseguir dormir, sono entrecortado, acordar de madrugada e ter dificuldades em dormir de novo).	1	2	3	4	5
10. Dor nos músculos do pescoço e ombros.	1	2	3	4	5
11. Dor discreta no peito sobtensão.	1	2	3	4	5
12. Palpitações (sentir o coração <u>bater forte</u> em alguns momentos).	1	2	3	4	5
13. Indisposição gástrica ou dor no estômago, que se acentuam diante de exigências emocionais.	1	2	3	4	5
14. Nó na garganta (sensação de sufocamento).	1	2	3	4	5
15. Tontura, vertigem.	1	2	3	4	5
16. Falta ou excesso de apetite.	1	2	3	4	5
17. Perda e/ou oscilação do senso de humor.	1	2	3	4	5
18. Uso de cigarros para aliviar a tensão.	1	2	3	4	5
19. Uso de bebidas alcoólicas para aliviar a tensão.	1	2	3	4	5
20. Pânico - sensação de estar fora de si e/ou do mundo; medo de perder o controle das situações, podendo acarretar <u>alguns dos seguintes sintomas</u> : palpitação, sensação de falta de ar e de sufocação, dor no peito, náuseas, tontura, sensação de desmaio, formigamento nos dedos, ondas de frio ou calor, boca seca.	1	2	3	4	5
B2					
1. Levar a vida de forma muito corrida, realizando cada vez mais trabalho em menos tempo, mesmo quando não há exigências para tal.	1	2	3	4	5
2. Pensar e/ou realizar frequentemente duas ou mais coisas ao mesmo tempo, com dificuldade de concluí-las, mesmo quando não há exigências para tal.	1	2	3	4	5
3. Não conseguir desligar-se do trabalho.	1	2	3	4	5
4. Assumir, no contexto do trabalho, compromissos muito desafiadores, além dos limites.	1	2	3	4	5
5. Ter que fazer atividades de trabalho bem acima da capacidade técnica e/ou atividades de aprendizado recente, das quais ainda não tem domínio pleno.	1	2	3	4	5
6. Ter o dia muito tomado com uma série de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre.	1	2	3	4	5
7. Ter os horários de descanso (após expediente, feriados e finais de semana) tomados pelo trabalho.	1	2	3	4	5

B3. Cite até três estratégias pessoais que você utiliza para reduzir o impacto de situações tensionantes/ estressantes no seu ambiente de trabalho. Responda de forma objetiva e utilize tão somente os espaços a seguir para relatá-las.

B3-1. _____

B3-2. _____

B3-3. _____

PARTE C

Favor responder a esta parte do questionário assinalando com um “X” o número correspondente, de acordo com as alternativas constantes no quadro a seguir, tendo como referência o que você efetivamente sente em relação ao seu contexto de trabalho nos últimos seis meses.

Aspectos relacionados ao meu trabalho	Nunca	Raramente	Algumas Vezes	Frequente	Muito Frequente
1. Executo um trabalho complexo, e o mesmo me deixa desgastado/muito cansado.	1	2	3	4	5
2. A indisciplina dos alunos tem me sobrecarregado muito em sala de aula	1	2	3	4	5
3. O trabalho que executo consiste na realização de várias atividades ao mesmo tempo, com alto grau de cobrança, o que gera em mim tensão excessiva.	1	2	3	4	5
4. Percebo que a filosofia da Escola é pautada pela obsessão e compulsão por resultados, causando-me tensão excessiva.	1	2	3	4	5
5. É normal que as Escolas queiram fazer mais com o mínimo, porém nesta Escola a situação é muito exagerada (paranoia).	1	2	3	4	5
6. A organização administrativa da Escola vem utilizando alguns princípios que me levam ao extremo, com a aplicação de técnicas cada vez mais sofisticadas aos alunos buscando uma grande produtividade. Isso gera em mim tensão excessiva.	1	2	3	4	5
7. Esta Escola estabelece metas de trabalho em excesso, gerando grande desgaste na sua execução, acompanhamento e avaliação.	1	2	3	4	5
8. Grande parte das decisões relacionadas ao meu trabalho é tomada sem a minha participação, o que causa em mim desgaste excessivo.	1	2	3	4	5
9. Conviver com “espalha-brasas” (indivíduo estressado, ansioso, desequilibrado emocionalmente) é significativa fonte de tensão no meu ambiente de trabalho.	1	2	3	4	5
10. No desenvolvimento do meu trabalho, sofro pressão excessiva em seus diversos aspectos.	1	2	3	4	5
11. Já presenciei nesta Escola a ocorrência de algum impacto emocional causado por indisciplina grave ou outras atitudes violentas.	1	2	3	4	5
12. Tenho experimentado nesta Escola situações de inibição de autenticidade e coerência no exercício das minhas atividades.	1	2	3	4	5
13. Tenho experimentado nesta Escola situações de inibição da liberdade no exercício das minhas atividades.	1	2	3	4	5
14. Nesta Escola existe prática <u>recorrente</u> de isolar, perseguir pessoas que eventualmente sejam consideradas funcionalmente inadequadas.	1	2	3	4	5
15. Há situações em que se procura manter as pessoas num clima de insegurança e medo.	1	2	3	4	5
16. Há decisões tomadas por pessoas "mentalmente desequilibradas" (perversas e/ou neuróticas).	1	2	3	4	5

Aspectos relacionados ao meu trabalho	Nunca	Raramente	Algumas Vezes	Frequente	Muito Frequente
17. Há situações de prática de humilhação aos professores explícita ou implícita, nesta organização.	1	2	3	4	5
18. Há situações de desrespeito humano nesta Escola.	1	2	3	4	5
19. Eu sinto que a minha relação de emprego nesta organização é insegura/instável.	1	2	3	4	5
20. Para atingir os resultados que a organização exige, muitas vezes, defronto-me com situações em que há orientações superiores, explícitas ou implícitas, para agir fora do que considero eticamente correto.	1	2	3	4	5
21. Muitos prazos e prazos apertados são rotina no meu trabalho, acarretando-me grande incômodo e tensão excessiva.	1	2	3	4	5
22. O número excessivo de horas de trabalho é considerado por mim como uma importante fonte de tensão e/ou sensação de desgaste.	1	2	3	4	5
23. As minhas atividades nesta Escola geram uma excessiva carga de trabalho, o que, de certa forma, está ultrapassando os meus limites e gerando significativa fonte de tensão para mim.	1	2	3	4	5
24. O salário que recebo me causa indignação no meu trabalho, fazendo com que eu esteja constantemente de mau humor.	1	2	3	4	5
25. A falta de comunicação entre o setor administrativo e o pedagógico nesta Escola me deixam sempre nervoso e indignado.	1	2	3	4	5
26. O cumprimento das horas de módulo no Sábado não permite que eu descanse o suficiente para trabalhar bem disposto na semana seguinte.	1	2	3	4	5
27. Imposições e autoritarismo da direção da Escola me deixam sem vontade desenvolver bem o meu trabalho.	1	2	3	4	5

28. Você considera existir no seu ambiente de trabalho outros fatores causadores de tensão excessiva que não tenham sido considerados nas questões anteriores? Caso existam, descreva-os, de forma objetiva exclusivamente nos espaços a seguir e aponte o grau de acordo com a escala anterior (Se 1, 2, 3, 4, ou 5).

28.1 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

28.2 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

28.3 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

29. O que você considera como os três itens mais importantes para que o ambiente na Escola na qual você trabalha seja menos tenso e estressante para os professores? (Responda de forma objetiva, exclusivamente nos espaços a seguir.)

29.1 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

29.2 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

29.3 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

30. O que você considera como os três itens mais difíceis na realidade atual da Escola para reduzir o nível de tensão?

30.1 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

30.2 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

30.3 _____

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

PARTE F

Favor responder a esta parte do questionário, assinalando com um “X” o número correspondente, de acordo com as alternativas constantes no quadro a seguir, tendo como referência o que você efetivamente sente em relação aos contextos pesquisados nos últimos seis meses.

