

ESTRESSE NO TRABALHO EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

STRESS AT WORK IN TEACHERS COLLEGE

Melissa de Carvalho Souza¹, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães², Camila da Cruz Ramos de Araujo³

¹ Graduanda do curso de Licenciatura em Educação Física, na Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC).

² Professora assistente do Departamento de Educação Física no Centro de Ciências da Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC).

³ Graduanda do curso de Licenciatura em Educação Física, na Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC).

Data de entrada do artigo: 18/09/2012

Data de aceite do artigo: 14/11/2012

RESUMO

Introdução: O estudo descritivo de campo de corte transversal objetivou investigar o estresse no trabalho de professores universitários. A amostra por conveniência foi de 92 professores, com média de idade de $47,1 \pm 9,2$ anos, sendo 59,8% mulheres e 40,2% homens. Optou-se por um questionário autoaplicável. A maioria dos professores é de doutores (58,7%), com carga horária semanal de 40 horas (85,4%); eles possuem dedicação integral (76,1%) e pertencem ao estrato econômico B (50%). São suficientemente ativos (54,4%), não sendo encontradas diferenças significativas entre os sexos. No nível de estresse no trabalho, as mulheres apresentaram maiores médias, havendo diferença significativa na demanda psicológica e no somatório total da escala ($p = 0,048$ e $0,039$). Pode-se constatar neste estudo que em geral, os professores possuem alto nível de estresse no trabalho, sobretudo indivíduos do sexo feminino.

Palavras-chaves: Docentes. Estresse ocupacional.

ABSTRACT

Introduction: The correlational method study aimed to analyze the relation between physical activity and stress at work of university teachers. The sample, as convenient, was composed by 92 subjects within the average $47,1 \pm 9,2$ years old, 59,8% women, and 40,2% men. A self-applicable questionnaire was chosen. Most of the participants are PhD (58,7%), with weekly workload of (85,4%), full time commitment (76,1%), and belonging to the economic status B (50%). They are sufficiently active (54,4%), not presenting significant differences between genders. At the of stress at work, the women presented higher figures, considering a significant difference in the psychological demand and total addition of the measure ($p = 0,048$ e $0,039$). This study showed that teacher has a high stress level at work, mainly women.

Key-words: Faculty. Occupational stress.

1. INTRODUÇÃO

O professor universitário, por vezes, é visto como o principal responsável pela formação de cidadãos⁽¹⁾, ao mesmo tempo em que se depara com um mercado de trabalho cada vez mais exigente⁽²⁾, e ainda com a necessidade de conciliar ensino, pesquisa e extensão, acarretando em uma carga horária elevada^(3,4,5).

O trabalho docente, da mesma maneira que exige maior envolvimento, oferece enriquecimento e motivação pessoal e profissional⁽⁶⁾, pois o professor se sente recompensado por meio da relevância de sua atividade perante os alunos e pela satisfação intrínseca, por um trabalho bem realizado⁽⁷⁾. Entretanto, no decorrer desse processo, o docente universitário pode se sentir mais cobrado devido ao aumento de responsabilidades exigidas, como o incentivo a publicações, necessidade de participação em bancas, eventos científicos e orientações de alunos, além do planejamento de suas aulas⁽⁸⁾, acabando por mobilizar suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir esses objetivos⁽⁹⁾.

A incapacidade de lidar com essas fontes de pressão pode ser determinante para o surgimento de fatores que desencadeiam o estresse no trabalho^(10,11), possivelmente comprometendo a qualidade de vida do indivíduo em diversas dimensões, dentre elas a social, biológica e profissional⁽¹²⁾, provocando consequências na saúde física e mental⁽¹³⁾, levando a alterações fisiológicas no indivíduo, quando este se vê obrigado a enfrentar situações geradoras de emoções fortes⁽¹⁾.

O estresse é encontrado no ambiente de trabalho, na capacidade de se adaptar, ou não, a diferentes situações vividas, estando sempre envolvido o equilíbrio entre exigência e competência. Caso esse equilíbrio seja comprometido, gerará no indivíduo um conjunto de reações negativas⁽¹⁴⁾. No trabalho docente, o estresse pode acarretar em exaustão física e emocional, fazendo com que o professor se sinta frequentemente irritado e ansioso, sendo que esses sentimentos podem levá-lo a sintomas psicossomáticos como insônia, dores de cabeça e hipertensão⁽¹⁵⁾.

