



AVALIAÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES MEDIANTE USO DE UM INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE ESTRESSE

OCCUPATIONAL STRESS ASSESSMENT IN TEACHERS BY MEANS OF A STRESS SYMPTOMS INVENTORY

EVALUACIÓN DEL ESTRÉS LABORAL EN PROFESORES POR MEDIO DE UN INVENTARIO DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS

Jaël Maria de Aquino¹, Estela Maria Leite Meirelles Monteiro², Denise Rafaela Claudino Guerra³, Sílvia Elizabeth Gomes de Medeiros⁴, Thassia Thame de Moura Silva⁵, Andrea Rosane Sousa Silva⁶

RESUMO

Objetivo: avaliar o estresse ocupacional em professores do Ensino Fundamental II em escolas públicas municipais. **Método:** estudo de abordagem quantitativa que utilizou o Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp, com a participação de 94 professores de 7 escolas em São Lourenço da Mata (PE). A coleta de dados foi realizada com um questionário e os dados foram analisados com o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 15. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Pernambuco (UPE), sob o CAAE n. 0076.0.097.000-10. **Resultados:** 62,7% dos professores encontravam-se estressados, apresentando como principais sintomas fatores psíquicos; 71,3% mostravam-se desestimulados a exercer a profissão. **Conclusão:** os resultados mostraram um número significativo de professores com estresse, sendo as fases de resistência e exaustão as de maior frequência. Nessas fases, eles se encontravam mais expostos ao risco de adoecer. **Descritores:** Saúde do Trabalhador; Estresse Ocupacional; Saúde Mental; Professores; Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: assess occupational stress in teachers at Elementary School II in municipal public schools. **Method:** study with a quantitative approach using Lipp's Stress Symptoms Inventory, whose participants were 94 teachers from 7 schools in São Lourenço da Mata, Pernambuco, Brazil. Data collection was conducted with a questionnaire and data were analyzed with the software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), version 15. The study was approved by the Research Ethics Committee of Universidade de Pernambuco (UPE) under the CAAE 0076.0.097.000-10. **Results:** 62.7% of teachers were stressed, and their main symptoms were psychic factors; 71.3% showed up discouraged from practicing the profession. **Conclusion:** the results showed a significant number of teachers with stress, and the resistance and exhaustion phases were those with higher frequency. At these phases, they were more exposed to the risk of getting sick. **Descriptors:** Occupational Health; Occupational Stress; Mental Health; Teachers; Nursing.

RESUMEN

Objetivo: evaluar el estrés laboral en profesores de la Educación Primaria II en escuelas públicas municipales. **Método:** estudio con abordaje cuantitativo que utilizó el Inventario de Síntomas de Estrés de Lipp, con la participación de 94 profesores de 7 escuelas de São Lourenço da Mata, Pernambuco, Brasil. La recogida de datos se llevó a cabo con un cuestionario y los datos se analizaron con el *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versión 15. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Universidade de Pernambuco (UPE), bajo el CAAE 0076.0.097.000-10. **Resultados:** 62,7% de los profesores estaban estresados, y sus principales síntomas eran factores psíquicos; 71,3% se mostraban desanimados en la práctica de la profesión. **Conclusión:** los resultados mostraron un significativo número de profesores con estrés, y las fases de resistencia y agotamiento fueron las de mayor frecuencia. En estas fases, ellos estaban más expuestos al riesgo de contraer enfermedades. **Descritores:** Salud Laboral; Estrés Laboral; Salud Mental; Profesores; Enfermería.

¹Enfermeira, Professora Doutora, Programa Associado de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade de Pernambuco/Universidade Estadual da Paraíba/UPE/UEPB. Recife (PE), Brasil. E-mail: jaelquino@ig.com.br; ²Enfermeira, Professora Doutora, Programa Associado de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade de Pernambuco/Universidade Estadual da Paraíba/UPE/UEPB. Recife (PE), Brasil. E-mail: estelapf2003@yahoo.com.br; ³Enfermeira, Departamento de Enfermagem, Universidade de Pernambuco/UPE. Recife (PE), Brasil. E-mail: denise_guerra@hotmail.com; ⁴Enfermeira, Mestranda, Programa Associado de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade de Pernambuco/Universidade Estadual da Paraíba/UPE/UEPB. Recife (PE), Brasil. E-mail: silviaelizabeth89@hotmail.com; ⁵Enfermeira, Mestranda, Departamento de Enfermagem/Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Pernambuco/PPGENF/UFPE. Recife (PE), Brasil. E-mail: thathy_moura@hotmail.com; ⁶Enfermeira, Mestre, Programa Associado de Pós-graduação em Enfermagem, Universidade de Pernambuco/Universidade Estadual da Paraíba/UPE/UEPB. Recife (PE), Brasil. E-mail: andrea_rosane@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Os professores são mediadores da aprendizagem capazes não só de transformar a informação em conhecimento e consciência crítica, mas também de formar pessoas. Para tanto, faz-se necessário que esse grupo de trabalhadores esteja inserido em um contexto que favoreça o desenvolvimento de suas atividades. As inovações tecnológicas, o ritmo acelerado, a complexidade de tarefas e o compromisso com o magistério podem contribuir para o adoecimento psíquico e físico entre os professores.

O professor encontra-se, atualmente, em um ambiente escolar repleto de desafios, sendo submetido a assumir responsabilidades advindas de todo o contexto social. A demanda de conhecimentos necessários ao exercício da profissão e a exigência pedagógica que impõe um conjunto de saberes a ser construídos pelos alunos entram em conflito com a falta de interesse destes, assim, os professores devem apresentar propostas contextualizadas às diferentes realidades.¹

As complexidades e responsabilidades impostas aos professores podem abalar seu equilíbrio interno. Isso dependerá das características pessoais e das condições de recursos próprios. O cenário se agrava, uma vez que as escolas não disponibilizam para os professores nenhum tipo de suporte profissional, seja este de ordem psicológica ou médica, de modo que, em muitos casos, eles se veem sozinhos no enfrentamento de problemas que estão afetando sua saúde e bem-estar.²

A essência do trabalho docente é reconhecidamente estressante e o cotidiano de trabalho do professor alberga muitas situações que podem contribuir para o desequilíbrio da saúde, acarretando no desenvolvimento do estresse.²

O estresse foi inicialmente conceituado como “reação inespecífica do organismo perante qualquer exigência”, que leva a alterações fisiológicas no indivíduo, tanto positivas como negativas, quando este se vê compelido a enfrentar situações desencadeadoras de emoções fortes. No escopo dessa complexa relação entre o ser humano e atividade laboral, o estresse emerge como uma causa frequente de desgaste, ocasionando agravos à saúde do trabalhador.³

Atualmente, o estresse encontra-se dividido em três fases: alerta, resistência e exaustão. A primeira fase é caracterizada positivamente pela produção de adrenalina,

tornando o indivíduo mais atento, criativo, produtivo, motivado, preparado para ação. A segunda fase requer do indivíduo o enfrentamento de seus estressores, com o objetivo de assegurar a homeostase.⁴ Posteriormente, é identificada uma quarta fase do estresse, que se interpõe entre as fases de resistência e exaustão, nomeada de quase-exaustão. Nesse período, os níveis de tensão ultrapassam os limites fisiológicos e ocorre a diminuição da resistência física e emocional. Nesse caso, é necessário um aumento dos esforços para melhor desempenho das atividades cotidianas, alternando momentos de produção e desconforto, o que gera ansiedade.⁵

Estudos mostram que os professores universitários ou do Ensino Médio e Fundamental são frequentemente acometidos pelos sintomas do estresse.⁶⁻⁹ As principais sintomatologias revelam-se na ordem psíquica, as quais são, em grande parte, as causas de afastamento decorrentes aos problemas de saúde.¹⁰⁻¹¹ Sob essa perspectiva, há pouco conhecimento sobre as condições de trabalho e a vida do professor na escola, principalmente em relação à qualidade de vida dos professor do Ensino Fundamental, os quais, geralmente, subestimam suas necessidades de saúde e conformam-se com o quadro desanimador em que se encontram, o que chama a atenção para a necessidade do desenvolvimento de ações de promoção de saúde voltadas a esse grupo de trabalhadores.¹²

Da mesma forma que a sociedade exige e necessita de professores competentes e qualificados, comprometidos com o ensino, esses profissionais precisam, também, ser acompanhados e mais bem avaliados no que tange às suas condições de saúde, principalmente aos aspectos psicossomáticos, onde a variável estresse tem um enorme poder de destruição não só em termos da capacidade de trabalho, mas, também, no âmbito social e da saúde.

Diante do exposto, este estudo tem por objetivo geral avaliar o estresse ocupacional em professores do Ensino Fundamental II nas escolas públicas municipais de São Lourenço da Mata (PE). Como objetivos específicos se propõe descrever o perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa e identificar as fases do estresse, além da sintomatologia relatada pelos professores do Ensino Fundamental II.

MÉTODO

Trata-se de estudo descritivo, de abordagem quantitativa, desenvolvido em

todas as escolas públicas municipais na cidade de São Lourenço da Mata, com os professores do Ensino Fundamental II. Essa cidade está localizada na Região Metropolitana do Recife, com uma área de 264,48 km², e uma população estimada em 99.945 habitantes, em 2009. São Lourenço da Mata faz parte da região de uma das 12 cidades-sede selecionadas para a Copa do Mundo de 2014, uma vez que atendeu aos critérios (uso da verba disponível para o evento, venda de ingressos, estádios, estrutura para treinamentos e para a mídia, possibilidade de realização de congressos e eventos, segurança, telecomunicações, transportes e capacidade de acomodação - setor hoteleiro) estabelecidos pela Federação Internacional de Futebol (FIFA).

Estão incluídos nesta pesquisa todos os professores que estavam trabalhando em sala de aula, diretamente com os alunos, no período de coleta de dados, sejam aqueles que se encontravam no cargo por aprovação em concurso público ou aqueles admitidos em caráter temporário (ACT). Não participaram do estudo os professores que se encontravam em licença médica, prêmio ou sem vencimentos, que estavam realizando alguma atividade administrativa e aqueles que não concordaram em participar do estudo. Dentre os sujeitos excluídos, vale destacar que 5 estavam em licença médica e 7 são professores readaptados (aqueles que foram afastados de suas atividades por motivo de licença médica e se encontram em período de readaptação).

O número total de professores efetivos na rede escolar pública municipal é de 127 sujeitos, entretanto apenas 94 foram incluídos nesta pesquisa. Para evitar uma eventual identificação dos sujeitos, optou-se por não divulgar as escolas e nem os nomes dos professores que aceitaram participar. Desse modo, para uma simples caracterização, considerou-se oportuno indicar as escolas por meio das letras A a G.

As escolas E, F, e G são consideradas de difícil acesso, localizando-se a uma distância considerável do centro da cidade. Na escola C, as aulas estavam sendo ministradas por meio de rodízio entre professores, devido à falta de acomodações suficientes para os alunos. Em relação às dificuldades enfrentadas pelas escolas A e B, observou-se que ambas apresentam problemas estruturais, como: muros, grades e portões pichados, além de um considerável número de carteiras quebradas. Essa realidade é decorrente da falta de manutenção e, também, do uso inadequado dos bens públicos. Destaca-se,

ainda, que a escola A funciona em prédio alugado, que apresenta condições insalubres, capazes de gerar ambientes causadores de doenças que, por sua vez, não contribuem para o desenvolvimento das atividades docentes.

Foram contatados o secretário de educação, diretores e coordenadores das escolas, para explicação dos objetivos do estudo e solicitação de autorização para realizá-lo. Em seguida, foram iniciadas as visitas às escolas para orientar sobre o estudo e solicitar o consentimento dos professores, agendando, de acordo com a disponibilidade deles, as entrevistas.

Para coleta de dados foram utilizados dois instrumentos:

1) Roteiro de perguntas referentes à caracterização dos participantes, elaborado para identificação dos dados sociodemográficos (idade, estado civil, sexo, número de filhos), condições de saúde (tabagismo, etilismo, lazer e atividade física), exercício profissional (carga horária semanal, período de trabalho, se possui outra atividade profissional).

2) Inventário de Sintomas de Estresse (ISSL)⁵, composto por 37 itens de natureza somática e 19 de natureza psicológica, sendo alguns repetidos, diferenciados apenas em termos de intensidade. Esses itens são organizados em três quadros. O primeiro quadro, que avalia a fase de alerta, inclui 12 sintomas físicos e 3 psicológicos, experimentados nas últimas 24 horas. O segundo quadro é composto por 10 sintomas físicos e 5 psicológicos, vivenciados na última semana. Já a fase de quase-exaustão é diagnosticada com base em uma frequência maior de sintomas listados no quadro 2 do inventário. Por fim, o terceiro quadro, que avalia a fase de exaustão, apresenta 12 sintomas físicos e 11 psicológicos. Neste, o participante assinala a sintomatologia experimentada no último mês.

Para a análise dos resultados do ISSL⁵, desenvolvido por Lipp e Guevara, foi utilizada a abordagem estatística descritiva, observando as frequências das respostas aos itens da escala para a elaboração das tabelas. Todo material coletado, a partir das questões objetivas, foi quantificado e tratado por meio de técnicas estatísticas mediante distribuições absolutas e percentuais. O programa utilizado para digitação dos dados e obtenção dos cálculos estatísticos foi o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 15.

Como procedimento ético e obedecendo às normas da Resolução n. 196/96, do Conselho Nacional da Saúde (CNS), este estudo foi

aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Pernambuco (UPE), sob o Protocolo n. 077/2010 e o CAAE n. 0076.0.097.000-10.

Dos 94 professores das 7 escolas municipais estudadas, em relação aos dados sociodemográficos, a maioria é do sexo feminino (64,9%).

RESULTADOS

Tabela 1. Sintomas de estresse (ISSL) experimentados nas últimas 24 horas por professores do Ensino Fundamental II da rede municipal de São Lourenço da Mata (PE), 2011.

Sintomas	n	%
Boca seca	37	39,4
Aumento de sudorese (muito suor, suadeira)	26	27,7
Tensão muscular	51	54,3
Insônia (dificuldade de dormir)	43	45,7
Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta)	21	22,3
Mudança de apetite	26	27,7
Vontade súbita de iniciar novos projetos	19	20,2

Observa-se na Tabela 1 que 37 participantes (39,4%) apresentaram boca seca,

entre os demais sintomas de estresse na fase de alerta.

Tabela 2. Sintomas de estresse (ISSL) experimentados na última semana por professores do Ensino Fundamental II da rede municipal de São Lourenço da Mata (PE), 2011.

Sintomas	n	%
Sensação de desgaste físico constante	60	63,8
Cansaço constante	58	61,7
Irritabilidade excessiva	43	45,7
Problemas de memória	41	43,6
Sensibilidade emotiva excessiva (estar muito nervoso)	40	42,6
Mudança de apetite	24	25,5
Tontura ou sensação de estar flutuante	23	24,5
Formigamento das extremidades	23	24,5
Hipertensão arterial	22	23,4
Pensar constantemente em um só assunto	22	23,4
Mal-estar generalizado, sem causa específica	19	20,2
Aparecimento de problemas dermatológicos	19	20,2

A Tabela 2 apresenta a fase de resistência; 60 participantes (63,8%) relataram a sensação

de desgaste físico constante, o sintoma mais incidente.

Tabela 3. Sintomas de estresse (ISSL) experimentados no último mês por professores do Ensino Fundamental II da rede municipal de São Lourenço da Mata (PE), 2011.

Sintomas	n	%
Cansaço constante e excessivo	51	54,3
Insônia	41	43,6
Vontade de fugir de tudo	41	43,6
Irritabilidade frequente sem causa aparente	38	40,4
Perda do senso de humor	34	36,2
Angústia, ansiedade ou medo diariamente	27	28,7
Hipersensibilidade emotiva	27	28,7
Excesso de gases	23	24,5
Tontura frequente	22	23,4
Apatia, depressão ou raiva prolongada	22	23,4
Hipertensão arterial continuada	15	16,0
Problemas dermatológicos continuados	15	16,0
Dificuldade sexual	9	9,6

De acordo com a Tabela 3, 51 participantes (54,3%) na fase de exaustão revelaram cansaço constante e excessivo, o sintoma mais frequente.

DISCUSSÃO

O exercício do trabalho educativo exige do professor poder de concentração, abertura para a escuta, sensibilidade para perceber as limitações e dificuldades do educando, estabilidade emocional para lidar com a

personalidade questionadora e detalhista do adolescente, e, também, o interesse em estimular o desenvolvimento criativo e o gosto pelo estudo.

Os professores participantes representam uma população jovem, com média de idade de 39,3 anos. A abrangência do sexo feminino na amostra comprova as modificações ocorridas no mercado de trabalho, que apresenta o aumento inexorável desse público no ambiente de trabalho. A docência demonstra-

se aderida à cultura matriarcal, onde o papel de mãe educadora exercido no lar realça os artifícios femininos nessa profissão.¹²

Com relação aos hábitos de vida, os sujeitos não dispõem de tempo para práticas de atividade física, por conta de uma excessiva carga horária de trabalho, pois 60,6% trabalham mais de 40 horas por semana. Essa situação poderá dificultar o desenvolvimento de um trabalho criativo, comprometendo a qualidade da ação educativa. Assim, aproxima-se o professor do proletário, alienando-o do produto do seu trabalho, onde ele passa a (re)produzir “em série”.⁷

Essa busca incessante de aumento da produção acaba desenvolvendo uma espécie de competição entre os próprios professores e os conduz ao cansaço, estresse e, muitas vezes, à frustração, enquadrando o trabalho docente à lógica do mercado capitalista, ao hastear um sistema de avaliação produtiva, sobre o qual se imprime uma valoração quantitativa em detrimento da qualidade.⁷

Entre os docentes que participaram desta pesquisa, 71,3% revelaram desestímulo quanto ao exercício de sua profissão. Acredita-se que essa dificuldade seja atribuída ao choque entre uma história individual, portadora de projetos, de esperanças e de desejos, e uma organização do trabalho que os ignora. Esse sofrimento, de natureza mental, começa quando o homem, no trabalho, já não pode fazer nenhuma modificação na sua tarefa, no sentido de torná-la mais consonante às suas necessidades fisiológicas e a seus desejos psicológicos, isso ocorre quando as relações humanas na ambiência do trabalho estão bloqueadas.¹³

Os professores, devido à peculiaridade de suas atividades, necessitam estar atentos à sua saúde física e mental, pois disso depende a qualidade de suas aulas. Estressores como falta de estrutura física para o desempenho de atividades, carga horária excessiva de trabalho, dentre outros, aliados aos estressores da sociedade contemporânea, podem levar a uma deterioração da qualidade de vida desses profissionais, interferindo diretamente em seu trabalho. Pesquisas para avaliação da saúde física e mental dos trabalhadores são fundamentais para contribuir na manutenção da qualidade dos serviços.¹⁴

A estrutura psíquica desses indivíduos mostra-se fragilizada, ao apresentar problemas como a insônia, instabilidade emocional, problemas de memória e mudanças no apetite. Esse quadro preocupante ressalta a necessidade de

intervenções de políticas de saúde específicas a esse profissional, visto que se encontram totalmente vulneráveis ao surgimento de patologias ocupacionais.

Diversos estudos realizados em Hong Kong nos últimos anos têm mostrado que ensinar é altamente estressante. Cerca de 1/3 dos professores pesquisados apresentavam sinais de estresse, entre os principais problemas de saúde.¹⁵

O estresse ocupacional vem aumentando assustadoramente, sendo confirmado com a crescente predisposição para o adoecimento e o consequente afastamento dos trabalhadores.¹⁶ Os resultados deste estudo revelam um número significativo de professores estressados, de modo que 23,4% encontram-se na fase de resistência e 22,3% na fase de exaustão. A esse fato deve-se atribuir grande preocupação, visto que a fase de exaustão identificada em outros estudos não se apresenta estatisticamente tão elevada.

Pesquisa realizada na Bahia com professores e alunos do Ensino Fundamental aponta que dos 23 professores analisados, 9 estavam em fase de resistência, 6 na fase de quase-exaustão e apenas 1 encontrava-se na fase de exaustão, sendo que 7 não apresentavam sintomas de estresse.¹⁷ Em outro estudo¹² realizado em São Paulo, com 175 professores, 56,6% deles estavam estressados e 80,8% encontravam-se na fase de resistência. Resultados semelhantes foram obtidos no interior de São Paulo⁷, onde um estudo com 62 professores do Ensino Fundamental e Médio constatou a presença de estresse em 58,1% da amostra, sendo que 72,7% encontravam-se na fase de resistência.

A fase de resistência caracteriza-se pela tentativa de alcançar um estado de equilíbrio e, por meio dessa reorganização, alguns sintomas iniciais vão desaparecendo, porém, essa retomada utiliza da energia necessária para outras funções vitais. Não ocorrendo a recepção dessa energia, o organismo entrará na fase de exaustão.⁵ Nesse caso, poderá ocorrer a exaustão psicológica ou a exaustão física, ambas levando ao processo de adoecimento.² Esse desequilíbrio total dos sistemas orgânicos fica evidenciado por doenças como a hipertensão arterial, depressão, ansiedade, insônia, diarreia, enfarte e até a morte.

Verificou-se também uma amostragem significativa da fase de quase-exaustão (17%). Esta é reconhecida como fase limítrofe entre a resistência física e emocional, onde momentos de funcionamento normal se interpõem a momentos de desconforto. Sob

essa perspectiva, reconhece-se essa fase como primordial para o estabelecimento de estratégias de enfrentamento específicas para a manutenção da saúde, de modo a coibir o desencadeamento da fase de exaustão.

As sintomatologias mais experimentadas por esse grupo estressado demonstram o sofrimento físico e psíquico, onde se destacam o cansaço físico constante, instabilidades emocionais, insônia, problemas sistêmicos como a hipertensão, problemas de memória, vontade de fugir de tudo. A permanência desses sintomas, pela ausência ou inabilidade no enfrentamento dos problemas, pode concorrer para o adoecimento dos professores.

Os docentes estão expostos constantemente a esse cotidiano de trabalho, podendo ser acometidos por patologias físicas e mentais, levando ao absenteísmo e ao afastamento do profissional para tratamento de saúde, acarretando prejuízo social e financeiro. Portanto, o estresse vivenciado pelo professor poderá interferir em sua vida pessoal, social e profissional. Essa realidade influencia na qualidade do sistema educacional, não sendo apenas mais uma dificuldade institucional, mas passa a constituir um problema social e de saúde pública. Corroborando esse entendimento, o estresse pode comprometer o desempenho profissional, afetando sobremaneira o ambiente institucional, interpessoal e pessoal, trazendo efeitos negativos para a sociedade de um modo geral.¹⁸

A identificação da situação de estresse é agravada ao ser constatado que 97,9% desses professores não utilizam estratégias de enfrentamento para minimizar o estresse. Sob a concepção de trabalhar a saúde coletivamente no ambiente escolar, não se pode perder de vista a noção de saúde individual, o que remete à reflexão sobre a saúde dos professores com os quais se pretende trabalhar, pois uma escola promotora de saúde deve incluir a ideia do docente saudável, com bem-estar em diversos aspectos, como físico, mental, espiritual, dentre outros.¹⁹

Observa-se a necessidade do desenvolvimento de atividades para a diminuição do estresse, assim como a criação de programas para a manutenção da saúde física e mental desses trabalhadores, dado que o trabalhador não é uma “engrenagem mecânica”, mas um ser holístico, dotado de aspectos biopsicossocioculturais. Esse ser possui uma história que se firma a partir de suas aspirações, seus desejos, suas motivações, suas necessidades psicológicas, o

que lhe confere características únicas. O professor, ao se deparar com a insatisfação em seu plano profissional, e diante das inúmeras cobranças geradas pelas frequentes mudanças e aperfeiçoamento do desempenho profissional, encontra-se exposto a desencadear situações de sofrimento psíquico e adoecimento. O estresse ocupacional vem aumentando assustadoramente, algo confirmado com a crescente predisposição para o adoecimento e o consequente afastamento dos trabalhadores.

CONCLUSÃO

Foi possível verificar o estresse ocupacional, identificar as fases do estresse e as sintomatologias em professores do Ensino Fundamental II, nas escolas públicas municipais de São Lourenço da Mata. Os resultados mostraram um número significativo de professores com estresse em todas as fases, sendo a fase de resistência e exaustão as de maiores frequências. Nessas fases, eles se encontravam mais expostos ao risco de adoecer.

Constatou-se que os professores não utilizavam estratégia de enfrentamento para minimizar os efeitos do estresse, levando-os ao desgaste físico e mental, com a possibilidade de prejudicar a produtividade. Essa situação pode interferir nas relações interpessoais entre professores/alunos/familiares e na qualidade do processo educacional.

Considera-se que esta pesquisa não foi esgotada, pois a saúde mental do trabalhador constitui uma temática muito importante e pouco explorada. Neste estudo foi destacada a atuação do professor do Ensino Fundamental, na qual é esperada uma atitude positiva diante da vida, contagiando os alunos na construção de novos conhecimentos.

A identificação do estresse em professores vem despertar a necessidade de inclusão deste grupo profissional nas políticas públicas que pactuam ações intersetoriais comprometidas com a promoção da saúde. Por constituir um processo dinâmico, o estresse pode ser agravado, caso não sejam adotadas estratégias de enfrentamento. Como integrante da equipe multiprofissional, o enfermeiro pode ser um elemento propulsor de intervenções e acompanhamento, pela sensibilidade diante dos desgastes físicos e mentais desencadeados pelo estresse entre os professores e, também, por sua formação comprometida com uma atenção integral promotora de saúde.

REFERÊNCIAS

1. Santos BS, Antunes DD, Bernardi J. O docente e sua subjetividade nos processos motivacionais. *Educação* [serial on the internet]. 2008 [cited 2014 June 1];31(1):46-53. Available from: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faced/article/view/2757/2104>.
2. Lipp MEN, Junior EG. Estresse entre professoras do Ensino Fundamental de escolas públicas estaduais. *Psicol Estud* [serial on the internet]. 2000 [cited 2014 June 1];13(4):847-57. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n4/v13n4a23.pdf>.
3. Servilha EAM. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. *Rev Ciênc Méd* [serial on the internet]. 2005 [cited 2014 June 1];14(1):43-52. Available from: <http://periodicos.puc-campinas.edu.br/seer/index.php/cienciasmedicas/article/view/1193/1168>.
4. Selye H. *Stress: a tensão da vida*. 2nd ed. São Paulo: Ibrasa; 1965.
5. Lipp MEN, Guevara AJH. Validação empírica do inventário de sintomas de stress (ISSL). *Estud Psicol*. 1994;3(11):43-9.
6. Araújo TM, Sena IP, Viana MA, Araújo EM. Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. *Rev Baiana Saúde Pública*. 2005;29(1):6-21.
7. Lima MFEM, Lima-Filho DO. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. *Ciências e Cognição* [serial on the internet]. 2009 [cited 2014 June 1];14(3):62-82. Available from: <file:///C:/Users/Evandro/Downloads/253-1177-2-PB.pdf>.
8. Contaifer TRC, Bachion MM, Yoshida T, Souza JT. Estresse em professores universitários da área de saúde. *Rev Gaúcha Enferm* [serial on the internet]. 2003 [cited 2014 June 1];24(2):215-25. Available from: <http://seer.ufrgs.br/index.php/RevistaGauchaEnfermagem/article/view/4475/2408>.
9. D'Oria VL, D'Elci GB, Bonomi P, Di Valsassina MDT, Fasano AI, Giannella V, et al. Are teachers at risk for psychiatric disorders? Stereotypes, physiology and perspectives of a job prevalently done by women. *Med Lav*. 2009;100(3):211-27.
10. Maguire M, O'Connell T. Ill-health retirement of schoolteachers in the Republic of Ireland. *Occup Med* [serial on the internet]. 2007 [cited 2014 June 1];57(3):191-3. Available from: <http://ocmed.oxfordjournals.org/content/57/3/191.full>.
11. Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educação e Pesquisa* [serial on the internet]. 2005 [cited 2014 June 1];1(2):189-99. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2.pdf>.
12. Vedovato TG, Monteiro MI. Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. *Rev Esc Enferm USP* [serial on the internet]. 2008 [cited 2014 June 1];42(2):290-297. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a11.pdf>.
13. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Pereira DAM, Augusto GSO. O ambiente que adoce: condições de trabalho do professor do Ensino Fundamental. *Cad Saúde Coletiva*. 2010;18(2):234-42.
14. Carvalho L, Malagris LEN. Avaliação do nível de stress em profissionais de saúde. *Estud Pesqui Psicol* [serial on the internet]. 2007 [cited 2014 June 1];7(3):570-82. Available from: <http://www.revispsi.uerj.br/v7n3/artigos/pdf/v7n3a16.pdf>.
15. Chan DW. Hardiness and its role in the stress-burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*. 2003;19(4):381-95.
16. França SPS, Martino MMF, Silva LL, Melo LFS, Costa CG, Moura MMS, et al. Análise crítica do conceito de estresse em saúde utilizado em publicações científicas. *J Nurs UFPE on line* [serial on the internet]. 2012 Oct [cited 2014 June 1];6(10):2542-50. Available from: <http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/download/2606/4590>.
17. Delcor NS, Araujo TM, Reis EJFB, Porto LA, Carvalho FN, Silva MO, et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cad Saúde Pública* [serial on the internet]. 2004 [cited 2014 June 1];20(1):187-96. Available from: <http://www.scielosp.org/pdf/csp/v20n1/35.pdf>.
18. Costa M, Accioly JH, Oliveira J, Maia E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Rev Panam Salud Publica* [serial on the internet]. 2007 [cited 2014 June 1];21(4):217-22. Available from: <http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v21n4/04.pdf>.
19. Rocha VM, Fernades, MH. Qualidade de

Aquino JM de, Monteiro EMLM, Guerra DRC et al.

Avaliação do estresse ocupacional em professores...

vida de professores do Ensino Fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. J Bras Psiquiatr [serial on the internet]. 2008 [cited 2014 June 1];57(1):23-27. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v57n1/v57n1a05.pdf>.

Submissão: 14/02/2013

Aceito: 27/05/2014

Publicado: 15/07/2014

Correspondência

Sílvia Elizabeth Gomes de Medeiros
Programa de Pós-Graduação em Enfermagem
Faculdade de Enfermagem Nossa Senhora das
Graças
Universidade de Pernambuco/FENSG-UPE
Rua Arnóbio Marques, 310
Bairro Santo Amaro
CEP 50100-130 – Recife (PE), Brasil