

**ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL  
DAS ESCOLAS MUNICIPAIS E ESTADUAIS DO MUNICÍPIO DE VIDEIRA-SC**

RECCO, Filipi Caldeira\*

ZAGO, Ederlei Aparecida\*\*

**Resumo**

O objetivo deste estudo foi identificar o nível de estresse ocupacional nos professores do ensino fundamental das escolas municipais de Videira, SC, utilizando a Escala de Estresse no Trabalho (EET) e questionário sociodemográfico e ocupacional, com 75 professores. Resultados: 76% possuem especialização, 53% de 1 a 10 anos de docência, 80% apenas um emprego e 80% trabalham de 21 a 40 horas semanais, 59% recebem entre 1 a 3 salários mínimos, 45% não praticam nenhum tipo de exercício. Quanto ao nível de estresse no trabalho e aspectos de trabalho 26% dos professores apresentam entre 21 e 30 pontos e 32% apresentam entre 51 e 60 pontos. Conclui-se que a profissão de professor é papel de grande responsabilidade, além da carga horária excessiva, trabalhos em turnos diversos, quantidade de atividades fora do período de trabalho, fazem com que aumente sua exposição aos agentes estressores.

Palavras-Chave: Professores. Instituição de ensino. Estresse Ocupacional. Questionário Sociodemográfico.

**1 INTRODUÇÃO**

Segundo Santos (2010), o estresse é uma das possíveis vias de explicação da interface entre a dinâmica psicológica e o processo saúde-doença, e pode ser entendido como um fenômeno psicossocial com repercussão biológica, ativado diante de uma ameaça real ou imaginada que afete a integridade mental e/ou física de um indivíduo.

Para Rosa (2017), o burnout é uma síndrome ligada à vida profissional, que também é chamada de Síndrome do Esgotamento Profissional, considerada a resposta que se tem a um estado prolongado de estresse, que ocorre pela cronificação deste quando os métodos de enfrentamento falharam ou foram insuficientes.

Para Geremias e outros autores (2017, p.1865), "O estresse ocupacional é multicausal, tendo na sua somatória de causas os estressores organizacionais, bem como as respostas psicocomportamentais e fisiológicas dos estressores a que o indivíduo é exposto diariamente". Essa exposição diária aos fatores estressores é uma das características observadas em algumas atividades laborais.

Murta e Tróccoli (2004) afirmam que as atividades laborais são uma das fontes de satisfação de várias necessidades humanas, tais como autorrealização, manutenção de relações interpessoais e sobrevivência.

Simões e Oliveira (2017, p. 474) afirmam que, "Estresses no trabalho e uma má qualidade de sono levam muitas vezes os trabalhadores a desenvolver a Síndrome de Burnout.

Segundo Ribeiro e outros (2018), o estresse ocupacional é entendido como aquele que provém do ambiente laboral e envolve aspectos da organização, da gestão, das condições e da qualidade das relações interpessoais no trabalho. O estresse contínuo no trabalho pode trazer consequências prejudiciais à saúde mental e física do trabalhador, tais como: o desenvolvimento da síndrome metabólica, distúrbios do sono, diabetes, hipertensão arterial sistêmica, enfermidades psicossomáticas, síndrome de burnout, depressão, uso de substâncias psicoativas, além de queda na produtividade, absenteísmo, insatisfação laboral e baixa qualidade de vida no trabalho.

Trabalhar saudável não é apenas trabalhar com ausência de doenças. O estresse enfrentado por professores afeta significativamente sua qualidade de vida.

O objetivo do estudo foi conhecer o nível de estresse dos professores das escolas municipais e estaduais do município de Videira, SC.

## 2 DESENVOLVIMENTO

Segundo Correa, Souza e Baptista (2013), o estresse ocupacional interfere em vários aspectos na vida de cada indivíduo, podendo assim fazer com que ocorram desajustes na saúde física, mental, relações sociais e meio ambientes isso devido ao pouco tempo dedicado à família, trabalho e à falta de suporte e apoio quando se fazem necessários, já na área social ocorre o isolamento e a falta de amigos, o estresse, além de ter um efeito facilitador no desenvolvimento de doenças, pode propiciar prejuízo para a qualidade de vida e para a produtividade do ser humano.

Se o estresse provocado pela atividade laboral prevalecer, seu efeito sobre o indivíduo será negativo, pois irá desestimular a realização das tarefas a serem realizadas, provocando um sentimento de solidão de impotência e desânimo, diminuindo também a capacidade para o trabalho a qual é conceituada como o quão bem está o trabalhador, e quão capaz de executar seu trabalho ele pode ser, em função das exigências de seu estado de saúde e de seus recursos físicos e mentais (NEGELISKII; LAUTERT, 2011).

Para Rosa (2017), o burnout é uma síndrome ligada a vida profissional, que também é chamada de Síndrome do Esgotamento Profissional, é a resposta que se tem a um estado prolongado de estresse, que ocorre pela cronificação deste quando os métodos de enfrentamento falharam ou foram insuficientes.

A população da pesquisa foi composta por 75 professores do ensino fundamental I e II, de escolas estaduais e municipais de Videira, SC.

Este estudo foi executado através de uma pesquisa de natureza quantitativa e sujeitos foram abordados em um único momento, caracterizando um delineamento de estudo transversal.

Para a coleta de dados, foi utilizada a Escala de Estresse no Trabalho (EET), validada no Brasil por Paschoal e Tamayo (2004). As questões da escala foram elaboradas a partir da análise da literatura sobre estressores organizacionais de natureza psicossocial e sobre reações psicológicas ao estresse ocupacional, bem como da análise de instrumentos já existentes.

Cada item da EET aborda tanto um estressor quanto uma reação ao mesmo (PASCHOAL; TAMAYO, 2004). Os dados foram analisados por meio de estatística com média e desvio padrão.

## 2.1 RESULTADOS

As investigações mostraram que dos professores do ensino fundamental da rede pública de ensino de Videira 76% têm especialização, 53% está ente 1 a 10 anos dando aulas, 80% possuem apenas um emprego e 80% trabalham de 21 a 40 horas semanais (Tabela 1). Com relação aos alunos por sala, 80% possuem de 21 a 40 alunos.

A tabela 2 mostra os resultados da classificação do nível de estresse no trabalho e os aspectos de trabalho onde, 26% dos professores apresentam entre 21 e 30 pontos, e a maioria 32% dos professores, apresenta entre 51 e 60 pontos.

De acordo com Simonetti (2011), quanto maior a pontuação obtida no somatório dos escores, maior o estresse do indivíduo, sendo considerados 15 pontos como pontuação mínima e 60 pontos como a pontuação máxima. Foram observados que 32% da amostra apresentam um score de 51 a 60 pontos ou mais, representando uma alta taxa de estresse.

Em estudo realizado por Neto, Viana e Morgan (2015) em uma instituição de ensino no município de Hortolândia, SP, com professores da educação básica, mostrou baixo nível de estresse no grupo pesquisado.

Para Araújo e colaboradores (2015), um estudo com docentes da área da saúde em uma região metropolitana de Goiânia (GO) mostrou que 49% dos pesquisados apresentaram nível alto de estresse e 51% baixo nível de estresse.

Segundo Kanova e Porto (2010), a princípio, o estresse dos professores do Brasil estava associado aos níveis baixos de salários, às condições precárias de emprego, à burocracia no serviço, ao elevado números de alunos por sala, à violência, entre outros.

Sem desconsiderar todos esses possíveis fatores, o estresse ocupacional pode estar relacionado a outros fatores de ordem psicossocial igualmente.

### 3 CONCLUSÃO

O estresse entendido como fenômeno biopsicossocial aparece com fortes evidências nas atividades laborais onde se pode perceber que este pode afetar de maneira significativa a qualidade de vida e a saúde do trabalhador.

Os resultados mostraram que um número considerável dos professores do ensino fundamental da rede pública de ensino de Videira mostram uma alta taxa de estresse.

Recomendamos que a rede pública de ensino identifique essa questão e incentive programas para contenção e análise de estresse dos professores. Sugerimos ainda, que outras pesquisas sejam realizadas para analisar os possíveis efeitos destes programas sobre os índices de estresse dos professores.

### REFERÊNCIAS

CANOVA, Karla Rejane, PORTO, Juliana Barreiros. O Impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio. 2010

CORONETTI; Adriana et al. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador. Arquivos Catarinenses de Medicina Vol. 35, no. 4, de 2006.

CORRÊA, Rosângela Zabaleta Alves; DE SOUZA, Mayra Silva; BAPTISTA, Makilim Nunes. Vulnerabilidade ao estresse no trabalho e qualidade de vida de enfermeiros. Psicologia Argumento, Curitiba, v. 31, n. 75, p. 599-606, out./dez. 2013.

GEREMIAS, Larissa Munhon et al. Prevalência do diabetes mellitus associado ao estresse ocupacional em trabalhadores bancários. Revista Cuidarte. Minas Gerais, v. 8, n. 3, p. 1863-74, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.15649/cuidarte.v8i3.442>. Acesso em: 25 março de 2018.

LIPP; Marilda Emmanuel Novaes. O stress está em você. 6. ed. São Paulo: Contexto, 2004.

MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes; FIORITO, Aurineide Canuto Cabraíba. Avaliação do nível de stress de técnicos da área de saúde. Estudos de psicologia, v. 23, n. 4, p. 391-398, 2006.

MURTA, Sheila Giardini; TRÓCCOLI, Bartholomeu Torres. Avaliação de intervenção em estresse ocupacional. Psicologia: teoria e pesquisa, v. 20, n. 1, p. 39-47, 2004.

NEGELISKII, Christian; LAUTERT, Liana. Estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros de um grupo hospitalar. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 19, n. 3, 2011. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281421956026>>. Acesso em 08 abril de 2019.

NETO, Juliana de Almeida Rodrigues Franco; VIANA Helena Brandão e MORGAN, Levi. Estresse ocupacional em professores da educação básica: um estudo de caso em uma escola privada do município de Hortolândia. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Ano 20 - Nº 204 - Maio de 2015. Disponível em <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em abril 2020.

PACHOAL, T.; TAMAYO, Á. Validação da Escala de Estresse no Trabalho. Estudos de Psicologia, v. 9, n. 1, p. 45-52, 2004.

RIBEIRO, Renata Perfeito et al. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 39, 2018.

ROSA, Angélica Neumann da. Burnout: quando o trabalho ultrapassa os limites do sujeito trabalhador. 2017. Disponível em: <http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/4188?show=full>.

SANTOS, André Faro. Determinantes psicossociais da capacidade adaptativa: um modelo teórico para o estresse. 2010. 318 f. Tese (Doutorado em Psicologia Social) - Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2010. Disponível em: <[https://pospsi.ufba.br/sites/pospsi.ufba.br/files/andre\\_faro\\_tese.pdf](https://pospsi.ufba.br/sites/pospsi.ufba.br/files/andre_faro_tese.pdf)>. Acesso em: 16 abril de 2018.

SIMÕES, Julio; BIANCHIN, Larissa Renata Oliveira de. Prevalência da Síndrome de Burnout e qualidade do sono em trabalhadores técnicos de enfermagem. Saúde e Pesquisa, v. 9, n. 3, p. 473-481, 2017.

SIMONETTI, A. Manual de Psicologia Hospitalar: o mapa da doença. (6aed.) São Paulo: Casa do Psicólogo. (2011) TAMAYO, A. Estresse e cultura organizacional. São Paulo: Casa do Psicólogo 2008

Sobre o(s) autor(es)

\* Bolsista UNIEDU, Acadêmico do curso Educação Física da Unoesc Videira - SC. E-mail: [filipi.recco@sesisc.org.br](mailto:filipi.recco@sesisc.org.br).

\*\*Mestre em Ciências da Saúde, Docente da Unoesc Videira - SC. E-mail: [ederlei.zago@unoesc.edu.br](mailto:ederlei.zago@unoesc.edu.br).

**Tabela 1** – Características sócio demográficas da amostra.

Variáveis	Participantes (n=75) n(%)
<b>Escolaridade</b>	
Especialização	57(76%)
Graduação	18(24%)
<b>Tempo de docência no magistério</b>	
1 a 10 anos	40(53%)
11 a 20 anos	25(33%)
21 a 30 anos	8(11%)
Acima de 31 anos	2(3%)
<b>Tempo de docência na escola</b>	
1 a 10 anos	55(73%)
11 a 20 anos	14(19%)
21 a 30 anos	6 (8%)
<b>Carga horária semanal</b>	
Até 20 horas	7(9%)
De 21 a 40 horas	60(80%)
De 41 a 60 horas	8(11%)
<b>Turno de trabalho semanal</b>	
Primeiro turno	6(8%)
Segundo turno	58(77%)
Terceiro turno	11(15%)
<b>Pluriemprego</b>	
Um emprego	60(80%)
Dois empregos	11(15%)
Três empregos	4(5%)
<b>Vínculo</b>	
Docente horista	32(43%)
Concursado	39(52%)
Substituto	4(5%)
<b>Media de alunos por sala</b>	
Até 20	14(19%)
21 a 40	60(80%)
Acima de 41	1(1%)
<b>Numero de filhos</b>	
1	22(29%)
2	23(31%)
3	3(4%)
Acima de 4	1(1%)
Nenhum filho	26(35%)
<b>Estado civil</b>	
Casado	35(47%)
Solteiro	15(20%)

Fonte: Os autores (2020)

**Tabela 2** – Classificação da Escala de Estresse no Trabalho e aspectos do trabalho

Score do (EET)	AMOSTRA N(%)
21-30 pontos	20(26%)
31-40 pontos	14(19%)
41-50 pontos	17(23%)
51- 60 pontos ou mais	24(32%)

(EET).

Fonte: autores (2020).

Fonte:

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



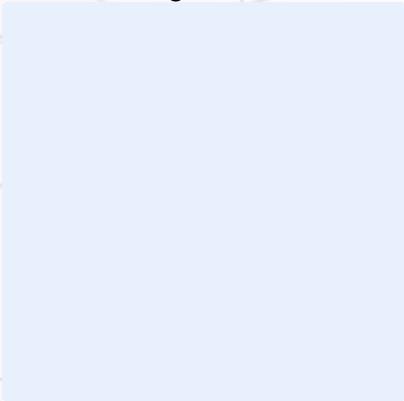
Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem