

ALJUCY MARTINS DA ROCHA AGUIAR

**O ESTRESSE OCUPACIONAL DO PROFESSOR
DO ENSINO SUPERIOR: a relação entre os sintomas de
estresse e a atividade docente em duas Instituições de
Ensino Superior da cidade de Teresina-PI.**

ORIENTADOR: PROF. DOUTOR ÓSCAR C. DE SOUSA

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Instituto de Ciências da Educação**

**Lisboa
2010**

ALJUCY MARTINS DA ROCHA AGUIAR

**O ESTRESSE OCUPACIONAL DO PROFESSOR
DO ENSINO SUPERIOR: a relação entre os sintomas de
estresse e a atividade docente em duas Instituições de
Ensino Superior da cidade de Teresina-PI.**

Dissertação apresentada para obtenção do Grau de Mestre em Educação no curso de Mestrado em Ciências da Educação, conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.

Orientador: professor Doutor Óscar Conceição de Sousa

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Instituto de Ciências da Educação

Lisboa
2010

Filosofia do Sucesso

Se você pensa que é um derrotado,
você será derrotado.
Se não pensar “quero a qualquer custo!”
Não conseguirá nada.
Mesmo que você queira vencer,
mas pensa que não vai conseguir,
a vitória não sorrirá para você.

Se você fizer as coisas pela metade,
você será fracassado.
Nós descobrimos neste mundo
que o sucesso começa pela intenção da gente
e tudo se determina pelo nosso espírito.

Se você pensa que é um malogrado,
você se torna como tal.
Se almeja atingir uma posição mais elevada,
deve, antes de obter a vitória,
dotar-se da convicção de que
conseguirá infalivelmente.

A luta pela vida nem sempre é vantajosa
aos fortes nem aos espertos.
Mais cedo ou mais tarde, quem cativa a vitória
é aquele que crê plenamente
Eu conseguirei!

(Napoleon Hil)

DEDICATÓRIA

Com a concretização deste trabalho, quero dedicar aos que representam muito em minha vida. Primeiramente à Deus, aos meus pais José Pinho Aguiar e Teresa Maria Martins da Rocha Aguiar, às minhas irmãs Loiane e Aline e ao meu n Allyson.

AGRADECIMENTOS

À Deus, por me dar força, coragem e perseverança nos momentos em que eu mais precisei.

Aos meus pais José Pinho Aguiar e Teresa M^a Martins da R. Aguiar, pelo amor incondicional, que muitas vezes fez abdicar dos seus sonhos, para vivenciar, e até mesmo realizar os meus.

Às minhas irmãs Loiane e Aline, pela amizade, confiança e companheirismo.

Ao meu noivo Allyson, pela relação de amor, amizade, cumplicidade e sintonia que nos une.

Ao Prof. Dr. Óscar Conceição de Sousa, pelas críticas, apoio e paciência em compartilhar os seus conhecimentos.

À toda a equipe do FORUM, pelo profissionalismo e atenção disponibilizados

Às instituições, diretores e professores, que se dispuseram prontamente a ajudar com dados para a construção desta pesquisa. Pela importância dada ao trabalho a ser executado e facilitação de acesso e informações.

AGUIAR, Aljucy Martins da Rocha, O estresse ocupacional do professor do ensino superior: a relação entre os sintomas de estresse e a atividade docente em duas Instituições de Ensino Superior da Cidade de Teresina-PI. Lisboa-Portugal, 2010, 11p. Dissertação de Mestrado - Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias-ULHT.

RESUMO

Com a globalização e as mudanças provenientes da mesma, o ser humano vem sofrendo com o estresse ao tentar se adaptar e acompanhar tais acontecimentos seja no âmbito familiar, social, afetivo e profissional. Para desempenhar as funções docentes do ensino superior, são exigidas diversas condições, e o professor sofre um desgaste físico e psicológico ao tentar suprir determinadas demandas, o que em muitos casos, ocasiona o estresse ocupacional. Com o propósito de aprofundar conhecimentos sobre a relação existente entre o estresse e a atividade docente, fizemos o seguinte questionamento: quais os sintomas de estresse apresentados em professores do ensino superior? Com Objetivo geral de estudar os sintomas e níveis de estresse, relacionando-os à carreira docente do ensino superior, com as variáveis: regime de trabalho, vínculo institucional, idade, sexo, tempo de trabalho, tipo de IES, em uma população específica pertencente a duas Instituições de Ensino Superior -IES da cidade de Teresina, Estado do Piauí- Brasil, sendo uma pública e uma privada. Visando atingir os objetivos propostos, utilizamos da metodologia de caráter exploratório e descritivo, com abordagem quantitativa dos dados recorrendo à estatística descritiva. O instrumento de coleta de dados utilizado foi o “Inventário de Sintomas de Stress Lipp – ISSL” da autora Marilda Lipp (2000), aplicado em uma amostra de cem (100) professores, com idade entre 22 e 55 anos de idade. Mediante a análise dos dados, pode-se verificar que apesar das diferenças existentes entre IES públicas e privadas, a maioria dos resultados foram semelhantes. Em ambas as IES houve presença de estresse nos docentes, prevalecendo a fase de alerta, logo após a fase de resistência, em seguida a fase de quase-exaustão. Houve um predomínio de sintomas psicológicos, onde na IES privada se destacam: aumento súbito de motivação e entusiasmo súbito. E como sintomas físicos: boca seca e nó no estômago. Na IES públicas os sintomas psicológicos foram: entusiasmo súbito e aumento súbito de motivação. E físicos: tensão muscular e nó no estômago. Em relação as co-variáveis que apresentaram maior relação com o estresse pode-se apresentar na IES privada o sexo masculino e feminino possuem a mesma representatividade, a faixa etária de 31 a 39 anos, estado civil casado, tempo de serviço de 7 a 13 anos, jornada de trabalho integral e vínculo efetivo. Já na IES pública verifica-se relação com o sexo feminino, idade variando de 31 a 39 anos, estado civil solteiro, tempo de serviço de 7 a 13 anos, jornada de trabalho parcial e vínculo substituto. De acordo com o que foi analisado, percebe-se que os docentes do ensino superior, independente do tipo de IES ao qual estão vinculados, estão sujeitos ao estresse e que estes não devem ser responsabilizados pelo mesmo, nem por adoção de medidas preventivas, visto que toda a IES sofre as consequências, e tem condições de auxiliar o professor com situações preventivas, de controle a partir do conhecimento, interpretação e mudança de hábitos do professor no ambiente universitário.

Palavras-chave: Estresse. Professor. Ensino Superior.

AGUIAR, Aljucy Martins da Rocha, The occupational stress of teachers in higher education: the relationship between symptoms of stress and teaching activities in two higher education institutions of the City of Teresina-PI. Lisbon-Portugal, 2010, 11p. Dissertation - Lusophone University of Humanities and Technologies-LUHT.

ABSTRACT

With globalization and its changes, the human being has suffered from stress while trying to adapt and monitor such events, within family, social, emotional or professional scope. To play as teacher in higher education, they are required various conditions and the teacher suffers physical and psychological wear trying to meet certain demands, which in many cases leads to occupational stress. Aiming to deepen knowledge about the relationship between stress and teaching activities, we made the following question: what are the symptoms of stress presented by higher education teachers? With the general objective of study the symptoms and the stress levels, linking them to the teaching career in higher education, using the following variables: working regime, institutional link, age, sex, working time, type of HEI, in a specific population belongs to two Higher Education Institutions HEI - of Teresina, Piauí, Brazil, one public and one private. Aiming to achieve the proposed objectives, we used a exploratory - descriptive study, with quantitative approach of data using graphs and tables. The data collection instrument used was the "Lipp Stress Symptoms Inventory - ISSL" by the author Marilda Lipp (2000), applied to a sample of a hundred (100) teachers, between 22 and 55 years of age. Through data analysis, despite the differences between public and private HEIs, we can see that the most results were similar. In both HEIs, the results revealed that the alert phase of stress had prevailed, followed by resistance and almost-exhaustion phases. A small number presented stress in exhaustion phase and another group did not present stress. There was a predominance of psychological symptoms, which in private HEIs stands out: increase of motivation and enthusiasm suddenly. And as physical symptoms: dry mouth and stomached. In public HEI, psychological symptoms were sudden enthusiasm and increse of motivation. And physical symptoms: muscle tension and stomached. In relation to the co-variables that showed a greater relationship with stress, in private HEIs males and females have the same representation, between 31-39 years, married, working time of 7-13 years, full working day and effective link. Already in public HEIs, female, between 31-39 years, unmarried, working time of 7-13 years, partial working day and substitute link had prevailed. According to analysis, we find that teachers in higher education, regardless of the HEI to which they are linked, are subject to stress. And they should not be blamed for the onset of stress, neither by adopting preventive measures, since all the HEI suffers the consequences, and it is able to help teachers with preventive measures based on the knowledge, interpretation and change habits of the teacher in the university environment.

Key-words: Stress. Teachers. Higher Education.

SUMÁRIO

EPÍGRAFE

DEDICATÓRIA

AGRADECIMENTOS

RESUMO

ABSTRACT

LISTA DE SIGLAS

LISTA DE TABELAS

LISTA DE FIGURAS

INTRODUÇÃO.....14

CAPÍTULO I: ESTRESSE16

1. Conceito de estresse.....16

1.1. Fases do estresse.....17

1.2. Agente estressores.....18

1.3. Estresse ocupacional20

1.4. Doenças e sintomas relacionados ao estresse.....24

CAPÍTULO II: ODOCENTE NA SUA PROFISSÃO: DESENVOLVIMENTO DA SUA ATIVIDADE.....28

1. Identidade docente no ensino superior.....28

2.. Condições de trabalho do docente no ensino superior.....32

CAPÍTULO III – ESTRESSE E A PROFISSÃO DOCENTE DO ENSINO SUPERIOR.....35

1. Estresse ocupacional no professor do ensino superior..... ..35

2. Medidas para o manejo do estresse em professores do ensino superior.....42

CAPÍTULO IV- PROBLEMATIZAÇÃO.....46

Objetivos.....47

Objetivo Geral.....47

Objetivos Específicos.....47

METODOLOGIA.....47

Tipo de pesquisa.....	48
População/ sujeitos.....	49
Técnica de Coleta e Tratamento dos Dados.....	49
TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS.....	51
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	80
REFRENCIAL BIBLIOGRÁFICO.....	84
APÊNDICE.....	95
Apêndice- A Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	96
ANEXOS.....	97
Anexo – A Instrumento de Coleta de dados: Inventário de Sintomas de Stress Lipp- ISSL.....	98
Anexo – B Resolução CFP Nº 016/2000.....	101

LISTA DE SIGLAS

IES – Instituição de Ensino Superior

ISSL – Inventário de Sintomas de *Sress* Lipp

PCN - Parâmetros Curriculares Nacionais

PNE - Plano Nacional de Educação

LDBN - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

MEC - Ministério da Educação

LISTA DE FIGURAS

Figura 01 – curva do estresse.....	19
Figura 02 – Modelo Demanda-controle.....	21
Figura 03 – Esquema do estresse.....	37

LISTA DE TABELAS

Tabela 1- Características pessoais dos participantes da pesquisa.....	52
Tabela 2 – Características de trabalho dos participantes da pesquisa	54
Tabela 3 – Distribuição das co-variáveis sobre as características pessoais do professor (sexo, faixa etária,estado civil) e presença de estresse.....	64
Tabela 4 – Distribuição das co-variáveis sobre o perfil de trabalho (Tempo de serviço, Jornada de trabalho, Vínculo institucional) e presença de estresse.....	66
Tabela 5 – Características pessoais dos professores inquiridos na IES privado.....	67
Tabela 6 – Características pessoais dos participantes da pesquisa.....	68
Tabela 7 – Distribuição das co-variáveis das características pessoais dos professores da IES privada: sexo, faixa etária, estado civil relacionando à presença de estresse.....	77
Tabela 8 – Distribuição das co-variáveis do perfil de trabalho dos professores da IES privada: tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional relacionando à presença de estresse.....	78

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Distribuição da variável presença de estresse dos 50 professores.....	55
Gráfico 2 - Fase do estresse dos professores.....	56
Gráfico 3 - Distribuição das sintomatologias predominantes nos 32 professores com sintomas significativos de estresse.....	57
Gráfico 4 - Distribuição dos sujeitos da pesquisa por sintomatologia, segundo a fase de estresse.....	58
Gráfico 5 - Sintomas físicos de estresse mais freqüentes dos 20 professores que se encontram na fase de alerta.....	59
Gráfico 6 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 20 professores que se encontram na fase de alerta.....	60
Gráfico 7 - Sintomas físicos de estresse mais freqüentes dos 5 professores que se encontram na fase de resistência.....	60
Gráfico 8 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 5 professores que se encontram na fase de resistência.....	61
Gráfico 9 – Sintomas Físicos de estresse nos 3 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.....	62
Gráfico 10 – Sintomas Psicológicos de estresse nos 3 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.....	62
Gráfico 11 – Sintomas Físicos de estresse nos 4 professores que se encontram na fase de Exaustão.....	63
Gráfico 12 – Sintomas Psicológicos de estresse nos 4 professores que se encontram na fase de Exaustão.....	63
Gráfico 13 - Distribuição da variável presença de estresse nos 50 professores.....	69
Gráfico 14 - Fase do estresse dos professores.....	70
Gráfico 15 - Distribuição das sintomatologias predominantes nos 39 professores com sintomas significativos de estresse	71
Gráfico 16 - Distribuição dos sujeitos da pesquisa por sintomatologia, segundo a fase de estresse.....	71

Gráfico 17 - Sintomas físicos de estresse mais freqüentes dos 23 professores que se encontram na fase de alerta.....	72
Gráfico 18 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 23 professores que se encontram na fase de alerta.....	73
Gráfico 19 - Sintomas físicos de estresse mais freqüentes dos 10 professores que se encontram na fase de resistência.....	73
Gráfico 20 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 10 professores que se encontram na fase de resistência.....	74
Gráfico 21 – Sintomas Físicos de estresse mais freqüentes nos 2 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.....	74
Gráfico 22 – Sintomas Psicológicos de estresse mais freqüentes nos 2 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.....	75
Gráfico 23- Sintomas Físicos de estresse mais freqüentes nos 4 professores que se encontram na fase de Exaustão.....	76
Gráfico 24- Sintomas Psicológicos de estresse mais freqüentes nos 4 professores que se encontram na fase de Exaustão.....	76

1. INTRODUÇÃO

Com a globalização e as mudanças provenientes da mesma, o ser humano vem sofrendo com o estresse ao tentar se adaptar e acompanhar tais acontecimentos seja no âmbito familiar, social, afetivo e profissional, o que fez com que o termo se tornasse popular e até rotineiro no dia-a-dia da população.

O estresse acomete tanto a vida profissional, social e pessoal, podendo trazer conseqüências positivas ou negativas, dependendo de cada um. Já que quando o indivíduo sabe lidar com o estresse, este lhe trará motivação para o alcance de algum objetivo, é o estresse considerado positivo, e no caso do negativo, é quando causa aflição, desgaste e até adoecimento devido ao fator estressor.

Em todos os âmbitos da vida, o ser humano se depara com situações estressantes, e isto não é diferente no ambiente da educação, tanto para os estudantes, ao conviverem com muitas transformações e mudanças, quanto para os professores, onde muitos destes enfrentam sensações de desconforto, seja em função das exigências impostas pela instituição, da sobrecarga de trabalho, das condições físicas da instituição serem precárias, do relacionamento com os alunos, da falta de tempo para a família e o lazer, entre outros fatores. Enfim, há uma quantidade grande de variáveis que podem ser relacionadas com o estresse na vida do docente.

A motivação para se realizar um trabalho, voltado para o aprofundamento do estudo dos sintomas de estresse relacionado a atividade docente do ensino superior, se iniciou na minha experiência profissional. Pois, como Psicóloga Clínica, tendo clientes das mais diversas idades e ocupações, tive a oportunidade de atender alguns professores, e o que mais me chamava a atenção era o fato dos mesmos se queixarem bastante de sintomas como cansaço ao final do dia, irritabilidade, dores de cabeça freqüentes, uns chegando ao ponto de serem diagnosticados, inclusive, com síndrome de burnout, o que me inquietava mais ainda em verificar se os sintomas de estresse sentidos tinham relação com a sua profissão docente, bem como com suas atividades decorrentes da profissão.

Neste contexto, fica evidente a importância de se estudar o estresse dos professores do ensino superior. Considerando ainda, que as universidades, no ultimo século, tiveram uma expansão muito grande no Brasil e no mundo, e ao mesmo tempo, o profissional docente defronta-se com dificuldades para se adequar a esse processo evolutivo, necessitando de

preparos técnicos, psicológicos e físicos para atuar com responsabilidade e suprir as necessidades da sociedade. Nessa perspectiva, Martins (2005, p. 16) afirma que:

É nesse contexto de cobranças, de exigências educativas, numa sociedade com transformações social, cultural e tecnológica que o professor exerce sua docência e se encontra exposto a situações geradoras de desgastes físico e mental induzidos pelo *stress* ocupacional da atividade docente.

Diante desta problemática é que o estresse ocupacional traduz o desequilíbrio sentido pelos profissionais atuantes na docência superior brasileira, que na tentativa de acompanhar as exigências e mudanças vindas da sociedade e das instituições, acabam se vendo sem tempo para se qualificar, e até mesmo para se dedicar mais à sua vida pessoal, e isso gera inúmeros conflitos nos diversos âmbitos da sua vida.

Com este estudo, temos a pretensão de apresentar reflexões sobre o estresse do professor do ensino superior brasileiro, mais especificamente sobre a relação que estes possuem com a vida profissional do professor. Gostaríamos de traçar estratégias de combate e controle do mesmo, propiciando uma melhoria tanto na qualidade de vida, como em um melhor desempenho em sala de aula.

A presente dissertação está organizada em 4 capítulos, os quais buscam definir a problemática em questão. No primeiro capítulo, será tratada com mais afinco a situação do estresse, pontuando o seu conceito, as fases, agentes estressores, o estresse ocupacional e as doenças relacionadas ao estresse. Em seguida, no capítulo dois, foi feita uma análise da situação docente na atualidade, onde foram tratados temas como a sua identidade e condições de trabalho. No terceiro capítulo, pôde-se estudar a relação entre o estresse e a atividade docente no ensino superior, estudando também o manejo do estresse. No capítulo que se segue, formulamos a problemática, os objetivos da pesquisa e a metodologia escolhida com apresentação, tratamento e análise dos dados e, finalmente as conclusões.

CAPÍTULO I – ESTRESSE

1. Conceito de estresse

O século XXI é marcado por rápidas transformações, uma busca incessante por sucesso profissional, pessoal, social e afetivo, e o homem tem que enfrentar diversas situações que acabam exigindo muito de si mesmo, trazendo-lhe como uma das conseqüências, o estresse.

Mas não é apenas o homem atual que sofre com o estresse. A evolução histórica da humanidade comprova que o homem, sempre buscou se adaptar ao meio em que esteve inserido, e que o estresse é, portanto, inerente ao ser humano, como expressão do instinto de conservação, por meio de uma reação bioquímica e comportamental, gerando resposta de luta e fuga (MENDES, 2002; MASCI, 1998).

O homem moderno apresenta as mesmas respostas automáticas dos seus ancestrais, o que difere são os estímulos, que hoje são mais psicológicos e não físicos, como era antigamente, mas a luta pela sobrevivência permanece, para que o equilíbrio não seja perdido.

Esse equilíbrio, que havia sido descrito por Claude Bernard, como um processo responsável pela estabilidade do organismo, foi nomeado de homeostase por Cannon. O mesmo autor comprovou que, a reação de emergência, tentava equilibrar o organismo, adaptando-o ao meio, mais precisamente restaurando a sua homeostase. No entanto, o termo estresse nunca havia sido citado em seus estudos (LIPP, 2007).

De acordo com Spielberg, citado por Lipp (1996) no século XIV o estresse era descrito como sendo uma aflição, ou adversidade. Já no século XVII a denominação passa a significar opressão, desconforto e adversidade.

De acordo com Lipp (2002) foi o endocrinologista Hans Selye, em 1936, o primeiro a introduzir o termo “*stress*” e a estudá-lo, associando-o a saúde, mais especificamente, a uma alteração endocrinológica, que ocorre quando o organismo vivencia uma situação que exige além da sua atividade normal.

Segundo Lipp (2002) Hans Selye torna-se uma das pessoas mais importantes do mundo, tudo devido a sua teoria intitulada de Síndrome Geral de Adaptação (SGA), para

representar a tríade patológica desencadeada pelo estresse, onde este ficou bastante popularizado e ganhou denominação em vários idiomas.

Na atualidade, o estresse está bastante popular, Vilarta (2006) enfatiza que o termo está presente no dia-a-dia da população, devido à grande divulgação feita pela mídia, por médicos e também por psicólogos.

Apesar de Zancheta (2004) enfatizar apenas o lado negativo do estresse, colocando que o mesmo, é um mal crônico que acomete o ser humano por toda a sua vida. O estresse está intimamente ligado ao ser humano, e a sua sobrevivência, impulsionando-o para a ação (LIPP, 2007).

Ainda segundo Lipp (1994) o estresse se manifesta em resposta a qualquer situação que desperte uma forte emoção no indivíduo, seja ela boa ou má.

Selye (1959) contribui enfatizando que o estresse é decorrente também de situações agradáveis e necessárias à vida, excluindo, assim, a associação exclusivamente negativa do estresse, o qual denominou de “eustress” para as situações agradáveis do estresse e “distress” para as situações desagradáveis.

De acordo com Formiguieri (2003) apesar da associação negativa que o estresse possui, ele pode também ser o estímulo necessário para adaptações positivas no organismo, relacionando-se a situações de prazer.

O que confirma Rosenfeld (2005) colocando que o estresse pode ser dividido em dois tipos distintos, o positivo e o negativo, onde este seria o estresse que faz mal à pessoa, que gera irritação, mal humor, ansiedade e cansaço, o qual se subdivide em passageiro, quando se constitui de situações rápidas e o prolongado, que o próprio nome já diz, corresponde a situações mais demoradas de serem solucionadas. E o estresse positivo seria aquele necessário para a realização de determinadas tarefas, faz com que o indivíduo busque determinada coisa à sua volta.

1.1. Fases do estresse

Em 1936, Hans Selye criou a Síndrome Geral de Adaptação- SGA, que de acordo com Lipp (2006), esta teoria é muito aceita e utilizada atualmente em pesquisas, e foi a responsável pela rápida proliferação do estresse. A SGA é constituída por três fases:

A fase de alarme se caracteriza pela transformação do organismo para se defender da ameaça, desenvolvendo dilatação das pupilas; palpitações cardíacas; a respiração se torna

ofegante; a coagulação sanguínea é aumentada; o fígado libera açúcar para que seja usado pelos músculos; a reserva sanguínea da pele e das vísceras é distribuída para os músculos e cérebro; pés e mãos frias; tensão muscular; inibição da digestão; inibição da produção de saliva. O indivíduo sabendo lidar ou extinguindo o estímulo estressor, voltará ao seu normal, mas se não encontrar meios para tal consequência, passará para as outras fases.

A segunda fase, denominada de resistência, constitui-se pela continuação do desgaste, e uma adaptação do organismo, pois este ainda é alimentado com fontes de energia, para eventuais perigos que venham a ser acrescentados no seu quadro de stress. O resultado é uma sensação de desgaste, o organismo tem sua resistência diminuída em relação a infecções, muitas funções corporais relacionadas ao comportamento sexual são suprimidas.

A fase de esgotamento desenvolve-se quando o estressor permanece por um período longo, havendo assim uma queda na imunidade, e o indivíduo fica propenso ao aparecimento de doenças de acordo com o órgão mais fácil, com sua constituição e com a herança genética.