Neste contexto, este estudo tem por objetivo investigar o estresse no trabalho de professores universitários da área da saúde de universidades públicas de Florianópolis (SC).

2. MÉTODOS

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Estado de Santa Catarina, protocolo 45/2011, que segue as Normas e Diretrizes Regulamentadoras da Pesquisa Envolvendo Seres Humanos – Resolução CNS 196/96.

Caracterizou-se como descritivo de campo de corte transversal. A população do estudo foi constituída por professores universitários de instituições públicas de Florianópolis, Santa Catarina (Universidade Federal de Santa Catarina e Universidade do Estado de Santa Catarina), em docência efetiva nos cursos da área da saúde: Educação Física, Fisioterapia, Farmácia, Odontologia, Enfermagem, Nutrição, Fonoaudiologia e Medicina. A seleção da amostra foi de forma não probabilística por conveniência. A coleta de dados realizou-se mediante autorização das instituições envolvidas e pela assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido.

Para tanto foram remetidos 313 questionários, sendo que apenas 92 foram respondidos corretamente, finalizando em uma mostra de 92 professores com média de idade de $47,1 \pm 9,2$ anos, sendo 59,8% mulheres e 40,2% homens.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário autoaplicável, constituído por instrumentos validados, dividido em três blocos:

a) Informações gerais: caracterizar a idade, sexo, peso e estatura autorreferidos pelos professores, IMC (padrão internacional de cálculo da obesidade de um indivíduo adotado pela WHO [2004]⁽¹⁶⁾, peso/estatura^2), estado conjugal, escolaridade e carga horária de trabalho semanal;

b) Situação socioeconômica: por meio do instrumento adotado pela Associação Nacional de Empresa de Pesquisa – Critério de Classificação Econômica Brasil⁽¹⁷⁾, que é considerado o principal instrumento de segmentação da população, segundo seu poder de compra, o qual classifica a população em estratos econômicos A, B, C, D e E, por meio da pontuação obtida;

c) Escala de estresse no trabalho, versão resumida da “job stress scale” para o português⁽¹⁸⁾. A Escala de Estresse no Trabalho possui 17 questões, divididas em três dimensões: demanda psicológica, controle (discernimento intelectual e autoridade sobre as decisões) e apoio social. Após atribuir o escore de cada questão, soma-se o total de cada dimensão, chegando-se às possibilidades de alta ou baixa demanda, alto ou baixo controle, alto ou baixo apoio social. O escore total da escala varia de 17 a 68, sendo que quanto mais próximo de 68, maior risco de estresse. A variação e a média dos escores de cada dimensão, são apresentados no Quadro 1. Foi realizado um ponto de corte em função da média obtida em todas as demandas da escala, e os participantes foram classificados em dois grupos, os que ficaram acima da média como alto, e abaixo da média como baixo.

Quadro 1: Variação das dimensões da escala de estresse no trabalho.

Dimensões		Varição	Média
Demanda psicológica		5 a 20	12,5
Controle	Discernimento intelectual	4 a 16	10,0
	Autoridade sobre as decisões	2 a 8	5,0
Apoio social		6 a 24	15,0

Fonte: Silva; Yamada (2008)

Os dados foram coletados pelo pesquisador, pessoalmente e por e-mail, durante os meses de agosto a dezembro de 2011.

A análise estatística foi efetuada por meio do SPSS – versão 17,0. A comparação das características dos participantes (IMC, nível de formação, moradia, estado conjugal, carga horária semanal, dedicação integral e estrato econômico), entre o sexo masculino e feminino, e escala de estresse no trabalho foi realizada por meio do teste do Qui quadrado. O nível de significância estatística foi estabelecido para $p < 0,05$.

3. RESULTADOS

Na tabela 1 são apresentadas as características da amostra discriminadas pelo sexo. O IMC dos participantes foi a variável que obteve diferença estatística significativa ($p = 0,002$), no qual se

observou que as mulheres estão classificadas com maior frequência na categoria peso normal (73%), em contraste com os homens, que se sobressaíram nas categorias sobrepeso e obesidade (54,3% e 11,4%, respectivamente). No nível de formação, as mulheres se destacam nos graus de doutorado (60%) e pós-doutorado (21,8%), totalizando em uma carga horária semanal de 60 horas para os homens (13,5%) e 40 horas para as mulheres (86,6%). As mulheres são as que mais possuem dedicação integral (78,2%).

Em relação à moradia e ao estado conjugal, os homens são os que mais vivem acompanhados (91,9%), sendo casados ou morando junto (83,8%), e as mulheres predominam apenas nas categorias morando sozinha (21,8%), divorciada e solteira (18,2% para ambas). As mulheres possuem o estrato econômico mais elevado (A – 53,7%), e os homens são mais ativos (67,5%) que as mulheres (44,5%), quando averiguado o nível de atividade física.

Tabela 1: Características pessoais de acordo com o sexo dos professores participantes do estudo (%).

	Total	Masculino	Feminino	Valor de p
<u>IMC*</u>				0,002
Peso normal	57,5	34,3	73,0	
Sobrepeso	34,5	54,3	21,2	
Obesidade	8,0	11,4	5,8	
<u>Nível de formação</u>				0,158
Especialização	5,4	10,8	1,8	
Mestrado	18,5	21,6	16,4	
Doutorado	58,7	56,8	60,0	
Pós-doutorado	17,4	10,8	21,8	
<u>Moradia</u>				0,081
Família/amigos	83,7	91,9	78,2	
Sozinho(a)	16,3	8,1	21,8	
<u>Estado conjugal</u>				0,125
Casado(a)/morando junto	70,7	83,8	61,8	
Viúvo(a)	1,1	-	1,8	
Divorciado(a)/separado(a)	15,2	10,8	18,2	
Solteiro(a)	13,0	5,4	18,2	
<u>Carga horária semanal</u>				0,930
60horas	12,0	13,5	11,5	
50horas	2,2	2,7	1,9	
40horas	85,4	83,8	86,6	
<u>Dedicação integral</u>				0,566
Sim	76,1	73,0	78,2	
Não	23,9	27,0	21,8	
<u>Estrato Econômico</u>				0,385
A	47,8	38,9	53,7	
B	50,0	58,3	44,0	
C	2,2	2,8	1,9	
<u>Nível de atividade física</u>				0,053
Insuficientemente ativo	45,7	32,4	54,5	
Suficientemente ativo*	54,4	67,5	44,5	

*IMC - Índice de massa corporal; *suficientemente ativo – ativo + muito ativo.

A escala de estresse no trabalho entre os sexos é apresentada na tabela 2. Em todas as dimensões da escala as mulheres obtiveram uma média de escore superior em relação aos homens (demanda psicológica:

15,3 ± 2,4; controle: 19,7 ± 1,8; apoio social: 18,0 ± 3,3 e escala total: 53,2 ± 3,8), havendo diferença significativa na demanda psicológica e no somatório total da escala (p = 0,048 e 0,039, respectivamente).

Tabela 2: Comparação do estresse no trabalho em função do sexo dos participantes do estudo (média e desvio padrão)

	Total	Masculino	Feminino	Valor de p
Demanda psicológica		14,6±3,3	15,3±2,4	0,048
Controle		19,5±2,2	19,7±1,8	0,229
Apoio social		17,3±4,7	18,0±3,3	0,091
Escala total		51,5±6,1	53,2±3,8	0,039

4. DISCUSSÃO

A realização humana, ao longo de seu processo de desenvolvimento histórico social, concretiza-se por meio da produção e da reprodução de sua existência, para as quais as pessoas se inserem em ações laborativas básicas, desenvolvidas por intermédio do processo de trabalho. Portanto, o trabalho constitui-se em uma atividade central na história humana, em seu processo de sociabilidade⁽²⁰⁾.

Nessa perspectiva, e diante das inúmeras transformações que o fenômeno trabalho recebeu ao longo da história, de acordo com os objetivos propostos neste estudo, o estresse neste ambiente se mostrou mais elevado em mulheres. Esse fator pode estar sendo influenciado pelas características pessoais das participantes, como possuir uma carga horária de trabalho semanal de 40 horas e dedicação integral com maior frequência em relação aos homens. De acordo com o estudo de Sliskovic e Sersic⁽²¹⁾, também com professores universitários, a carga horária de trabalho pode ser percebida como uma das fontes geradoras de estresse, encontrando, da mesma maneira, maior frequência entre o sexo feminino, corroborando com Carlotto e Palazzo⁽²²⁾, que semelhantemente encontraram relação entre estresse e carga horária de trabalho. Em relação à dedicação integral, um estudo de Pereira et al. ⁽²³⁾, que buscou analisar o estresse em professores universitários nessa condição, verificou que assim como o presente estudo, as mulheres apresentaram níveis de estresse relativamente mais altos e comparação aos homens (26,6% e 18,4%, respectivamente).

Pode-se conjecturar também, o elevado índice de divórcio entre as mulheres como um fator adicional ao estresse, quando comparado com o sexo masculino. Presume-se que a mulher, para alcançar esse grau de status – docente universitária – sacrifica, muitas vezes, sua vida pessoal, a fim de conquistar um espaço profissional que até há pouco tempo era um reduto masculino⁽²⁴⁾. Estudos têm demonstrado a

crecente inserção das mulheres como docentes no ensino superior ^(25,26), e ainda se pode constatar um aumento significativo na obtenção de doutorado quando comparadas aos homens⁽²⁷⁾. Observa-se que, atualmente, o contingente de mulheres no mercado de trabalho em geral tem se igualado ou até mesmo superado o sexo masculino em diversos países⁽²⁸⁾.

Em um estudo com profissionais da área da saúde, verificou-se, igualmente, maior presença de estresse no trabalho em mulheres, podendo este, ser atribuído às questões culturais, as quais as mulheres em geral são ainda submetidas⁽²⁹⁾, tais como, serem as principais responsáveis pelos cuidados com o lar e com a família⁽³⁰⁾. Do mesmo modo, Areias e Guimarães ⁽³¹⁾ encontraram resultados semelhantes estudando servidores de uma universidade estadual de São Paulo, com características parecidas aos dos participantes deste estudo, destacando-se o estrato econômico médio e uma carga horária de trabalho de 40 horas semanais. Ainda, Lima e Lima Filho ⁽³²⁾, em um estudo com professores universitários, constataram que grande parte da população apresentou níveis significativos de estresse (52%), sendo que as mulheres, quando comparadas aos homens, apresentaram médias maiores de desenvolvimento de doenças associadas ao trabalho (23% e 15%, respectivamente).

Nesta reflexão, para a compreensão dos efeitos intrínsecos aos sexos, nas relações estudadas, é preciso levar em consideração variáveis relacionadas e associadas ao contexto, como prestígio profissional, salário, trabalho em tempo parcial ou tempo integral, estado civil, família, educação e carga global de trabalho⁽³⁰⁾.

Neste estudo, pode-se perceber, de modo geral, que os professores possuem alto nível de estresse no trabalho, sobretudo indivíduos do sexo feminino, podendo haver influência negativa de outras variáveis, como o número de filhos, a percepção de saúde, o uso de medicamentos, o lazer, e o tempo de trabalho na instituição, para além das variáveis estudadas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os altos níveis de estresse no trabalho identificado nos professores, principalmente na dimensão da demanda psicológica, evidencia o constante desgaste ao qual muitos profissionais podem estar submetidos no ambiente do trabalho. Observou-se uma diferença do estresse entre os sexos, sendo que as mulheres apresentaram maiores níveis em todas as dimensões da escala. É importante ressaltar que não foram avaliadas as condições socioculturais que podem levar

as mulheres a despender maior esforço para lidar com as cobranças da vida diária, como exercer, além das atividades profissionais, a responsabilidade pela casa, marido e filhos.

Dessa maneira, propõe-se a necessidade de novas pesquisas que aprofundem os estudos sobre o estresse no trabalho, estendendo-os a outras populações e ambientes socioculturais, como também a outras possíveis variáveis associadas ao contexto.

REFERÊNCIAS

1. Servilha EAM. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. *Rev. ciênc. méd.*. 2005;14(1):43-52.
2. Lemos JC. Cargas psíquicas no trabalho e processos de saúde em professores universitários. [Tese]. Florianópolis: Centro Tecnológico, Universidade Federal de Santa Catarina; 2005.
3. Carlotti MS, Câmara SG. Preditores da síndrome de burnout em professores. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*. 2007; 11(1): 101-110.
4. Sánchez SG, Chaves M. A relação universidade e sociedade: a “problematização” nos projetos articulados de ensino, pesquisa e extensão. *Educação Temática Digital*. 2008; 10(1):144-167. Disponível em: <http://www.fae.unicamp.br/revista/index.php/etd/article/view/1927>. Acesso em 19 mar 2012.
5. Padilha RCHW. Trabalho docente na universidade: tensões e novos sentidos. *Comunicações*. 2009;16(1): 35-54.
6. Nunes ECR. O desafio da formação do professor reflexivo. *Anais do Sciencult*. 2009;1(1): 290-297.
7. Rocha SSL, Felli VEA. Qualidade de vida no trabalho docente em enfermagem. *Rev. latinoam. enferm.*. 2004; 12(1):28-35.
8. Teixeira GFM. Docência: uma construção a partir de múltiplos condicionantes. *Revista Brasileira de Educação Profissional e Tecnológica*. 2009; 35(1):29-37.
9. Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educação e Pesquisa*. 2005; 31(2): 189-199.
10. Carlotto MS. Síndrome de burnout e características de cargo em professores. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*. 2004;4(2): 145-164.
11. Sun W, Wu H, Wang L. Occupational stress and its related factors among university teachers in China. *J Occup Health*. 2011; 53(4):280-286.
12. Coronetti A, Nascimento ERP, Barra DCD, Martins JJ. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: enfermeiro como mediador. *ACM arq. catarin. med*. 2006;35(4):36-43.
13. Couto HA, Vieira FLH, Lima EG. Estresse ocupacional e pressão arterial sistêmica. *Rev. bras. hipertens*. 2007; 14(2): 112-115.
14. Rabia S, Christopoulos TP. Incompatibilidade entre vida pessoal e vida profissional dos gestores na era do conhecimento. *Revista de Gestão USP*. 2008; 15(3).
15. Martins MGT. Sintomas de estresse em professores brasileiros. *Revista Lusófona de Educação*. 2007;10: 109-120.
16. WHO, World Health Organization. The International Classification of adult underweight, overweight and obesity according to BMI, 2004. Disponível em: http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html. Acessado em 14 de ago. 2011.
17. ABEP. Critério de Classificação Econômica Brasil. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa, 2010.
18. Alves MGM, Chor D, Faerstein E, Lopes CS, Werneck GL. Versão resumida da “job stress scale”: adaptação para o português. *Rev Saude Publica*. 2004;38(2):164-171.
19. Silva LG, Yamada KM. Estresse ocupacional em trabalhadores de uma unidade de internação de um hospital-escola. *Ciênc. cuid. saúde*. 2008;7(1):98-105.
20. Gomes CL. (Org). *Dicionário crítico do lazer*. Belo Horizonte: Autêntica; 2004. Trabalho, p. 227-232.
21. Sliskovic A, Sersic DM. Work stress among university teachers: gender and position differences. *Archives of Industrial Hygiene and Toxicology*. 2011; 2(4):299-307.
22. Carlotto MS, Palazzo LS. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. Saúde Pública*; 22(5):1017-1026.
23. Pereira HOS, Amaral MC, Scorsolini-Comin F. Avaliação de sintomas de estresse em professores universitários: qualidade de vida no fazer docente. *Educação: Teoria e Prática*. 2011;21(37):71-91. Disponível em: <http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/educacao/article/view/3897/4070>. Acessado em: 2 mar 2012.

REFERÊNCIAS

24. Rocha KB, Sarriera JC. Saúde percebida em professores universitários: gênero, religião e condições de trabalho. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*. 2006;10(2):187-196.
25. Servilha EAM, Pereira EM. Condições de trabalho, saúde e voz em professores universitários. *Rev. ciênc. méd.* 2008;17(1):21-31.
26. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep/MEC). Mulheres serão maioria também entre professores universitários: 2006. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=5717&catid=202&Itemid=86. Acesso em 28 mar 2012.
27. Doutores 2010: estudos da demografia da base técnico-científica brasileira – Brasília, DF: Centro de Gestão e Estudos Estratégicos (CGEE), 2010.
28. Antunes R, Alves G. As mutações no mundo do trabalho na era da mundialização do capital. *Educação e Sociedade*. 2004;25(87):335-351.
29. Boran A, Shawaheen M, Khader Y, Amarin Z, Hill RV. Work-related stress among health professionals in northern Jordan. *Occupational Medicine*. 2011;62(2):145-147.
30. Vieira JA. A identidade da mulher na modernidade. *Revista de Documentação de Estudos em Linguística Teórica e Aplicada*. 2005;21:207-238.
31. Areias MEQ, Guimarães LAM. Gênero e estresse em trabalhadores de uma universidade pública do estado de São Paulo. *Psicol. Estud.* 2004;9(2):255-262.
32. Lima MFEM, Lima Filho DO. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. *Ciências e Cognição*. 2009;14(3):62-82.

Endereços para correspondência:

Melissa de Carvalho Souza
mearvalho.s@gmail.com

Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
nanaguim@terra.com.br

Camila da Cruz Ramos de Araujo
cami.ramosdearaujo@hotmail.com