

PREVALÊNCIA DE ESTRESSE E QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Ricelli Endrigo Ruppel Rocha*
Kleber Prado Filho**
Fátima Noely da Silva***
Marilene Boscardi****
Siham Abdel Karim Amer*****
Débora Cunha de Almeida*****

RESUMO

Neste estudo avaliou-se a prevalência de estresse e a qualidade de vida de professores de educação física do ensino básico. A amostra foi composta por 20 professores de educação física (12 homens e 8 mulheres) dos ensinos infantil e fundamental do Município de Caçador, Santa Catarina. Foram avaliados o nível de estresse (Questionário dos Sintomas de Stress de Lipp) e a qualidade de vida (Questionário WHOQOL-BREF). Manifestou-se algum nível de estresse em 45% dos professores de educação física, principalmente na fase de resistência (67%) e quase exaustão (22%), predominando os sintomas psicológicos sobre os físicos ($p < 0,05$). O escore médio do domínio físico (59,8) foi significativamente menor e teve a maior insatisfação se comparado aos domínios psicológico (69,5) e relações sociais (75,4) pelos professores ($p < 0,01$). O escore da qualidade de vida geral de 67,6 classificou os professores de educação física como satisfeitos com a sua qualidade de vida. Em conclusão, os professores de educação física do ensino básico apresentaram alta prevalência de estresse e estão satisfeitos com a qualidade de vida geral.

Palavras-chave: Educação física. Professores. Ensino básico. Estresse. Qualidade de vida.

1 INTRODUÇÃO

Os impactos causados pelas mudanças de valores do mundo moderno e da globalização têm alterado o perfil dos trabalhadores, conduzindo a uma intensificação do trabalho, decorrente do aumento no ritmo, das responsabilidades e da complexidade das tarefas (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

Neste contexto, os professores formam uma categoria profissional especialmente exposta a uma rotina de trabalho de grande desgaste físico e psicológico em razão de fatores como carga horária excessiva, baixos salários, condições degradantes de trabalho e má organização do sistema educacional e das escolas (REIS et al., 2006). Além disso, o atual ritmo acelerado de trabalho desenvolvido na escola pelos docentes tem tido importante repercussão na área da saúde pública em decorrência do aumento do adoecimento e da diminuição da qualidade de vida desses profissionais (HENRIQUE FERNANDES; DA ROCHA; COSTA-OLIVEIRA, 2009).

Os professores de educação física também têm sofrido com a depreciação do trabalho docente; além dos fatores citados anteriormente, a falta de espaço físico e de materiais didáticos para a prática pedagógica nas aulas, a realização das

* Doutor em Ciências Biomédicas pela Instituto Universitário Italiano de Rosário; Mestre em Educação Física pela Universidade Federal do Paraná; Professor do Programa de Mestrado Acadêmico em Desenvolvimento e Sociedade na Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; ricelliendrigo@yahoo.com.br

** Doutor em Sociologia pela Universidade de São Paulo; Mestre em Administração pela Universidade Federal de Santa Catarina; Professor do Programa de Mestrado Acadêmico em Desenvolvimento e Sociedade na Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; kleberprado.psi@gmail.com

*** Doutora e mestre em Serviço Social pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo; Professora do Curso de Serviço Social na Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; fatima@uniarp.edu.br

**** Mestre em Serviço Social pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo; Professora do Curso de Serviço Social na Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; marilene@uniarp.edu.br

***** Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Planalto Catarinense; Professora do Curso de Fisioterapia na Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; siham@uniarp.edu.br

***** Especialista em Gestão de Saúde pelo Instituto Federal de Santa Catarina; mestranda em Desenvolvimento e Sociedade pela Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; Professora do Curso de Psicologia na Universidade Alto Vale do Rio do Peixe; deboracunhaalmeida@gmail.com

aulas em espaços abertos e expostos a constantes mudanças climáticas e o acréscimo considerável de responsabilidades a serem assumidas pelos professores de educação física na escola têm aumentado o estresse e alterado a qualidade de vida desses docentes (BORGATTO, 2007; BOTH; NASCIMENTO, 2009; MOREIRA et al., 2010).

Apesar de vários estudos terem sido realizados com docentes do ensino básico avaliando seu estresse e qualidade de vida, ainda há uma escassez e uma lacuna na literatura de informações referentes aos professores de educação física que ministram aulas no ensino básico, principalmente em diferentes regiões do País.

Diante disso, com o intuito de fornecer maiores subsídios para intervenções no contexto da promoção da qualidade de vida na escola e melhorar o processo de ensino-aprendizagem, o objetivo com a presente pesquisa foi avaliar a prevalência de estresse e a qualidade de vida de professores de educação física de um município do Meio-Oeste de Santa Catarina.

2 METODOLOGIA

2.1 AMOSTRA

A amostra foi composta de 20 professores de educação física da educação infantil e ensino fundamental que estavam em docência nas 24 escolas pertencentes ao ensino básico do Município de Caçador, SC. Todos os docentes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, e a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Alto Vale do Rio do Peixe, protocolo n. 1.255.145.

2.2 DELINEAMENTO DA PESQUISA

Inicialmente foi solicitada ao secretário da educação do Município uma autorização para a realização da pesquisa nas escolas. Logo após, foi realizada uma reunião com todos os diretores das 24 escolas informando sobre os procedimentos da pesquisa e os agendamentos dos horários para os pesquisadores se locomoverem até os locais de coleta dos dados.

Nas escolas, as avaliações dos professores de educação física foram realizadas em uma sala de aula reservada, determinada pela diretora da escola, em que primeiramente os professores foram informados dos procedimentos da pesquisa. Somente participaram da pesquisa os professores que assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, e os que não participaram retornaram às suas atividades. Todas as avaliações aconteceram nos meses de outubro, novembro e início de dezembro de 2015, nos períodos matutino e vespertino, durante os períodos de aulas.

Antes da aplicação dos questionários aos docentes, os pesquisadores se reuniram e receberam um treinamento das ferramentas para eliminar possíveis vieses e confusão na interpretação das perguntas. As aplicações de todos os questionários foram realizadas no momento em que os professores estavam reunidos na sala de avaliação, sendo entregue a cada professor de acordo com a seguinte ordem: a) Questionário dos Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) e b) Questionário da Qualidade de Vida (WHOQOL-BREF).

2.3 AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ESTRESSE

O nível de estresse foi avaliado por meio do Inventário de Sintoma de Stress de Lipp (ISSL) proposto por Lipp (2000). O ISSL é um instrumento que visa identificar de modo objetivo os sintomas de estresse apresentados pelo paciente, avaliando o tipo de sintomas presentes (somáticos ou psicológicos) e a fase de estresse em que o paciente se encontra. É composto de três quadros, constituídos por um total de 37 itens que reportam sintomas de estresse de natureza somática e 19 itens de natureza psicológica. O instrumento é respondido a partir do assinalamento dos sintomas presentes nas últimas 24 horas, na última semana e no último mês.

2.4 AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA

Para avaliar a qualidade de vida foi utilizado o questionário WHOQOL-BREF (*World Health Organization Quality of Life Group* – Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde) proposto por Fleck et al. (2000),

que consiste em 26 questões, sendo duas questões gerais sobre a satisfação com a saúde e com a qualidade de vida e outras 24 correspondentes a quatro domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente). O domínio físico refere-se a aspectos da saúde orgânica, levantando informações sobre dor e desconforto; energia e fadiga; mobilidade; e necessidade de assistência médica. O domínio psicológico diz respeito a afetos positivos, memória, concentração, autoestima, imagem corporal e aparência. O domínio social investiga as relações interpessoais e redes de apoio social. O domínio ambiental trata de questões relativas à segurança física e proteção, recursos financeiros, transporte, moradia, entre outros.

Os resultados dos escores brutos de cada faceta foram transformados em um escore que variou de zero a 100. Essa transformação de um escore bruto para um escore transformado da escala entre zero e 100 possibilitou expressar o escore da escala em percentagem entre o valor mais baixo possível (0) e o mais alto possível (100) de classificação da qualidade de vida de acordo com o manual do WHOQOL-BREF. Pela amplitude das respostas, os valores de 0-20 foram classificados como muito insatisfeitos; 21-40, insatisfeitos; 41-60, nem insatisfeitos nem satisfeitos; 61-80, satisfeitos; e 81-100, muitos satisfeitos. Além disso, na escala utilizada de zero a 100, quanto mais próximo o escore médio dos professores estiver de 100, mais satisfeita ou positiva é a percepção da qualidade de vida geral (QV geral).

2.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Inicialmente foi realizada a análise descritiva dos dados, e os resultados foram apresentados com média, desvio padrão (DP) e porcentagem. Para determinar a estatística paramétrica ou não paramétrica foi verificada a normalidade dos dados por meio do teste de *Shapiro-Wilk* e do teste de Levene para analisar a homogeneidade das variáveis. Para as comparações entre duas variáveis foi utilizado o teste de *Mann Whitney* para amostras não pareadas e a análise de variância *one way* (ANOVA) para as comparações múltiplas. Quando um significativo efeito foi detectado, a análise de *post hoc* foi realizada utilizando-se o teste de *Tukey*. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Para a análise dos resultados da qualidade de vida dos professores foi utilizado o modelo estatístico adotado pelo WHOQOL-BREF, segundo método e resultados de grupos focais no Brasil (FERRAZ et al., 2002). Todas as análises foram realizadas por intermédio do pacote estatístico Graph Pad Prisma, versão 6.0.

3 RESULTADOS

A característica dos professores de educação física do ensino básico (Tabela 1), mostra que a maioria era do gênero masculino, com idades entre 30 e 39 anos e possuíam especialização.

Tabela 1 – Característica dos professores de educação física do ensino básico

	N.	%
Gênero		
Masculino	12	60
Feminino	8	40
Idade		
20-29 anos	5	25
30-39 anos	8	40
40-49 anos	4	20
50 anos ou mais	3	15
Nível de escolaridade		
Graduação	8	40
Especialização	12	60
Mestrado	-	-

Fonte: os autores.

Na avaliação do nível de estresse (Tabela 2), 45% dos professores de educação física manifestam algum nível de estresse, enquanto 55% não manifestam. Em termos de intensidade da manifestação do problema, 67% dos professores encontram-se na fase de resistência e 22% na fase de quase exaustão. Os resultados mostram, também, a predominância de sintomas psicológicos, com prevalência de 60,1%, sobre os sintomas físicos, com 31,2% dos casos ($p < 0,05$).

Tabela 2 – Frequência, fase e sintomas de estresse da amostra de professores de educação física do ensino básico

	N.	%
Estresse		
Sim	9	45
Não	11	55
Fase		
Alerta	1	11
Resistência	6	67
Quase exaustão	2	22
Exaustão	-	-
Sintomas		
Físico	-	31,2
Psicológico	-	60,1*
Físico/Psicológico	-	8,7

Fonte: os autores.

Nota: * $p < 0,05$ comparado aos sintomas físicos.

Nos domínios da qualidade de vida (Tabela 3), os melhores escores obtidos foram nos domínios psicológico, relações sociais e meio ambiente, mostrando que os professores estão satisfeitos com esses aspectos. Entretanto, o menor escore observado foi no domínio físico, classificando os professores como nem insatisfeitos nem satisfeitos. Quando comparados os domínios, o domínio físico apresentou menor escore em relação aos domínios psicológico e relações sociais ($p < 0,01$), em contrapartida, não houve diferença em relação ao domínio meio ambiente ($p > 0,05$). Além disso, o escore do domínio meio ambiente foi significativamente menor se comparado ao domínio relações sociais ($p < 0,01$).

O escore geral da percepção da qualidade de vida foi de 67,6 do grupo de professores de educação física avaliados, resultados estes que classificam os participantes da amostra em satisfeitos com sua qualidade de vida.

Tabela 3 – Percepção da qualidade de vida em cada domínio do WHOQOL-BREF e a qualidade de vida geral (QV) dos professores de educação física do ensino básico

Domínios	Média	DP
Físico	59,8	9,8
Psicológico	69,5*	12,9
Relações sociais	75,4*	16,6
Meio ambiente	63,6	14,1
QV GERAL	67,6	11,6

Fonte: os autores.

Nota: * $p < 0,01$ comparado ao domínio Físico; ^a $p < 0,01$ comparado ao domínio meio ambiente.

4 DISCUSSÃO

Na atualidade, a profissão docente é comumente reconhecida como tendo elevados níveis de estresse profissional, sendo considerada uma das profissões mais estressantes (SCHERER et al., 2016; AGAI-DEMJAHA; BISLIMO-VSKA; MIJAKOSKI, 2015).

No presente estudo os professores de educação física apresentaram alta prevalência de estresse (45%), principalmente nas fases de resistência e quase exaustão, com predomínio dos sintomas psicológicos sobre os físicos (Tabela 2). Nossos resultados corroboram a maioria das pesquisas realizadas com professores do ensino básico em diversas regiões do Brasil. Por exemplo, em um estudo realizado por Valério (2009) com 30 professores de educação física do ensino básico, do Município de Curitiba, PR, 43,3% dos docentes apresentavam estresse, principalmente na fase de resistência, predominando os sintomas físicos sobre os psicológicos. Em outro estudo com 76 professores do ensino fundamental da Cidade de João Pessoa, na Paraíba, mostrou que 67,1% apresentavam estresse, com 55,3% e 10,5% nas fases de resistência e quase exaustão, respectivamente, predominando os sintomas psicológicos sobre os físicos (MARTINS, 2007). Goulart Junior et al. (2008), em uma pesquisa com 175 professoras dos primeiros anos do Ensino Fundamental atuantes em escolas públicas estaduais de uma cidade do interior de São Paulo, também revelaram alta porcentagem de estresse (56,6%) dos professores, visto que a quase totalidade dos professores (98%) encontrava-se na fase de resistência e de quase exaustão, predominando os sintomas psicológicos (59,6%) sobre os físicos, o que corrobora esta pesquisa. É importante salientar que a fase de resistência significa que os professores estão tentando lidar com os fatores estressores no sentido de uma busca de equilíbrio psicológico e físico nas situações e ambientes de trabalho, enquanto na fase de quase exaustão os professores começam a ceder à pressão de estressores persistentes, passando a perder as condições de lidar com estes de maneira saudável, tendendo a uma manifestação patológica dos sintomas, o que pode baixar a produtividade e contribuir para o baixo desempenho dos professores no processo de ensino e aprendizagem dos alunos (LIPP, 2006).

A qualidade de vida dos docentes pode influenciar no desenvolvimento de suas atividades profissionais, afetando a autoestima e, conseqüentemente, sua produtividade (BRUM et al., 2012). Na presente investigação, os professores de educação física mostraram que os melhores escores obtidos nos diferentes domínios da qualidade de vida foram os domínios relações sociais e psicológico, e os piores escores foram nos domínios físico e meio ambiente (Tabela 3). Nossos resultados são semelhantes a outras pesquisas que avaliaram a qualidade de vida de professores do ensino básico por meio do WHOQOL-BREF (DAMÁSIO; MELO; SILVA, 2013; MOREIRA et al., 2010; PEREIRA et al., 2014; PEREIRA; TEIXEIRA; LOPES, 2013; TABELAÃO; TOMASI; NEVES, 2011) e mostraram que os docentes do ensino básico estão satisfeitos com os aspectos relacionados a relações pessoais, apoio social, atividade sexual, autoestima, aparência e imagem corporal, aspectos cognitivos como aprendizagem e memória e sentimentos. Em contrapartida, os docentes estão insatisfeitos com os aspectos relacionados à capacidade de trabalho, fadiga, dependência de medicamentos, dor, mobilidade para a realização das atividades da vida diária, bem como segurança, cuidados de saúde, clima, transportes, oportunidades de adquirir novos conhecimentos, lazer e recursos financeiros. É importante ressaltar, ainda, que os dois indicadores da qualidade de vida que apresentaram os menores escores pelos professores de educação física apontam para a necessidade de se olhar atentamente a saúde desses docentes, prevenindo possíveis afastamentos das suas atividades escolares.

Na amostra de professores do ensino básico da presente pesquisa, o escore médio da qualidade de vida geral foi de 67,6 pontos (Tabela 3). Em uma pesquisa com 349 professores das redes estadual e municipal de ensino do Município de Florianópolis, o escore médio da qualidade de vida geral encontrado foi de 63,75 pontos, resultado similar ao nosso (PEREIRA et al., 2013). Em outro estudo, realizado com 517 professores do ensino básico (252 professores de escolas públicas e 265 de escolas particulares) de 57 escolas públicas e particulares da Cidade de Campina Grande, Paraíba, o escore médio da qualidade de vida geral foi de 74,5 pontos (DAMÁSIO; MELO; SILVA, 2013), apresentando valores acima da presente pesquisa. Essa diferença pode estar relacionada ao grande número de professores de escolas particulares comparado às escolas públicas de ambos os estudos. Os professores de escolas públicas são submetidos a maior quantidade de estressores e são mais favoráveis à aparição de indicadores psicopatológicos, influenciando na qualidade de vida (CARLOTTO, 2011; LOPES; PONTES, 2009).

A percepção da saúde e da qualidade de vida pode variar de indivíduo para indivíduo e de grupo para grupo. Interessantemente, apesar da alta prevalência de estresse, os professores do ensino básico da presente pesquisa estavam satisfeitos com a qualidade de vida geral (Tabela 3). Esses resultados mostram que a percepção da saúde e da qualidade de vida é decorrente de uma construção subjetiva e multidimensional, sendo influenciada por diversos fatores, como longevidade, satisfação no trabalho e realização pessoal, salário, lazer, relações familiares, disposição, qualidade nos rela-

cionamentos, opções de lazer, acesso a eventos culturais, espiritualidade, entre outros (BRUM et al., 2012; MOREIRA et al., 2010; PENTEADO; PEREIRA, 2007).

O presente estudo apresenta limitações, que merecem apontamentos, envolvendo a carga horária dos docentes e a época de realização do levantamento. Em relação à carga horária, não foi discriminado o regime de trabalho dos pesquisados em termos de horas. Quanto à época de realização do levantamento (outubro, novembro e início de dezembro), este é um momento de sobrecarga resultante de acúmulos anteriores, aspectos que podem interferir no estresse e qualidade de vida dos docentes.

5 CONCLUSÕES

Em resumo, os professores de educação física do ensino básico do Município de Caçador apresentam alta prevalência de estresse, com predomínio dos professores na fase de resistência e de quase exaustão, prevalecendo os sintomas psicológicos sobre os sintomas físicos. Nos diferentes domínios da qualidade de vida, os professores mostraram que estão insatisfeitos com os fatores físicos, mas estão satisfeitos com a qualidade de vida geral. Em conclusão, a alta prevalência de estresse não alterou a qualidade de vida dos professores do ensino básico.

Sugerimos que estudos longitudinais sejam realizados com professores de educação física do ensino básico, investigando a relação de tempo/contexto e outros fatores que poderiam influenciar no estresse e na qualidade de vida. Propomos, ainda, que se busquem estratégias de monitoração e controle de possíveis fatores ambientais que possam prevenir a exaustão, evitando o agravamento do problema.

Prevalence of stress and quality of life of physical education teachers from basic education

Abstract

This study evaluated the prevalence of stress and quality of life of physical education teachers from basic education in Caçador, state of Santa Catarina, Brazil. The sample was composed of 20 physical education teachers (12 men and 8 women) of the infant and elementary school. Stress levels (Lipp's Inventory of Stress Symptoms) and quality of life (WHOQOL-BREF Questionnaire) were evaluated. It was expressed some level of stress in 45% of the teachers, especially in the resistance phase (67%) and almost exhaustion (22%), predominating the psychological on the physical symptoms ($p < 0.05$). The average score of the physical domains (59.8 points) was significantly smaller and had the highest dissatisfaction compared to psychological (69.5 points) and social relationships (75.4 points) domains by physical education teachers ($p < 0.01$). The average overall quality of life was 67.6 points, classifying the teachers in satisfied with their quality of life. In conclusion, the physical education teachers from basic education showed high prevalence of stress and are satisfied with the overall quality of life.

Keywords: Physical education. Teachers. Basic education. Stress. Quality of life.

REFERÊNCIAS

AGAI-DEMJAHA, T.; BISLIMOVSKA, J. K.; MIJAKOSKI, D. Level of Work Related Stress among Teachers in Elementary Schools. **Macedonian Journal of Medical Sciences**, v. 3, i. 3, p. 484-488, 2015.

ANDRADE, P. S. D.; CARDOSO, T. A. D. O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, v. 21, p. 129-140, 2012.

BOTH, J.; NASCIMENTO, J. V.; BORGATTO, A.F. Estilo de vida dos professores de Educação Física ao longo da carreira docente no estado de Santa Catarina. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 12, n. 3, p. 54-64, 2007.

BOTH, J.; NASCIMENTO, J. V. Intervenção profissional na educação física escolar: considerações sobre o trabalho docente. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, v. 15, n. 2, p. 169-186, fev. 2009.

BRUM, L. M. et al. Qualidade de vida dos professores da área de ciências em escola pública no Rio Grande do Sul. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 10, p. 125-145, 2012.

- CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 27, p. 403-410, 2011.
- DAMÁSIO, B. F.; MELO, R. L. P. D.; SILVA, J. P. D. Sentido de Vida, Bem-Estar Psicológico e Qualidade de Vida em Professores Escolares. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 23, p. 73-82, 2013.
- FERRAZ, E. V. A. P. et al. Adaptação de questionário de avaliação da qualidade de vida para aplicação em portadores de catarata. **Arquivos Brasileiros de Oftalmologia**, v. 65, p. 293-298, 2002.
- FLECK, M. P. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". **Revista de Saúde Pública**, v. 34, p. 178-183, 2000.
- GOULART JUNIOR, E.; LIPP, M. E. N. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. **Psicologia em Estudo**, v. 13, p. 847-857, 2008.
- HENRIQUE FERNANDES, M.; ROCHA, V. M. da; COSTA-OLIVEIRA, A. G. R. da. Fatores Associados à Prevalência de Sintomas Osteomusculares em Professores. **Revista de Salud Pública**, v. 11, p. 256-267, 2009.
- LOPES, A. P.; PONTES, É. A. S. Síndrome de Burnout: um estudo comparativo entre professores das redes pública estadual e particular. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 13, p. 275-281, 2009.
- MARTINS, M. D. G. T. Sintomas de Stress em Professores Brasileiros. **Revista Lusófona de Educação**, p. 109-128, 2007.
- MOREIRA, H. D. R. et al. Qualidade de vida do trabalhador docente em educação física do estado do Paraná, Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 12, p. 435-442, 2010.
- PENTEADO, R. Z.; PEREIRA, I. M. T. B. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, p. 236-243, 2007.
- PEREIRA, É. F. et al. O trabalho docente e a qualidade de vida dos professores na educação básica. **Revista de Salud Pública**, v. 16, p. 221-231, 2014.
- PEREIRA, É. F.; TEIXEIRA, C. S.; LOPES, A. D. S. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 1963-1970, 2013.
- REIS, E. J. F. B. et al. Docência e exaustão emocional. **Educação & Sociedade**, v. 27, p. 229-253, 2006.
- SCHERER, R. et al. The Quest for Comparability: Studying the Invariance of the Teachers' Sense of Self-Efficacy (TSES) Measure across Countries. **PLoS One**, v. 11, i. 3, p. e0150829, 2016.
- TABELEÃO, V. P.; TOMASI, E.; NEVES, S. F. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, p. 2401-2408, 2011.
- VALÉRIO, F. J. Análise comparativa da incidência de estresse entre professores de educação física e professores de outras disciplinas. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – EDUCERE, 9., 2009, Curitiba. **Anais...** Curitiba, 2009. p. 11313-11323.

