



REVISTA INTERDISCIPLINAR ENCONTRO DAS CIÊNCIAS  
V.1, N.3, 2018

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

STRESS IN TEACHERS: AN ANALYSIS OF PUBLIC EDUCATION NETWORK OF CEARÁ

Marcos Antônio Araújo Bezerra<sup>1</sup> | Lara Belmudes Bottcher<sup>2</sup> | Hérico Maciel de Amorim<sup>3</sup> | Francisco Rodolfo Bezerra de Oliveira<sup>4</sup>

### RESUMO

O estresse na atualidade tem se tornado um dos grandes violões 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 sem encontrava 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.

### KEYWORDS:

Teaching. Occupational Stress. Occupational Health.

## INTRODUÇÃO

As cobranças da sociedade moderna, que busca incansavelmente estar sempre integrado e produtivo, traz consigo um pacote provoca um fluxo maléfico ao ritmo biológico natural, levando ao aparecimento de um conjunto de transtornos igualmente contemporâneos, como é o caso do estresse. Lipp (2002), fundamenta o estresse como sendo 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.

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, podendo levar a um quadro de depressão, entretanto, não é tarefa fácil encontrar o causador do estresse, sendo que a melhor forma de identificar o estresse é com diagnósticos e acompanhado profissional psicológico de qualidade e com a utilização de instrumentos adequados (MARTINS, 2007).

Dessa forma Lipp (2000), relata que 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. No ambiente escolar, o estresse pode afetar significativamente o desempenho do professor em sala de aula.

Lipp (2002), classifica 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, prejudicando 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. Inúmeros trabalhos na literatura mundial mostram 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. Ao profissional, que leciona em sala de aula, sofre com diversas variantes, no meio social e contenção salarial, quando se faz uma comparação há tempos atrás, quando o status de professor era respeitado e valorizado, pelos governantes e alunos (CECOONELLO, 2004). Neste contexto, este estudo teve como objetivo identificar os estágios de estresse docentes atuantes da rede estadual de ensino do município de Várzea Alegre.

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.

Foram inclusos na pesquisa os docentes atuantes diretamente em sala de aula, docentes 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, 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.

## **DESENVOLVIMENTO**

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)

<b>Variáveis Categóricas</b>		<b>%</b>
<b>SEXO</b>		
Homens	2	46,2%
Mulheres	4	53,8%
<b>IDADE</b>		
Até 24 anos	1	3,8%
25 a 29 anos		11,5%
30 a 39 anos	1	42,3%
40 a 49 anos	0	38,5%
50 anos ou mais		3,8%
<b>SALÁRIO BRUTO</b>		
2.701,00 a R\$ 3.100,00		23,1%
Mais de R\$ 3.100,00	0	76,9%
<b>TEMPO DE SERVIÇO</b>		
1 a 5 anos		19,2%
6 a 9 anos		23,1%
De 10 a 15 anos		7,7%
De 15 a 20 anos	3	50%
<b>CARGA HORÁRIA</b>		
Ate 20h		11,5%
Entre 21 a 39	7	65,3%
40 ou mais		23%
<b>QUANTIDADE DE ESCOLA QUE TRABALHA</b>		
1 (uma)	1	80,8%
2 (duas)		15,4%
3 (três)		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 entendido 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

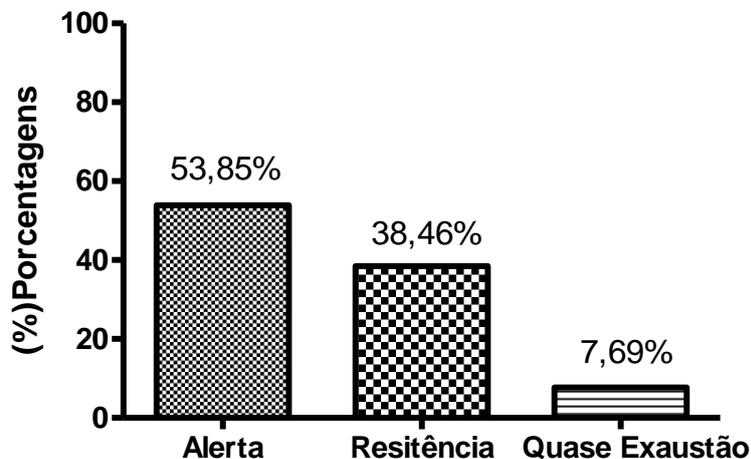
Com relação a correção feita pela tabela do ISSL de Lipp (2002), utilizado no estudo, percebe-se uma paridade no percentual dos sintomas físicos e psicológicos dos entrevistados, tornando aceitável uma semelhança dos sintomas manifestados nas duas áreas, o que acometeu os entrevistados encontrados nesta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

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

**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

Em estudo realizado em Toledo no estado do Paraná, Koch (2015), identificou 67% dos docentes em fase de resistência ao estresse, onde observou-se ainda que os docentes da rede privada de ensino se demonstraram mais presentes nessa fase quando comparados aos docentes da rede pública. O que de certa forma contrapõe a lógica educacional, já que Martins (2007) constata que a pressão nos docentes da rede pública é mais explícita, e que são originárias pela falta de recursos didáticos e pela falta de segurança das escolas públicas.

Resultados diferentes dessa pesquisa, foram encontrados no estudo realizado por Martins (2007) na cidade João Pessoa onde foram avaliados 76 professores e verificou-se que a maioria dos professores se encontram na fase de Resistência (55,3%), seguidos da fase Quase Exaustão (10,5%) enquanto a fase de Exaustão esteve presente em apenas 1,3% dos entrevistados. Nota-se que no referido estudo nenhum professor foi diagnosticado em fase de alerta, fase essa que é considerada uma fase positiva do estresse, nessa fase o corpo humano libera os hormônios noradrenalina e adrenalina, provocando energia e motivação para a atividade. Porém se o estresse persistir a fase de resistência se inicia.(LIPP, 2000)

## 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

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. 3°. 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.

---

Recebido em: 17 de Junho de 2018  
Aceito em: 02 de Agosto de 2018

<sup>1</sup>Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO). E-mail: marcosantonio@leaosampaio.edu.br

<sup>2</sup>Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO). E-mail: larabottcher@leaosampaio.edu.br

<sup>3</sup>Faculdade Vale do Salgado (FVS). E-mail: hericomaciel@fvs.edu.br

<sup>4</sup>Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO). E-mail: rodolfobezerra1@hotmail.com