Aspectos relacionados a outros contextos da vida	Nunca	Raramente	Algumas Vezes	Frequente	Muito Frequente
1. Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores de <u>natureza familiar</u> , como: conflitos com cônjuge, conflitos na relação com ex-cônjuge, com filhos, familiares em geral, questões relacionadas à herança, pensão alimentícia e outras de mesma natureza?	1	2	3	4	5
2. Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores de <u>natureza social</u> , como: viver na cidade grande com todas as suas consequências, trânsito, violência, insegurança, coisas que não funcionam como deveriam, relacionamentos sociais e outros nessa esfera.	1	2	3	4	5
3. Com que frequência você se sente <u>tensionado excessivamente</u> por fatores relacionados à <u>sua saúde e/ou de familiares</u> como: estar doente, conviver com doença na família, não possuir meios de atendimento seguro caso necessário, entre outros de mesma natureza.	1	2	3	4	5
4. Com que frequência você se sente pressionado por <u>questões próprias</u> , por exemplo, suas características pessoais, de formação, de rigor excessivo, conflitos consigo mesmo e outras de mesma natureza.	1	2	3	4	5
5. Se houver, aponte no espaço a seguir <u>outras questões importantes</u> que você considera fontes de <u>tensão excessiva</u> às quais está submetido (assinalar na escala à direita, a frequência da ocorrência)					
a)	1	2	3	4	5
b)	1	2	3	4	5
c)	1	2	3	4	5

Fonte: Adaptado (ZILLE, 2005, p. 299)

Agradeço a sua colaboração.

Arthur Moraes Cremonezi, Mestrando

Mestrado Acadêmico em Administração
FACULDADE NOVOS HORIZONTES

APÊNDICE B – Roteiro de Entrevista para análise qualitativa

- 1) Aborde de forma geral a sua percepção em relação à instituição que você trabalha e também em relação ao seu trabalho.

- 2) O estresse constitui um desequilíbrio entre as pressões psíquicas do ambiente e ao estado psíquico do indivíduo. Em relação ao seu trabalho como você percebe essa relação?

- 3) Couto (1987) apresenta dez sintomas relacionados ao estresse: nervosismo; ansiedade; irritabilidade; fadiga; sentimentos de raiva; angústia; períodos de depressão; dor no estômago; dor nos músculos do pescoço e ombros; e por último, palpitações. Como você percebe e sente os principais sintomas de estresse nesse momento em relação ao seu contexto de trabalho?

- 4)
 - a) Na sua percepção, quais são os fatores mais tensionantes no seu trabalho. Enumere de três a cinco em ordem de importância.

 - b) Como você relaciona os fatores tensionantes mencionados e a situação de estresse ou não vivenciada por você?

- 5) Na sua percepção o que poderia ser feito para minimizar estas situações tensionantes do ponto de vista da instituição e sua?

- 6) Na sua percepção, como estas questões relatadas, de tensão excessiva, podem influenciar no seu trabalho? (Quais os impactos que a tensão ao excesso pode causar no trabalho?)

- 7) Além das questões abordadas, você poderia mencionar outro ponto relacionado ao seu trabalho e à instituição que seja pertinente a causa ou efeito de um estresse?

APÊNDICE C – Resultados dos testes estatísticos da escola estadual

Tabela 1 – Estatísticas descritivas referentes as principais fontes de tensão intensa do trabalho do professor

Fontes de Tensão	Média	Desvio-padrão	Percentil 25	Mediana	Percentil 75	Moda
Indisciplina dos alunos	3,98	0,99	3,0	4,0	5,0	5,0
Vida muito corrida	3,69	1,13	3,0	4,0	5,0	5,0
Baixo salário	3,67	1,27	3,0	4,0	5,0	5,0
Trabalho aos sábados	3,62	1,26	3,0	4,0	5,0	3,0
Pouco tempo livre	3,55	1,21	3,0	4,0	5,0	4,0
Realizar várias atividades	3,31	1,17	2,0	3,0	4,0	4,0
Cobranças excessivas	3,24	1,00	3,0	3,0	4,0	3,0
Pouco tempo de descanso	3,21	1,04	2,0	3,0	4,0	3,0
Muitas horas trabalhadas	3,19	1,17	2,0	3,0	4,0	3,0
Trabalho complexo	3,02	1,12	2,0	3,0	4,0	2,0

Nota: Utilizada escala liket 1 a 5.

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Tabela 2 – Estatísticas descritivas referentes a aspectos relacionados a outros contextos da vida

Outros Fatores de Tensão	Média	Desvio-padrão	Percentil 25	Mediana	Percentil 75	Moda
Natureza social	3,40	1,03	3,0	3,0	4,0	3,0
Saúde pessoal ou familiar	2,64	1,03	2,0	3,0	3,0	3,0
Questões pessoais próprias	2,57	1,12	2,0	2,5	3,0	2,0
Natureza familiar	2,29	1,06	1,0	2,0	3,0	3,0

Nota: Utilizada escala liket 1 a 5.

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Tabela 3 – Resultados encontrados nos testes para Escola Estadual

Variável	p-valor
Sexo	0,036
Idade	0,024
Estado Civil	0,082
Fumo	0,005
Consumo de Álcool	0,021
Nível de escolaridade	0,042
Horas Semanais Trabalhadas	0,078
Problemas de saúde	0,059
Pratica Alguma Atividade por <i>Hobby</i>	0,068

Nota: Nível de significância de 0,05.

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

APÊNDICE D – Resultados dos testes estatísticos da faculdade particular

Tabela 1 – Resultados dos testes de comparações de médias efetuados entre as variáveis sócio-demográficas e de saúde *versus* parte fontes de tensão do indivíduo

<i>Fontes</i>	<i>Sexo</i>	<i>Idade</i>	<i>EC</i>	<i>TAP</i>	<i>HTS</i>	<i>NEME</i>	<i>PG</i>	<i>Fuma</i>	<i>FF</i>	<i>BA</i>	<i>FBS</i>	<i>PRS</i>	<i>AIC</i>	<i>Hob</i>
Vida corrida	0,210	0,005	0,068	0,020	0,265	0,351	0,001	0,953	0,014	0,079	0,100	0,592	0,864	0,558
Realizar várias atividades	0,684	0,038	0,113	0,431	0,174	0,754	0,028	0,486	0,005	0,343	0,288	0,852	0,083	0,765
Não desligar do trabalho	0,200	0,429	0,025	0,015	0,059	0,189	0,148	0,597	0,036	0,369	0,000	0,415	0,076	0,808
Compromissos desafiadores	0,039	0,007	0,027	0,794	0,806	0,689	0,710	0,422	0,044	0,722	0,002	0,076	0,730	0,330
Trabalho complexo	0,002	0,008	0,002	0,995	0,756	0,719	0,034	0,131	0,441	0,033	0,002	0,656	0,067	0,634
Pouco tempo livre	0,002	0,002	0,227	0,101	0,365	0,640	0,129	0,526	0,045	0,145	0,008	0,422	0,015	0,227
Trabalhar no descanso	0,236	0,078	0,195	0,028	0,086	0,651	0,000	0,009	0,115	0,842	0,014	0,077	0,015	0,247

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Nota: Nível de significância de 0,05

Tabela 2 – Resultados dos testes de comparações de médias efetuados entre as variáveis-sócio-demográficas e de saúde *versus* estresse ocupacional

	<i>Sexo</i>	<i>Idade</i>	<i>EC</i>	<i>TAP</i>	<i>HTS</i>	<i>NEME</i>	<i>PG</i>	<i>Fuma</i>	<i>FF</i>	<i>BA</i>	<i>FBS</i>	<i>PRS</i>	<i>AIC</i>	<i>Hob</i>
<i>Estresse ocupacional</i>	0,000	0,025	0,157	0,290	0,084	0,366	0,031	0,056	0,006	0,228	0,077	0,074	0,026	0,578

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Nota: Nível de significância de 0,05

Tabela 3 – Resultados dos testes de comparações de médias efetuados entre as variáveis sócio-demográficas e de saúde *versus* parte de outras fontes de tensão

	<i>Sexo</i>	<i>Idade</i>	<i>EC</i>	<i>TAP</i>	<i>HTS</i>	<i>NEME</i>	<i>PG</i>	<i>Fuma</i>	<i>FF</i>	<i>BA</i>	<i>FBS</i>	<i>PRS</i>	<i>AIC</i>	<i>Hob</i>
Natureza social	0,565	0,056	0,055	0,910	0,864	0,700	0,006	0,490	1,000	0,119	0,003	0,104	0,108	0,600
Saúde pessoal ou familiar	0,381	0,079	0,038	0,139	0,185	0,046	0,011	0,173	0,023	0,236	0,254	0,068	0,107	0,016
Questões pessoais próprias	0,150	0,019	0,132	0,099	0,000	0,039	0,011	0,001	0,067	0,842	0,269	0,001	0,042	0,796
Natureza familiar	0,489	0,718	0,031	0,289	0,200	0,619	0,075	0,832	0,663	0,582	0,207	0,024	0,731	0,938

Fonte: Dados da pesquisa, 2014

Nota: Nível de significância de 0,05

Tabela 4 – Resultados dos testes de comparações de médias efetuados entre as variáveis sócio-demográficas e de saúde *versus* parte fontes de tensão no trabalho

Indicadores	Sexo	Idade	EC	TAP	HTS	NEME	PG	Fuma	FF	BA	FBS	PRS	AIC	Hob
C1	0,770	0,778	0,451	0,210	0,034	0,370	0,655	0,144	0,164	0,338	0,201	0,036	0,956	0,053
C2	0,784	0,320	0,656	0,181	0,463	0,034	0,509	0,387	0,776	0,153	0,156	0,389	0,331	0,076
C3	0,458	0,969	0,146	0,351	0,251	0,573	0,434	0,531	0,419	0,596	0,280	0,992	0,703	0,314
C4	0,956	0,427	0,085	0,621	0,728	0,685	0,193	0,063	0,458	0,293	0,101	0,412	0,475	0,525
C5	0,805	0,774	0,197	0,764	0,355	0,180	0,454	0,045	0,916	0,272	0,094	0,193	0,067	0,318
C6	0,908	0,280	0,123	0,906	0,328	0,351	0,453	0,971	0,572	0,038	0,016	0,006	0,294	0,508
C7	0,926	0,167	0,176	0,646	0,299	0,528	0,108	0,926	0,637	0,298	0,115	0,006	0,908	0,544
C8	0,390	0,044	0,761	0,601	0,525	0,468	0,099	0,907	0,792	0,390	0,249	0,963	0,349	0,665
C9	0,449	0,297	0,391	0,906	0,365	0,734	0,775	0,108	0,292	0,352	0,823	0,189	0,252	0,017
C10	0,026	0,118	0,170	0,309	0,926	0,199	0,533	0,135	0,098	0,388	0,598	0,197	0,543	0,040
C11	0,986	0,357	0,231	0,106	0,242	0,111	0,905	0,313	0,151	0,144	0,542	0,086	0,361	0,253
C12	0,738	0,090	0,559	0,827	0,486	0,061	0,242	0,619	0,834	0,006	0,074	0,554	0,161	0,329
C13	0,765	0,287	0,472	0,454	0,488	0,085	0,195	0,244	0,805	0,012	0,046	0,833	0,081	0,843
C14	0,956	0,471	0,708	0,380	0,435	0,220	0,138	0,148	0,435	0,096	0,998	0,938	0,061	0,933
C15	0,854	0,517	0,652	0,484	0,804	0,092	0,241	0,143	0,756	0,178	0,217	0,449	0,087	0,848
C16	0,589	0,819	0,713	0,867	0,260	0,390	0,390	0,625	0,191	0,475	0,558	0,808	0,931	0,159
C17	0,328	0,688	0,540	0,135	0,709	0,207	0,832	0,013	0,159	0,019	0,831	0,564	0,168	0,318
C18	0,450	0,062	0,276	0,712	0,010	0,847	0,301	0,134	0,157	0,002	0,572	0,403	0,116	0,770
C19	0,706	0,431	0,278	0,398	0,250	0,201	0,103	0,011	0,037	0,067	0,672	0,986	0,365	0,741
C20	0,358	0,912	0,197	0,048	0,074	0,038	0,062	0,027	0,707	0,087	0,517	0,158	0,333	0,374
C21	0,072	0,057	0,460	0,703	0,048	0,871	0,653	0,106	0,458	0,887	0,094	0,011	0,151	0,780
C22	0,923	0,085	0,392	0,359	0,096	0,416	0,273	0,559	0,558	0,325	0,004	0,617	0,326	0,061
C23	0,403	0,147	0,178	0,232	0,203	0,976	0,884	0,012	0,588	0,453	0,194	0,033	0,574	0,103
C24	0,701	0,912	0,672	0,272	0,396	1,000	0,808	0,365	0,457	0,307	0,562	0,596	0,357	0,111
C25	0,742	0,469	0,790	0,125	0,575	0,656	0,452	0,012	0,041	0,004	0,194	0,274	0,187	0,641
C26	0,319	0,260	0,117	0,141	0,197	0,439	0,718	0,444	0,257	0,549	0,071	0,238	0,212	0,187
C27	0,097	0,020	0,357	0,025	0,156	0,593	0,135	0,021	0,321	0,215	0,012	0,983	0,096	0,785

Nota: 1-Nível de significância de 0,05. A codificação das variáveis C1 a C27 são as mesmas do questionário do Apêndice A. 2- A coluna indicadores refere-se às questões do questionário, de acordo com suas partes.

Fonte: Dados da pesquisa, 2014