Uma quarta fase foi proposta por Lipp, durante 15 anos de pesquisas no laboratório de estresse da PUC-Campinas, onde verificou que há uma fase de quase-exaustão, antes da fase de exaustão, que se caracteriza pelo início do processo de adoecimento dos órgãos mais frágeis. Assim, Lipp propôs o modelo quadrifásico para o estresse. (LIPP, 2007)

1.2. Agente estressores

Em se tratando de estresse, observa-se a importância de se aprofundar teoricamente e conceitualmente sobre as suas fontes, sobre os agentes estressores.

O termo estressor significa situações que desencadeiam fortes emoções que acarretam mudanças e podem causar distúrbios físicos e mentais, gerando assim o estresse (MENZANI, 2006).

Os agentes estressores estão presentes em todas as situações diárias, devido ao excesso de estímulos que o homem está exposto, e até mesmo a sua ausência é causadora de estresse. “Excessiva estimulação pode ser tão perniciosa quanto uma estimulação deficiente” (LOWEN, 1983, p. 159).

Os estímulos podem ser bons ou ruins para a pessoa que os vivencia, onde González (2001) faz a distinção dos mesmos, enfatizando que o Eustress, ou o estresse saudável, ocorre quando o organismo se depara com estressores e prepara-se para enfrentar situações novas ou adversas, produzindo reações adequadas à demanda de mudança; já o distress, ou o estresse

não-saudável ocorre quando a presença de estressores desencadeia no organismo um processo adaptativo inadequado, conseqüentemente lhe provocando danos.

Logo abaixo, se tem um gráfico elaborado por França & Rodrigues (1997) onde o autor demonstrou na forma de gráfico como ocorre o estresse no indivíduo.

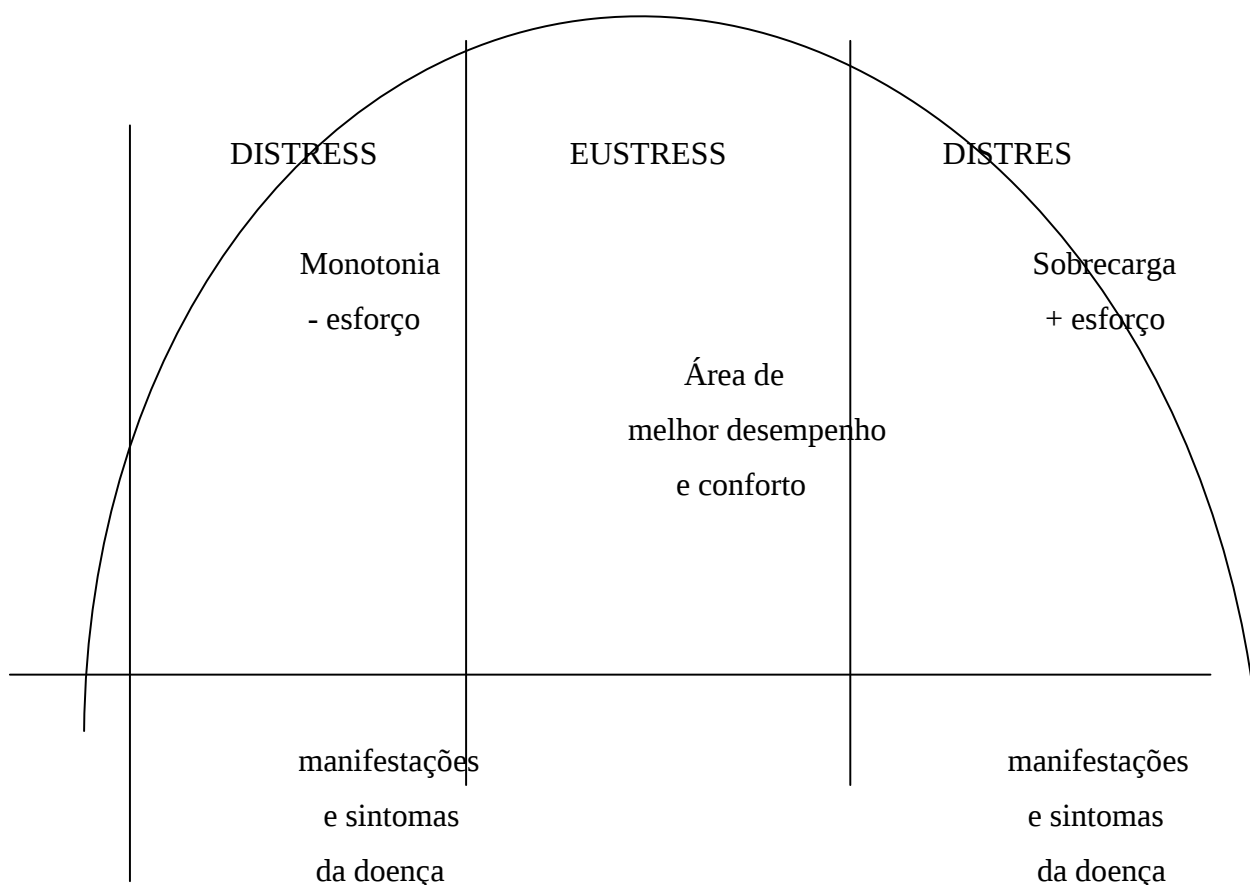


Figura 1 – curva do estresse
Fonte França & Rodrigues (1997)

Para Lipp (1991), os eventos estressores podem ser classificados em externos e internos. Os estressores externos são os eventos que acontecem na vida de cada um, bem como pelas relações estabelecidas com outras pessoas, já os estressores internos são as crenças, valores, pensamentos, interpretações que o indivíduo possui em relação ao mundo em que vive.

As características peculiares de cada um irão determinar a forma de se reagir ao estresse. Como coloca Guido (2003), ao afirmar que cada ser humano, responde de forma diferente ao agente estressor, que a partir das suas características pessoais, é que ele irá

realizar uma avaliação primária, difundindo-o como positivo ou negativo, e a partir de então, realizará uma avaliação secundária, para verificação das possibilidades e estratégias de enfrentamento ou adaptação.

Conhecer as fontes de estresse podem auxiliar no controle do nível de estresse sentido por uma pessoa. Como coloca Pereira (2004) ao afirmar que a intensidade que essa pessoa irá vivenciar o estresse vai depender de características particulares de sua personalidade,

1.3. Estresse ocupacional

Na atualidade, um tipo particular de estressor externo, o estresse ocupacional, tem despertado a atenção dos estudiosos. Onde o estresse relacionado à vida profissional do indivíduo, é hoje, um fator determinante de doenças ocupacionais.

O trabalho faz parte da vida das pessoas e desempenha papel determinante sobre as mesmas, Lipp (2007) coloca que a maior parte do tempo das pessoas é dedicada à sua profissão, com ritmos de trabalho intensos, exigências de altos níveis de atenção e concentração, para desempenhar também sob pressão atividades no seu dia-a-dia, podendo utilizar novas tecnologias, mas sem dispor do devido preparo técnico necessário, resultando em desgaste, tensão, insatisfação e esgotamento.

De acordo com Moraes et al. (1993) o estresse ocupacional está presente em todos os contextos de trabalho, como também em todos os níveis.

E não só o ambiente de trabalho considerado isoladamente produz o estresse ocupacional, como pontua Cataldi (2002) ao afirmar que o desgaste adquirido nas relações e no ambiente de trabalho são fatores determinantes de estresse.

Paschoal & Tamayo (2004), colocam que o estresse ocupacional é um processo que o indivíduo reage às atividades do seu trabalho como estressantes, que excedem suas habilidades de enfrentamento, e provocam reações negativas nos indivíduos de forma e graus diferenciados.

Karasek, citado por Araújo (2003) propôs um modelo infundado no campo da saúde ocupacional, denominado de modelo demanda-controle, onde coloca que o grupo controle envolve os aspectos referentes ao uso de habilidades e autoridade decisória, já o grupo demanda envolve as exigências vindas do trabalho, onde quatro tipos distintos de experiências no trabalho, são elas: alta exigência no trabalho (alta demanda e baixo controle); trabalho

ativo (alta demanda e alto controle); trabalho passivo (baixa demanda e baixo controle) e baixa exigência (baixa demanda e alto controle). De acordo com este modelo, Karasek coloca que as quatro combinações expressam situações específicas de trabalho e podem representar risco de distúrbio de ordem psicológica e de doenças físicas, bem como motivação para desenvolver novos padrões de comportamento dentro do ambiente de trabalho.

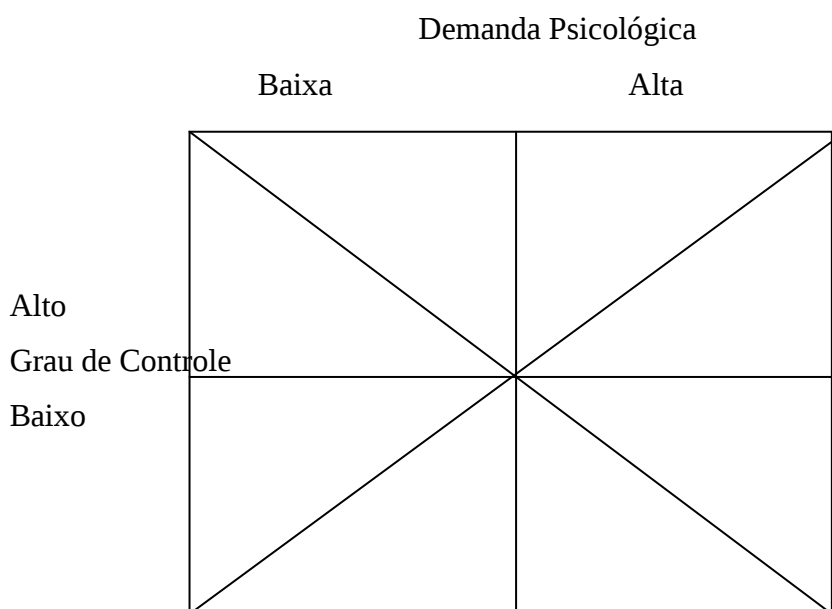


Figura 2 – Modelo Demanda-controle

Fonte: Karasek, citado por Araújo (2003).

Como se pode verificar, o ambiente de trabalho, com suas características físicas, bem como as relações sociais estabelecidas diariamente, são fatores diretamente relacionados ao desgaste físico e psicológico dos indivíduos envolvidos. Atingindo também, todos os tipos e níveis de atividades realizadas no neste contexto.

Os efeitos do estresse ocupacional podem ser percebidos pelo alto índice de absentismo, rotatividade, aumento de erros e acidentes no trabalho, colaboradores desmotivados e diminuição da produtividade (LIMA, 2007).

Como coloca Ballone (2002) ao afirmar que alguns transtornos como a depressão, ansiedade, pânico, doenças psicossomáticas, entre outras em sua maioria, são ocasionados pelo desgaste emocional vividos nas relações de trabalho, bem como na vida social, onde acabam por não responder de forma adequada às demandas do trabalho.

Sabendo-se da relação existente entre estresse e o ambiente organizacional, faz-se necessário enfatizar alguns fatores que podem originar desgaste e conseqüentemente estresse no indivíduo.

Dejour, em seu livro: *A loucura do trabalho*, publicado em 1949, tece algumas considerações sobre doença e trabalho, elucidando fatores que desencadeiam a doença no ambiente de trabalho, momento em que o indivíduo na tentativa de mascarar, conter e ocultar uma ansiedade grave, proveniente de uma insatisfação resultante de uma inadequação do conteúdo ergonômico do trabalho, irá usar da ideologia defensiva funcional.

Para Maslach & Leiter (1999), a sobrecarga de trabalho, a falta de autonomia sobre a tarefa e a ausência de recompensa pelo trabalho, contribuem para o desenvolvimento do desgaste psíquico e físico do trabalhador. Assim, o indivíduo estressado trará um retorno para a organização, sentidos em vários aspectos, pois perderá motivação, se sentirá desvalorizado e perderá atitudes positivas. Como confirma Ferreira (2006) o estresse é sentido pela doença através da fadiga, apatia, ansiedade, baixa motivação, absenteísmo, menor produtividade.

De acordo com Ballone (2002) diversos fatores dentro do ambiente de trabalho são importantes para desencadear estresse, tais como:

- a) falta de estímulo: m em estresse;
- b) falta de perspectivas: sem a motivação e/ou expectativas necessárias à vida diária, a vida torna-se rotineira e até insuportável, podendo levar ao estresse;
- c) alterações do sono: alterações do sono podem resultar em insônia ou mesmo em estresse;
- d) ergonomia: trabalhos desconfortáveis, seja em relação às condições de temperatura, jornada de trabalho desgastantes, e até em relação a comprometimento físico, cognitivo ou postural, afetam a qualidade de vida do profissional e podem ocasionar em estresse;
- e) sobrecarga: as exigências do ambiente de trabalho excedem o limite de adaptação do indivíduo;
- f) ruído: o ruído atua tanto no campo físico como psicológico, podendo resultar em vulnerabilidade ao estresse, já que pode afetar o sistema nervoso e ocasionar em sentimentos de irritabilidade e raiva.

Todo trabalho é estressante, porém o nível de estresse dependerá da individualidade de cada um. E quanto maior for o seu nível, a probabilidade da pessoa saber lidar com os problemas diários pertinentes ao seu trabalho serão menores e exigirão o mínimo de esforço possível para tal tarefa (LIPP & TANGARELLI, 2002).

O estresse ocupacional, pode resultar em conseqüências que devem ser levadas a sério, dentre estas estão o absenteísmo, queixas freqüentes, acidentes no trabalho, reivindicações judiciais, problemas e conflitos interpessoais, mal atendimento ao cliente.

Quando o estresse chega a um nível muito elevado, e o indivíduo já tem esgotado a sua energia para lutar, é que surge a síndrome de burnout, uma expressão originária do idioma inglês e que significa, “queimar-se” ou “destruir-se pelo fogo de fora para dentro”, como algo que deixou de funcionar pela falta de energia. Onde segundo França & Rodrigues (1997) a síndrome de burnout é uma das principais conseqüências do estresse profissional. Para Jacques (2002) esta síndrome caracteriza-se por desgaste físico, exaustão emocional, despersonalização, diminuição da realização e da produtividade profissional, além de depressão.

A síndrome de burnout se caracteriza, na visão de Maslach e Jackson (1981) por sentimentos de exaustão emocional, falta de realização pessoal no trabalho e despersonalização.

De acordo com as colocações de França (1987, p. 197) burnout é definido como:

Sintomas e sinais de exaustão física, psíquica e emocional, em decorrência da má adaptação do indivíduo a um trabalho prolongado, altamente estressante e com grande carga tensional. Acompanha-se de sentimento de frustração em relação a si e ao trabalho. Embora já tenha sido descrita em várias e diferentes profissões, sua incidência é predominantemente entre os profissionais que trabalham na área de ciências humanas, particularmente, enfermeiros, médicos e assistentes sociais.

A síndrome de burnout é percebida como um desgaste físico muito grande que o indivíduo sente ao tentar utilizar suas forças para se adaptar, onde o consumo de suas energias acaba por gerar uma exaustão, ou mesmo despersonalização e conseqüente adoecimento.

Burnout é o valor que o profissional paga por lutar para alcançar uma grande realização, ou mesmo por cuidar de outras pessoas (FRANÇA & RODRIGUES, 2002).

Assim, verifica-se que o estresse ocupacional possui vários fatores desencadeantes e que podem resultar em problemas que vão desde o absenteísmo, até a síndrome de burnout e acaba por prejudicar tanto o profissional, como a organização a qual está inserido. Diante disso, é notória a importância de se aprofundar teoricamente sobre as doenças e sintomas relacionados ao estresse.

1.4. Doenças e sintomas relacionados ao estresse

Em decorrência dos objetivos propostos, de se analisar a relação dos sintomas de estresse com a vida dos professores do ensino superior, é que se faz importante mencioná-los com base em literatura específica consultada, já que os sintomas de estresse é tema central do estudo em questão.

Para Lipp (1996) o resultado do estresse pode ser sentido tanto de forma física, como psicológica, já que a reação hormonal provoca muitas alterações físicas e emocionais, podendo, inclusive ocasionar sérias doenças no âmbito individual e grupal.

Os efeitos do estresse no organismo pode ser descrito, de acordo com Lipp (2002, p. 114) como:

A modificação do ritmo respiratório, que ocorre num quadro de stress, baixa a resistência do organismo e predispõe a gripes, bronquites e pneumonia. O stress agudo pode provocar uma imediata depleção de vitaminas hidrossolúveis e minerais no organismo humano e com isso a pessoa fica mais vulnerável a doenças oportunistas. O stress em níveis muito altos pode, na realidade, afetar tanto o bem-estar físico como o emocional.

Ainda segundo Lipp (2002) op. Cit., de maneira específica, os efeitos do estresse no organismo estão em nível físico e emocional, onde no nível físico devido as contrações musculares presentes quando a pessoa está estressada acarreta em dores na coluna, costas, pescoço e pernas. A tensão física e emocional, podem acarretar também em bruxismo e ranger dos dentes, acarretando o desgaste dos dentes e retração das gengivas, além disso, devido a modificação química na saliva, podem ocorrer aftas que demoram a cicatrizar, pois o estresse aumenta o tempo necessário para isso, aumento do ácido clorídrico que pode gerar úlcera e gastrites, diarreia, constipação, hemorróidas e gases. Devido à adrenalina, produzida em momento de tensão, a pressão arterial é alterada e as artérias ficam endurecidas. Surgimento de placas de colesterol, e devido ao elevado nível de estresse, a pessoa fica com aspecto de envelhecida, com manchas ou espinhas na pele, falta de energia, e até com diminuição da libido sexual.

Em relação aos efeitos mentais e emocionais, a autora coloca que com o aumento dos hormônios cortisol e adrenalina, liberados em momentos de tensão, a pessoa pode sentir cansaço, sem concentração. Pode haver um aumento considerável de ansiedade, depressão, perda de memória, falta de interesse sexual, tontura, irritação, sentimento de desprazer pela vida. O que compromete as relações sociais, já que um considerável mal-humor é

acompanhado. Caso o estresse esteja em nível crônico, a pessoa pode sofrer com ansiedade difusa, esquizofrenia, insônia, depressão e episódios maníaco-depressivos.

De acordo com Reinhold (1984), o estresse afeta o professor no seu desempenho em sala de aula através de sintomas físicos como: úlceras, doenças respiratórias, hipertensão, dores de cabeça, doenças cardiovasculares; e sintomas psicológicos, tais como: ansiedade generalizada, depressão, auto-conceito rebaixado, paranóia; e por último, as manifestações comportamentais: absenteísmo, desempenho inadequado, mau relacionamento com os outros.

Lewis citado por Martins (2005, p. 113) afirma que, a maioria das doenças relaciona-se aos fatores de dependência física e emocionais, já que ambos funcionam em conjunto, e se interrelacionam.

Lima (1998) apresenta alguns sintomas relacionados ao estresse nas expressões fisiológicas, psíquicas e sociais. No fisiológico, o estresse se apresenta sob a forma de cansaço, desempenho inadequado, reações somáticas, como as náuseas, palpitações cardíacas, dores de cabeça; já em relação ao psíquico, apresenta-se como frustração, auto-conceito rebaixado, satisfação reduzida, depressão; e por último, no âmbito social, apresenta irritação e expressões de raiva, isolamento social, inconstância no emprego.

Zular (2000) também contribui com a explanação de alguns sintomas, tanto na parte fisiológica, psicológica, no sono e na vida sexual da pessoa.

a) Sintomas de estresse no corpo: mal-estar generalizado, fadiga, aperto no peito, palpitações cardíacas, nó na garganta, respiração rápida, falta de ar, mãos frias e suadas, tremores nas pálpebras, problemas digestivos, náuseas, aftas, diminuição ou mesmo a falta de apetite, perda de peso, aumento de frequência urinária, fome compulsiva, contrações musculares, dores no pescoço, cabeça, ombro e coluna, gripes e resfriados constantes.

b) Sintomas psicológicos gerados pelo estresse: dificuldade ou perda de concentração, irritabilidade, instabilidade emocional, agressividade, perda de criatividade, depressão ou excitação excessiva.

c) Sintomas do estresse no sono: acordar cansado, insônia, acordar várias vezes a noite, acordar e não conseguir dormir mais e ter consciência exagerada durante o dia.

d) Sintomas de estresse na vida sexual: alteração menstrual, diminuição da libido, ausência de orgasmo, ejaculação precoce, impotência.

Ferreira (2006, p. 40) afirma que “Embora o *stress* seja apontado como causador de várias enfermidades somáticas, não deve-se atribuir a ele total responsabilidade sobre sua

ocorrência, mas sim considerá-lo fator desencadeante ou agravante de uma problemática já existente”.

Como se pôde comprovar, o estresse pode ser vivenciado e sentido, de diversas formas pela pessoa, e seus sintomas também irão variar de acordo com diversos fatores, dentre eles a personalidade inerente a cada um. Essa vivencia poderá acarretar em sintomas, que se manifestam no âmbito fisiológico, psicológico e até no comportamental.

O presente estudo, terá como base norteadora, o quadro referencial da pesquisadora Marilda Emmanuel Novaes Lipp, que durante anos vem dirigindo os seus estudos na busca de conhecimentos a cerca do estresse. A mesma elaborou um instrumento atual de medição dos sintomas e níveis de estresse sentidos pelo ser humano, denominado de ISSL-Inventário de Sintomas de Stress Lipp. O inventário facilita a identificação da sintomatologia de estresse apresentada pelo paciente, onde pode-se verificar a presença ou não de estresse, bem como que tipo, se somático, ou psicológico, pontuando a sua fase.

Segundo Martins (2005) o instrumento baseia-se nos princípios de Selye, formulados em 1959, onde Lipp e Guevara validaram o ISS - inventário de sintomas de stress para adultos, mas que logo após análises, Lipp o reformulou, padronizando e validando, acrescentando uma quarta fase, a fase de quase-exaustão, e assim denominou o instrumento de ISSL.

O ISSL substitui o ISS, isso sem invalidar todas as pesquisas já realizadas com a utilização do instrumento, já que o ISS se utilizava do modelo trifásico do estresse, constituído da fase de alerta, resistência e exaustão, enquanto o ISSL, sendo um modelo reformulado, utiliza o modelo quadrifásico do estresse, onde há o acréscimo da quarta fase descoberta por Lipp, a fase de quase-exaustão, como já mencionada neste estudo. (LIPP, 2000).

O inventário é de fácil aplicação, com duração média de dez minutos, e compõe-se de três quadros, onde no primeiro quadro, composto de doze itens, cada um correspondendo a um sintoma físico e de três quadros referentes a sintomas psicológicos ligados a primeira fase do estresse aos quais o sujeito tenha vivenciado nas últimas 24 horas. Já no segundo quadro, tem dez sintomas físicos e cinco psicológicos, referentes à segunda e terceira fases do estresse, e o sujeito responderá de acordo com os sintomas vivenciados na última semana. No terceiro e último quadro, composto de doze sintomas físicos e onze psicológicos, o sujeito irá responder de acordo com os sintomas experimentados no último mês, onde esta fase corresponde à fase de exaustão. Este é indicado para jovens e adultos, visto que a avaliação de

crianças exige um instrumento específico para a faixa etária, o ESI – Escala de Stress Infantil de (LIPP & LUCARELI, 1998).

Em seguida, será tratada a profissão docente com mais detalhes, o que propicia um maior envolvimento e conhecimento sobre a relação docente e o estresse.

CAPÍTULO II – O DOCENTE NA SUA PROFISSÃO: DESENVOLVIMENTO DA SUA ATIVIDADE

1. Identidade docente no ensino superior

A docência é uma das mais antigas ocupações, e a profissão de professor surgiu mesmo antes da criação das instituições de ensino. Esta profissão tem se modificado ao longo dos tempos. O professor de hoje, é bem diferente do de antigamente, e isso se dá devido às transformações que estão ocorrendo no mundo do trabalho e da produção. Como afirmam Cruz & Lemos (2005) quando colocam que o ensino possui características particulares e que resultam em fatores que causam problemas psíquicos e físicos.

Para um maior entendimento do docente do ensino superior na atualidade, se faz necessário uma compreensão da sua identidade, do que é ser professor, onde segundo Odelius & Ramos (1999, p. 352) “A nossa identidade é um lugar quente, aconchegante, generoso onde podemos nos proteger quando o mundo em volta parece ruir”.

De acordo com reflexões a cerca da identidade docente do ensino superior, Pimenta & Anastasiou (2008) tecem considerações a cerca do tema, pontuando que o docente do ensino superior constrói sua identidade, partindo do princípio do ensino e da pesquisa já que estes fazem parte da atividade docente neste nível. Enfatizando que a identidade é algo construído de acordo com a sociedade e que o ensino, longe de ser estático, se modifica como sendo uma prática social, já que envolve a interação direta entre os sujeitos, modificando-os na mesma medida. Já a pesquisa, de acordo com exigências legais e iniciativas pessoais, os docentes se qualificam continuamente por meio de programas de especializações, mestrados e doutorados, o que comprova um considerável desenvolvimento no quesito da pesquisa, já que esta é objetivo fundamental destes programas.

De acordo com Brasil (1996) em se tratando da LDBEN 9394/96 (lei de diretrizes e bases da educação nacional), percebe-se que, são exigidos do professor, que atua na educação superior, uma integralidade de conhecimentos inter-relacionados, além de uma titulação específica no âmbito da formação de mestres ou doutores, mas no entanto, nota-se que não é dada a devida importância para a questão da prática, onde se enfatiza que a sua formação se constituirá nos programas de mestrado e doutorado.

Diante do exposto, surge uma indagação, se realmente as leis e diretrizes da educação primam pela construção do conhecimento por parte do professor de educação

superior, não se tornaria esta, desfalcada sem uma prática anterior para a sua atuação? E os programas de mestrado e doutorado preparariam realmente este profissional para sua atuação satisfatória, ou apenas os especializaria mais ainda em suas áreas de interesse? Como se posiciona Assis (2006, p.08) “ Acreditar que o professor universitário, quando com um curso de pós-graduação em seu *curriculum*, está de antemão habilitado para compreender o sistema educacional, as relações de ensino-aprendizagem, as características da práxis educativa, as relações professor - aluno - instituição de ensino, e tantos outros aspectos que envolvem a educação, é ignorar a realidade.”

Luckesi (1987) contribui colocando que não são necessários apenas conhecimentos sólidos em determinada disciplina, mas o docente possuir um senso crítico, reflexivo, sobre o mundo, juntamente com a sua ação no ambiente da educação, o que evidencia a importância do investimento em uma preparação pedagógica adequada para o efetivo exercício da docência.

Para Candau (2001, p. 48) “A formação de professores supõe um enfoque multidimensional. Nela o científico, o político e o afetivo devem estar intimamente articulados entre si e com o pedagógico”.

Como se pode verificar, para a atuação satisfatória do docente deve-se haver um investimento não só técnico metodológico, mas também que desperte neste profissional a importância para a reflexão crítica diante da sociedade a qual esteja inserido.

Para Assis (2006) em relação ao devido preparo ou não das universidades em se tratando dos docentes do ensino superior, evidencia duas vertentes, uma em relação ao bacharelado e outra à licenciatura, onde na primeira, não há em sua grade curricular nenhuma disciplina que aborde o assunto ou mesmo que prepare o discente para formação universitária, onde estes não ingressam nas mesmas idealizando seguirem a carreira docente, mas suas respectivas ocupações. Já em relação à licenciatura, exige-se um estágio na área docente e são discutidos no decorrer do curso metodologias de ensino, mas para uma faixa etária diferente dos que freqüentam o ensino superior.

Ainda segundo Assis (2006, p.12):

As cobranças realizadas acerca do trabalho do docente do ensino superior são tantas e das mais variadas espécies que, nada mais justo, do que situar esta figura tão importante numa das vertentes mais fortes de crescimento de um país que é a educação formadora de profissionais.

De acordo com as reflexões de Pimenta & Anastasiou (2008) o professor tem em sua formação influências jesuíticas ou técnicas, e que no entanto se você atuando na educação, mas apenas nos cursos de mestrado e doutorado constrói essa base de estudos e pesquisas para atuar realmente como docente do ensino superior. Onde este, não se resume a um modelo pré-estabelecido de atuação, exigindo uma maior reflexão do docente.

O professor universitário, pelo tipo de trabalho que irá desenvolver com os seus alunos, deve ter um senso reflexivo, que possa auxiliar os discentes na construção do ensino-aprendizagem, onde este se dá de maneira bem diferenciada neste nível de ensino. E esta reflexão é alcançada por meio de pesquisas, que pode possibilitar uma visualização da realidade mais de perto.

Veiga (2005) coloca que o trabalho dos professores, vem tomando uma dimensão que ultrapassa apenas ter conhecimento do conteúdo a ser ministrado em sala de aula, e que docência significa este trabalho que o professor exerce dentro das instituições. Onde este encontra-se em processo de ampliação, exigindo preparo adequado para sua atuação. “A docência requer formação profissional para seu exercício: conhecimentos específicos para exercê-lo adequadamente ou, no mínimo, a aquisição dos conhecimentos e das habilidades vinculadas à atividade docente para melhorar sua qualidade.” (VEIGA, p. 02, 2005).

Veiga (2005, p.02 e 03) contribui ainda:

A docência universitária exige a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão. Faz parte dessa característica integradora a produção do conhecimento bem como sua socialização. A indissociabilidade aponta para a atividade reflexiva e problematizadora do futuro profissional. Articula componentes curriculares e projetos de pesquisa e de intervenção, levando em conta que a realidade social não é objetivo de uma disciplina e isso exige o emprego de uma pluralidade metodológica. A pesquisa e a extensão indissociadas da docência necessitam interrogar o que se encontra fora do ângulo imediato de visão. Não se trata de pensar na extensão como diluição de ações - para uso externo - daquilo que universidade produzir de bom. O conhecimento científico produzido pela universidade não é para mera divulgação, mas é para a melhoria de sua capacidade de decisão.

Como afirma Zabala (2004) ao colocar que o professor ao se envolver com o ensino universitário, se compromete com as funções de ensino, pesquisa, administração e orientação acadêmica, relações institucionais, tornando as suas funções cada vez mais complexas.

De acordo com a Lei 9394/96, o art. 13 verifica-se que a profissão docente do ensino superior, não se resume apenas ao trabalho realizado em sala de aula, encontra-se em expansão, com funções e atividades desempenhadas pelos mesmos estão cada vez mais complexas e que lhe exigem a cada dia, mais preparo e dedicação. Onde também, apenas se

ter o total domínio por determinado conteúdo, não é suficiente nem sinônimo de que irá ser um bom professor, pois a docência superior exige muito mais, já que ela formará profissionais, necessita estimular a construção de idéias com metodologias adequadas para tal tarefa.

Na atualidade, um questionamento sobre o que é ser professor do ensino superior no Brasil se faz necessário, já que profissionais docentes se adentram nas salas de aula sem um preparo anterior. Assim Pimenta & Anastasiou (2008) afirmam que os pesquisadores das diversas áreas de conhecimento e os mais variados profissionais, tornam-se professores sem que se questione o devido preparo prévio, pois as instituições consideram, o fato da vasta vivência em suas respectivas áreas, como suficientes para o exercício da profissão docente.

A identidade dos docentes, se dá através das suas relações interpessoais, por meio da observação dos professores, que tiveram ao longo de sua vida escolar e acadêmica. Barasuol (2004) coloca que, a formação da identidade docente se inicia bem antes da escolha profissional, pois a interrelação e vivência entre os seres humanos, a tendência em se espelhar no outro, foi moldando os interesses e gostos no jovem, futuro profissional professor, o que leva o mesmo a buscar desenvolver suas habilidades, importantes para se tornar professor.

O docente, mesmo antes de decidir ser professor, já possuía uma identidade calcada pelo tempo e interações durante a sua vida, sendo esta a responsável por suas escolhas.

Mas para Pimenta & Anastasiou (2008) a construção da identidade dos profissionais, das mais diversas áreas, ocorre durante a sua formação na graduação, e nos cursos de pós-graduação, a nível de especialização, mestrado e doutorado, e complementa essa idéia afirmando:

Na graduação, são definidos os objetivos, o conceito de profissional e profissão, os conteúdos específicos, o ideal a ser construído, os objetivos sociais, a regulamentação profissional, o código de ética, o reconhecimento social e a participação em entidades de classe. Esses componentes são direcionados para uma profissão, que na maior parte das vezes não é a docência (PIMENTA & ANASTASIOU, 2008, p.106).

Sendo a identidade do professor formada na graduação, e/ou em cursos a nível de pós-graduação em que na maioria das vezes direcionam-se conhecimentos não para a docência, e sim para a sua profissão, o que acaba, também, por dificultar a melhora na

qualidade da atuação do docente universitário nas diversas instituições de ensino superior que venha a atuar.

Nóvoa (1992) aponta para três aspectos, muito importantes na construção da identidade docente do ensino superior, que são o seu desempenho pessoal, o desenvolvimento profissional e o desenvolvimento institucional.

A profissão docente, desde o seu surgimento, possui algumas características, que a representam perante a sociedade. Até os dias de hoje, ela mantém um estereótipo de baixa aspiração profissional, que é desenvolvida por pessoas generosas, que contentam-se com pouco, além da falta de um sistema de formação dos professores, e a grande diferença de salários entre o ensino fundamental e superior. Todas essas questões levam a associação de amadorismo, sendo considerado uma atividade provisória, onde o acesso não depende de formação específica (GUIMARÃES, 2001).

A partir do momento que o profissional atua na docência universitária, esta também passa a ser sua carreira, e tanto a instituição, como o profissional, não consideram este fato, o que acabam por prejudicar a construção e implementação de alternativas, para a realidade atual do ensino.

Vendo a importância, de se ter um preparo prévio, para atuação na docência do ensino superior, é que nos últimos anos foram implantadas algumas estratégias, onde nos cursos de pós-graduação foi inserida a disciplina de docência no ensino superior, um passo ainda pequeno, mas que já proporciona reflexão sobre o ser docente em sala de aula.

Ações mais eficazes, estão sendo implementadas, nos processos de profissionalização continuada e de formação da identidade do docente do ensino superior, por meio de aspectos relativos aos sujeitos presentes no universo da docência, aos determinantes do processo educativo, e as ações do docente na universidade (PIMENTA & ANASTASIOU, 2008).

Visando dar continuidade, às reflexões a cerca do docente na sua profissão, faz-se necessário tecer considerações sobre as condições de trabalho, às quais estes são submetidos.

2. Condições de trabalho do docente no ensino superior

Para Esteves (1999) o advento da globalização trouxe muitas mudanças no mundo como um todo e refletiu nas mais diversas áreas, e na docência não seria diferente, pois houve uma reestruturação

Pimenta & Anastasiou (2008), faz algumas reflexões a cerca das condições de trabalho do professor no ensino superior, onde segundo as autoras, a diferença já se inicia na forma de ingresso, onde nas instituições públicas se dá por concurso e as privadas por convite ou concurso. Tendo como carga horária, nas instituições públicas em sua maioria são com vínculo integral, diferenciando-se das privadas que possuem uma minoria de professores trabalhando em tempo integral, e como maioria o professor horista, tendo como meio termo tanto nas públicas como nas privadas o professor que trabalha em tempo parcial, havendo ainda o professor contratado apenas por blocos de aula em períodos determinados.

Ainda segundo Pimenta e Anastasiou (2008), o professor que atua em tempo integral nas Instituições de Ensino Superior, possuem uma possibilidade maior de exercerem as três funções características da universidade que seria o ensino, a pesquisa e a extensão, integrando-as aos fins objetivados pelo projeto político-pedagógico, mas exclui-se a concretização de profissionalização continuada, por mais que haja uma maior oportunidade neste contexto. A problemática do professor horista seria ainda mais preocupante, de acordo com o que visa a educação Brasileira, já que este tipo de profissional está se resumindo a sua hora/aula, o que não inclui tempo para preparo de aulas, profissionalização, e sim se adentrar a uma sala de aula e repassar seus conhecimentos para os alunos, onde em sua maioria são mal remunerados, o que os força a buscarem outras instituições para o complemento da renda mensal, utilizando todo o seu tempo para sala de aula e deslocamento, o que não lhe dá responsabilidade de desenvolvimento de atividades dentro das instituições que trabalha.

As instituições de ensino superior, em parte, são responsáveis pelas falhas cometidas em sala de aula pelos docentes, já que o tipo de jornada de trabalho semanal que o docente dedica a determinada instituição é fator importante que se relaciona à prática desenvolvida dentro do ambiente acadêmico.

Em se tratando da profissionalização e qualificação do professor do ensino superior, devido o Estado ter iniciado avaliações externas e internas às IES, este tem se mostrado preocupado e em uma busca desenfreada por cursos de especialização, mestrado e doutorado, na tentativa de permanência em seus empregos, já que a exigência por profissionais cada vez mais qualificados aumenta. Mas também, pode-se visualizar IES públicas ou privadas, que proporcionam e incentivam a profissionalização do docente, investindo e até pagando a hora de estudo referente às mesmas (PIMENTA & ANASTASIOU, 2008).

Veiga (2005, p. 02) acrescenta ainda ao papel do professor do ensino superior:

A docência requer formação profissional para seu exercício: conhecimentos específicos para exercê-lo adequadamente ou, no mínimo, a aquisição dos conhecimentos e das habilidades vinculadas à atividade docente para melhorar sua qualidade. A docência universitária exige a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão.

Em seguida será abordado com mais afinco o estresse associado à profissão docente do ensino superior.

CAPÍTULO III – ESTRESSE E A PROFISSÃO DOCENTE DO ENSINO SUPERIOR

1. Estresse ocupacional no professor do ensino superior

Após a compreensão da identidade docente no ensino superior, se faz necessário agora, uma explanação dos fatores que possam gerar adoecimento neste profissional. Onde as suas condições de trabalho, representam aspecto primordial para este estudo.

O papel desempenhado pelo professor dentro de qualquer Instituição de Ensino é fundamental na vida de qualquer pessoa, Chalita (2001) configura a importância do papel desempenhado pelo professor como peça chave para o desenvolvimento da mesma, onde de nada adianta altos investimentos em tecnologias e infra-estrutura comparados à importância e valor do professor.

Diante dessa realidade exposta à cima, vendo o professor como ferramenta primordial dentro também das Universidades e Faculdades e que, quando acometidos por problemas de saúde físicos e mentais, prejudicam o fim maior de todas as Instituições de ensino, que é o processo de ensino-aprendizagem, além de trazer seqüelas que afetam a sua qualidade de vida. É que se faz pertinente um estudo mais aprofundado sobre as condições de trabalho relacionando-as ao estresse docente.

Sabendo-se que as condições de trabalho dos docentes, variam muito de instituição para instituição é que Pimenta & Anastasiou (2008) cita suas peculiaridades. A começar, nas instituições públicas, o ingresso se dá por meio de concurso, seja na forma de professor substituto ou efetivo, nas instituições particulares, além de concurso, há também o convite, e após a contratação não há uma política que se preocupe com um trabalho voltado para a melhoria do desempenho docente, onde este resume-se apenas à sala de aula.

Outro aspecto relevante, que a mesma autora apresenta, é o tempo de dedicação dos docentes, onde existem, de acordo com a legislação, o que trabalha em período integral, parcial e horista. O de período integral, em sua maioria, tem maiores chances de exercer as funções de ensino, pesquisa e extensão e provavelmente, haverá uma maior profissionalização dos docentes. Os que trabalham em tempo parcial, representam uma minoria, tanto nas universidades públicas, como privadas, e por último, os horistas, predominam em quantidades iguais tanto em públicas como privadas (PIMENTA & ANASTASIOU, 2008).

Entendendo a realidade docente na atualidade, com condições de trabalho que não condizem com o ideal almejado, é que surgem desgastes físicos e psicológicos e que acabam gerando estresse ocupacional.

Segundo Lemos & Cruz (2005) a preparação que o professor faz, durante sua vida acadêmica, é incongruente à realidade do trabalho a ser desempenhado, já que ele se vê obrigado a dar aula de várias disciplinas, e às vezes, possui mais de uma turma. Sem contar com as atividades que leva para fazer em sua residência, tendo o docente que buscar forças extras para suprir as necessidades, tanto pedagógicas, como tecnológicas impostas pela instituição.

A qualidade dos relacionamentos que envolvem o professor do ensino superior se mostra um fator importante para que este profissional venha a desencadear ou não o estresse. Como confirma Mosquera (1976) ao enfatizar a importância, e a relação da qualidade dos relacionamentos interpessoais, que o professor mantém no ambiente de trabalho, com o estresse. Além do professor hoje, não desempenhar apenas as funções pedagógicas, desempenha também, algumas administrativas, que acabam desgastando o mesmo.

Na visão de muitos estudiosos, há alguns fatores que caracterizam as profissões que expõem o profissional a um maior risco de desenvolver estresse, onde de acordo com Codo (2000) as profissões que estão mais sujeitas ao burnout, são as que trabalham diretamente com contatos interpessoais muito intensos, como os professores e enfermeiros. E essa carga de desgaste mental do professor, se dá devido ao mesmo, ter que ministrar aula em vários níveis de ensino, a quantidade de alunos por turma ser elevada, aliado às suas atividades externas ao seu trabalho.

Diante desta realidade vivenciada pelo professor do ensino superior, com uma qualificação que não o prepara para a realidade, onde esta se faz permeada por relações interpessoais, seja com alunos, professores e equipe técnica que constroem o espaço universitário. Com isso, a profissão docente é vista como uma das profissões mais sujeitas ao estresse e a síndrome de burnout.

Logo a baixo será abordado o modelo de Moracco e MacFadden (1992) que trata da forma que se dá o estresse e burnout na vida do professor.

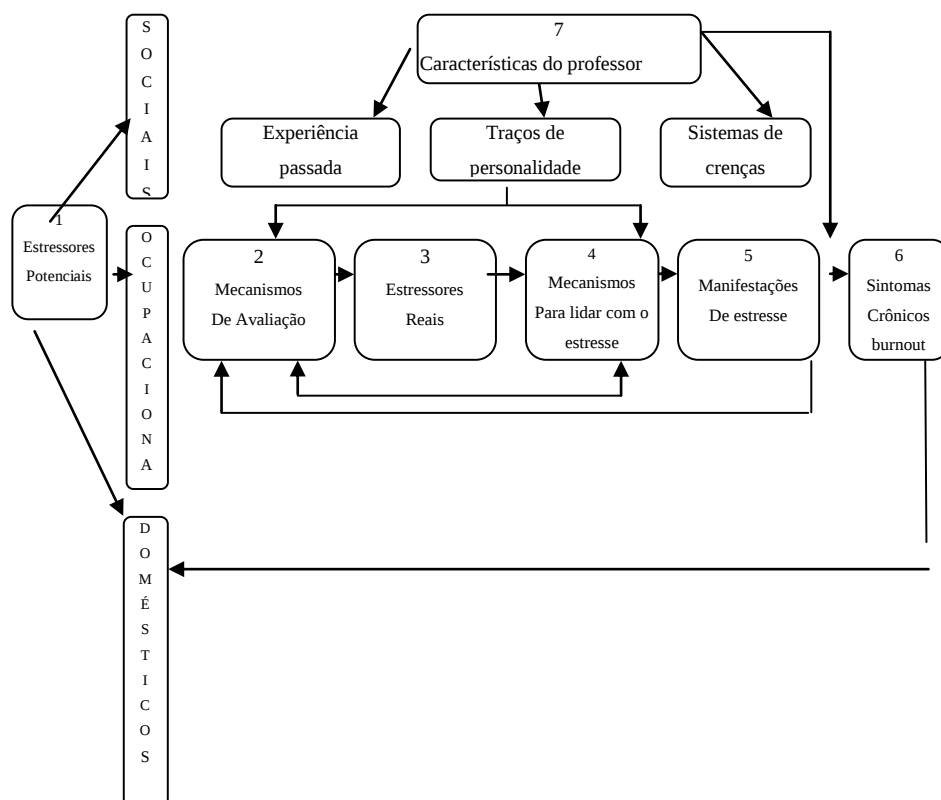


Figura 03 – esquema do estresse

Moracco e McFadden (1992).

O modelo de Moracco e MacFadden (1982) é descrito da seguinte forma: o círculo (nº1) representa os estressores potenciais do ambiente, que podem ser ocupacionais, domésticos e sociais. Apesar deste modelo se preocupar principalmente dos modelos estressores domésticos (problemas com filhos, doenças) e os sociais (mudança de valores e do modo de vida) interagem com os estressores ocupacionais e influenciam a maneira como os estressores ocupacionais potenciais são percebidos.

Os estressores ocupacionais potenciais podem ser apenas psicológicos ou apenas físicos, ou uma combinação dos dois. Pode haver a transformação dos estressores potenciais

em reais (nº3) se forem avaliados pelo professor como uma ameaça ao seu bem-estar e à sua auto-estima, e essa avaliação (nº2) vai depender da interação entre as características individuais do professor (nº7) e a sua percepção das exigências presentes. Devido as características pessoais, não são todos os estressores potenciais que afetam os professores da mesma maneira, onde as características pessoais do professor são os seus detalhes biográficos, traços de personalidade, necessidades e o sistema de crenças, atitudes e valores. Para lidar com os estressores reais, o professor usa alguns mecanismos (nº4) para afastar a ameaça à sua auto-estima e ao seu bem-estar. Os mecanismos são determinados pelas características do professor.

Se os mecanismos para lidar com o estresse forem ineficazes, o professor apresentará estresse (nº5), manifestando de forma psicológica, fisiológica ou comportamental. E por ultimo, se este quadro for prolongado, o professor estará com a síndrome de burnout (nº6), que a longo prazo, podem gerar sintomas psicossomáticos, além de doenças crônicas.

Hoje, o professor não possui apenas, o papel de mediador do conhecimento de seus alunos, pois o seu papel vai muito além do desempenhado em sala de aula. Ele propicia uma articulação entre a escola e a comunidade, se dedica não mais apenas ao aluno, mas também à sua família e ao ambiente social que o cerca, e isso pode ocasionar, freqüentemente, em desgaste profissional, e até mesmo, no estresse ocupacional do professor.

Como coloca Esteves (1999) ao dizer que a profissão de professor é diferenciada da de outros profissionais, pois é uma profissão dinâmica, complexa e bem peculiar, onde lhe exige que desempenhe vários papéis opostos e com considerável equilíbrio estável, onde este, muitas vezes não é possível, o que acarreta em mal-estar e desconforto freqüentes.

Para Chambel (2005, p. 65) “em 1962, a Organização Internacional do Trabalho considerou o estresse como uma das principais causas do abandono da profissão de docente, considerando a docência como uma profissão de risco físico e mental”.

De acordo com Codo (2000, p. 289):

A impossibilidade de dar a atenção necessária para todos os alunos em turmas muito grandes, a impossibilidade de preparar como deveria o que deve ser ensinado quando se tem muitas turmas, muitas disciplinas. As dificuldades em criar os vínculos indispensáveis, quando se passa de um ambiente para outro muito rapidamente, trabalhando em várias escolas ao mesmo tempo. Portanto, a carga mental atinge o professor quando este está impossibilitado por condições externas, ou internas (conflito trabalho-família e falta de suporte emocional) de fazer o que deveria, de realizar o seu trabalho.

De acordo com Lipp (2002) os fatores que contribuem para o estresse ocupacional do professor são os conteúdos curriculares separados da demanda, falta de capacitação necessárias para lidar com questões diárias, responsabilidade por manter a ordem e disciplina entre os alunos, a sobrecarga de trabalho fora da sala de aula, o relacionamento interpessoal com os outros professores, o clima organizacional da instituição, as condições inapropriadas para o exercício do magistério, e o alto volume de carga cognitiva gerado pelas atividades desempenhadas pelo docente.

Martins (2005) enfatiza a importância do professor traçar estratégias de enfrentamento, no dia-a-dia em sala de aula. Já que, intermináveis jornadas de trabalho, cumprimento de metas, precárias condições de trabalho, reclamações de pais e diretores, são apenas algumas das diversas situações que o professor enfrenta, e que são suficientes para romper com o equilíbrio interno do mesmo.

Assim, o estresse, que foi descrito como um mal que acomete os professores do ensino superior, também pode ser visualizado como algo que é passível de estratégias de prevenção, combate e controle.

O professor, que antes era visto como um profissional impotente para a sociedade, hoje luta pelo seu reconhecimento e valorização, destes, muitos chegam ao adoecimento físico ou psicológico (MENDES, 2002).

Para Codo & Gazzati (2002) a relação afetiva entre professor e aluno, é um ponto imprescindível para que a aprendizagem venha a ocorrer, sendo considerado pré-requisito para o exercício da profissão.

Moracco & McFadden (1982) colocam que o trabalho realizado pelo professor, juntamente com o sentimento de ameaça à sua auto-estima e bem estar, que são originados pelas exigências profissionais resultam no estresse do professor.

Já para Mosquera & Stobâus (1996) as causas que podem gerar o burnout docente, é a burocratização das tarefas e trabalho, ambigüidade de papéis, sobrecarga de tarefas, diminuta autonomia para participar na gestão do trabalho, pouca possibilidade de crescimento na carreira e baixa remuneração.

Burnout em professores, para Mendes. (2002) é quando os recursos emocionais já se esgotaram, e o professor passa a se distanciar, a tratar seus alunos com muita irritação, e há uma auto-desqualificação, podendo chegar a dimensões na vida pessoal e social.

Não é só a didática e conteúdo que podem causar estresse no docente, pois a interrelação entre professor e aluno também demandam dedicação, e envolvem muitos outros fatores, que propiciam o desgaste físico e emocional dos mesmos.

Onde, segundo Miranda & Miranda (1995) Qualquer relação interpessoal envolve transformações para ambas as partes, e o afeto é elemento importante, para que a aprendizagem aconteça, além da transmissão do conhecimento e por envolver emoção, a relação se torna delicada, envolvendo muitos investimentos e custos para ambos.

E Mendes (2002) complementa ainda reconhecendo a importância do investimento afetivo na relação professor e aluno. E complementa também, com a dificuldade que se tem em mensurar o produto deste trabalho, deste investimento, e o reconhecimento, o retorno, não acontecem nas formas tradicionais, por meio da remuneração, reconhecimento social, melhores condições de trabalho, e aí se inicia um conflito, que em alguns casos se desenvolvem para o sofrimento psíquico.

Como coloca Cruz & Lemos (2005, p. 66) sobre o papel do professor na sociedade:

Os professores e educadores, em geral ocupam um lugar especial no processo social e produtivo. Realizam atividades de assistência interpessoal e de dedicação no aprendizado dos outros, invariavelmente os colocando numa condição de maior predisposição aos chamados transtornos psicossociais no trabalho que, associados aos agravos na condição física (no caso das Lesões por Esforço Repetitivos-LER, por exemplo), acentuam os desgastes profissionais. Dentre os principais transtornos psicossociais no trabalho, destacam-se as neuroses do trabalho, a fadiga psicológica, o stress e a síndrome de burnout.

Bozal (1990) aponta para alguns dos fatores geradores de estresse, como a falta de apoio social, de recursos, responsabilidades excessivas.

Para um maior entendimento sobre a importância e dimensão do adoecimento, mais precisamente, do estresse em professores, segue a seguir, algumas pesquisas realizadas a respeito do tema no Brasil.

O estudo mais amplo realizado no Brasil sobre a saúde mental dos professores foi realizado por Codo & Vasques (2000) com uma amostra de 39.000 trabalhadores de todos os cargos dentro da escola e em se tratando do burnout, tiveram os seguintes resultados: 37,0% de professores com pouco envolvimento com sua tarefa, 25,1% com exaustão emocional, e 10,7% apresentando despersonalização.

Pesquisas de Reinhold (1984) em relação às fontes de estresse ocupacional, em uma amostra de 72 professores das séries iniciais, obteve como resultado os seis estressores: classe numerosa, desinteresse dos alunos, indisciplina dos alunos, falta de apoio dos pais, alunos heterogêneos.

Em investigação sobre a opinião de 564 professores primários do Estado de São Paulo a respeito dos aspectos insatisfatórios em seu trabalho, Mello (1992) constata que em primeiro lugar estão a insatisfação e o salário inadequado, em seguida os aspectos técnicos da função; em relação ao trabalho docente ficou evidente as situações pedagógicas adversas, como a falta e/ou inadequação de apoio técnico e didático, e classes numerosas.

Freitas (2001) durante pesquisa epidemiológica sobre estresse em professores, relataram que as características de personalidade e os aspectos pessoais são fatores que os tornam mais susceptíveis ao estresse, e até mesmo ao burnout.

O estresse do professor se deve pela sua impossibilidade em exercer suas atividades de maneira adequada, da forma que os mesmos gostariam que fosse, seja pelo grande número de turmas e/ou de alunos, ou mesmo por mudar rapidamente de um ambiente para o outro, o que impede a criação de vínculos necessários em qualquer relação (CODO, 2000).

Para Chambel (2005) a sua experiência e convívio com os professores, o possibilita descrever algumas considerações a cerca da situação docente, em especial, sobre aspectos que podem provocar estresse, como a insegurança de emprego, a indefinição de suas reais responsabilidades quanto professores, pressão do tempo em realizar diversas atividades em curto prazo de tempo, divergência entre o papel de professor e educador na sala de aula, dificuldade de progressão na carreira, falta de autonomia, e conflitos oriundos da relação entre trabalho-família, pois há uma considerável dificuldade em administrar psicologicamente a interrelação existente entre esses dois sistemas na vida do professor, principalmente quando este é do sexo feminino.

Para Nunes Sobrinho (2002) o estresse do professor decorre essencialmente da sobrecarga de trabalho dentro e fora das instituições de ensino, onde muitas vezes estes não são preparados adequadamente para a realidade a qual se deparam, além dos relacionamentos existentes no seu meio social.

De acordo com pesquisa realizada por Araújo et al. (2005) em uma instituição de ensino superior, o mesmo constatou que um grande número de docentes apresentaram doenças relacionadas à atividade docente, seja problemas físicos, como dores nas costas, problemas com a voz, à exposição ao pó de giz, seja também relacionadas à saúde mental por elevadas cargas psíquicas exigidas para o desempenho da atividade docente.

Rocha e Sarriera (2006) comprovaram em sua pesquisa realizada com professores universitários que a quantidade de horas trabalhadas está intimamente relacionada ao aparecimento de estresse, pois quanto maior a carga-horária, maior o nível de estresse.

Stacciarini & Tróccoli (2001) afirmam com clareza o desconforto vivido pelas mulheres em relação a dualidade vivida entre a esfera familiar e profissional, onde as atividades desempenhadas são muitas, o que acarreta em acúmulo o que dificulta mais ainda a realização eficiente das atividades a serem desempenhadas pela mulher.

Com isso, verifica-se a importância que vem sendo dada a temática em questão neste estudo, onde é visível o desgaste do professor do ensino superior, e muitas das causas relacionam-se diretamente a sua atividade docente.

Logo a seguir, será explanado com mais detalhes algumas medidas para o manejo do estresse na vida do professor que atua no ensino superior.

2. Medidas para o manejo do estresse em professores do ensino superior

Na busca por uma melhor qualidade de vida, bem como da melhoria da prática do ensino-aprendizagem e do relacionamento social do docente com seus alunos, professores, equipe e mesmo sua família e amigos, é que as pesquisas e discussões sobre as formas de se gerir o estresse dos professores atuantes no ensino superior tem aumentado consideravelmente nos últimos anos.

Devido à fatores já mencionados à cima e, sendo a doença do século XXI, segundo Organização Mundial de Saúde, é que o estresse tem acometido muitas pessoas também no ambiente laboral ao qual estão inseridas, prejudicando, assim a sua performance profissional e pessoal.

Estudos sobre o enfrentamento do estresse ou *coping*, de acordo com Chamon (2006) se iniciaram nos anos 70 com vários pesquisadores interessados no assunto, onde, segundo Lazarus e Folkman citado por Chamon (2006) o processo de enfrentamento se daria com um modelo cognitivo, em que para se enfrentar o estresse, o indivíduo deve manter uma interrelação direta entre indivíduo e ambiente, modificando-o ou mesmo a sua ação, o que resultaria em um aumento da sua compreensão ou modificando o significado de determinada situação ou evento estressor.

A possibilidade de sanar o estresse é consideravelmente possível, excluindo quando este já se encontra na fase de exaustão, pois nesta fase a sintomatologia já é bem maior e a forma de ultrapassar o estresse mais difícil.

Como coloca Lipp (2000) em seu manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSLP), afirma que todos os sintomas de estresse sentidos pelo ser humano

são reversíveis, quando não se chega a fase de exaustão, pois assim que o fator estressor desaparece ou mesmo é ultrapassado o organismo tem todas as chances de voltar ao seu normal.

Diversas bibliografias apontam algumas técnicas voltadas para o manejo e a prevenção do estresse no docente. Chambel (2005) acredita que as intervenções estejam voltadas para o desenvolvimento de comportamentos específicos referentes aos momentos peculiares geradores de estresse que a profissão docente possui, seja desenvolvendo habilidades sociais, tais como as interpessoais, de assertividade e de colaboração, como modificando a visão que o professor possui nas situações adversas, já que ser otimista diante das situações problemas auxilia na redução do estresse, e por fim, auxiliar o docente a se perceber mais, ficando atento ao aparecimento de sintomas fisiológicos que se relacionem ao estresse, e traçando estratégias para sanar tais sintomas, um exemplo seria a prática de exercícios e o relaxamento. Outra forma de gestão do estresse seria inferir diretamente nas características da instituição, assim como nas condições de trabalho que possivelmente sejam geradoras de estresse.

De acordo com Kyriacou, citado por Silva (2009) essa prevenção também se dá na vida pessoal do docente, por meio de planejamentos e re-planejamentos prévios dos trabalhos acadêmicos, bom relacionamento social com equipe de trabalho e amigos, relaxamentos posteriores ao trabalho.

Percebe-se que a forma com que professores lidam com os eventos estressores no dia-a-dia da sua profissão, assim como a preocupação das instituições de ensino superior para a modificação de possíveis geradores de desgaste, ou mesmo estresse no seu quadro de docentes, seriam formas de prevenção do estresse.

Além das formas existentes dentro das instituições, percebe-se que traçar estratégias de prevenção também no cotidiano do professor pode mostrar resultados consideráveis, como relata Lipp (2000) ao enumerar algumas medidas consideradas eficazes na prevenção do estresse:

a) Alimentação: para repor as energias gastas nos momentos de estresse, deve-se manter uma alimentação baseada em frutas e verduras, além de tomar sempre leite antes de dormir para prevenir a insônia, comumente sentida em quadros de estresse.

b) Relaxamento: a tensão, oriunda de momentos de estresse, produz uma quantidade considerável de adrenalina. O relaxamento, seja em forma de respiração profunda, yoga, filmes, música, uma boa leitura, são formas que auxiliam a relaxar o corpo e a mente, pois elimina parte da adrenalina produzida.

c) Exercício Físico: a prática de exercícios físicos regulares, até mesmo em pequenas quantidades, faz com que o corpo libere "beta endorfina", que traz uma sensação de bem estar e calma.

d) Estabilidade Emocional: o equilíbrio emocional é essencial para manter a qualidade de vida, priorizando apenas o que realmente é essencial e evitando a correria do dia-a-dia, fazendo mais reflexões sobre sua vida cultivar o pensamento positivo, são requisitos básicos para a busca do equilíbrio.

e) Qualidade de vida: entende-se por qualidade de vida o sucesso da pessoa tanto na área social, profissional, afetiva, quanto na área da saúde, o qual só é conseguido controlando o estresse emocional.

Portanto, a gestão do estresse é algo conseguido por um conjunto de fatores associados, que resultam no bem-estar biopsicossocial do indivíduo.

Mas a preocupação deve se voltar também para a atenção que o professor deve ter diante do seu autoconhecimento, como também no compartilhar com seus alunos sobre as técnicas que se pode utilizar para a gestão do estresse.

Como enfatiza Reinhold (2002) o reconhecimento dos limites que cada um possui perante as situações adversas auxiliaria na redução e enfrentamento do estresse e da síndrome de burnout, onde poderia se alcançar esse objetivo com a explanação de conteúdos e técnicas relacionadas ao estresse nos cursos de formação de professores.

Para Lipp (2002) os professores devem se utilizar de técnicas de manejo e prevenção do estresse, tanto com eles próprios como servindo de multiplicadores por meio dos seus alunos, pois dessa forma a sociedade sem dúvida teria crianças e adultos mais preparados para lidar com as situações adversas da vida.

Para Bachion et al. (2005) a prevenção do estresse se dá por meio dos hábitos pessoais, tais como: uma boa alimentação, afeto recíproco, desfrutar de saúde, possuir vínculos sociais, bem como de amigos confiáveis, possuir condições financeiras para suprir suas necessidades, um mínimo de lazer freqüente, compartilhar os seus problemas, possuir uma crença religiosa.

Lipp (2007, p.109) enfatiza a importância de se prevenir contra o estresse, como afirma a baixo:

Para se prevenir o stress ou evitar que ele atinja níveis comprometedores, é importante, em primeiro lugar, saber reconhecer seus primeiros sinais tanto no corpo como na mente. Só podemos nos proteger de algo quando sabemos o que esse algo é, que aparência tem, como se manifesta e como é sua ausência. Sim, há pessoas tão cronicamente estressadas que não sabem o que é ficar sem a presença constante do stress, de tal modo que não saberiam reconhecer o que é estar bem. Por essa razão, antes de conhecer as técnicas de enfrentamento mais sofisticadas, deve-se entender todo o fenômeno do stress.

Para Lipp (2007) para se prevenir o estresse, ou mesmo evitar que o mesmo chegue à níveis mais elevados, necessita-se seguir algumas etapas pertinentes ao processo. Primeiramente, deve-se conhecer e entender o que realmente é o estresse, pois só é possível realmente se proteger do que se conhece. Em seguida, deve-se reconhecer os sintomas gerados pelo estresse, para auxiliar na avaliação da presença ou ausência de estresse. A terceira etapa, é identificar os causadores de estresse, podendo ser externos e internos, pois a partir daí, pode-se eliminar o que pode ser eliminado da vida da pessoa. Onde para facilitar a eliminação de tais fontes, é fundamental que a pessoa seja paciente, otimista, veja os seus problemas como possibilidades de mudança e de resoluções. O próximo passo seria realmente tomar atitudes de enfrentamento para eliminar as fontes estressoras externas, ou internas, mesmo quando esses estressores não podem ser excluídos, a pessoa deve, ao menos, se conscientizar da sua real situação, desenvolvendo situações criativas de enfrentamento do estresse, também chamadas de *coping*, tais como: rir, usar o bom humor, agir de maneira mais racional, dentre outras formas.

Lipp (2001) evidencia a importância da pessoa que passou por momentos de estresse buscar o entendimento das causas, reconhecendo os sintomas e aprender a respeitar os seus limites perante as situações, pois há possibilidades de recaída.

Lima, citado por Soratto & Marconi (2007), tece comentários sobre a falta de preparo para existente nos professores em lidar com o estresse, ressaltando a importância de se conscientizar sobre essa problemática, bem como sobre as suas conseqüências.

Sorato (2007) em sua pesquisa realizada em uma instituição de ensino superior constatou que estratégias de prevenção e manejo do estresse docente devem ser responsabilidade também da instituição, onde esta deveria implantar programas que envolvessem o plano político pedagógico com fins de melhoria do ensino/aprendizagem, e da qualidade de vida do professor. Por meio de oficinas de relaxamento, de autoconhecimento, de estudo sobre o estresse (suas causas, fases, sintomas, e modos de prevenção e manejo), bem como sobre o estresse específico do professor.

Em seguida será abordada a problemática que norteia o presente estudo.

CAPÍTULO IV. PROBLEMATIZAÇÃO

Com a expansão das universidades, e um conseqüente aumento das exigências impostas ao professor, que muitas vezes não recebe um preparo prévio para assumir determinadas funções pertinentes ao cargo de docente do ensino superior e aliada às longas horas de trabalho, busca por qualificação e atualização, desvalorização da profissão, baixos salários, sua rotina de vida pessoal e social, dentre outros, os docentes sujeitam-se ao estresse, e a tantos outros problemas.

Diante desta realidade, não há dúvidas de que o estresse laboral vem acometendo em muitos profissionais nos últimos tempos, e o professor sem sombra de dúvidas ocupa lugar de destaque, devido a diversos fatores que acometem o seu dia-a-dia como docente. É como coloca Garcia (2003) que a vida cotidiana dos docentes possui tendência para a incidência de *burnout* (nível de estresse elevado), pois mantém relação direta com vários tipos de alunos, possui muitas tarefas para desempenhar, e muitas aulas para preparar, trabalhos para corrigir, as comissões que deve participar, as pressões vindas da instituição, a aprendizagem de novos recursos tecnológicos, as regras que devem cumprir. Atividades estas, que os próprios professores, tentam conciliar com suas vidas particulares, o que nem sempre é possível.

O professor, por estar em contato direto com a sua clientela, está entre as profissões mais sujeitas ao estresse, e conseqüentemente ao *burnout*, pois observando-se a sua realidade diária, percebe-se a correria enfrentada cotidianamente, as alterações de humor que ocorrem nas relações interpessoais pertinentes ao seu trabalho, a sobrecarga de tarefas, e no caso do professor universitário, acrescenta ainda a participação em comissões, consultoria, pressão institucional por publicações e pesquisas, aprendizagem de novos recursos tecnológicos, a submissão a normas e regras da instituição e as governamentais, gerando assim um desgaste nos profissionais (GARCIA & BENEVIDES-PEREIRA, 2003).

Diante do exposto, a presente dissertação visa avaliar a relação existente entre os sintomas de estresse em professores do ensino superior de duas IES da cidade de Teresina-PI (Brasil) e a sua atividade docente. Mostrando assim, a importância de se fazer um diagnóstico e intervenção, nos problemas de saúde, enfrentados no dia-a-dia do trabalho docente, pretendendo assim, construir estratégias preventivas, e informativas, que propiciem uma melhor qualidade de vida aos profissionais, e, conseqüentemente, um melhor desempenho em sala de aula.

1. Objetivos

1.1 Objetivo Geral

Estudar os sintomas e níveis de estresse, relacionando-os à carreira docente do ensino superior, com as variáveis: regime de trabalho, vínculo institucional, idade, sexo, tempo de trabalho, tipo de IES, em uma população específica pertencente a duas Instituições de Ensino Superior -IES da cidade de Teresina, Estado do Piauí- Brasil, sendo uma pública e uma privada.

1.2. Objetivos Específicos

- Verificar se há presença de estresse entre os professores pesquisados;
- Identificar as principais sintomatologias de estresse encontradas nos professores;
- Relacionar as variáveis idade, sexo, estado civil e presença de estresse;
- Relacionar as variáveis jornada de trabalho e presença de estresse;
- Relacionar as variáveis vínculo institucional e presença de estresse;
- Verificar se há relação entre o tempo de serviço e a presença de estresse;
- Identificar se há relação entre o tipo de instituição, se pública ou privada, e a presença de estresse.

2. METODOLOGIA

A utilização e delimitação do método é uma etapa crucial na pesquisa, onde de acordo com Gil (1999, p.27) o método científico é definido como sendo um “conjunto de procedimentos intelectuais e técnicos adotados para se atingir o conhecimento”.

Campos (2004, p. 45) afirma que:

O método é um conjunto de princípios que norteiam, orientam a conduta do pesquisador durante o decorrer de sua pesquisa. É através do método que se garante a validade do conhecimento descoberto, sendo assim, é a parte mais importante da pesquisa.

Thiollent (1994) salienta que a pesquisa científica é o resultado do conhecimento, onde irá se aperfeiçoar e se aprofundar sobre determinada realidade. Rudio (1999) diz que a pesquisa objetiva solucionar os problemas propostos a partir de atividades sistemáticas orientadas.

Vale ressaltar que na presente pesquisa foi utilizada como normas de organização acadêmica a ABNT- Associação Brasileira de Normas Técnicas, onde de acordo com Iskandar (2008), a uniformidade quanto à utilização das normas técnicas e científicas facilita a leitura e aceitação do leitor.

1. Tipo de Pesquisa

Com o intuito de se aprofundar mais conhecimentos, em relação aos sintomas de estresse em professores universitários, foi utilizada uma pesquisa de caráter exploratório descritivo, com abordagem quantitativa dos dados.

A pesquisa exploratória, de acordo com Gil (1999) é o tipo mais utilizado ao se tratar de temas pouco explorados, e quando a formulação de hipóteses precisas e operacionalizáveis é difícil, como é o caso da presente pesquisa, além de ser um método que dá uma visão geral de tipos aproximativos, a cerca de determinados fatos. Gil (1993) coloca que a pesquisa exploratória, possibilita maior familiaridade com o problema, tornando-o mais explícito, e que apesar do seu planejamento ser considerado flexível, assumindo na maioria dos casos a forma de pesquisa bibliográfica ou de estudo de caso, pode-se combinar dois ou mais métodos, já que nem sempre apenas um método é suficiente para se atingir os objetivos da pesquisa.

As pesquisas descritivas, combinadas com as exploratórias são as utilizadas pelos pesquisadores sociais. Campos (2004, p. 48) coloca que “a pesquisa descritiva é aquela que busca conhecer e interpretar a realidade sem nela interferir, e descreve o que ocorre na realidade”. De acordo com Oliveira (1997) a pesquisa descritiva possibilita ao pesquisador uma maior compreensão do comportamento de muitos fatores que influenciam um fenômeno. Para Oliveira (1997, p.115) “O método quantitativo é um método muito utilizado no desenvolvimento de pesquisas descritivas, no qual se procura descobrir e classificar a relação

entre variáveis, assim como na investigação da relação de causalidade entre os fenômenos: causa e efeito”.

2. População/ Sujeitos

A pesquisa de caráter exploratório descritivo, foi realizada com 100 professores do ensino superior, sem distinção de sexo, idade, ou carreira profissional, pertencentes a 2 IES da cidade de Teresina (Piauí-Brasil), sendo uma IES pública Estadual, e uma IES privada.

3. Técnicas de Coleta e Tratamento dos Dados

Visando atingir os objetivos propostos, de acordo com a problemática em questão, foram utilizados como instrumentos de coleta de dados, um questionário para coleta de dados sócio-demográfico e um Inventário de Sintomas de Stress Lipp-ISSL.

O questionário para coleta de dados sócio-demográficos se trata de um questionário com questões fechadas, constituído pelos itens: idade, estado civil, tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional (ANEXO A).

O Inventário de Sintomas de Stress Lipp-ISSL (ANEXO B), é um instrumento validado no Brasil, em 1994 por Lipp e Guevara o qual havia recebido a denominação de ISS e, em 2000 foi aprimorado, sem invalidá-lo, permanecendo os mesmos conceitos base que haviam no ISS. Este instrumento objetiva identificar a sintomatologia presente no indivíduo, avaliando se possui sintomas de estresse, o tipo e a fase em que o sintoma se encontra. O inventário é composto por três quadros que se referem às fases de estresse, onde o primeiro quadro constitui-se de doze sintomas físicos e três psicológicos, que a pessoa tenha vivenciado nas ultimas 24 horas; o segundo possui dez sintomas físicos e cinco psicológicos, referentes a sintomas que tenham sido experimentados na última semana, e o terceiro quadro, é composto por doze sintomas físicos e onze psicológicos, que se referem aos sintomas vivenciados no ultimo mês. O sujeito avaliado, responderá a cada um dos quadros, a partir dos sintomas experimentados nas ultimas 24 horas, na ultima semana e no ultimo mês, totalizando assim trinta e sete itens de natureza somática e dezenove de natureza psicológica. As folhas de resposta, de registro e de aplicação e o manual do ISSL, foram adquiridos junto à editora Casa do Psicólogo.

A escolha do método utilizado no presente estudo se deu após leitura trabalhos científicos relacionados a temática em questão, onde pode-se verificar que o ISSL é um método atual e de grande validade, já que está sendo utilizado em pesquisas no que diz respeito ao estresse, além do que contempla os objetivos propostos nesta pesquisa, e segundo Lipp (2004) foi utilizado em 61,2% dos trabalhos apresentados no Congresso Brasileiro de Stress que aconteceu em São Paulo no ano de 2003.

Ao se iniciar a pesquisa, realizou-se uma visita às IES, para que se possa receber autorização (APÊNDICE A) dos responsáveis quanto à pesquisa, e aplicação dos instrumentos junto aos professores universitários. Além da utilização dos procedimentos relativos à pesquisa com seres humanos, de acordo com a resolução 16/2000, no artigo 5º do Conselho Federal de Psicologia, para que os participantes da pesquisa confirmem o seu consentimento.

A coleta de dados foi realizada no período de março a maio de 2010, no local de trabalho dos professores, mediante autorização prévia da chefia imediata, aplicou-se os questionários padronizados, onde foi mantido o sigilo dos participantes envolvidos no estudo.

O estudo dos sintomas de estresse em professores do ensino superior, ocorrerá a nível descritivo, considerando-se o Inventário de Sintomas de Stress Lipp-ISSL, a coleta e apresentação dos dados, a interpretação, os resultados e discussão dos dados.

No processo e tratamento dos dados, foi utilizado o método quantitativo, que Campos (2004, p. 55) coloca como sendo “aquela que prevê a mensuração das variáveis pré-determinadas, buscando verificar e explicar sua existência, relação ou influência sobre outra variável”. Foi construído um banco de dados com as variáveis: sexo, idade, tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional e outras variáveis pertinentes aos sintomas de estresse dos professores. Para tratamento dos dados, foi utilizada também uma planilha eletrônica do Excel, que verificará a relação entre as variáveis. E no caso específico do presente estudo, verificará a relação entre as variáveis, sexo, idade, estado civil, tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional, tipo de instituição e presença de estresse.

TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

No presente capítulo, serão analisados e discutidos os resultados obtidos por meio do inventário de Stress Lipp- ISSL, o qual foi aplicado aos professores.

Trata-se de uma pesquisa de caráter descritiva, com uma amostra de 100 professores, sendo 50 de uma instituição de ensino superior pública e 50 de uma instituição de ensino superior privada da cidade de Teresina-pi-Brasil.

O tratamento dos dados se deu mediante a construção de um banco de dados contendo as seguintes variáveis: sexo, idade, estado civil, tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional e outras referentes aos sintomas de estresse pertencentes ao Inventário de Stress Lipp – ISSL, citado anteriormente. Ainda para se tratar os dados da pesquisa, se utilizou a planilha eletrônica do Excel, recorrendo a tabelas e gráficos. Posteriormente, trabalhou-se na análise descritiva dos dados.

As tabelas e os gráficos que serão expostos neste capítulo estão divididos em duas partes, onde a primeira se refere aos professores pesquisados na Instituição de Ensino Superior Pública, e em seguida será tratado os dados em formas de tabelas e gráficos referentes aos professores da Instituição de Ensino Superior Privada, para que assim, se possa atingir os objetivos desta pesquisa.

Logo a baixo encontra-se dados referentes aos grupos de professores pertencentes à IES pública.

A – Grupo de Professores – IES Pública

Tabela 1- Características pessoais dos participantes da pesquisa

Variáveis	N	%
Sexo	50	
Masculino	19	38,0
Feminino	31	62,0
		100,0
Faixa Etária	50	
22 à 30 anos	12	24,0
31 à 39 anos	21	42,0
40 à 48 anos	10	20,0
Acima de 49 anos	7	14,0

		100,0
Estado Civil	50	
Solteiro	18	36,0
Casado	21	42,0
Viúvo	10	20,0
Divorciado/separado	1	2,0
		100,0

Fonte: Dados levantados em uma IES pública de Teresina-PI, ano 2010.

Analizando a **Tabela 1**, observa-se que dos professores participantes, 62% é do sexo feminino e 38% do sexo masculino. A maioria, 42% possui a faixa etária de 31 a 39 anos, variando entre 22 e 55 anos. Em se tratando do estado civil, 42% são casados e 36% são solteiros, evidenciando, assim que a maior parte dos professores pesquisados já constituiu o seu próprio núcleo familiar.

A profissão docente, há muito tempo foi associada ao sacerdócio, e devia ser ocupada por pessoas que tivessem o dom de cuidar, por isso, em sua maioria esse papel era ocupado por pessoas do sexo feminino. Como confirma o Ministério do Trabalho e Emprego-MTE, onde confirma que dos postos de trabalho registrados no presente órgão referente aos profissionais do ensino, 77% são postos femininos, representando, inclusive 15,9% dos empregos para este sexo.

Os resultados desta pesquisa se assemelham aos resultados de Servilha (2005) com professores universitários na área de fonoaudiologia, onde houve um predomínio de 95,65% de professores pertencentes ao sexo feminino, e apenas 4,35% do sexo masculino, pertencentes a faixa etária, em sua maioria com 41,08 anos e com estado civil de casado (73,91%), 21,74% de solteiros e 4,34% de separados/divorciados.

No ensino fundamental encontram-se pesquisas que se assemelham ao presente estudo, como o de Benevides-Pereira (2008) com sua pesquisa sobre síndrome de burnout em professores do ensino fundamental. A sua amostra foi constituída por 93,7% do sexo feminino, com idade média de 35,81 anos.

Em um estudo realizado por Pinto et al. (2005) com 777 professores portugueses do segundo e terceiro ciclos do ensino básico e do ensino secundário da cidade de Lisboa, verificou-se que 80% eram do sexo feminino, casados e se encontravam em uma faixa etária de 25 e 39 anos (45%) e 40 e 65 anos (47%).

Pode-se destacar o estudo de Sousa et al. (2009) com professores do ensino superior de uma IES do Centro-Oeste do Brasil, onde de uma amostra total constituída por 233

participantes, o autor teve um grupo de 52,8% de mulheres e 47,2% de homens, e a idade variou entre 22 e 74 anos.

Tabela 2 – Características de trabalho dos participantes da pesquisa

Variáveis	N	%
Tempo de Serviço	50	100,0
Menos de 7 anos	18	36,0
07 à 13 anos	16	32,0
14 à 20 anos	9	18,0
21 à 27 anos	7	14,0
Mais de 27 anos	0	0,0
		100,0
Jornada de Trabalho	50	
Parcial	2	24,0
Parcial com carga suplementar	1	2,0
Integral	36	72,0
Não responderam	1	2,0
		100,0
Vínculo Institucional	50	
Efetivo	20	40,0
Substituto	29	58,0
Não responderam	1	2,0
		100,0

Fonte: Dados levantados em uma IES pública de Teresina-PI, ano 2010.

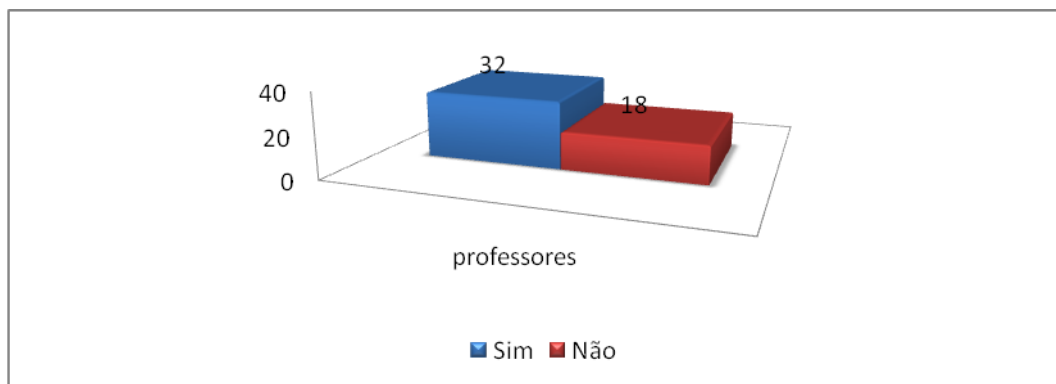
De acordo com os dados constantes na **Tabela 2**, pode-se observar que a maioria dos professores pesquisados possui menos de 7 anos de trabalho como docente (36,0%), possui jornada de trabalho integral (72,0%) e vínculo institucional substituto (58,0%).

Os resultados demonstram que a amostra é constituída por professores jovens, que estão se iniciando na docência, que por possuírem um vínculo institucional substituto, buscam outras instituições para lecionarem na tentativa de aumentarem a sua renda mensal, o que acabam se sobrecarregando em jornadas de trabalho integrais.

Os dados desta pesquisa se assemelham aos achados no estudo de Carlotto (2004) como já citado anteriormente, possuem, em sua maioria, uma carga horária semanal de 20 a 40 horas semanais, muitas vezes distribuídas em dois turnos.

O que comprova Brasil (2008) no censo realizado em 2008, onde houve um predomínio de professores em regime de trabalho integral nas universidades (57,9%).

Gráfico 1 - Distribuição da variável presença de estresse dos 50 professores



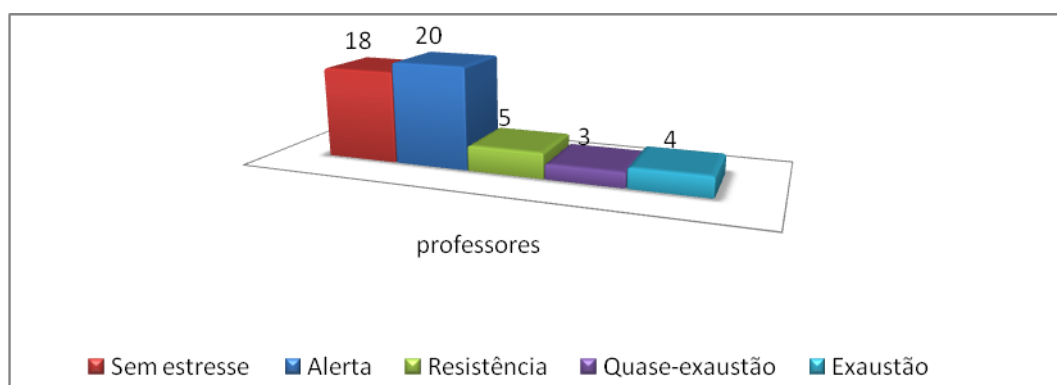
Fonte: Dados levantados em uma IES pública de Teresina-PI, ano 2010.

Com o **Gráfico 1**, Pode-se observar que a maioria dos professores inquiridos apresenta sintomas de estresse, 64 % possuem estresse, representando 32 professores, e 36% não apresentam sintomas significativos de estresse, representando 18 inquiridos.

Com a análise desta variável, um dos objetivos da presente pesquisa é respondido, o que confirma a hipótese inicial de alto índice de estresse ocupacional no professor da IES pública.

Os dados mostram que a incidência de estresse nos professores do ensino superior de uma instituição de ensino público se encontra alta. Comparando-se às pesquisas realizadas com professores do mesmo nível de ensino, percebe-se um consenso de que a profissão docente é uma atividade estressante, demandando esforços físicos e psicológicos, e acarretando, muitas vezes, sintomas prejudiciais para a saúde destes profissionais.

A presença de sintomas de estresse entre os docentes pesquisados, pode associar-se ao seu trabalho, pois como coloca Reis et. al. (2006) o nível de estresse vivenciado pelo indivíduo irá depender diretamente de algumas variáveis, como o seu trabalho, o seu padrão de personalidade, auto-estima e habilidades. Para Witter (1997) as instituições educacionais são geradoras de estresse não só para o professor, como para todos os envolvidos neste cenário, devido às relações, tarefas, dentre outras.

Gráfico 2 - Fase do estresse dos professore

Fonte: Dados levantados em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Como mostra o **Gráfico 2**, os professores se encontram, em sua maioria na fase de **Alerta**, com 40 % dos inquiridos, o que corresponde a 20 dos 50 professores. Já na fase de **Resistência**, obteve-se uma amostra de 10 % dos professores, representando 5 dos inquiridos. Em terceiro lugar, com 8 % da amostra se encontram na fase de **Exaustão**, representando assim, 4 inquiridos. Na fase de **Quase-exaustão**, foi encontrada uma amostra de 6 % dos professores, o que representa 3 inquiridos. Observa-se, também, como já mencionado em outros gráficos, que 36 % dos professores não apresentam sintomas significativos de estresse, ou seja, 18 inquiridos. A partir da análise realizada conclui-se que a fase de alerta é a fase de maior incidência entre os professores inquiridos nesta pesquisa.

Com a análise do gráfico anterior, responde-se a mais uma das questões levantadas nos objetivos da presente pesquisa, que é o de avaliar em que fase de estresse se encontram os professores do ensino superior de uma instituição pública, para posteriormente se comparar aos dados levantados pelos professores da rede privada de ensino superior.

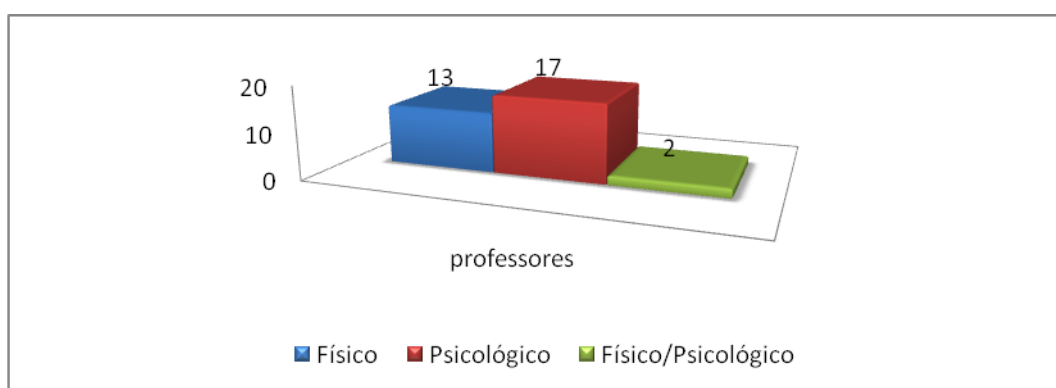
Assim, a fase de Alerta, de acordo com Lipp (1994, 2000, 2002 e 2004), pode ser considerada a fase positiva do estresse, onde a adrenalina é produzida e o indivíduo se encontra com maior energia, é nesta fase que este experimenta sensações que podem até não ser identificadas como sendo de estresse, já que relacionam-se ao instinto de sobrevivência.

Com a maioria dos inquirido que possuem sintomas significativos de estresse pertencentes à fase de alerta, pode-se verificar que os professores do ensino superior, apesar de possuírem um número significativo com estresse, não se encontram em uma fase considerada como grave para os estudiosos no assunto. Mas que se não diagnosticadas e conseqüentemente não forem tratadas com estratégias adequadas, poderão evoluir para as fases seguintes e até mesmo a síndrome de *burnout*.

Sabendo-se que uma amostra de 5 professores se encontra na fase de Resistência, onde esta pode ser considerada a fase em que o indivíduo luta contra os agentes estressores, na tentativa de manter o seu equilíbrio interno, é que pode-se verificar o desgaste vivido por estes profissionais em relação à busca por adaptação ao ambiente educacional e seus agentes estressores.

Em relação à fase de quase-exaustão, que é representada no gráfico por 3 inquiridos, esta pode ser descrita como sendo a fase em que o processo de adoecimento dos órgãos com maior vulnerabilidade se inicia e que se não obter êxito, evolui até chegar à fase de exaustão, que na amostra a cima é representada por 4 inquiridos. A fase de exaustão é descrita como sendo o estágio final do estresse, e que caso o alívio buscado pelo indivíduo não tenha sido alcançado, é que se atinge este estágio, que é caracterizado pelo aparecimento de doenças graves nos órgãos mais vulneráveis. Com isso, pode-se inferir que o ambiente acadêmico pode ser o causador de agravos para a saúde do professor, já que para se chegar na fase de exaustão o professor já usou todas as suas estratégias para se manter em equilíbrio e continuar a desempenhar as suas atividades normalmente, mas que por motivos diversos não obteve sucesso e sofre de sérios danos oriundos deste mal, que na maioria das vezes não chega a ser reconhecido como estresse.

Gráfico 3 - Distribuição das sintomatologias predominantes nos 32 professores com sintomas significativos de estresse



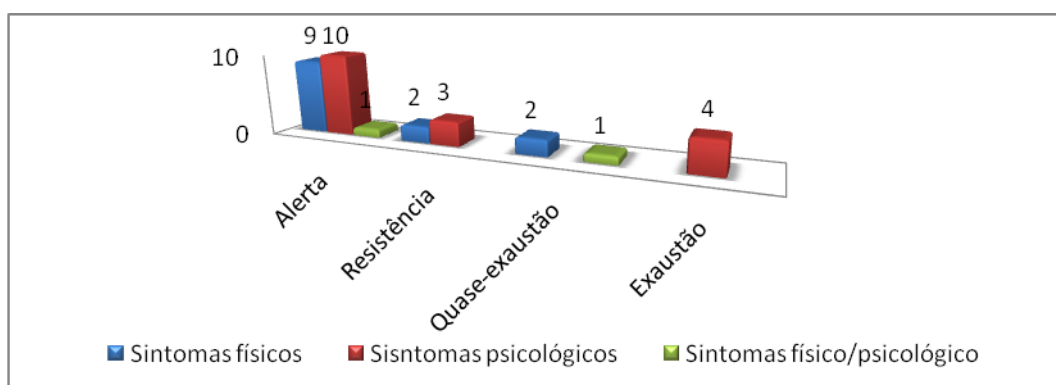
Fonte: Dados levantados em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Os dados apresentados no **Gráfico 3** mostram que os professores com estresse, possuem uma maior incidência de sintomas psicológicos, já que representam uma amostra de 53,1%, ou seja, 17 dos 32 professores com estresse e com 40,6% se encontram os professores com sintomas físicos e apenas 6,2% apresentam sintomas físico/psicológicos.

De acordo com o manual do Inventário de Sintomas de Stress Lipp- ISSL, o qual serviu de instrumento de pesquisa que embasou o presente estudo, os sintomas físicos e psicológicos podem ocorrer na mesma proporção.

Com a análise dos dados comentados a cima, contempla-se um dos objetivos da pesquisa, que é o de verificar em qual fase se encontram os professores da IES pública, e os dados apontam para o predomínio de sintomas de ordem psicológica, o que leva a crer que a cognição dos professores está respondendo ao desgaste causado pelo estresse, o que pode lhe causar problemas no desempenho acadêmico

Gráfico 4 - Distribuição dos sujeitos da pesquisa por sintomatologia, segundo a fase de estresse



Fonte: Dados levantados em uma IES pública, ano 2010.

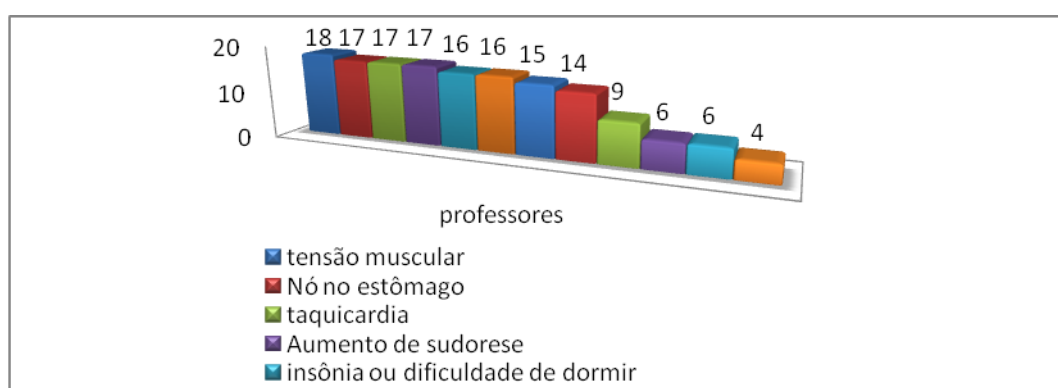
Ao se observar os dados do **Gráfico 4**, referentes a sintomatologia encontrada nas fases de estresse dos professores, percebe-se que na fase de **Alerta**, há um predomínio de 31,2% com sintomas psicológicos, ou seja, 10 professores, 28,1% com sintomas físicos, representando 9 professores e uma amostra de 3,1% com sintomas igualmente físicos e psicológicos. Na fase de **Resistência**, foi encontrado 9,3% dos professores com sintomas psicológicos, o que representa 3 inquiridos, e 6,2% com sintomas físicos. Os professores que se encontram na fase de **Exaustão** apresentam apenas predomínio de sintomas psicológicos, sendo 12,5% ou seja 4 professores. Na fase de **Quase-exaustão**, 6,2% apresentam sintomas físicos, sendo 2 inquiridos, e 3,1%, ou seja, 1 inquirido com sintomas igualmente físicos e psicológicos.

Com estes resultados, verifica-se que todos os professores que se encontram na fase de exaustão possuem como sintomas mais evidenciados os psicológicos. Isto leva a crer que,

comparado aos sintomas físicos, os psicológicos são os sintomas que os professores estão com mais dificuldades para manter o equilíbrio.

Diferentemente da presente pesquisa, Servilha (2005) obteve resultados opostos quanto à fase de estresse presente nos professores universitários inquiridos em sua pesquisa, onde todos os professores que possuíam sintomas significativos de estresse, encontravam-se na fase de resistência, representado por 47,82%.

Gráfico 5 - Sintomas físicos de estresse mais frequentes dos 20 professores que se encontram na fase de alerta em ordem decrescente



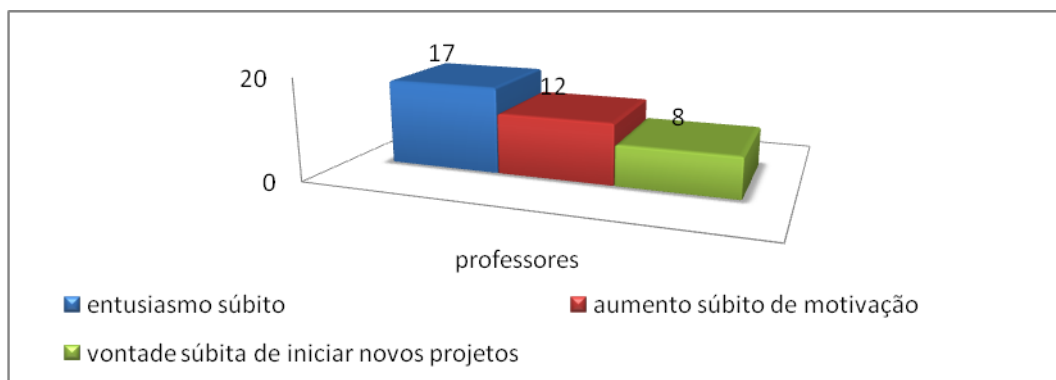
Fonte: Dados levantados em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

No **Gráfico 5**, encontram-se os sintomas físicos de estresse que foram encontrados com maior frequência entre os professores na fase de Alerta. Percebe-se que com 11,6%, o sintoma físico mais frequente nos professores é “Tensão muscular”, onde 18 dos 20 professores que se encontram nesta fase o têm. Em seguida, encontram-se com igual amostra os sintomas físicos de “Nó no estômago”, “Taquicardia” e “Aumento de sudorese”, cada um dos três com 8,7%, ou seja, 17 dos professores sentem tais sintomas físicos.

Como proposto nos objetivos da pesquisa, dos 32 professores com estresse, 20 encontram-se na fase de alerta, e os sintomas mais frequentes estão sendo mostrados nos gráficos 14 e 15, e assim, são respondidas a uma das questões propostas nesta pesquisa.

Servilha (2005) em sua pesquisa com professores universitários, obteve um resultado parecido quanto à maior ocorrência de sintomas como tensão muscular e nó no estômago, entre os docentes que se encontravam na fase de alerta.

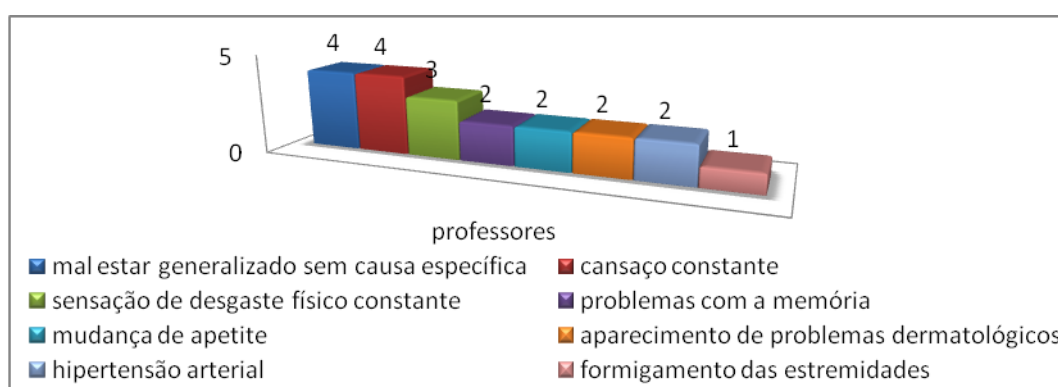
Gráfico 6 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 20 professores que se encontram na fase de alerta em ordem decrescente



Fonte: Dados levantados e uma IES pública da cidade de Teresina-PI, 2010.

A partir dos dados apresentados no **Gráfico 6**, verifica-se que o sintoma psicológico com maior predominância entre os professores que se encontram na fase de alerta é o “entusiasmo súbito”, com 17 das respostas que correspondem a 45,9%. Em segundo lugar se encontra “Aumento súbito de motivação”, com 12 respostas, representando 32,4%, em terceiro lugar, com 21,6%, ou seja 8 professores, “Vontade súbita de iniciar novos projetos”.

Gráfico 7 - Sintomas físicos de estresse mais freqüentes dos 5 professores que se encontram na fase de resistência.

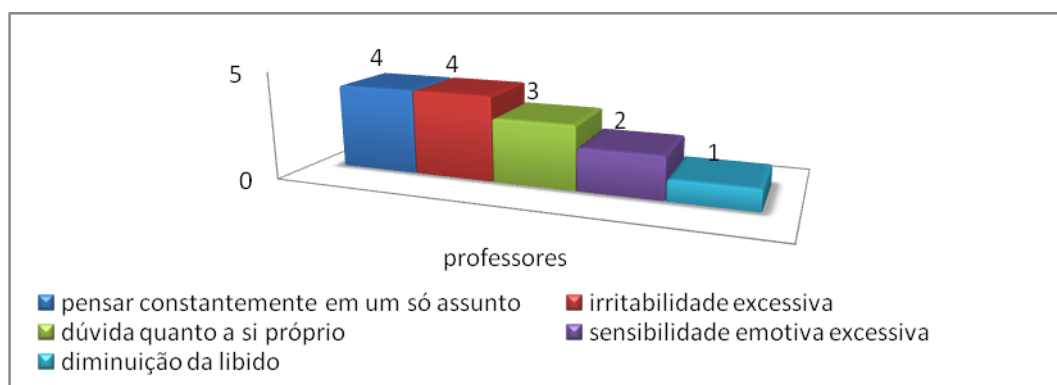


Fonte: Dados levantados e uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Diante do **Gráfico 7**, observa-se que a maioria dos professores que se encontra na fase de resistência possuem os seguintes sintomas predominantes: “Mal estar generalizado sem causa aparente” e “Cansaço constante” com 20% de cada um dos sintomas,

correspondendo a 4 dos sintomas. Em seguida foi encontrado, “Sensação de desgaste físico constante” com 15%, ou seja 3 sintomas.

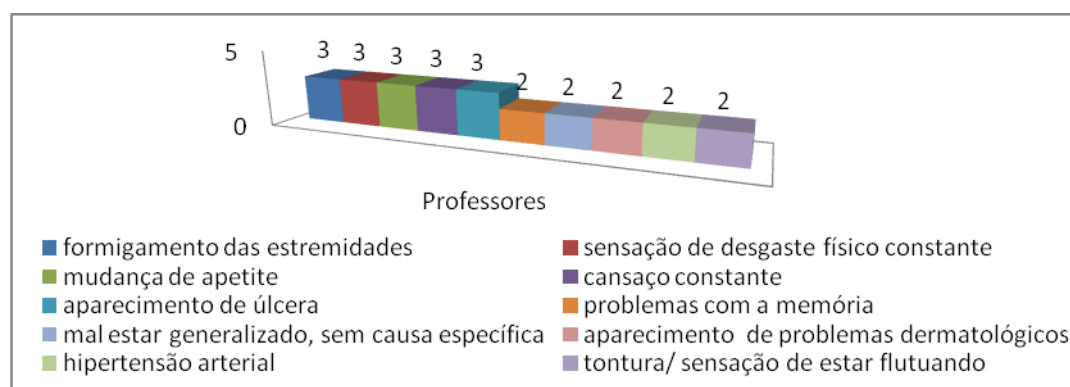
Gráfico 8 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 5 professores que se encontram na fase de resistência



Fonte: Dados levantados e uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

De acordo com os dados do **Gráfico 8**, os sintomas psicológicos com maior predominância entre os professores que se encontram na fase de resistência é “Pensar constantemente em um só assunto” e “Irritabilidade excessiva” cada um com 28,5, ou seja 4 professores. Em seguida se encontra o sintoma referente a “Dúvida quanto a si próprio” com 21,4, representando 3 professores com esses sintomas. Na pesquisa de Servilha (2005) o sintoma psicológico com maior prevalência foi “pensar constantemente em um só assunto”, que obteve 63,3% das respostas dos professores inquiridos.

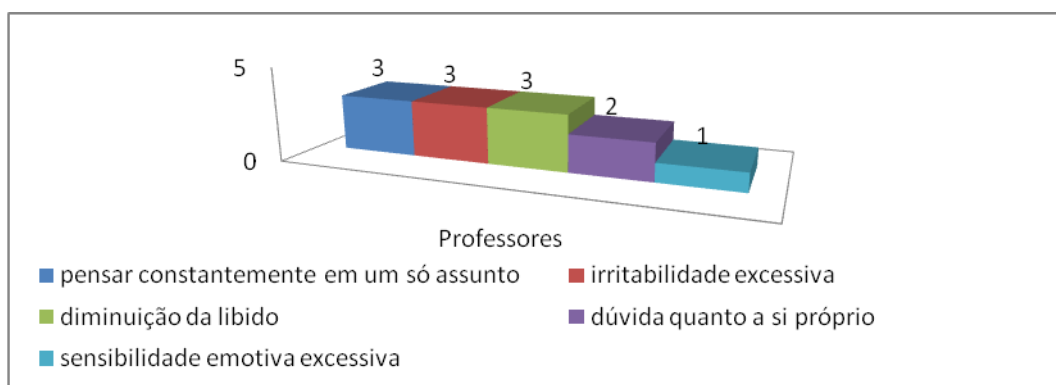
Gráfico 09 - Sintomas de físicos de Estresse mais freqüentes no 3 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.



nte: Dados levantados em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Em se tratando do **Gráfico 09**, percebe-se que 3 professores se encontram nesta fase, sendo que dos sintomas físicos que se destacaram-se tem-se: "Formigamento das extremidades", "Sensação de desgaste físico constante" e "mudança de apetite", "Cansaço constante" e "Aparecimento de úlcera" aparecem cada um com 3 respostas.

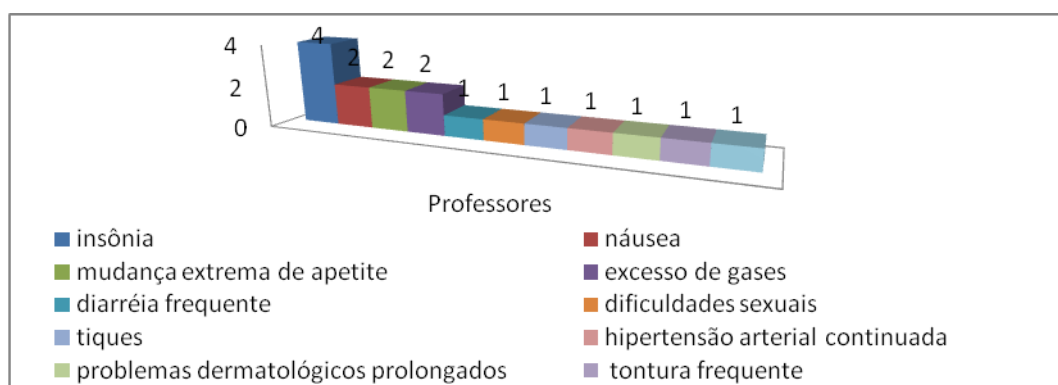
Gráfico 10 - Sintomas psicológicos de Estresse mais freqüentes nos 3 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.



Fonte: Dados obtidos em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Já em relação aos sintomas psicológicos presentes no professor que se encontra na mesma fase de estresse, tem-se: "Pensar constantemente em um só assunto", "Irritabilidade excessiva" e "Diminuição da libido".

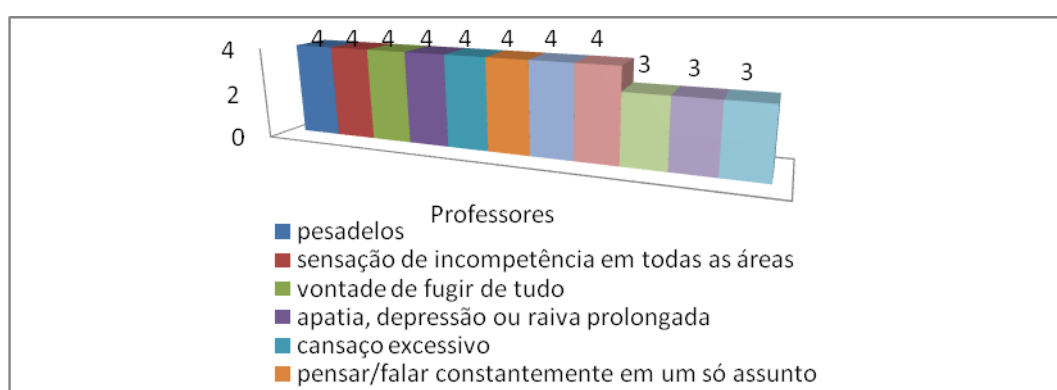
Gráfico 11- Sintomas físicos de estresse mais freqüentes nos 4 professores que se encontram na fase de Exaustão.



Fonte: Dados obtidos em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Na fase de Exaustão foram encontrados 4 professores, onde percebe-se que a "Insônia" foi considerado o sintoma mais significativo, com 4 respostas, em seguida com quantidade igual de respostas encontram-se : "Náusea", "Mudança extrema de apetite" e "Excesso de gases".

Gráfico 12: Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes nos 4 professores que se encontram na fase de Exaustão.



Fonte: Dados obtidos em uma IES pública da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

Em relação ao Gráfico 12, percebe-se que os sintomas mais predominantes foram: "pesadelos", "Sensação de incompetência em todas as áreas", "Vontade de fugir de tudo", "Apatia, depressão ou raiva prolongada", "Cansaço excessivo", "Pensar/ falar constantemente em um só assunto", "Irritabilidade sem causa específica" e "perda de senso de humor" ambos com 4 respostas.

Pode-se verificar que apesar de ter sido encontrado um número pequeno de docentes com sintomas significativos de estresse na fase de Exaustão, é notável que deve haver uma preocupação da IES com os professores, pois com essa amostra verifica-se que o estresse pode evoluir para níveis maiores e acarretar o esgotamento.

Tabela 3 – Distribuição das co-variáveis sobre as características pessoais do professor (sexo, faixa etária, estado civil) e presença de estresse.

Presença de estresse

Co-variáveis	N	Presença de estresse	Ausência de estresse
		%	%
N total de participantes	50	64,0	36,0
Sexo			
Masculino	19	42,1	57,8
Feminino	31	75,0	25,0
Faixa Etária			
22 à 30 anos	12	66,6	33,4
31 à 39 anos	21	81,0	19,0
40 à 48 anos	10	50,0	50,0
Acima de 49 anos	07	28,6	71,4
Estado Civil			
Solteiro	18	83,3	16,7
Casado	21	47,6	52,3
Viúvo	10	60,0	40,0
Divorciado/separado	01	100,0	0,0

Fonte: Dados levantados em uma IES pública de Teresina-Pi, ano 2010.

De acordo com os dados constantes no Gráfico, verifica-se que a maioria dos professores do sexo feminino possuem estresse, ou seja, 24 professores (75%), enquanto que apenas 8 (25%) dos professores destes sexo não possuem estresse. Em se tratando do sexo masculino, verifica-se que 8 (42,1%) professores possuem estresse e uma amostra de 11 (57,8%) não apresentam sintomas de estresse.

Conclui-se, a partir da análise dos dados da **Tabela 3**, que a maior predominância de estresse encontra-se em professores do sexo feminino, havendo, assim relação entre o sexo feminino e o predomínio de estresse.

Essa relação entre o sexo feminino e a presença de estresse, pode-se dever as múltiplas jornadas de trabalho que muitas vezes a mulher tem que desempenhar, não se limitando à sua vida profissional, mas estendendo-se a sua vida pessoal, como esposa, mãe, dona de casa, e um papel, certas vezes esquecido, o de “mulher”.

Bachion e cols. (2005) colocam que as mulheres podem ser mais vulneráveis ao estresse devido ao conflito entre papéis sofrido por esta em seu cotidiano, por desempenhar papéis de professor na Instituição a qual pertencem, e em casa de mãe e esposa, o que podem lhes demandar um desgaste muito grande de energia. Na sua pesquisa, composta por docentes da área da saúde, obteve-se o resultado de que os docentes do sexo feminino vivenciam uma maior intensidade de estresse.

A pesquisa de Servilha (2005), encontrou resultados semelhantes onde o maior predomínio de professores com presença de estresse se deu nos pertencentes ao sexo feminino.

As mulheres, por desempenharem múltiplos papéis, encontram-se com um maior predomínio de estresse, pois muitas vezes tem que dar conta de suas atividades como docente, como mãe, esposa, dona de casa e mulher.

Em relação a faixa etária, percebe-se que o predomínio de estresse prevalece entre os professores pertencentes a faixa etária variando de 31 a 39 anos, 81,0% (17) e apenas 19,0% (4) não os possuem. Em seguida segue-se a faixa etária de 22 a 30 anos com 66,6% (8) de professores com estresse e 33,4% (4) não apresentam sintomas significativos de estresse. Percebe-se um predomínio de estresse em professores jovens

No que se refere ao estado civil, verifica-se que o predomínio de estresse em sua maioria, está presente entre os professores solteiros, com 83,3% (15) e apenas 16,7% (3) não possuem sintomas significativos de estresse. Entre os professores casados, percebe-se que, na sua maioria não possuem estresse, já que é representado por 52,3% (11) da amostra pesquisada, enquanto que 47,6% (10) possuem estresse. Vale ressaltar que a amostra de viúvos, com 100,0% (1) apresentando estresse não é significativa, já que foi composto por apenas 1 professor.

Com isso, pode-se inferir que há relação entre o estado civil de solteiro e a presença de estresse, o que pode denotar que a presença de um companheiro possa ser um fator atenuante do estresse.

Tabela 4 – Distribuição das co-variáveis sobre o perfil de trabalho (Tempo de serviço, Jornada de trabalho, Vínculo institucional) e presença de estresse.

		Presença de estresse	
		Presença de estresse	Ausência de estresse
Co-variáveis		%	%
N total de participantes	0	64,0	36,0
Tempo de serviço			
Menos de 7 anos	8	72,2	27,8
7 à 13 anos	6	75,0	25,0
14 à 20 anos	9	66,7	33,3
21 à 27 anos	7	14,3	85,7
Mais de 27 anos	0	0,0	0,0
Jornada de Trabalho			
Parcial	12	75,0	25,0
Parcial com carga suplementar	1	100,0	0,0
Integral	6	58,3	41,7
Não respondeu	1	100,0	0,0
Vínculo Institucional			
Substituto	9	86,2	13,8

Efetivo	0	30,0	70,0
Não respondeu	1	100,0	0,0

Fonte: Dados levantados em uma IES pública de Teresina-Pi, ano 2010.

De acordo com a **Tabela 4**, pode-se analisar que em relação ao tempo de serviço, a maioria, 75,0% (12) dos professores inquiridos com tempo de serviço de 7 a 13 anos possuem estresse, em seguida, com 72,2% (13) possuem menos de 7 anos de trabalho. Vale ressaltar que nenhum dos professores inquiridos possui mais de 27 anos de trabalho como docente. Assim, verifica-se um predomínio de estresse entre os professores que estão iniciando-se na carreira docente e, portanto existem indicadores de uma relação entre estes e a presença de estresse.

De acordo com a jornada de trabalho, verifica-se que o maior predomínio de estresse se deu nos professores que possuem jornada de trabalho parcial, representado por uma amostra de 75,0% (9), e apenas 25,0% (3) dos professores que possuem jornada de trabalho parcial não possuem sintomas significativos de estresse. Em seguida se encontram os professores com jornada de trabalho integral, com 58,3% (21) apresentam estresse e 41,7% (15) não apresentam estresse. Foi encontrado também entre a amostra pesquisada 1 professor com sintomas significativos de estresse com jornada de trabalho parcial com carga suplementar que representa assim 100,0%, mas que por ser representado por um inquirido, não foi levada em consideração. Conclui-se que há relação entre a jornada de trabalho parcial e a presença de estresse.

Em se tratando do vínculo institucional, verifica-se que há uma relação entre o vínculo substituto e a presença de estresse, já que é representado por uma amostra de 86,2% (25) e apenas por 13,8% (4) de professores que não apresentam estresse. Ao se analisar o vínculo institucional efetivo, este não possui relação com o estresse, já que apenas 30,0% (6) apresentam estresse em comparação a 70,0% (14) de professores com este vínculo que não os possuem.

Com relação ao vínculo institucional, os professores substitutos, por não possuírem uma certeza de permanência na IES ao qual está vinculado pode sentir-se estressado

Logo em seguida será tratado os dados obtidos junto aos docentes de uma IES privada.

Tabela 5 – Características pessoais dos professores inquiridos na IES privado.

Variáveis	N	%
Sexo	50	
Masculino	17	34,0
Feminino	33	66,0
		100,0
Faixa Etária	50	
22 à 30 anos	16	32,0
31 à 39 anos	25	50,0
40 à 48 anos	7	14,0
Acima de 49 anos	2	4,0
		100,0
Estado Civil	50	
Solteiro	18	36,0
Casado	26	52,0
Viúvo	2	4,0
Divorciado/separado	4	8,0
		100,0

Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010

Ao analisar a **Tabela 5**, observa-se que há um predomínio de professores do sexo feminino 66,0% (33) e uma amostra de 34,0% (17) são do sexo masculino. A maioria dos professores se encontram na faixa etária de 31 à 39 anos, pois foi representado por 50,0% (25) da amostra total pesquisada. O estado civil mais predominante entre os professores foi de casado com 52,0% (26), em seguida de solteiros com 36,0% (18).

A maioria dos professores universitários, é constituído por pessoas do sexo feminino, e com estado civil de casado, como confirma os dados do estudo de Carlotto (2004), os quais se assemelham aos achados na presente pesquisa. Onde foi realizada em professores universitários de uma IES privada, e teve a sua amostra constituída de professores do sexo feminino (55,4%), com 63,9% casados, encontrando-se na faixa etária de 31 à 50 anos, representando uma amostra de 71,8%.

A pesquisa de podem igualmente comprovar a semelhança do resultado do presente estudo com os já realizados na área docente. A autora realizou uma pesquisa com 318 professores paranaenses do ensino fundamental.

Tabela 6 – Características pessoais dos participantes da pesquisa.

Variáveis	N	%
Tempo de Serviço	50	100,0
Menos de 7 anos	23	46,0
07 à 13 anos	20	40,0
14 à 20 anos	4	8,0
21 à 27 anos	3	6,0
Mais de 27 anos	0	0,0
		100,0
Jornada de Trabalho	50	
Parcial	8	16,0
Parcial com carga suplementar	8	16,0
Integral	34	68,0
Não responderam	0	0,0
		100,0
Vínculo Institucional	50	
Efetivo	28	56,0
Substituto	22	44,0
		100,0

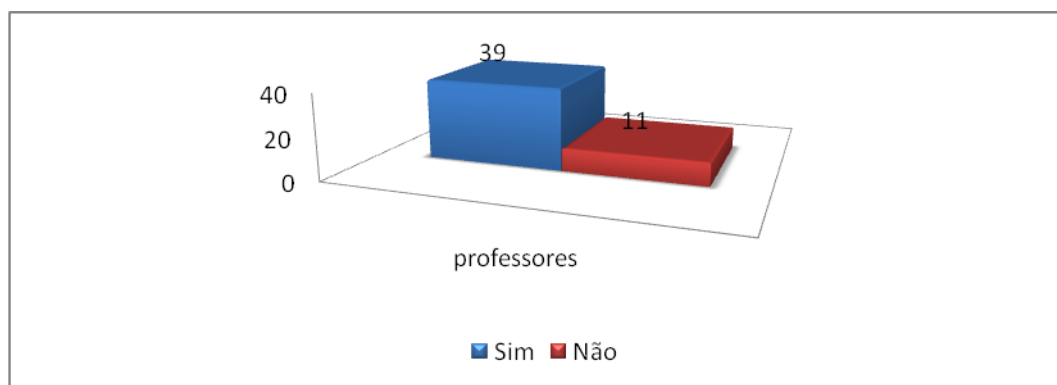
Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

De acordo com os dados da **Tabela 6**, verifica-se que há um predomínio de professores com menos de 7 anos de trabalho, representado por 46% (23), possuem em sua maioria jornada de trabalho integral 68,0% (34) e vínculo institucional efetivo 56,0% (28).

Portanto, são professores que estão se iniciando na carreira docente, mas que já trabalham com carga horária integral, e estão vinculados efetivamente à instituição de ensino ao qual estão inseridos.

Os estudos de Carlotto (2004) referentes a professores universitários de uma IES privada mostram em seus dados que a maioria dos docentes inquiridos trabalham de 20 à 40 horas semanais, e possuem em média 12 anos de exercício profissional. O que leva a apontar para a necessidade em que os professores possuem, devido aos baixos salários, de se submeter a longas jornadas de trabalho semanais, tentando assim, manter um padrão de vida razoável.

Gráfico 13 - Distribuição da variável presença de estresse nos 50 professores.



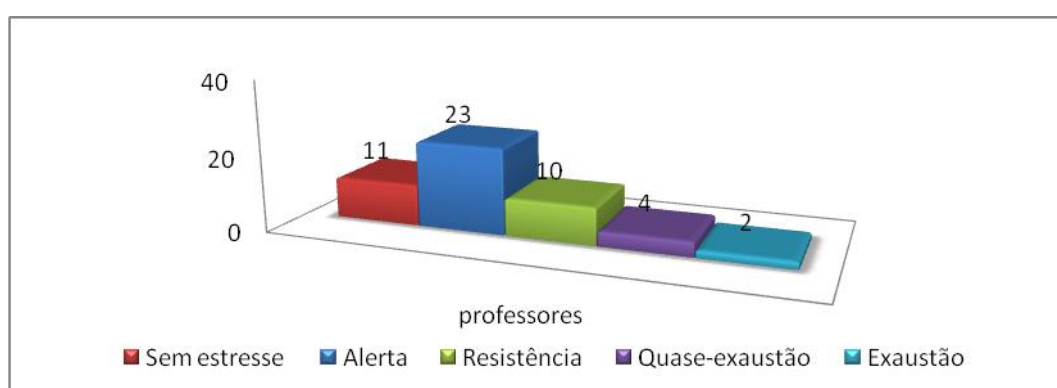
Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

De acordo com os dados do **Gráfico 13**, verifica-se que 78% dos professores inquiridos possuem sintomas de estresse, representando 39 dos 50 professores, e apenas 22%, ou seja, 11 dos professores não apresentam sintomas de estresse.

Com esses dados, responde-se a mais um item proposto nos objetivos desta pesquisa, onde pode-se verificar que a hipótese inicial de que o estresse acomete a maioria dos docentes universitários é confirmada.

O estudo realizado por Oliveira & Sousa (2007) com 41 professores universitários, mostra que a maioria dos professores pesquisados possuem estresse, e os sintomas mais comuns são problemas com a voz e lombalgia.

Gráfico 14 - Fase do estresse dos professores



Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

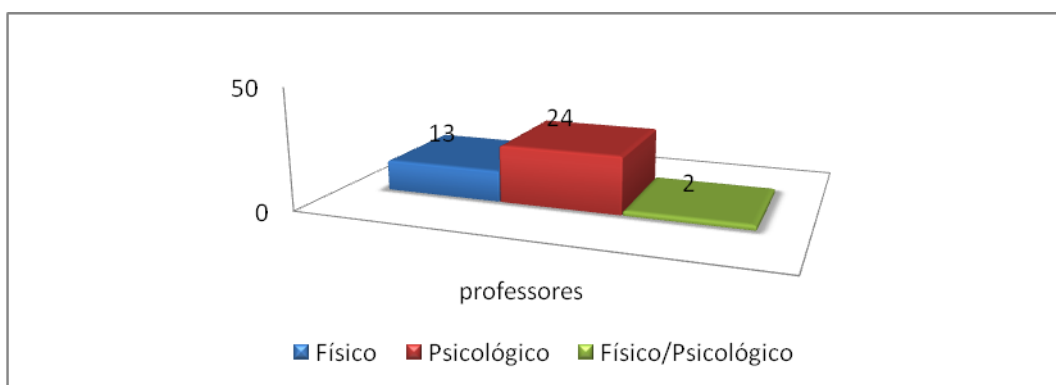
A partir dos dados apresentados no **Gráfico 14**, percebe-se que a maioria dos professores inquiridos se encontra na fase de **Alerta**, representado por 46%, ou seja 23. Em segundo lugar se encontram na fase de **Resistência**, com 20%, ou seja, 10 professores. Em

seguida encontram-se na fase de **Quase-exaustão**, com 8%, o que representa 4 professores nesta fase. Na fase de **Exaustão** há 4% de professores, ou seja, 2 inquiridos. Verifica-se também, que 22% não apresentam estresse, o que representa 11 dos 50 professores. Assim, a fase de Alerta é a fase de maior incidência entre os professores pesquisados.

Ao se analisar a fase de estresse dos professores pertencentes a uma IES privada, responde-se a um dos objetivos propostos inicialmente nesta pesquisa.

Pode-se verificar que a maioria dos professores se encontra na fase de alerta, sendo esta considerada como a fase positiva do estresse, onde o sujeito está motivado para a ação (LIPP, 2000). Mas que muitas vezes não é visualizada como estresse e, conseqüentemente o sujeito não toma as medidas adequadas, podendo evoluir para as fases seguintes. Como é indicado nesta amostra, pois dos professores inquiridos, há professores em todas as fases do estresse, mesmo que sendo representado por uma amostra pequena. Isto indica que deve-se haver uma preocupação mesmo ainda quando o estresse encontra-se na fase positiva, pois se caso contrário, há o risco de uma evolução deste estresse e conseqüentemente um adoecimento do profissional.

Gráfico 15 - Distribuição das sintomatologias predominantes nos 39 professores com sintomas significativos de estresse

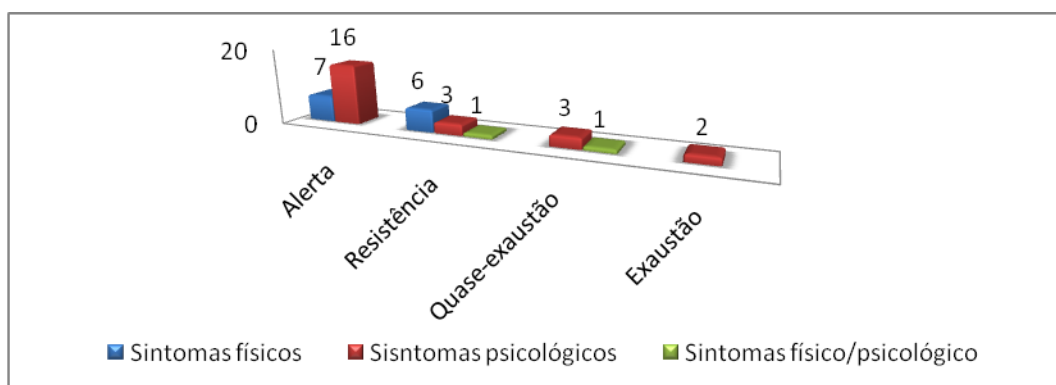


Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-P1, ano 2010.

Observa-se, no **Gráfico 15**, que 61,5% dos professores possuem sintomas psicológicos de estresse, representando 24 professores, 33,3% apresentam sintomas físicos, ou seja 13 professores e uma amostra de 5,1% possuem sintomas igualmente físicos e psicológicos, o que representa 2 professores. Conclui-se que há um predomínio entre os professores pesquisados, de sintomas psicológicos de estresse, o que evidencia o

acometimento da cognição do professor. Aqui responde-se a mais um dos objetivos da presente pesquisa.

Gráfico 16 - Distribuição dos sujeitos da pesquisa por sintomatologia, segundo a fase de estresse

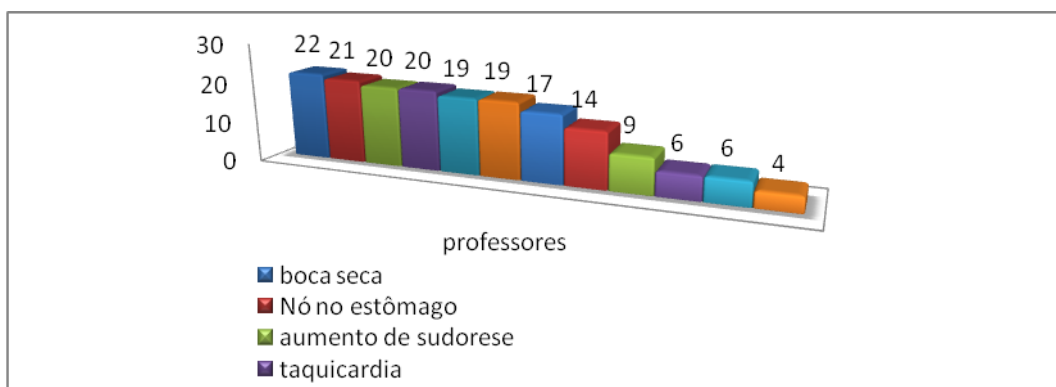


Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

A partir dos dados constantes no **Gráfico 16**, verifica-se que há 69,5%, ou seja, 16 professores com predomínio de sintomas psicológicos na fase de alerta, e 30,5%, ou seja, 7 professores com predomínio de sintomas físicos na fase de Alerta. Na fase de Resistência, há um predomínio de 60,0%, ou seja 6 professores com sintomas físicos de estresse, 30,0% com sintomas psicológicos, ou seja 3 professores e 10,0% com sintomas igualmente físicos e psicológicos de estresse. Na fase de Quase-exaustão encontram-se 75,0% com sintomas psicológicos, representando 3 professores e 25,0% com sintomas igualmente físicos e psicológicos. Vale ressaltar que na fase de exaustão 100,0% apresentam sintomas psicológicos, o que representa apenas 2 professores. Com a análise, pode-se concluir que os professores apresentam, em sua maioria sintomas psicológicos de estresse.

Com isso, percebe-se que a cognição do professor está sendo afetada e desgastada, com indícios de doenças relacionadas ao estresse, como indica a amostra que se encontra na fase de exaustão.

Gráfico 17 - Sintomas físicos de estresse mais frequentes dos 23 professores que se encontram na fase de alerta.

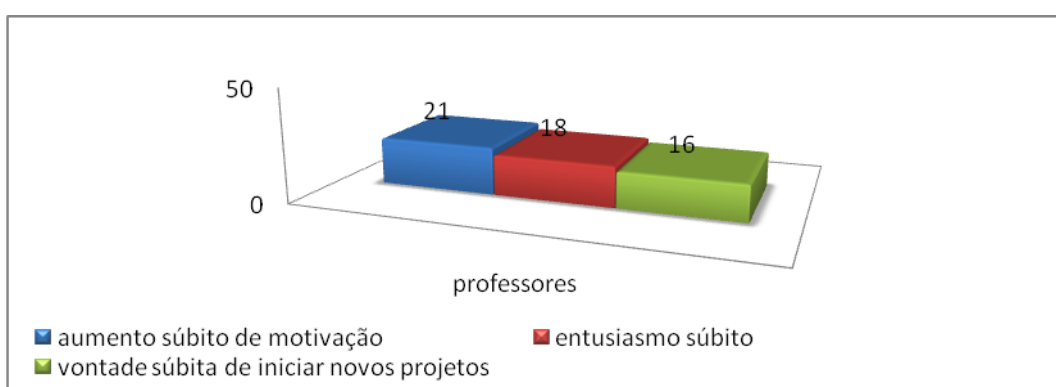


Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

Com os dados constantes no **Gráfico 17**, referentes aos sintomas físicos de estresse mais frequentes nos professores que se encontram na fase de alerta, estão com 12,4% “boca seca”, ou seja, 22 respostas, em seguida com 11,8% “Nó no estômago”, o que representa 21 respostas. Com 11,2% cada um dos seguintes sintomas: “Aumento de sudorese” e “Taquicardia”, ou seja, com 20 respostas cada um deles.

De acordo com o que foi proposto nos objetivos da presente pesquisa, 23 dos 39 professores com sintomas significativos de estresse se encontram na fase de Alerta.

Gráfico 18 - Sintomas psicológicos de estresse mais frequentes dos 23 professores que se encontram na fase de alerta

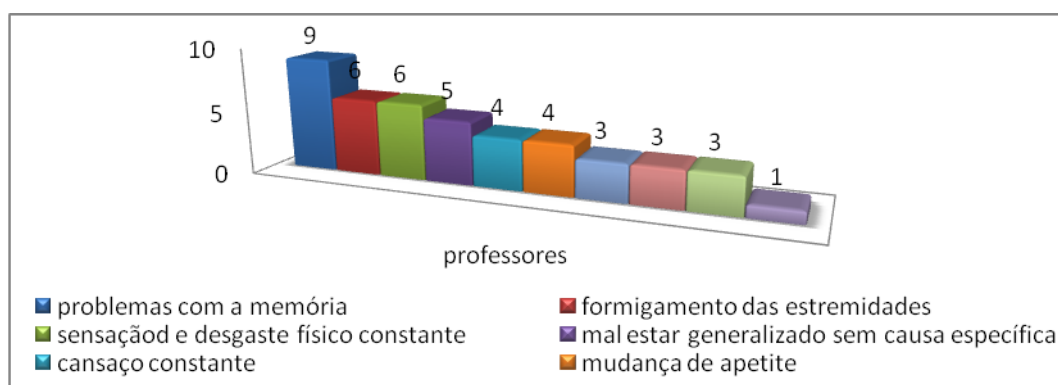


Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

Observando o **Gráfico 18**, pode-se verificar que os professores que se encontram na fase de Alerta possuem 38,1% “Aumento súbito de motivação”, representando 21 respostas,

em seguida com 32,7% “Entusiasmo súbito”, ou seja, 18 respostas e “Vontade súbita de iniciar novos projetos” com 29%, o que representa 16 respostas.

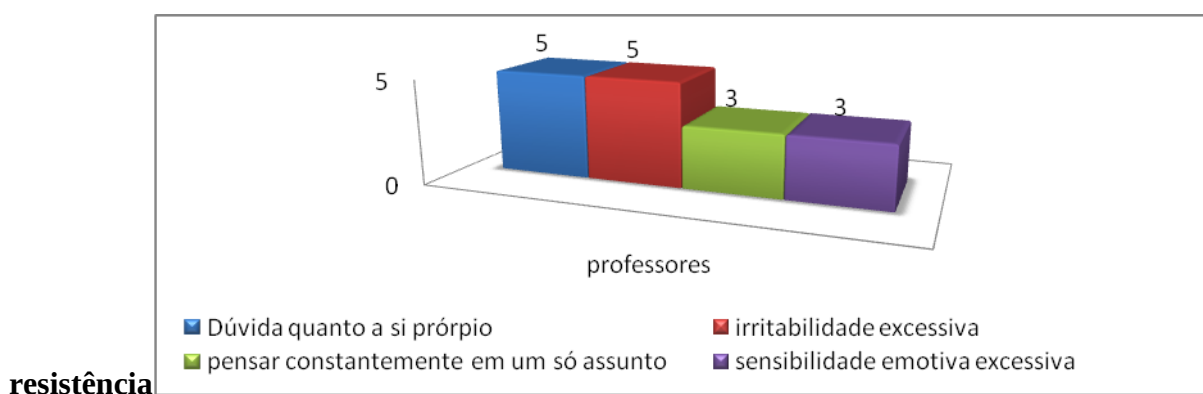
Gráfico 19 - Sintomas físicos de estresse mais freqüentes dos 10 professores que se encontram na fase de resistência.



Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI ano 2010.

Com os dados do **Gráfico 19**, observa-se que os sintomas de maior predominância entre os professores que se encontram na fase de Resistência são “Problemas com a memória” com 20,4%, o que representa 9 respostas. Em seguida encontram-se os sintomas: “Formigamento das extremidades” e “Sensação de desgaste físico constante”, cada um com 13,6%, o que representa 6 respostas cada um dos sintomas psicológicos.

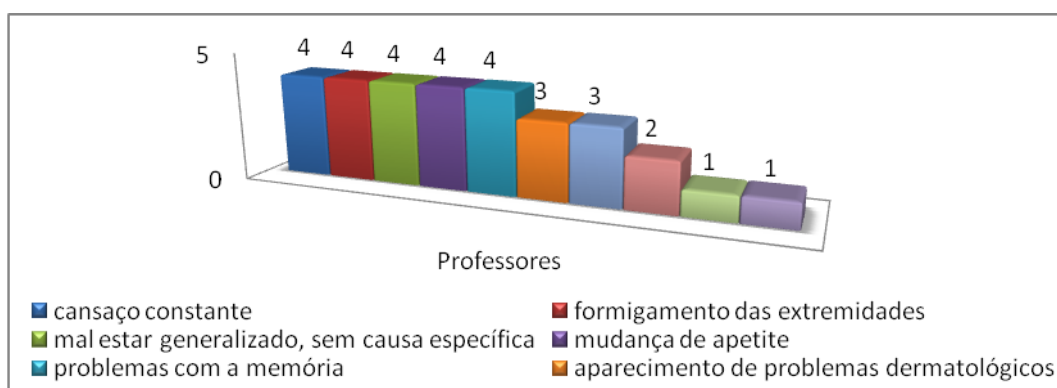
Gráfico 20 - Sintomas psicológicos de estresse mais freqüentes dos 10 professores que se encontram na fase de



Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

Pode-se verificar nos dados do **Gráfico 20**, que as sintomatologias predominantes nos professores que se encontram na fase de Resistência são: “Dúvida quanto a si próprio” e “Irritabilidade excessiva”, cada um com 31,2%, o que representa 5 respostas em cada um dos sintomas citados. Em seguida encontram-se os sintomas: “Pensar constantemente em um só assunto” e “Sensibilidade emotiva excessiva”, com 18,7% cada um, ou seja, 3 respostas.

Gráfico 21: Sintomas físicos de estresse mais freqüentes nos 4 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.

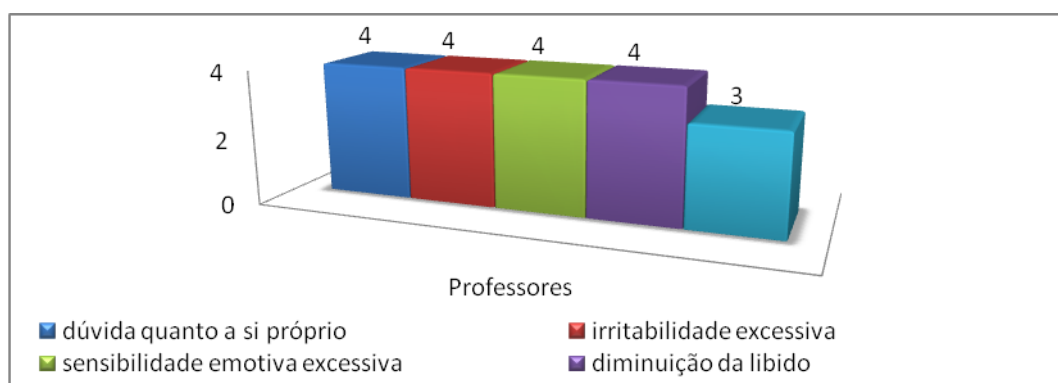


Fonte: Dados obtidos em uma IES privada da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

De acordo com os dados constantes no **Gráfico 21**, percebe-se que os sintomas físicos que se destacaram foram: "Cansaço constante", "Formigamento das extremidades", "Mal estar generalizado" e "problemas com a memória", cada um com 4 respostas.

Dos 4 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão, houve um índice maior de respostas nos seguintes sintomas: "Dúvida quanto a si próprio", "Sensibilidade emotiva excessiva", "Pensar constantemente em um só assunto" e "Irritabilidade excessiva", cada um com 4 respostas. Percebe-se que apenas 2 professores encontram-se na fase de Exaustão, com predomínio de sintomas psicológicos, dentre eles se destacaram de maneira igual "Impossibilidade de trabalhar", "Pesadelos", "Sensação de incompetência em todas as áreas", "Vontade de fugir de tudo", "Apatia, depressão ou raiva prolongada", "Cansaço excessivo" e "Pensar, falar em um só assunto", cada um com 2 respostas.

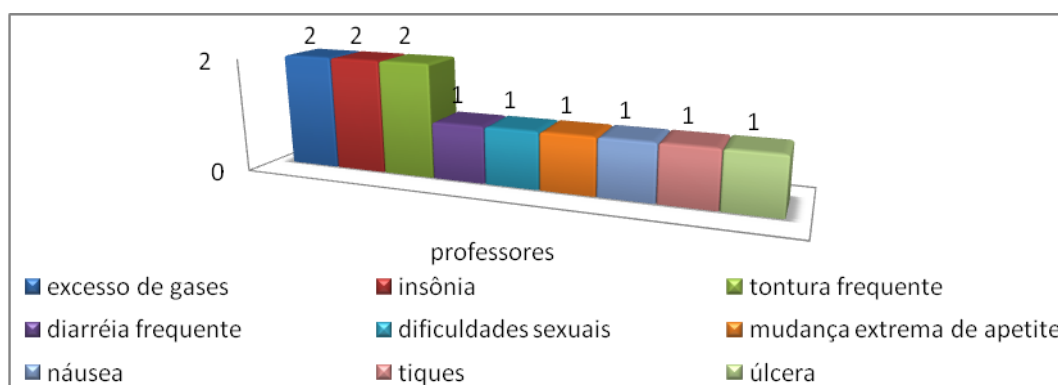
Gráfico 22- Sintomas Psicológicos de estresse mais freqüentes nos 4 professores que se encontram na fase de Quase-exaustão.



Fonte: Dados obtidos em uma IES privada da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

A partir da análise dos dados referentes ao Gráfico 22, percebe-se que houve um predomínio dos seguintes sintomas: "Dúvida quanto a si próprio", "Irritabilidade excessiva", "Sensibilidade emotiva excessiva" e "Diminuição da libido", cada uma com 4 respostas.

Gráfico 23- Sintomas físicos de estresse mais freqüentes nos 2 professores que se encontram na fase de Exaustão.



Fonte: Dados obtidos em uma IES privada da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

De acordo com os dados do **Gráfico 23**, percebe-se que a maioria dos professores que se encontram nesta fase apresentaram os seguintes sintomas físicos de estresse: "Excesso de gases", "Insônia" e "Tontura freqüente", ambos com 2 respostas. Assim pode-se verificar que na fase de exaustão, os professores sofrem, em sua maioria de problemas que muitas

vezes são experienciados por pessoas que não são acometidas pelo estresse, como a insônia, diarreia e tontura, podendo, inclusive dificultar o diagnóstico do estresse.

Gráfico 24 - Sintomas Psicológicos de estresse mais freqüentes nos 2 professores que se encontram na fase de Exaustão.



Fonte: Dados obtidos em uma IES privada da cidade de Teresina-PI, ano 2010.

A partir da análise dos dados constantes no **Gráfico 24**, pode-se verificar que, dos 11 sintomas referentes a fase de exaustão, 10 obtiveram o mesmo número de respostas pelos inquiridos, onde alguns destes foram: "Impossibilidade de trabalhar", "Pesadelos", "Sensação de incompetência em todas as áreas" e "Vontade de fugir de tudo".

Com isso, verifica-se que os professores inquiridos nesta pesquisa, em sua maioria encontram-se na fase positiva de estresse, onde para o sujeito chegar à fase de exaustão necessita-se de um nível de estresse muito elevado, onde não há mais energia para lutar contra a situação, é onde começam a aparecer diversas doenças, dentre elas a síndrome de burnout.

Onde de acordo com Lipp (2002) a fase de Exaustão pode ser considerada como uma fase onde já se esgotaram as ações do sujeito na tentativa de ultrapassar a situação, ou mesmo o estressor.

De acordo com os achados, percebe-se que os professores inquiridos na IES privada encontram-se, em sua maioria, na fase de alerta, o que não exclui uma atenção voltada para a atividade docente, já que um número pequeno de docentes se encontram na fase de exaustão, confirmando que a atividade docente pode estar contribuindo para este desgaste.

Tabela 7 – Distribuição das co-variáveis das características pessoais dos professores da IES privada: sexo, faixa etária, estado civil relacionando à presença de estresse.

Co-variáveis	N	Presença de estresse	
		Sim %	Não %
N total de participantes	50		
Sexo			
Masculino	17	76,4	23,5
Feminino	33	78,7	21,2
Faixa Etária			
22 à 30 anos	16	73,3	26,6
31 à 39 anos	25	88,0	12,0
40 à 48 anos	7	57,1	42,8
Acima de 49 anos	2	50,0	50,0
Estado Civil			
Solteiro	18	72,2	27,7
Casado	26	92,3	7,6
Viúvo	2	0,0	100,00
Divorciado/separado	4	50,0	50,0

Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

Verificando-se a **Tabela 7**, observa-se que há um predomínio maior de professores do sexo feminino com presença de estresse, ou seja, 78,7% (26) dos professores do sexo feminino possuem estresse, enquanto que 76,4% (13) dos professores do sexo masculino os possuem, mostrando que há uma relação entre a co-variável sexo feminino e presença de estresse.

A maioria, 88,0% (22) dos professores que se encontram na faixa etária de 31 à 39 anos possuem estresse, comparando com a amostra de 12,0% (3) que se encontram nesta faixa etária e não os possuem. Havendo uma relação entre o estresse e os docentes mais jovens. Há relação de estresse entre os professores e estado civil casados, pois 92,3% (24) dos professores casados possuem estresse e apenas 7,6% (2) não possuem sintomas significativos de estresse. Os professores solteiros com estresse são representados por uma amostra de 72,2% (13) e 27,7% (5) dos professores solteiros não possuem estresse. Portanto, fica evidente uma relação entre o estresse e os professores casados.

Tabela 8 – Distribuição das co-variáveis do perfil de trabalho dos professores da IES privada: tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional relacionando à presença de estresse.

Co-variáveis	N	Presença de estresse	
		Sim %	Não %
N total de participantes	50		
Tempo de serviço			
Menos de 7 anos	23	78,2	21,7
7 à 13 anos	20	90,0	10,0
14 à 20 anos	4	50,0	50,0
21 à 27 anos	3	33,3	66,6
Mais de 27 anos	0	0,0	0,0
Jornada de Trabalho			
Parcial	8	75	25
Parcial com carga suplementar	8	75	25
Integral	34	79,4	20,5
Vínculo Institucional			
Substituto	22	72,7	27,3
Efetivo	28	82,1	17,9

Fonte: Dados levantados em uma IES privada de Teresina-PI, ano 2010.

No que se refere ao tempo de serviço, pode-se verificar que a maioria dos professores inquiridos que se encontram com tempo de serviço de 7 a 13 anos possuem estresse, já que são representados por uma amostra de 90,0% (18) comparado a amostra que não apresenta estresse que é de 10,0% (2), em seguida encontram-se os professores com menos de 7 anos de serviço, representado por 78,2% (18) com estresse e 21,7% (5) sem sintomas de estresse, o que confirma a relação com o estresse dos professores que possuem menos tempo de serviço. Com isso, pode-se dizer que o estresse acomete com maior frequência os professores que estão em início de carreira.

Quanto a jornada de trabalho, há um predomínio de estresse nos que possuem tempo de serviço integral, representado por 79,4% (27) comparado aos que não possuem estresse que são 20,5% (7), em seguida com igual proporção encontram-se os professores com tempo de serviço parcial e parcial com carga suplementar pois cada um é representado por 75,0% de professores com estresse e 25,0% de professores que não o possuem. Assim, pode-se verificar que a relação com estresse que prevalece entre as jornadas de trabalho é a de tempo integral.

De acordo com o estudo de Oliveira (2007), o qual realizou uma pesquisa sobre as condições de trabalho e indicativos de estresse ocupacional em docentes do ensino superior, constatou que grande parte dos docentes passa a maior parte do seu dia no trabalho, muitas

vezes em um segundo emprego, na tentativa de melhores condições financeiras e profissionais, o que lhes acarreta em uma carga horária de trabalho cansativa e estressante, podendo, até ultrapassar 8h diárias de trabalho, para o cumprimento das mesmas em curtos prazos.

A maioria 82,1% (23) dos professores com vínculo institucional efetivo possuem estresse, comparado a 17,9% (5) com este tipo de vínculo que não possuem sintomas estresse. Em relação ao vínculo institucional substituto, percebe-se que 72,7% (16) dos professores possuem estresse e 27,3% (6) não os possuem. Conclui-se que há relação entre estresse e a co-variável vínculo institucional efetivo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse e a profissão docente estão intimamente relacionados, uma vez que, de acordo com estudos realizados sobre esta temática, as conclusões são sempre de que a atividade docente é estressante e submete o professor a situações que corroboram com o aparecimento de doenças com características físicas e/ou psicológicas.

Ao que pode-se perceber com o presente estudo, em relação aos dados sócio demográficos, as duas IES pesquisadas apresentam resultados semelhantes pois possuem, em sua maioria, professores do sexo feminino, casadas e com idade variando entre 31 a 39 anos.

Em se tratando das características de trabalho, ambas as IES apresentam professores, em sua maioria, com tempo de serviço menor de 7 anos, com jornada de trabalho integral, mas que convergem no vínculo institucional, onde na IES pública houve um predomínio de professores com vínculo substituto 29 (58,0%), e na IES privada predominou o efetivo, com 28 (56,0%).

De acordo com o que foi pesquisado neste estudo, pode-se conferir que os professores do ensino superior, pertencentes tanto a IES públicas como privadas, apresentam sintomas de estresse. Esta constatação é possível devido a amostra de 32 (64,0%) professores, dos 50 inquiridos na IES pública, e 39 (78,0%), dos 50 professores participantes da pesquisa na IES privada. Vale ressaltar que na IES pública, 18 (36,0%) professores não apresentaram sintomas significativos de estresse e na IES privada este número é ainda menor, pois 11(22,0%) não os possuem. Com esses dados, pode-se inferir que não há diferença em relação a presença ou não de estresse entre as duas instituições, ou seja, o acometimento do estresse não se relaciona ao tipo de instituição, e sim a fatores inerentes a própria carreira docente.

Dos professores que se encontram com estresse, houve um predomínio na fase de alerta em ambas as IES. Na IES pública esta amostra é constituída por 20 (62,5%) e na IES privada por 23 (59,0%), mas que também se encontrou predomínio nas fases de resistência, quase-exaustão e exaustão, só que em uma amostra menor de professores. Com esses dados, verifica-se que em ambas as IES os professores encontram-se na fase de Alerta, considerada por Lipp (2007) como a fase positiva do estresse, mas que se não diagnosticada precocemente, poderá evoluir para as outras fases, chegando inclusive a causar doenças.

Dos professores com sintomas significativos de estresse, tanto na IES pública, como na privada, possuem, em sua maioria sintomas psicológicos. Representados por 17 (53,1%) na IES pública e 24 (61,5%) na IES privada. Já os sintomas físicos foram encontrados em 13 (40,6%) dos professores da IES pública e também 13 (33,3%) na IES privada. Os sintomas

igualmente físicos e psicológicos tiveram uma amostra de 2 (6,2%) na IES pública e de 2 (5,1%) na IES privada. Comprova-se, assim que em ambas as instituições a cognição do professor é o maior alvo de desgaste no seu dia-a-dia.

Responde-se a alguns dos objetivos propostos na pesquisa, ao se verificar que a maioria dos professores apresenta sintomas de estresse em ambas as IES e que não há diferenciação quanto à fase de estresse em que se encontram, já que tanto na IES pública quanto na privada a maioria dos professores se encontram na fase de alerta, com predomínio de sintomas psicológicos.

Foi avaliada a relação entre as co-variáveis: sexo, idade, estado civil, tempo de serviço, jornada de trabalho, vínculo institucional e a presença de estresse. Os dados da IES pública apontam para uma relação entre o estresse e a co-variável sexo feminino, a idade entre 31 a 39 anos está mais sujeita ao estresse, encontrou-se também relação entre o estado civil de solteiro e a presença de estresse, o tempo de serviço que apresentou maior relação com o estresse foi de 7 a 13 anos, a jornada de trabalho parcial, também representa relação com o estresse, o vínculo institucional substituto também mostrou uma relação.

Na IES privada pode-se constatar que o sexo masculino e feminino possui a mesma relação com a presença de estresse, enquanto que a faixa etária de 31 a 39 anos é a que representa maior relação. Em se tratando do estado civil, percebe-se uma maior relação entre os casados. Em se referindo ao tempo de serviço, vale ressaltar a relação maior entre o estresse e os professores que trabalham entre 7 e 13 anos. A jornada de trabalho que possui maior relação com o estresse é a integral e o vínculo é o efetivo.

Avaliando a relação entre as variáveis citadas à cima, percebe-se que houve uma diferenciação em relação aos dados encontrados na IES pública e privada, em relação ao sexo, estado civil, jornada de trabalho e o vínculo institucional. Percebe-se a partir dos dados colhidos nas duas IES, que o tipo de carreira desenvolvida em ambas as IES são diferenciadas, a começar pelo tipo de vínculo institucional, bem como a jornada de trabalho, o que estrutura de maneira diferenciada o trabalho do docente do ensino superior.

Ao se avaliar os sintomas físicos e psicológicos da IES pública, encontramos: na fase de alerta, os sintomas físicos mais frequentes foram "Tensão muscular" com 18%, "Nó no estômago", "Taquicardia", "Aumento de sudorese" com 17% cada um. Em se tratando dos sintomas psicológicos destacamos "entusiasmo súbito", com 45,9%, "Aumento súbito de motivação", com 32,4%, com 21,6%, "Vontade súbita de iniciar novos projetos".

Na fase de resistência, podemos verificar como sintomas físicos mais frequentes "“Mal estar generalizado sem causa aparente” e “Cansaço constante” com 20%. Como sintomas

psicológicos, verificamos "Pensar constantemente em um só assunto" e "Irritabilidade excessiva" cada um com 28,5%.

Ao se avaliar os sintomas de estresse psicológicos mais predominantes na fase de alerta entre os professores da IES privada tem-se com 38,1% "aumento súbito de motivação", em seguida "Entusiasmo súbito" com 32,7% e "Vontade súbita de iniciar novos projetos" com 29,0%. Em relação aos sintomas físicos na fase de alerta, destacam-se como maioria os seguintes sintomas: "Boca seca" com 12,4%, "Nó no estômago" com 11,8% e Com 11,2% cada um dos seguintes sintomas: "Aumento de sudorese" e "Taquicardia.

Percebemos, entre que os professores que se encontram na fase de resistência, como sintomas psicológicos mais predominantes "Mal estar generalizado sem causa específica" e "Cansaço constante". Como sintomas físicos predominantes destacam-se ", cada um com 20%.

A partir dos resultados expostos, pode-se inferir que o estresse é a doença do século XXI, juntamente com a globalização e as novas tecnologias oriundas da mesma é que o homem moderno se encontra imerso em constantes modificações e exigências.

O estresse acaba por desgastar e acometer as relações de trabalho, familiares e de amizade do sujeito exposto a tais situações. Muitas vezes acarretando em problemas de ordem psicológica e/ou física se não for dada a devida atenção imediata à situação quando se percebe os primeiros sinais da doença.

Vale evidenciar também, que o estresse é inerente ao ser humano, e está presente nas diversas situações diárias que envolvem qualquer pessoa. Percebe-se uma ênfase demasiada ao estresse negativo, pois este merece uma atenção maior dos estudiosos, devido ao seu agravo para a vida em sociedade, mas há a existência de um estresse positivo, o qual impulsiona o ser humano para a ação, o qual foi encontrado na maioria dos professores inquiridos nesta pesquisa.

Diante do estudo em questão, atende-se aos objetivos propostos inicialmente, visto que foi comprovado que em ambas as IES, os professores encontram-se com estresse na fase de alerta e com predomínio de sintomas psicológicos, onde foi apontado que há relação entre algumas co-variáveis e a presença de estresse, dentre elas o sexo e a idade, são exemplos.

Apesar das divergências entre uma IES pública e uma privada, a maioria dos dados se configurou de maneira semelhante entre as duas, com exceção da presença de estresse ser mais evidente na IES pública no vínculo substituto, no sexo feminino, e na jornada parcial de trabalho, enquanto que na IES privada se encontra no vínculo institucional efetivo, não há

diferença quanto ao sexo e na jornada de trabalho integral. Com isto, pode-se confirmar que o tipo de IES leva a um tipo diferenciado de trabalho para o docente deste nível de ensino.

Diante dos achados, pode-se verificar a importância de se aprofundar em estudos sobre o estresse na vida do professor do ensino superior, e da importância de se diagnosticar precocemente e interpretar os seus sintomas, na tentativa de se evitar um agravo maior, tanto na vida pessoal, como profissional do professor e daqueles que dependem e se relacionam direta e indiretamente com estes.

Esta investigação pode instigar novas pesquisas sobre o assunto, visto que a presença de estresse é evidente entre os discentes, e o agravo pode vir a diminuir se houverem mais pesquisas abordando não só os sintomas, como também os fatores institucionais que levam ao estresse e ao adoecimento do professor do ensino superior.

A partir de tais pesquisas, poderemos elaborar estratégias de prevenção, combate e controle do estresse, e assim melhorar não só a vida do docente como também dos que se relacionam com ele.

Mas, responsabilizar apenas os professores por tais medidas não seria coerente, visto que toda a IES sofre as consequências, e tem condições de auxiliar o professor com situações preventivas, de controle a partir do conhecimento, interpretação e mudança de hábitos do professor no ambiente universitário.

FONTES BIBLIOGRÁFICAS

ANDERSON, B. F. **O experimento em psicologia**. São Paulo: EPU. 1977.

ARAUJO, T. M.; GRACA, C. C.; ARAUJO, E. **Estresse ocupacional e saúde: contribuições do Modelo Demanda-Controle**. Ciênc. saúde coletiva [online]. 2003, vol.8, n.4, pp. 991-1003.

ARAÚJO, T.M. E Col. **Mal- Estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma Instituição de Ensino Superior**. Revista Baiana de Saúde Pública, Bahia, v.29, n.01, p 06-21, jan – jun, 2005.

ASSIS, F.B. **Síndrome de burnout:um estudo qualitativo sobre o trabalho docente e as possibilidades de adoecimento de três professoras das séries iniciais**. 2006, 136f. Dissertação (Mestrado em Psicologia)- Universidade Federal de Uberlândia.

BACHION, M.M; ABREU, L.O; GODOY, L.F. et al. **Vulnerabilidade ao estresse entre professores de uma Universidade pública**. Revista de Enfermagem. UERJ. Rio de Janeiro, 2005.

BALLONE, G.J. – **Estresse** – in. PsiqWeb Psiquiatria Geral, Internet, última revisão, 2002.

BARASUOL, E. B. **Burnout docente no trabalho com a inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais**. Santa Catarina, 2004. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de Santa Maria.

BEBEVIDES-PEREIRA, A.M.T.; YAEGASHI, S.R.Y; ALVES, I.C.B.; et al.**O trabalho docente e o burnout: um estudo em professores paranaenses** In.:EDUCERE, 2008.

BENEVIDES-PEREIRA, E.O. **O estado de Arte do Burnout no Brasil**. Revista Eletrônica Interação Psy. Ano 1, n 1, 2003, 4-11.

BIZARRO, R. & BRAGA, F. **Ser professor em época de mal estar docente: que papel para a universidade?**Revista de Letras-Línguas e literaturas, II Série, vol. XXII, Porto, 2005, pp.17-27.

BOZAL, A. G. **El stress docente, tema de interes psicosocio-sanitario: estudio de “uma” variable modular.** In. III CONGRESO NACIONAL DE PSICOLOGIA SOCIAL. Libro de comunicaciones, Santiago de Compostela. 1990, p. 89 – 95.

BRASIL, Decreto-lei 9.394 de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil.**

_____. Conselho Nacional de Educação. **Resolução CEB, nº 01/2000.**

_____. Secretaria de Ensino Fundamental. **Referências para a formação de Professores.** Brasília, 1999.

_____. Ministério da Educação e do Desporto. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Infantil-Referencial Final.** Sintep/SC. Brasília (DF), 1995.

CAMPOS, L. F. L. **Métodos e técnicas de pesquisa em psicologia.** Campinas, SP: Editora Alínea. 2004.

CARLOTTO, M. S; CAMARA, S.G. **Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros.** PsicoUSF, Itatiba, v.11, n. 2, dez. 2006. Disponível:http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712006000200005&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 05 jul. 2010.

CARLOTTO, M. S. **Síndrome de burnout e características de cargo em professores universitários.** Ver. Psicologia., Organ. Traba., Dez. 2004, v. 4, n. 2, p. 145 - 162. ISSN 1984 - 6657.

_____. **Burnout e o trabalho docente: considerações sobre intervenção.** Revista eletrônica Interação Psy. Universidade luterana do Brasil/RS.a.1, nº1, p.12-18, ago 2003.

CARRILO, J. H. P. **Stress no trabalho em professores de educação física do sistema municipal de educação, na comunidade de Concepción, oitava região, Chile.** 2004, 108 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Universidade Estadual de Campinas.

CATALDI, M. J. G. **O stress no meio ambiente de trabalho.** São Paulo: LTr, 2002. 143p.

CHALITA, G. **O papel do professor.** Disponível em: http://www.catho.com.br/jcs/inpuer_view.phtml?id=2424&print=1. 2001. Acesso em: 05/08/2009.

CHAMBEL, M. J. A importância crescente de estudar o stress dos professores. Mar. 2005. Disponível em: <www.proformar.org/revista/edição_7/pag_1.htm>. Acesso em: 16 jan. 2010.

CHAMLIAN, H. C. **Docência na universidade: professores na USP**. Cadernos de pesquisa, 2003, n.118, 6-42.

CHAMON, E. M. Q. O. **Estresse e estratégias de enfrentamento: o uso da escala Toulousaine no Brasil**. Ver. Psicol., Organ. Trab. [online]. 2006, vol. 6, n.2, pp. 43-64.

CHAUÍ, M. **Convite à filosofia**. São Paulo: Ática. 1995.

CODO, W. (coord.). Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação. In: _____. **Educação: Carinho e Trabalho**: 3ª ed. Petrópolis (RJ): Vozes, 2002.

CODO, W. & VASQUES-MENESES I. **Burnout: Sofrimento Psíquico dos Trabalhadores em Educação** (volume 14 da coletânea Cadernos de Saúde do Trabalhador - CUT). 1 ed. São Paulo: CUT, 2000. 53 p.

_____. O que é burnout? In: _____. **Educação: carinho e trabalho**. 2ªed. Petrópolis: Vozes/Brasília, 2000.

_____. _____. São Paulo: vozes, CNTE e UNB. 1999.

CRUZ R. M. & LEMOS J. C. **A atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde**. Motrivivência, ano 17, n. 24, p.59-80, jun. 2005.

DEJOURS, C. **A Loucura do Trabalho**. Estudo de psicologia do Trabalho. São Paulo: Oboré/Cortez, 1988.

ESTEVE, J. M.. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. Baurú (SP): EDUSC, 1999.

PINTO, M. A. et al. Como lidam os professores com o stress profissional? Coping e burnout profissional em professores portugueses. 2005.

_____. Mudanças sociais e função docente. In: NÓVOA, A. (Coord.) **Profissão Professor**. Porto: Porto Editora, 1995.

FERREIRA, L. R. C. **Stress no cotidiano da equipe de enfermagem e sua correlação com o cronótipo**. Campinas, 2006, 133 f. Dissertação, Mestrado em Enfermagem -Universidade Estadual de Campinas.

FORMIGHIERI, V.J. **Burnout em Fisioterapeutas:Influência sobre a atividade de trabalho e bem-estar físico e psicológico**. Florianópolis, 2003, Dissertação, Mestrado em Engenharia de Produção- Universidade Federal de Santa Catarina Florianópolis.

FRANÇA, A. C.; RODRIGUES, A. L. **Stress e Trabalho: uma abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas, 1999.

_____. **Estresse e Trabalho: Guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas, 1997.

FRANÇA, H. H. **A síndrome de burnout**. Revista Brasileira de Medicina, n.44, p. 197-199. 1987.

FREITAS, L. C. Neotecnicismo na formação do educador. In: Alves , N. (Org.) **Formação de Professores - pensar e fazer**. São Paulo: Cortez Editora. Coleção Questões de Nossa Época, nº 1. 2001, p 89-112.

GARCIA, L. P.; BENEVIDES, A. M. **Investigando o burnout em professores universitários**. Revista eletrônica interação psy. a. 1, n. 1, p. 76-89, ago. 2003. Disponível em:[HTTP://maxipas1.tempsite.ws/principal/pub/anexos/20081117021820burnout-prof-universitario.pdf](http://maxipas1.tempsite.ws/principal/pub/anexos/20081117021820burnout-prof-universitario.pdf). Acesso em 07 fev. 2010.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 5. ed. São Paulo: Ed. Atlas, 1999.

_____. **Como elaborar Projetos de Pesquisa** 3. ed. São Paulo: Atlas, 1993.

GOMES, L. **Trabalho multifacetado de professores/as: a saúde entre limites**. Rio de Janeiro, 2002. 118 p. Dissertação (Mestrado em ciências na área de saúde pública) Centro de Estudos de Saúde do Trabalhador e Ecologia Humana – CESTE, Escola Nacional de Saúde Pública – ENSP.

GONZÁLEZ, M. A. A. **Stress: temas de psiconeuroendocrinologia**. São Paulo: Robe, 2001.

GUERRA, C. T. **O ensino de psicologia na formação inicial de professores – constituição de conhecimentos sobre aprendizagem e desenvolvimento por estudantes de licenciaturas**. Campinas, 2003. Tese de doutorado. UNICAMP.

GUIDO, L.A. **Stress e coping entre enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação pós-anestésica**. São Paulo, 2003. Tese (Doutorado em enfermagem) . Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo.

GUIMARÃES, L. B. M. **Ergonomia: tópicos especiais: Qualidade de Vida no Trabalho, Psicologia e Trabalho**. Porto Alegre:FEENG, 2003.

GUIMARÃES, Valter. **Saberes docentes e identidade profissional. Um estudo a partir da Licenciatura**. 2001. Tese de Doutorado. FEUSP.

JACQUES, M. G. C. (Org.). **Psicologia Social Contemporânea**. Livro-texto. Petrópolis: Vozes, 2002.

LEMO, J.C. **Cargas psíquicas no trabalho e processos de adoecimento em professores universitários**. Florianópolis, 2005. 147 p. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção). Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina.

LEMO, J. C. & CRUZ, R. M. **Condições e cargas de trabalho da atividade docente**. Revista Plural, n. 14, a. 11, 2005.

LIBÂNEO, J. C. **Didática. Coleção magistério do 2º grau. Série formação do professor**. São Paulo: Cortez, 1994.

LIMA, R. **O professor e o estresse**. Revista universidade e sociedade. Jun/1998.

LIMA, N. K. N. **Burnout: analisando a síndrome no ramo alimentício do Rio Grande do Norte**. Natal, 2007. 75p. Dissertação (Mestrado em Administração). Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

LIPP, M. E. e TANGARELLI, M. S. **Stress e Qualidade de Vida – Psicol. Reflex. Creit.** v.15, n.3. Porto Alegre, 2002.

LIPP, M. N.; GUEVARA, A. H. **Validação empírica do inventário de sintomas de stress (ISS)**. Estudos de psicologia, 11(3), 1994. pp. 43-49.

LIPP, M. E. N. & ROCHA, J. C. **Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida**. Campinas: Papirus, 1994.

LIPP, E.M.N. & LUCARELI, M.D.M. **Escala de Stress infantil (ESI)**. São Paulo: casa do psicólogo. 1998.

LIPP, M. E. **Controle do estresse e pressão arterial sistêmica.** Ver. Bras. de Hipertensão, Campinas, v. 14, p. 89-93, 2007.

_____. **O stress e a beleza da mulher.** São Paulo: conection Books, 2001.

_____. (Org.). **O stress no Brasil: Pesquisas avançadas.** Campinas (SP): Papirus, 2004.

_____. (Org.) **Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress; Teoria e aplicações clínicas.** São Paulo (SP): casa do psicólogo, 2003.

_____. (Org.). **O Stress do Professor.** Campinas (SP): Papirus, 2002.

_____. (Org.). **O stress está dentro de você.** 2ª ed. São Paulo: Contexto; 2001.

_____._____. São Paulo: Contexto, 2000.

_____. **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco.** 2ª ed. Campinas: Papirus, 2001.

_____._____: Papirus, 1996.

_____. **Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp.** São Paulo: casa do psicólogo, 2000.

_____. **Como enfrentar o Stress.** São Paulo: Ícone, 1999.

_____. **Mitos & verdades sobre o stress.** São Paulo: Contexto, 1996.

_____. e col. **Como enfrentar o stress infantil**. São Paulo: ícone, 1991.

LOWEN, A. **Narcisismo**. São Paulo: Cultrix, 1983.

LUCKESI, C. C. **Fazer universidade uma proposta metodológica**. São Paulo: Editora Cortez, 1987.

MAQUEZE, E. C.; MORENO, C.R.C. **Satisfação no trabalho e capacidade para o trabalho entre docentes universitários**. Psicologia em Estudo, Maringá. V. 14, n.1, p. 75-82, jan./mar. 2009.

MARTINS, M. G. T. **Sintomas de stress em professores das primeiras séries do ensino fundamental: um estudo exploratório**. