



UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

FRANCISCO RODOLFO BEZERRA DE OLIVEIRA

**ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE VIA REDE ESTADUAL DE
ENSINO DO CEARÁ**

JUAZEIRO DO NORTE
2018

FRANCISCO RODOLFO BEZERRA DE OLIVEIRA

**ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE VIA REDE ESTADUAL DE
ENSINO DO CEARÁ**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Licenciatura em
Educação Física da Centro Universitário
Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como
requisito para obtenção do Grau de
Licenciado em Educação Física, Artigo
Científico.

Orientador: Prof. Esp. Marcos Antônio Araújo Bezerra

JUAZEIRO DO NORTE
2018

FRANCISCO RODOLFO BEZERRA DE OLIVEIRA

**ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE VIA REDE ESTADUAL DE
ENSINO DO CEARÁ**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Licenciatura em
Educação Física da Centro Universitário
Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como
requisito para obtenção do Grau de
Licenciado em Educação Física.

Aprovada em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Esp. Marcos Antônio Araújo Bezerra
Orientador (a)

Profª Me Loumaíra Carvalho da Cruz
Examinadora

Profª Me Lara Belmudes Bottcher
Examinador (a)

JUAZEIRO DO NORTE
2018

ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE VIA REDE ESTADUAL DE ENSINO DO CEARÁ

¹Francisco Rodolfo Bezerra de OLIVEIRA;

² Marcos Antônio Araújo BEZERRA;

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física da Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física da Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

RESUMO

Introdução: O estresse na atualidade tem se tornado um dos grandes influenciadores da saúde docente, impactando diretamente nas atividades profissionais e na qualidade de vida dos professores. **Objetivo:** identificar os estágios de estresse docentes atuantes da rede estadual de ensino do município de Várzea Alegre. **Metodologia:** Esta pesquisa se caracteriza como sendo um estudo de campo, descritivo, com abordagem quantitativa, de corte transversal, realizada com docentes das diversas áreas de ensino da rede estadual de ensino do município de Várzea Alegre, onde avaliou-se 26 indivíduos de ambos os sexos. Como instrumento utilizou-se o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL). As análises dos dados foram realizadas com o auxílio de um psicólogo devidamente registrado no conselho da classe, afim de registrar e analisar os dados corretamente. Os resultados foram distribuídos em tabelas e gráficos através de distribuição de frequências. **Resultados:** O estudo demonstrou que 53,85% dos docentes encontram-se em fase de alerta, 38,46% em fase de resistência e 7,69% em fase quase exaustão. O estudo aponta ainda que há uma maior predominância dos sintomas físicos, contudo há de se considerar a presença dos sintomas psicológicos. (41,67%). **Conclusão:** O estudo apontou que a maioria dos docentes avaliados se encontram na fase de alerta, e cerca 1/3 dos docentes encontram-se em fase de resistência.

Palavras-chave: Docência. Estresse Ocupacional. Saúde do trabalhador.

ABSTRACT

Current stress has become one of the great guitars of teacher health, impacting directly on professional activities and the quality of life of teachers. The objective of this article is to identify the stages of stress teachers working in the state education network of the municipality of Várzea Alegre. As an instrument, the Lipp Adult Stress Symptom Inventory (ISSL) was used. The data analyzes were performed with the aid of a psychologist duly registered in the class council, in order to register and analyze the data correctly. The results were distributed in tables and graphs through frequency distribution. Results: The study showed that 53.85% of the teachers are in the alert stage, 38.46% in the resistance phase and 7.69% in the near exhaustion phase. The study also points out that there is a greater predominance of physical symptoms,

however the presence of psychological symptoms must be considered. (41.67%). The study pointed out that most of the teachers evaluated were not in the alert phase, and about 1/3 of the teachers are in the resistance phase

Key words: Teaching. Occupational Stress. Occupational Health

INTRODUÇÃO

O estresse atualmente é uma das causas mais comuns de doenças relacionadas ao trabalho, trazendo prejuízos à saúde mental e física do trabalhador, todavia, cada indivíduo tem suas formas diferentes de reagir ao enfrentamento do estresse e suas consequências, visando que a organização para a doença ou saúde vai depender de qual forma e situação irá enfrentar o problema (LIPP, 2002).

Quando não tratado, o estresse prejudica a saúde do indivíduo, afetando seus estímulos, a produção no trabalho e desempenho tanto no profissional quanto na vida pessoal, levando a um quadro de depressão, entretanto, não é tarefa fácil encontrar o causador do estresse, sendo a melhor forma de identificar o nível de estresse com ajuda profissional de qualidade e materiais adequados (MARTINS, 2007).

O estresse é um aglomerado de condições em que o corpo secreta hormônios para a busca do equilíbrio corporal, que reflete a procura do organismo em ajustar a situação em que se encontra, sendo assim, de diferentes formas e fases se dá o aparecimento de sintomas próprios a cada um, sendo que no ambiente escolar, o estresse pode afetar significativamente o desempenho do professor em sala de aula (LIPP, 2000).

Ainda, aponta a docência como uma das profissões que mais evolui os sintomas de estresse. A complexidade do trabalho em que é desenvolvido pelo professor internamente na busca de realização profissional, social, a forma em que administra o tempo que lhe é ofertado, e comportamento dentro de sala, prejudicam o processo de ensino aprendizagem dos alunos (GOULART JUNIOR; LIPP, 2008).

O professor atualmente é desvalorizado no meio acadêmico, na mídia e no meio social, fato esse que ocorre em tese devido ao agravamento das condições da formação e do exercício profissional dos docentes no país. A literatura mundial mostra que ser docente é uma das profissões mais estressantes nos dias atuais (CARLOTTO; PALAZZO, 2008; GOULART JUNIOR; LIPP, 2008).

Atualmente a profissão de professor passou a ser uma das últimas escolhas profissionais, em função desvalorização salarial que é dita como insatisfatória para o profissional, ainda ao profissional, que leciona em sala de aula, sofre com diversas variantes, no meio social e contenção salarial (ROCHA; CECOONELLO, 2004). Neste contexto, este artigo teve como objetivo identificar os estágios de estresse em docentes atuantes da rede estadual de ensino do município de Várzea Alegre.

MATERIAIS E MÉTODOS

Esta pesquisa se caracteriza como sendo um estudo de campo, descritivo, com abordagem quantitativa, de corte transversal, realizada com docentes das diversas áreas de ensino da rede estadual de ensino do município de Várzea Alegre, onde avaliou-se 26 indivíduos de ambos os sexos, número esse resultante de um cálculo amostral com 95% de IC.

Foram incluídos na pesquisa os docentes atuantes diretamente em sala de aula e com mais de 2 anos de atuação em sala de aula, já os docentes em cargos temporários, docentes com uso regular de medicação para tratamento da asma, tireoide e pílulas dietéticas, medicações essa que provocam ou pioram sintomas de estresse segundo a literatura foram excluídos da pesquisa

Como instrumento utilizou-se o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL), que tem como objetivo identificar os sintomas evidenciados de estresse em uma determinada população, o questionário é composto 3 partes, fase I que corresponde aos sintomas apresentados nas ultimas 24 horas, fase II representa aos sintomas relatados no ultimo mês e fase III que são os sintomas relatados nos últimos 3 meses, podendo diagnosticar as fases de estresse em que se encontra o indivíduo. Foram respeitando todos os critérios da resolução 466/12 a respeito da ética em trabalhos de pesquisas com seres humanos, e aprovado pelo Comitê de Ética do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, sob o parecer 2.633.880.

O pesquisador apresentou aos docentes o TCLE, bem como seus objetivos, em seguida, após o consentimento, foram assinados os termos pós esclarecido. Logo após foi entregue os questionários para que pudessem ser respondidos. Os riscos que poderiam ocorrer nesta pesquisa foram caracterizados como mínimos, como constrangimento do docente em responder sobre suas atividades do cotidiano, o qual foi sanado com uma aplicação individualizada e em ambiente seguro e sigiloso. Os

benefícios deste estudo foram evidenciados através da observação da situação atual destes diante dos resultados.

As análises dos dados foram realizadas com o auxílio de um psicólogo devidamente registrado no conselho da classe, afim de registrar e analisar os dados corretamente. Os resultados foram distribuídos em tabelas e gráficos através de distribuição de frequências, para melhor compreensão dos dados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observa-se na tabela 01 que há uma predominância de docentes do sexo feminino (53,8%) dado esse que corrobora com os estudos de Amorim (2006), que relata que a predominância na hegemonia do gênero feminino na docência.

TABELA 01 - Características gerais dos docentes da rede estadual de ensino de Várzea Alegre - CE. (n=26)

Variáveis Categóricas	N	%
SEXO		
Homens	12	46,2%
Mulheres	14	53,8%
IDADE		
Até 24 anos	11	3,8%
25 a 29 anos	3	11,5%
30 a 39 anos	11	42,3%
40 a 49 anos	10	38,5%
50 anos ou mais	1	3,8%
SALÁRIO BRUTO		
2.701,00 a R\$ 3.100,00	6	23,1%
Mais de R\$ 3.100,00	20	76,9%
TEMPO DE SERVIÇO		
2 a 5 anos	5	19,2%
6 a 9 anos	6	23,1%
De 10 a 15 anos	2	7,7%
De 15 a 20 anos	13	50%
CARGA HORÁRIA		
Ate 20h	3	11,5%
Entre 21 a 39	17	65,3%
40 ou mais	6	23%
QUANTIDADE DE ESCOLA QUE TRABALHA		
1 (uma)	21	80,8%
2 (duas)	4	15,4%
3 (três)	1	3,8%

FONTE: Dados da pesquisa, 2018

Quando se observa a variável salarial dos pesquisados, verifica-se que 23,1% dos docentes tem uma renda inferior a R\$ 3.100 (23,1%), segundo Gatti (2012), a

desvalorização salarial e indisciplina no ambiente escolar reduza a procura por graduações em licenciatura. Levando em consideração os fatores apontados acima, o progresso do professor é entendida de forma ampla e um contexto para a formação de novos professores e a permanência nas salas de aulas.

Os fatores citados por Ferraz (2009) tais como, pouca remuneração e falta de valorização do papel do professor, prejudicando a maneira de relacionar-se com núcleo gestor e colegas de trabalho. Segundo Carlotto (2008), a baixa remuneração conduz os professores à procura de outro emprego a fim de complementar a renda mensal, o que em hipótese explique os 19,2% dos docentes que exercem suas funções em mais de uma instituição, como observa-se na Tabela 01.

Na presente investigação, os professores demonstraram que os melhores escores obtidos nos diferentes domínios foram os domínios relações físicos e psicológicos (8,33%) acompanhados da predominância apenas de sintomas físicos e apenas psicológicos, também com (8,33%), e os piores escores foram nos domínios físicos, porém há de considerar os sintomas psicológicos (41,67%), como apresenta a Tabela 02.

TABELA 02 - Predominância de fatores físicos e psicológicas de docentes diagnosticados com alguma fase de estresse. (n=12).

Variáveis Categóricas	N	%
Predominância dos sintomas físicos, porém há de considerar a presença dos sintomas psicológicos.	5	41,67%
Predominância dos sintomas psicológicos, porém há de considerar a presença dos sintomas físicos.	4	33,33%
Predominância dos sintomas físicos.	1	8,33%
Predominância dos sintomas psicológicos.	1	8,33%
Presença dos sintomas físicos e psicológicos.	1	8,33%

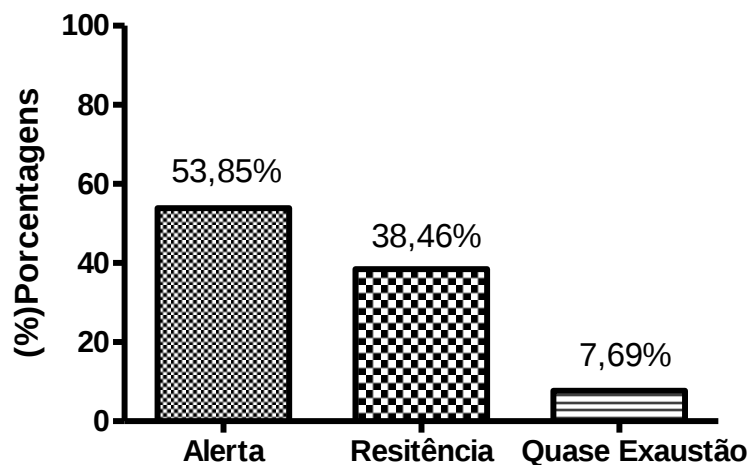
FONTE: Dados da pesquisa, 2018

Com relação a correção feita pela tabela do ISSL de Lipp (2002), utilizado no estudo, percebe-se uma paridade no percentual dos sintomas físicos e psicológicos dos entrevistados, tornando aceitável uma semelhança dos sintomas manifestados nas duas áreas, o que acometeu os entrevistados encontrados nesta situação.

A forma como é compreendida o estresse são similares com os achados de Aquino (2014), que ao realizar pesquisa em docentes no Pernambuco encontrou

38,1% dos profissionais em fase de resistência. Já em estudo paulista, realizado por Verlovato (2008) 80% dos professores apresentaram-se em fase de resistência, número quase igual aos 72,7% de profissionais avaliados como pertencentes ao mesmo estágio.

Gráfico 01 – Distribuição de frequência das fases de estresse dos docentes da rede estadual de ensino do município de Várzea Alegre.



Fonte: Dados da pesquisa, 2018

Além deste fator, a pesquisa já citada de Aquino (2014) aponta também para o número de 72,7% dos professores que se sentem desestimulados profissionalmente, o que pode ser um fator importante para os índices de estresse. Já Contaifer et al (2003) aponta que um alto índice de docentes com desestímulo e estresse laboral, sendo que, seu estudo realizado no Rio Grande do Sul revelou que 76,5% consideravam-se estressados, e destes, 53% revelaram alto nível de estresse em decorrência da atividade docente. A falta de valorização profissional da classe foi um dos motivos encontrados neste estudo para os níveis de estresse e desestímulo docente. Em estudo mais recente, Cheffer e Mikaliski (2017), encontraram um percentual de 44% dos professores pesquisados com alto ou significativo nível de estresses decorrente da profissão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse se tornou nos últimos tempos um fenômeno que se vem apontando cada vez mais crescente, acusando a necessidade de identificar os fatores que levam

o indivíduo a adquirir o estresse, tornando um assunto cada vez estudado por pesquisadores, fato esse que torna estudos com essa temática de grande valia para avaliar a situação da população em geral, especialmente na classe docente brasileira.

O estudo apontou que a maioria dos docentes avaliados está na fase de alerta, o que torna a pesquisa de grande importância para implantação de políticas internas para a preservação dos nossos professores, uma vez que essa fase traz poucos prejuízos a saúde, por se caracterizar pela forma com que o organismo aumenta a produção de anticorpos, criando resistência aos fatores estressores.

O estudo apontou ainda que um pouco mais de 1/3 dos docentes encontram-se em fase de resistência fato esse que merece um olhar diferenciado, pois é muito provável que pessoas nesse estágio, sejam mais vulneráveis e adentrem uma evolução, prejudicando a saúde, fazendo com que o tratamento ao estresse se torne mais difícil, e as formas de identificar o causador mais complexas, embora o estudo tenha se realizado apenas com docentes de rede estadual de ensino, fato esse que direciona a amostra para docentes que trabalham apenas com adolescentes de ensino médio, os dados obtidos nesse estudo revelam fatores importantes a serem investigados em novas pesquisas afim de servir de parâmetro para ações de intervenção visando à prevenção e controle do estresse entre os docentes, promovendo assim mais saúde e produtividade em suas aulas, facilitando o ensino-aprendizagem dos alunos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMORIM, Sâmia Neves Maciel de Carvalho. **Distúrbio vocal e estresse: os efeitos do trabalho na saúde de professores/as do ensino fundamental de Goiânia**. 2006. 121 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências Ambientais e Saúde, Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2006.

AQUINO, Jael Maria de et al. Avaliação do estresse ocupacional em professores mediante uso de um inventário de sintomas de estresse. **Revista Enfermagem On Line**, Recife, v. 8, n. 1, p.2357-2364, jul. 2014.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian dos Santos. Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, [s.l.], v. 22, n. 5, p.1017-1026, maio 2006.

CHEFFER, Natalha Maria; MICALISKI, Emerson Liomar. A correlação entre os hábitos de vida e o nível de estresse dos docentes de uma escola pública de Palmitinho/RS. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, Palmitinho, v. 11, n. 0, p.51-65, jan. 2017.

CONTAIFER, Tatiana Rodrigues Corrêa et al. Estresse em professores universitários da área de saúde. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v. 24, n. 1, p.215-225, ago. 2003.

ESTEVE, José M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde do professor**. Bauru, SP: EDUSC, 1999.

FERRAZ, Carlos Renato Andrade. **Percepção de suporte social e bem-estar no trabalho: um estudo com professores**. 2009. 82 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestrado em Psicologia da Saúde, Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2009

GATTI, Bernardete A. Reconhecimento social e as políticas de carreira docente na educação básica. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 42, n. 1, p.88-111, jan. 2012.

GOULART JUNIOR, Edward; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. **Psicologia em Estudo**, [s.l.], v. 13, n. 4, p.847-857, dez. 2008

KOCH, Marilena Olga; BIAZI, Ronnie Jackson; BENEDETTO, Cristina di. Estresse em docentes: um estudo comparativo entre uma instituição de ensino superior pública e uma instituição de ensino superior privada na cidade de Toledo-pr. **Revista Uningá**, Toledo, v. 21, n. 1, p.17-23, jan. 2015.

LIPP, Marilda E. Novaes; TANGANELLI, M. Sacramento. Stress e Qualidade de Vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: Diferenças entre Homens e Mulheres. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, São, v. 15, n. 3, p.537-548, mar. 2002.

LIPP, Marilda E. Novaes. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. Ed. 3º. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

MARTINS, Maria das Graças Teles. Avaliação dos Sintomas de Estresse em Enfermeiros Obstetras. **Revista Lusófona de Educação** - Lisboa v.10, p.109-128, 2007.

MARTINS, Maria das Graças Teles. Sintomas de Stress em Professores Brasileiros. **Revista Lusófona de Educação**, Portugal, v. 2, n. 1, p.109-128, 2007.

ROMANEK, Lucas Willian; ROCHA, Luciano. Diagnóstico do estresse entre professores através do teste de Lipp. In: Congresso de Administração da América Latina, 1., 2015, Ponta Grossa. **Anais**. Ponta Grossa: Se, 2015. p. 1 – 10

VEDOVATO, Tatiana Giovanelli; MONTEIRO, Maria Inês. Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. **Revista da Escola de Enfermagem da Usp**, [s.l.], v. 42, n. 2, p.291-297, jun. 2008

ZIBETTI, Marli Lúcia Tonatto; PEREIRA, Sidnéia Ribeiro. Mulheres e professoras: repercussões da dupla jornada nas condições de vida e no trabalho docente. **Educar em Revista**, Curitiba, v. 2, n. 2, p.259-276, jan. 2010.

ANEXO – I

ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE VIA REDE ESTADUAL DE ENSINO DO CEARÁ

INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS - LIPP

Fase I – Alerta (alarme) SINTOMAS NAS ÚLTIMAS 24H	SIM	NÃO
Mãos e/ou pés frios		
Boca Seca		
Nó ou dor no estômago		
Aumento de sudorese (muito suor)		
Tensão muscular (dor muscular)		
Aperto na mandíbula/ranger de dente		
Diarreia passageira		
Insônia, dificuldade de dormir		
Taquicardia (batimentos acelerados)		
Respiração ofegante, entrecortada		
Hipertensão súbita e passageira		
Mudança de apetite (muito ou pouco)		
Aumento súbito de motivação		
Entusiasmo súbito		
Vontade súbita de novos projetos		

Fase II – Resistência (luta) SINTOMAS NO ÚLTIMO MÊS	SIM	NÃO
Problemas com a memória, esquecimento		
Mal-estar generalizado, sem causa		
Formigamento extremidades(pés/mãos)		
Sensação desgaste físico constante		
Mudança de apetite		
Surgimento de Problemas dermatológicos (pele)		
Hipertensão arterial (pressão alta)		
Cansaço Constante		
Gastrite prolongada=queimação, azia		
Tontura-sensação de estar flutuando		
Sensibilidade emotiva excessiva		
Dúvidas quanto a si próprio		
Pensamentos sobre um só assunto		
Irritabilidade excessiva		
Diminuição da libido=desejo sexual		

Fase III - Exaustão (esgotamento) SINTOMAS NOS ÚLTIMOS 3 (TRÊS) MESES	SIM	NÃO
Diarreias frequentes		
Dificuldades Sexuais		
Formigamento extremidades-mãos/pés		
Insônia		
Tiques nervosos		
Hipertensão arterial confirmada		
Problemas dermatológicos prolongado		
Mudança extrema de apetite		
Taquicardia (batimento acelerado)		
Tontura frequente		
Úlcera		
Impossibilidade de Trabalhar		
Pesadelos		
Sensação incompetência todas áreas		
Vontade de fugir de tudo		
Apatia, vontade de nada fazer, depressão		
Cansaço excessivo		
Pensamento constante mesmo assunto		
Irritabilidade sem causa aparente		
Angústia ou ansiedade diária		
Hipersensibilidade emotiva		
Perda do senso de humor.		

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE DAS DIVERSAS ÁREAS DE ENSINO DA REDE ESTADUAL DE EDUCAÇÃO DO CEARÁ

Pesquisador: MARCOS ANTONIO ARAUJO BEZERRA

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 88316918.0.0000.5048

Instituição Proponente: Instituto Leão Sampaio de Ensino Universitário Ltda.

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.752.046

Apresentação do Projeto:

ESTRESSE EM DOCENTES: UMA ANÁLISE DAS DIVERSAS ÁREAS DE ENSINO DA REDE ESTADUAL DE EDUCAÇÃO DO CEARÁ

Objetivo da Pesquisa:

Analisar níveis de estresse dos docentes das diversas áreas de ensino da rede pública estadual de ensino.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Considera-se que esse estudo possui riscos mínimos ao participante, já que não será realizada nenhuma intervenção ou modificação intencional nas variáveis fisiológicas ou psicológicas e sociais dos indivíduos que participam no estudo, pode-se citar como riscos do estudos o cansaço ou aborrecimento ao responder questionários, constrangimento ao se expor durante a realização de testes de qualquer natureza, alterações na autoestima provocadas pela evocação de memórias ou por reforços na conscientização sobre uma condição física ou psicológica restritiva ou incapacitante; constrangimento ao realizar avaliação antropométrica; o risco de quebra de sigilo. Para amenizar os riscos os participantes serão avaliados (questionários) de forma individualizada em uma sala específica para esse fim no qual o

Endereço: Av. Maria Letícia Leite Pereira, s/n

Bairro: Planalto

CEP: 63.010-970

UF: CE

Município: JUAZEIRO DO NORTE

Telefone: (88)2101-1033

Fax: (88)2101-1033

E-mail: cep.leaosampaio@leaosampaio.edu.br