

ESTRESSE EM PROFESSORES DO ENSINO MÉDIO: MANIFESTAÇÃO ATUAL DO MAL-ESTAR DOCENTE?

*Cleyton Galeno da Costa **

*Cássio Eduardo Soares Miranda ***

RESUMO: Objetivou-se avaliar a vulnerabilidade ao estresse laboral em professores do ensino médio. Trata-se de um estudo¹ transversal, realizado com 316 professores do ensino médio regular da cidade de Teresina-Piauí. Os dados foram coletados por meio da Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho - EVENT e um questionário sociodemográfico. Os resultados demonstram que ainda que docentes no geral não apresentem indicativos de vulnerabilidade ao estresse, existe um grupo em estado de vulnerabilidade. Sobre as situações desencadeantes da vulnerabilidade ao estresse, há a presença de fatores externos ao docente (carga horária laboral e as possíveis deficiências estruturais e organizacionais da escola pública). Por outro lado, o favorecimento de situações de lazer fora compreendido como protetivo ao desencadeamento de situações de estresse. A realidade laboral dos professores ainda vivencia situações promotoras de adoecimento, mas é possível o reconhecimento de determinadas situações promotoras de bem-estar profissional.

PALAVRAS-CHAVE: Docente; Estresse; Saúde do trabalhador.

STRESS IN HIGH SCHOOL TEACHERS: CURRENT MANIFESTATION OF TEACHING DISCOMFORT?

ABSTRACT: This article aims to evaluate the vulnerability to work stress in high school teachers. This is a cross-sectional study carried out with 316 regular high school teachers in the city of Teresina-Piauí. Data were collected using the Stress Vulnerability Scale at Work - EVENT and a sociodemographic questionnaire. Our results demonstrate that just as teachers in general do not show signs of vulnerability to stress, there is a group in a state of vulnerability. Regarding the triggering situations of vulnerability to stress, there are factors external to the teacher (workload and possible structural and organizational deficiencies of the public school). On the other hand, favoring leisure situations was understood to protect against the triggering of stressful situations. The work reality of teachers still experiences situations that promote illness, but it is possible to recognize certain situations that promote professional well-being.

KEYWORDS: Teachers; Stress; Worker's health.

* Mestre em Saúde e Comunidade pela Universidade Federal do Piauí. E-mail: cleytongcosta@gmail.com;
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3448-570X>

** Doutor em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro. Professor adjunto do Departamento de Fundamentos da Educação da Universidade Federal do Piauí. E-mail: cassioedu@ufpi.edu.br;
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8990-1205>

1O presente estudo é um subprojeto de um projeto intitulado Saúde na Escola: diagnóstico situacional do ensino médio, do curso de Mestrado em Saúde e Comunidade, do Programa de Pós-Graduação em Saúde e Comunidade da Universidade Federal do Piauí-UFPI, com parecer positivo junto ao comitê de ética.

Introdução

O ambiente de trabalho, além fornecer bens e serviços, pode ser um desencadeador de enfermidades (ANTONIOU; PLOUMPI; NTALLA, 2013). Nesse contexto, o trabalho docente não escapa a inúmeras condições deficitárias desencadeantes de adoecimento (ANDRADE et al., 2014). Assim, entre as situações de adoecimento experimentadas pelos professores está o estresse (CARLOTTO et al., 2012). O estresse é caracterizado pela modificação na estabilidade interna do organismo, já que o modifica, representando uma reação complexa, composta de reações complexas que envolvem mudanças em processos psicológicos e respostas fisiológicas desencadeadas quando o ser humano é forçado a confrontar eventos além de sua capacidade de resolução (FOLKMAN, 2013).

Nesse sentido, o espaço de trabalho docente vivencia uma situação de tensão na busca por equilíbrio entre as demandas da profissão, a capacidade de resposta do indivíduo e os próprios recursos do contexto que obriga o docente a um novo processo de adaptação a cada necessidade (CAPELO; POCINHO; SANTOS, 2013). Em contrapartida, é possível verificar possibilidades benéficas na provocação de respostas desencadeadas pelo estresse, contudo essa fonte de desequilíbrio pode representar uma fonte de adoecimento (FOLKMAN, 2013).

Muitas das atribuições impostas aos professores desconsideram interesse pessoais ou mesmo a carga horária já executada: atividades administrativas, reuniões, orientação de alunos e atenção as suas famílias, relatórios, conselhos de classe, organização de atividades extraescolares, dentre outros (CARLOTTO, 2012). Além disso, fatores externos e/ou ambientais (organização, infraestrutura e rotina) estão implicados diretamente no adoecimento dos professores (RAUSCH; DUBIELLA, 2013). As condições de trabalho do professor apresentam uma sobrecarga de demandas que superam a capacidade de enfrentamento desses profissionais, gerando um ambiente de vulnerabilidades expressas em sintomatologias de doenças orgânicas, em destaque relacionadas à voz e a postura; e psíquicas, relacionadas principalmente ao estresse, depressão e ansiedade (FOSSATTI, P.; GUTHS, H.; SARMENTO, 2013).

Diante de tal cenário, este trabalho busca avaliar a vulnerabilidade ao estresse laboral em professores do ensino médio, ao mesmo tempo em que interroga se o estresse laboral é uma das atuais formas de manifestação do mal-estar docente. Trata-se de uma proposta pertinente, uma vez que possibilita uma reflexão sobre a temática e gera informações que fomentam políticas públicas voltadas à promoção de saúde dos professores.

Breve panorama sobre o mal-estar docente: passos de uma pesquisa

A crescente importância do trabalho na sociedade contemporânea torna significativa a busca de entendimentos sobre a relação pessoa-trabalho (SALTIJERAL; RAMOS, 2015). O ambiente de trabalho, conforme fora dito, vai além das condições elementares de sobrevivência e torna-se cada vez mais como

um local que contribui para a formação da identidade individual e social; por vezes, no entanto, também pode ser considerado um desencadeador de enfermidades (BALINDAS et al., 2013). Nesse contexto, o trabalho docente caracteriza-se pelo enfrentamento de condições precárias para seu exercício, consideradas como fatores de risco para o adoecimento (ANDRADE et al., 2014). Dessa forma, são compreensíveis investigações sobre as problemáticas as quais os docentes estão expostos não só pelas possíveis consequências à saúde física e mental dos atores envolvidos, mas também pelo impacto nos processos educacionais.

Entre as situações de adoecimento experienciadas pelos professores está o estresse que, em caso de intensidade e de persistência, pode desencadear o *Burnout* (CARLOTTO et al., 2012). Contudo, este ensaio toma o estresse como um dos indicativos do mal-estar docente reconhecendo o efeito prejudicial e patogênico que pode levar ao esgotamento desses profissionais (JESUS, 2007). O *burnout*, por sua vez, é entendido como o esgotamento docente pelas sobrecargas impostas ao professor (ESTEVE, 1992). Compreende-se, entretanto, que o *burnout*/esgotamento profissional não abarca a ampla variedade de fenômenos relacionados ao termo mal-estar docente (MAGALHÃES, 2014). Aqui, mesmo reconhecendo a aproximação de representação teórica entre *burnout* e mal-estar docente, o primeiro é interpretado como consequência do segundo (ESTEVE, 1992; MAGALHÃES, 2014).

O mal-estar docente é entendido como um estado de insatisfação, tristeza e desânimo, ocasionado por fatores laborais e interpessoais, entre outros (RAUSCH; DUBIELLA, 2013). O reflexo do mal-estar provoca efeitos deletérios à própria personalidade do educador, bem como aos processos educativos nos quais ele está inserido (DOS SANTOS; DA SILVA, 2014), o que torna o mal-estar docente um fator de vulnerabilidade ao adoecimento profissional (BALINDAS et al., 2013). Relaciona-se às mulheres os maiores indicativos de situações de vulnerabilidade ao estresse e ao mal-estar docente (RATTO DATTOLI et al., 2015). Compreende-se ainda que fatores externos e/ou ambientais (organização, infraestrutura e rotina) estão implicados diretamente no adoecimento dos professores (RAUSCH; DUBIELLA, 2013), bem como os fatores internos (aspectos subjetivos) favorecem o enfrentamento de vulnerabilidades (FOSSATTI; GUTHS; SARMENTO, 2013). As situações de mal-estar docente podem precipitar em impactos negativos nos processos educacionais (LANTHEAUME, 2012). Dessa forma, é possível suspeitar que a formação inicial e continuada docente não suprem as necessidades dos profissionais diante do trabalho que realizam, acarretando diferentes situações danosas (DE SOUZA; DOS SANTOS; DE ALMEIDA, 2016).

Desse modo, este ensaio busca refletir acerca do estresse laboral como uma das manifestações contemporâneas do mal-estar docente. Para tanto, realizamos recorte de projeto maior intitulado *Saúde na Escola: diagnóstico situacional do ensino médio*, desenvolvido pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde e Comunidade, da Universidade Federal do Piauí-UFPI. Trata-se de um estudo transversal, realizado em Teresina-Piauí, com dados coletados em 2016, portanto, dados anteriores à pandemia de COVID-19. Entretanto, apresentamos dados atualizados coletados após a pandemia. Os participantes da pesquisa são

professores do ensino médio regular em efetivo exercício da docência há pelo menos um ano, independentemente de afastamento anterior. Cada docente foi incluído uma única vez, mesmo que trabalhando em mais de uma das escolas sorteadas para participação na pesquisa.

Para a pesquisa utilizou-se a amostragem estratificada (LUIZ et al., 2005) para a seleção das escolas e amostragem acidental (BOLFARINE; BUSSAB, 2005) para seleção dos docentes de cada escola. Foram incluídas no sorteio todas as escolas (169) de Teresina que ofereciam ensino médio regular, sendo 68 privadas e 101 públicas. Essas escolas foram organizadas segundo as quatro áreas geográficas em que se dividiu o município, bem como conforme o tipo de gestão, pública ou privada, e ainda segundo o porte, pequeno (até 115 alunos), médio (de 116 a 215 alunos) ou grande (mais de 215 alunos).

Foram sorteadas seis escolas por área geográfica, uma de cada tipo de gestão e porte totalizando 24 escolas, 12 da rede pública e 12 da rede privada. Realizou-se novo sorteio de outra escola do mesmo porte, tipo de gestão e área geográfica, quando a direção da escola sorteada se recusava a participar do estudo.

Foi usada a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho EVENT (SISTO et al., 2007), composta de 40 itens. A correção do teste é feita atribuindo-se zero ponto às respostas “nunca”; um ponto para “às vezes” e dois pontos para as respostas “frequentemente”. A escala pode variar de zero a 80 pontos e quanto maior o valor encontrado maior o indicativo de situações de vulnerabilidade ao estresse. A escala possui ainda um manual com valores de referência para grupos de trabalhadores específicos. No caso tomamos como paralelo para esse estudo o grupo 1 da escala que corresponde aos professores, nossa amostra.

A EVENT possui uma *Pontuação Geral* e três fatores: *Clima e funcionamento organizacional*; *Pressão no Trabalho e Infraestrutura e Rotina*. O Fator 1, *Clima e funcionamento organizacional*, apresentam itens que avaliam desde ambientes físicos inadequados, relações com chefia a reconhecimento profissional na função. O Fator 2, *Pressão no Trabalho*, avalia desde acúmulo de funções, prazos e atividades no atendimento a terceiros. No Fator 3, *Infraestrutura e Rotina*, aborda horas de trabalho, equipamentos a atraso dos salários.

Também foi utilizado um questionário de caráter sociodemográfico e laboral, para caracterização da amostra quanto ao sexo, idade e experiência na atividade docente (tempo de serviço).

Os resultados da EVENT foram analisados a partir dos critérios apresentados na própria escala, com auxílio do pacote estatístico PASW (SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences*) versão 20.0, valendo-se de análises descritivas da amostra (frequências, medidas de tendência central e dispersão). Também foram verificadas as relações entre as pontuações da escala, total e por fator, com fatores sociolaborais, como sexo, idade, estado civil, escolaridade, experiência na docência através da correlação de *r Pearson*, Teste *t de Student*, Análise de Variância (ANOVA) e Análise Multivariada de Variância (MANOVA). O nível de significância adotado para todas as análises foi de $p < 0,05$.

O que dizem os números?

A amostra contou com 316 professores, sendo as características predominantes serem professores que trabalham em escolas privadas (51,6%), de porte grande (42,7%), pertencente à área leste (27,2%), funcionando predominantemente pela manhã (59,2%) e com sede própria (80,4%).

Quanto as características sociodemográficas e profissionais (Tabela 2), a idade dos professores variou de 22 a 64 anos ($M=39,1$ e $DP=9,7$) sendo que a maioria foi do sexo masculino (60,1%), casado/convivente (66,2%) e vivem com familiar(es)/(cônjuge e filhos) (37,5%), com experiência docente de 15 a 20 anos (22,2%), declarados pertencentes à classe sócio econômica (autodeclarada) média (74,5%) e com renda do núcleo familiar de 03 a 05 salários mínimos (39,5%) e nível educacional de pós-graduação (64,5%).

Tabela 1 - Professores por suas características sociodemográficas

Características	N	%
Sexo		
Masculino	190	60,1
Feminino	126	39,9
Situação conjugal		
Solteiro	81	26,3
Casado/Convivente	204	66,2
Separado	19	6,2
Viúvo	4	1,2
Convive		
Sozinho	17	5,4
Com os pais	61	19,6
Com o cônjuge	103	33,0
Com os filhos	14	4,5
Com familiar (es)/(cônjuge e filhos)	117	37,5
Experiência na atividade docente		
De 1 a 5 anos	58	18,6
De 5 a 10 anos	63	20,3
De 10 a 15 anos	58	18,6
De 15 a 20 anos	69	22,2
De 20 a 25 anos	31	10,0
De 25 a 30 anos	18	5,8
Mais de 30 anos	14	4,5
Classe socioeconômica (autodeclarada)		
Baixa	19	6,1
Baixa/média	48	15,5
Média	231	74,5
Média/alta	12	3,9
Alta	0	0,0
Renda do núcleo familiar		
Até 1 salário mínimo	6	1,9
De 1 a 03 salários	66	21,0
De 03 a 05 salários	124	39,5
De 05 a 15 salários	109	34,5
Acima de 15 salários	9	2,8
Nível educacional		
Superior incompleto	2	0,6
Superior completo	109	34,8
Pós-graduação	202	64,5

Quanto às características laborais e de saúde dos professores (Tabela 3) foi identificado que a quase totalidade lecionava na área que tem formação (99,0%), realiza algum curso no momento (28,5%), principalmente especializações (49,3%) e por escolha própria (85,2%). Predominaram professores que exerciam atividades em três ou mais escolas (42,5%) e até dois turnos (51,3%), com uma carga horária em sala de aula acima de 27 horas (superior a 2/3 de 40 horas) (66,8%). Já sobre atividades extraclasse, mas ligadas a sala de aula, a maioria dos docentes relatou utilizar de 07 a 14 horas semanais (1/3 de 40 horas) para essa finalidade, com quase a totalidade dos participantes tendo referido levar trabalho para casa (95,2%) e utilizarem o final de semana e/ou feriado para atividades laborais (87,5%). Aqueles que usam do final de semana e/ou feriado para o trabalho apresentaram média de 6,71 horas (DP=6,2). Por outro lado, o quantitativo de horas de lazer durante os dias úteis e final de semana tiveram média de 4,03 (DP=7,1) e 9,0 (DP=10,6), respectivamente, com total de horas de lazer médio de 12,8 horas (DP=15,7) por semana. Ainda sobre situações laborais, 24,6% dos professores responderam afirmativamente possuir outra renda além da docência. Quanto à saúde, prevaleceram os que admitiram já ter se afastado do serviço por motivo de saúde (53,7%), com média em de 34,4 dias (DP=63,4).

Tabela 2 - Professores por características laborais e de saúde

Variáveis	N	%
Possui formação na área que leciona		
SIM	312	99,0
NÃO	3	1,0
Realiza curso ou capacitação no momento		
SIM	87	28,5
NÃO	218	71,5
Tipo de curso ou capacitação realiza no momento (Dos que responderam acima "SIM")		
Outra Graduação	13	19,4
Especialização	33	49,3
Mestrado	7	10,4
Doutorado	2	3,0
Formação SEDUC*	12	17,9
Escolha dos cursos que realiza no momento		
Própria	52	85,2
Indicação	9	14,8
Redes que atua como docente		
Só Estadual	104	33,3
Só Particular	16	5,1
Redes mistas	192	61,5
Possui quantos empregos como docente?		
Até 1	68	32,7
Até 2	79	38,0
3 ou mais	61	29,3
Exerce atividade como docente em quantas escolas?		
Até uma escola	59	24,6
Até 2 escolas	79	32,9
3 ou mais escolas	102	42,5
Turnos que trabalha por dia?		
Apenas 01	53	17
Até 02 turnos	153	51,3
Até 03 turnos	95	31,3
Horas na semana exclusivamente em sala de aula?		
Menor valor até 13 horas (1/3 de 40* horas)	18	8
De 14 horas até 26 horas (2/3 de 40 horas)	57	25,2
De 27 horas (acima de 2/3 de 40 horas) até o maior valor	151	66,8

Horas na semana em atividades extraclasse?		
Menor valor até 07 horas (1/3 de 20* horas)	46	26,4
De 07 até 14 horas (1/3 de 40 horas)	78	44,8
De 15 horas acima (mais que 1/3 de 40 horas)	50	28,7
Leva trabalho pra casa?		
SIM	296	95,2
NÃO	15	4,8
Utiliza de final de semana e/ou feriados para atividades laborais?		
SIM	272	87,5
NÃO	39	12,5
Possui outra renda além da docência		
SIM	76	24,6
NÃO	233	75,4
Já teve que se afastar do serviço em razão de questão de saúde?		
SIM	168	53,7
NÃO	145	46,3

Nota: *Secretaria Estadual de Educação do Estado do Piauí; **Valores arredondados sobre a carga horaria de 20 ou 40 horas dos contratos.

Pela análise da EVENT os professores pertencem ao GRUPO 1 de referência no teste (Tabela 3), os resultados obtidos mostram que a amostra de professores demonstra *índices insuficientes de vulnerabilidade ao estresse*, respeitando as considerações da escala quanto à pontuação geral e fatores.

Tabela 3 – Comparação entre as médias encontradas na pesquisa atual e o manual da EVENT.

Fatores	Pesquisa Atual		Manual da escala (Grupo 1)	
	M	DP	M	DP
CFO	11,73	6,43	15,52	6,27
PT	11,06	4,9	14,79	4,81
IR	7,06	3,69	8,02	3,92
PG	29,86	12,94	38,09	11,47

Nota: CFO - Clima e Funcionamento Organizacional; PT – Pressão no Trabalho; IR – Infraestrutura e Rotina; PG – Pontuação Geral, M – Média; DP - Desvio-padrão

Na *Pontuação Geral* a amostra à pontuação média de 29,87 (DP=12,94), com discrepância de um a 63 pontos, considerando o ponto médio da escala nessas situações de 38,09, o resultado apresenta um distanciamento inferior da pontuação média existente na escala. Por outro lado, 26,9% da amostra em estudo (N=316) demonstrou resultado acima da média.

Pela *correlação de r Pearson* entre os fatores da EVENT e as variáveis sociodemográficas foi possível verificar correlações significativas e positivas entre o fator Pressão no Trabalho com as seguintes variáveis: Horas exclusivamente em sala de aula ($r = 0,15, p < 0,05$); Total de horas em atividade laborais (sala e extraclasse) ($r = 0,211, p < 0,01$) e Horas extraclasse ($r = 0,17, p < 0,05$). Esta última variável também apresentou significância positiva com a *Pontuação Geral* da EVENT ($r = 0,16, p < 0,05$).

Os resultados revelaram ainda correlações significativas e negativas entre o fator Pressão no trabalho e as variáveis: horas de lazer no final de semana ($r = -0,18, p < 0,05$) e horas de lazer durante a semana e final de semana ($r = -0,12, p < 0,05$). Já a variável tempo de afastamento do serviço por questões de saúde apresentou significância negativa com o fator *Clima e Funcionamento Organizacional* ($r = -0,20, p < 0,05$) e na *Pontuação Geral* ($r = -0,19, p < 0,05$).

Os professores da escola pública concentram indicativos superiores de vulnerabilidade ao estresse em dois fatores [*Clima e Funcionamento Organizacional* ($t=3,740$, $p < 0,001$) e *Pressão no Trabalho* ($t= 2, 356$, $p < 0,01$)] e na Pontuação Geral ($t= 2,524$, $p < 0,01$), com ressalvas de diferenciação não significativa quanto ao fator *Pressão no Trabalho* ($t = 0,034$, $p > 0,05$) (Tabela 4).

Foram encontradas diferenças significativas entre grupos em relação à variável Situação do Edifício de Funcionamento e o fator da escala *Infraestrutura e Rotina* [$t(314) = 2,09$; $p = 0,03$]. Os professores que trabalham em escolas com sede cedida/compartilhada apresentam maiores pontuações ($M = 7,94$, $DP = 4,18$) que aqueles que trabalham em escolas de sede própria ($M = 6,85$, $DP = 3,54$).

Tabela 4 - Diferenciação entre grupos e fatores da EVENT

Variáveis	Fatores da Escala							
	CFO		PT		IR		PG	
	M (DP)	<i>t</i>	M (DP)	<i>t</i>	M (DP)	<i>t</i>	M (DP)	<i>t</i>
Sexo								
Masculino	11,63 (6,38)	0,336	11,04 (4,78)	0,09	7,27 (3,58)	1,211	29,95 (12,57)	0,144
Feminino	11,88 (6,51)		11,09 (5,11)		6,76 (3,85)		29,74 (13,52)	
Dependência Administrativa								
Pública	13,10 (6,19)	3,740***	11,07 (4,86)	0,034	7,57 (3,69)	2,356*	31,74 (12,61)	2,524**
Privada	10,44 (6,39)		11,05 (4,95)		6,59 (3,64)		28,10 (13,03)	
Situação da Sede								
Própria	11,55 (6,54)	0,979	11,18 (4,86)	0,828	6,85 (3,54)	2,098*	29,59 (12,95)	0,768
Cedida/ compartilhada	12,44 (5,83)		10,60 (5,08)		7,94 (4,18)		31,00 (12,92)	
Utiliza o final de semana e/ou feriado para atividades laborais								
Sim	11,88 (6,36)	1,138	11,38 (4,87)	0,747*	7,17 (3,58)	1,028	30,44 (12,67)	1,91
Não	10,64 (6,55)		9,05 (4,74)		6,52 (4,42)		26,21 (14,07)	
Levam trabalho para casa								
Sim	11,78 (6,39)	0,718	11,17 (4,86)	2,084*	7,09 (3,56)	0,372	30,05 (12,71)	1,255
Não	10,56 (6,76)		8,46 (5,76)		6,73 (5,68)		25,76 (16,41)	

Nota: CFO - Clima e Funcionamento Organizacional; PT - Pressão no Trabalho; IR - Infraestrutura e Rotina; PG - Pontuação Geral * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Outra diferença significativa entre grupos foi observada quanto ao Uso do Final de Semana e/ou Feriado para Atividades Laborais e o fator *Pressão no Trabalho* [$t(309) = 2,8$; $p = 0,005$], cujos docentes que utilizam de tal estratégia apresentam maiores pontuações ($M = 11,38$, $DP = 4,86$) em relação aqueles que não o fazem ($M = 9,05$, $DP = 4,74$). Houve diferença significativa de médias entre as variáveis Levar Trabalho para Casa e o fator *Pressão no Trabalho* [$t(309) = 2,08$; $p = 0,038$], os quais utilizam de tal artifício apresentam pontuações mais altas ($M = 11,17$, $DF = 4,86$) quando comparados com aqueles que não levam trabalho para casa ($M = 8,46$ e $DP = 5,76$).

Considerando variáveis com mais de duas categorias e a Pontuação Geral da EVENT, a partir da ANOVA permitiu perceber-se variação significativa em relação a *Pontuação Geral* da EVENT sobre a situação conjugal [$F(3, 304) = 3,64, p = 0,013$], a partir de comparações *ad hoc, por meio do Bonferroni*, mostrou que os docentes casados/conviventes ($M = 30,92$ e $DP = 0,94$) pontuaram mais que os solteiros ($M = 25,87, DP = 11,34, t(gl): 3,642(3,304), p = 0,017$).

Ainda de porte da ANOVA, foi possível identificar diferenças quanto a *Pontuação Geral* da EVENT sobre a quantidade de turnos trabalhados pelos docentes [$F(2, 301) = 8,29, p = 0,001$], a partir de comparações *ad hoc, por meio do Bonferroni*, mostrou que aqueles professores que trabalham em três turnos por dia ($M = 33,06, DP = 12,94$), certamente o noturno, pontuaram mais que os aqueles que trabalham apenas um turno ($M = 25,16, DP = 10,95, t(gl): 8,29(2,301), p < 0,001$) e aqueles que trabalham até dois turnos ($M = 29,46, DP = 13,03, t(gl): 8,29(2,301), p = 0,027$).

Por fim, objetivando examinar a variabilidade dos fatores da EVENT em função de dados sociodemográficos (Porte da escola, Turnos que trabalha por dia, Redes de ensino que atua como docente), realizou-se uma Análise Multivariada de Variância (MANOVA).

Nesta análise multivariada constatou-se que o *porte da escola* [$Lambda de Wilks (\lambda) = 0,950, F(6,622) = 2,707, p = 0,01, \eta^2$ (tamanho do efeito) = 0,02], em que se demonstra que a variação (2%) das pontuações em fatores de vulnerabilidade ao estresse no trabalho pode ser atribuída a situações do porte da escola. Observou-se diferença estatisticamente significativa (*teste post hoc de Bonferroni*) apenas no fator *Clima e Funcionamento Organizacional* [$F(2; 139,66) = 3,430, p = 0,03$], observado que os professores que trabalham em escolas de porte pequeno pontuaram mais alto ($M = 13,27, DP = 6,44$) do que aqueles de escolas de porte médio ($M = 10,87, DP = 6,24$).

Constatou-se ainda, diferenças significativas entre as pontuações de vulnerabilidade ao estresse e a variável *turnos que trabalha por dia* [$\lambda = 0,91, F(6,598) = 4,431, p < 0,001, \eta^2 = 0,04$], demonstrando que 4% da variação pode ser atribuída à quantidade de *turnos trabalhados por dia*. Observou-se diferença estatisticamente significativa (*teste post hoc de Bonferroni*) no fator *Pressão no Trabalho* [$F(2; 255,86) = 11,470, p < 0,001$], demonstrando que os professores que trabalham em até três turnos por dia pontuam mais alto ($M = 12,77, DP = 4,74$) que aqueles que o fazem em apenas um turno ($M = 9,0, DP = 4,53$) ou até dois turnos ($M = 10,81, DP = 4,76$). Situação semelhante ocorre no fator *Infraestrutura e Rotina* [$F(2; 98,652) = 7,554, p = 0,001$] indicando que os professores que atuam em até três turnos também pontuam mais alto ($M = 8,24, DP = 3,92$) que aqueles que o fazem em apenas um turno ($M = 6,0, DP = 3,08$) ou até dois turnos ($M = 6,84, DP = 3,58$).

Além disso, foi constatada diferença significativa entre as pontuações de vulnerabilidade ao estresse e a variável *redes de ensino que atua* [$\lambda = 0,91, F(6,614) = 4,907, p < 0,001, \eta^2 = 0,04$], sugerindo que 4% da variação pode ser atribuída às redes de ensino que o docente leciona. Especialmente observou-se diferença estatisticamente significativa (*teste post hoc de Bonferroni*) no fator *Clima e funcionamento organizacional* [$F(2; 163,44) = 4,009, p = 0,01$] onde os docentes que atuam somente na rede estadual pontuaram mais

alto ($M=13,14$, $DP=6,66$) do que aqueles que lecionam em redes mistas (públicas e privadas), ($M=10,94$, $DP=6,34$).

Mal-estar: mais, ainda

Pesquisa realizada com 5 mil docentes em 2022 pela Nova Escola em parceria com o Instituto Ame Sua Mente sobre a saúde mental dos professores brasileiros apontou que em 2021 13,7% dos professores consideravam sua saúde mental ruim ou péssima e, em 2022, esse número foi para 21,5%. A pesquisa destaca que se trata de um dos efeitos da pandemia de COVID-19. Aponta ainda que, entre as consequências negativas da pandemia mais citadas, destacam-se sentimentos intensos e frequentes de ansiedade (60,1%), seguidos por baixo rendimento e cansaço excessivo (48,1%) e problemas com sono (41,1%). Há, ainda, outros problemas apontados, como dificuldade de socialização e isolamento, sensação de tristeza e aumento do consumo de psicoativos e álcool.

A União Nacional dos Dirigentes Municipais de Educação (Undime) em cooperação com a organização Itaú Social (UNDIME, 2022) realizou pesquisa em que a saúde mental dos estudantes e dos professores dos anos finais do Ensino Fundamental é vista como o maior desafio por 75% das redes de ensino.

Entretanto, mesmo reconhecendo os desafios que os professores vivenciam em seu ambiente laboral, colocam-se em suspeição que os docentes possam padecer de males acima da população geral (PEREIRA, 2016). Os resultados apontados neste trabalho reforçam que não há um padecimento acima da média dessa classe de trabalhadores em relação à população. Contudo, há de se considerar como um indicativo de alerta que dentre os participantes mais de $\frac{1}{4}$ encontravam-se em situação de vulnerabilidade ao estresse, acima da média de referência no teste, padecendo de maior risco ao adoecimento.

Quanto aos fatores associados a situações de vulnerabilidade ao estresse em ambiente de trabalho docente há uma concentração nos aspectos referentes a carga horária laboral: total de horas em sala de aula e extraclasse, levar trabalho para casa, utilizar finais de semanas e feriados a atividades laborais e a adição do terceiro turno de trabalho (possivelmente o noturno). Uma situação que imputa a esses excessos de demanda laboral como fator desencadeante de estresse (CARLOTTO, 2012; SALTIJERAL; RAMOS, 2015). Percebe-se, portanto, indicativos consideráveis sobre a relação positiva entre jornadas de trabalho e situações de estresse.

Relacionado às situações identificadas como favoráveis à vulnerabilidade ao estresse, foi possível constatar que variáveis que avaliavam questões de infraestrutura da escola, tal como a falta de sede própria e a escola ser de pequeno porte, foram destaque. A falta de uma estrutura adequada ao funcionamento da escola é uma queixa apontada por docentes como fator negativo ao ambiente laboral (KUMAR; WANI; PARREY, 2013). Possivelmente a escola pública esteja mais susceptível à maior parte dos fatores de risco já descritos nesse trabalho, tais como déficits de recursos e infraestrutura ou mesmo organizacionais. Em relação a própria Síndrome de *Burnout*, os professores da escola pública estadual

apresentam maiores pontuações quanto maior a exaustão emocional e menores pontuações quanto a realização profissional que docentes da rede privada (LOPES; PONTES, 2009). Um cenário compreensível no sentido que o modelo administrativo elencado na escola particular é considerado menos burocrático, moderno e de maior renovação que na escola pública (WITTER, 2003). Considera-se que os professores da escola privada apresentam maiores indicativos de satisfação associados à qualidade de vida no trabalho, em razão da maior atuação dessas instituições quanto ao desenvolvimento de políticas de gestão de pessoas para a promoção de satisfação como o trabalho (OLIVEIRA et al., 2016). Tal situação não só aponta as condições de precariedade estrutural da escola pública, como também que seu modelo administrativo pode ser um dos fatores contributivos ao adoecimento docente.

Diante desses indicativos apresentados, de associações das condições laborais externos e/ou ambientais (carga horária e infraestrutura) e as pontuações dos fatores da escala e sua pontuação geral é factível assimilar os mesmos como implicados no adoecimento dos professores. Esses achados são coerentes com a literatura que associa os desafios da carreira docentes ligados ao ambiente laboral como possíveis desencadeantes de adoecimento (FOSSATTI; GUTHS; SARMENTO, 2013; KUMAR; WANI; PARREY, 2013, OLIVEIRA et al., 2016).

Quanto as situações intrínsecas aos professores, destaca-se sua situação de relacionamento e ao sexo do mesmo. O fato de ser casado foi relacionado a fator de risco a situações de estresse, onde associa-se as próprias dificuldades de conciliação família-trabalho (CAPELO; POCINHO; SANTOS, 2013; MAGALHÃES, 2014). Em contrapartida a situação do sexo feminino não foi encontrada como um grupo de vulnerabilidade ao desencadeamento de estresse, o que representa um contraponto a situações de maior risco das mulheres às problemáticas do labor docente (ANTONIOU; PLOUMPI; NTALLA, 2013; KUMAR; WANI; PARREY, 2013). Dessa forma, não é possível descartar a condição do grupo feminino como em maior vulnerabilidade ao estresse na profissão docente, considerando as limitações deste estudo. Entretanto, compreende-se que é na situação de desequilíbrio entre a vida profissional e suas relações familiares que se pode visualizar fatores de risco a condições de estresse e adoecimento entre os professores de ambos os sexos (PRIYA; JOHNSI, 2016).

Sobre aos fatores observados como protetivos ao desencadeamento de situações de estresse, foi possível identificar as variáveis que tratam sobre as horas de lazer na semana e final de semana utilizadas pelos docentes, observou-se uma interação inversa entre horas de lazer e indicativos de estresse. Essa situação é compreendida em um processo cíclico onde essas inúmeras dificuldades do trabalho docente diminuem as horas dedicadas ao lazer e ao descanso. Nesse sentido essa redução de horas dedicadas ao lazer acaba por desencadear no aumento das situações problemáticas (SEABRA; DUTRA, 2015). Dessa forma é possível compreendermos que a valorização e promoção de acesso a esses momentos externos ao trabalho (lazer) pode favorecer a promoção de bem-estar e qualidade de vida desses profissionais.

Já sobre a situação de tempo de afastamento de trabalho por questões de saúde em correlação negativa a indicativos de estresse, pode denunciar o padecimento em razão de tais situações e como

consequência a busca de modos de distanciamentos das problemáticas do meio escolar. Muitas vezes o adoecer é um mecanismo de escape do trabalho (RODRIGUES; SCHWANTZ, 2016). Contudo, mesmo considerando que o distanciamento do ambiente de trabalho possa favorecer ao abrandamento das situações de estresse, indaga-se sobre a assertividade de tal estratégia considerando o distanciamento do profissional do seu campo de trabalho e os possíveis reflexos nos processos de aprendizagem.

Considerações finais

O estudo indica que, apesar dos docentes não estarem em situação de vulnerabilidade ao estresse, há um grupo considerável de professores que necessita de atenção e cuidados. Sobre essa situação, foi verificado que os condicionantes sobre a vulnerabilidade ao estresse se concentram em fatores relacionados a carga horária laboral e às possíveis deficiências estruturais e organizacionais da escola pública. Dessa forma, associa-se a relação de fatores ambientais (organização, infraestrutura e rotina) com as situações de vulnerabilidades ao adoecimento laboral. De outro modo, o favorecimento de situações de lazer fora compreendido como positivo à qualidade de vida dos professores.

Compreende-se que existe uma interligação de fatores como desencadeadores e protetivos às situações de estresse. Assim, é necessário o favorecimento de estratégias de enfrentamento focadas na resolutividade dos problemas que permitam o acesso oportuno a uma condição estrutural condicente com as problemáticas existentes.

Contudo, importa relatar que esse estudo não escapou à limitações. Em primeiro lugar, a amostra é composta apenas de professores que trabalham em escolas do ensino médio da cidade de Teresina – Piauí. Portanto, possui limites quanto sua representatividade. Dessa forma, uma amostra com professores de diferentes cidades e com maior contingente amostral, poderia produzir resultados diferentes. No entanto, estudos nacionais têm apontado para a mesma direção, ou seja: há queixas recorrentes por parte dos professores no que diz respeito à sua condição laboral docente. Em segundo lugar, o estudo de outras variáveis, como a personalidade ou variáveis familiares (dos professores e alunos), poderia desempenhar um papel importante na compreensão sobre o estresse em docentes. Assim, pesquisas futuras também podem coletar mais variáveis relacionadas ao meio escolar e familiar.

Diante do exposto, faz-se relevante a promoção de cuidados a saúde física e mental dos docentes. Todavia avalia-se como pertinentes ações intersetoriais, em particular saúde e educação, direcionadas ao público de professores e promotoras de bem-estar. Assim, torna-se factível a necessidade de exploração sobre o tema do estresse docente, de modo que se possa conhecer sobre a problemática e atender as necessidades dos docentes diante desse desafio, no sentido de prevenir contra futuros agravos na vida desses profissionais e nos processos de aprendizagem que estão envolvidos.

Por fim, o que é passível de ser destacado neste ensaio é que não há, nem na literatura até aqui indicada nem no levantamento realizado em campo, de que haja indícios de que o mal-estar dos

professores esteja ligado exclusivamente a fatores conjunturais ou mais imediatos da educação. Antes, as análises mais frequentes sugerem ser mais plausível levantar-se a hipótese de que o mal-estar docente seja manifestação de um mal-estar mais estrutural da educação que, por sua vez, nos remete ao estrutural "mal-estar na civilização", já apontado e analisado por Freud (1930).

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, A. N. et al. Saúde na escola: o cuidado com professores. **Rev. Ciênc. Ext.**, v. 12, n. 1, p. 98-107, 2014. Disponível em https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/766. Acesso em 23 jan 2018.
- ANTONIOU, A-S; PLOUMPI, A; NTALLA, M. Occupational stress and professional burnout in teachers of primary and secondary education: the role of coping strategies. **Psychology**, v. 4, n. 3, p. 349, 2013. Disponível em https://file.scirp.org/pdf/PSYCH_2013032909022160.pdf. Acesso em 14 dez 2017.
- BOLFARINE, H.; BUSSAB, W. O.; **Elementos de amostragem**. Porto Alegre: Bookman, 2005.
- CAPELO, M. R. T. F.; POCINHO, M. M. F. D. D.; SANTOS, C. M. C. F. S. Stress e coping em educadores de infância portugueses: um estudo exploratório. **Trabajo: Revista de la Asociación Estatal de Centros Universitarios de Relaciones Laborales y Ciencias del Trabajo**, v. 28, n. 1, p. 69-81, 2013. Disponível em <https://digituma.uma.pt/handle/10400.13/634>. Acesso em 12 jan 2018.
- CARLOTTO, M. S. et al. Prevalência e factores associados à Síndrome de *Burnout* nos professores de ensino especial. **Análise Psicológica**, v. 30, n. 3, p. 315-327, 2012. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbso/a/rYHznR6WDDrF9v5Bs66M4Gf/?lang=pt>. Acesso em 30 nov 2017.
- FOLKMAN, S. Stress: appraisal and coping. In: **Encyclopedia of behavioral medicine**. Springer New York, 2013. p. 1913-1915. Disponível em https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-1-4419-1005-9_215. Acesso em 22 nov 2017.
- FOSSATTI, P.; GUTHS, H.; SARMENTO, D. F. Perspectivas para o bem-estar na docência: trajetória de vida e produção de sentido. **Rev. Mal-Estar Subj.**, v.13, n. 5, p. 271-298, 2013. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482013000100011. Acesso em 14 jan 2018.
- FOSSATT, I. A; WANI, Z. A; PARREY, A. A. Occupational stress among male and female elementary school teachers of District Pulwama. **International Journal of Scientific and Engineering Research**, v. 4, n. 4, p. 934-941, 2013. Disponível em <https://www.ijser.org/researchpaper/Occupational-Stress-among-Male-and-Female-Elementary-School-Teachers-of-District-Pulwama.pdf>. Acesso em 10 set 2017.
- 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, n. 2, p. 275-281, 2009. Disponível em <https://www.scielo.br/j/pee/a/XKZj935dCySrJmm733qYcBc/#:~:text=Os%20resultados%20deste%20estudo%20mostram,frequentemente%20e%2035%25%2C%20sempre>. Acesso em 10 jan 2018

- LUIZ, R. R ; TORRES, T.G ; HAGNANINI, M.M.F. **Planejamento amostral**. In: LUIZ, R.R ; COSTA, A.J.L ; NADANOVSKY, P. organizadores. *Epidemiologia e bioestatística na pesquisa odontológica*. São Paulo: Editora Atheneu; 245-272. 2005.
- OLIVEIRA, T. F. et al. Qualidade de vida no trabalho: um estudo comparativo entre professores de escola pública e privada. **Psicologia Argumento**, v. 34, n. 85, p. 104-119, 2016. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psi-69877> . Acesso em 12 fev 2018.
- PEREIRA, M. R. **O nome atual do mal-estar docente**. Belo Horizonte, MG: Fino Traço, 2016.
- PRIYA, J. JOHNSI. A. Investigation on balance between professional and personal work of women teachers. **Journal on Educational Psychology**, v. 10, n. 3, p. 214 – 265, 2016. Disponível em <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1138677.pdf> . Acesso em 04 fev 2018.
- RAUSCH, R.B.; DUBIELLA, E. Fatores que promoveram mal ou bem-estar ao longo da profissão docente na opinião de professores em fase final de carreira. **Revista Diálogo Educ.**, Curitiba, v. 13, n. 40, p. 1041-1061, 2013. Disponível em http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1981-416X2013000300012&lng=pt&nrm=iso#:~:text=Como%20fatores%20que%20promoveram%20mal,falta%20de%20limites%20dos%20alunos. Acesso em 02 nov 2017.
- RODRIGUES, C. G.; SCHWANTZ, J. W. Ditos e não escritos sobre o mal-estar docente: a potência do ler e do escrever em ateliês de escrituras. **Revista Digital do LAV**, v. 9, n. 2, p. 028-044, 2016. Disponível em <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337046881003> . Acesso em 05 set 2017.
- SALTIJERAL, M. T. M.; RAMOS, L. L. Identificación de estresores laborales y *burnout* en docentes de una secundaria para trabajadores del Distrito Federal. **Salud mental**, v. 38, n. 5, p. 361-369, 2015. Disponível em <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=62004> . Acesso em 09 out 2017.
- SEABRA M. M. A.; DUTRA, F. C. M. S. Intensificação do trabalho e percepção da saúde em docentes de uma Universidade pública Brasileira. **Cienc Trab.**, v. 10, n. 2, p. 212-218, 2015. Disponível em https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-24492015000300010&script=sci_abstract&tlng=pt#:~:text=Os%20docentes%20acreditam%20na%20rela%C3%A7%C3%A3o,de%20mal%20estar%20e%20sobrecarga. Acesso 04 jan 2018.
- SISTO, F. F. et al. **Escala de vulnerabilidade ao estresse no trabalho**. São Paulo: Vetor. 2007.
- WITTER, G. P. Professor-estresse: análise de produção científica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 7, n. 1, p. 33-46, 2003. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572003000100004 . Acesso em 02 fev 2018.

Recebido em: 04 de setembro de 2023.

Aprovado em: 15 de abril de 2024.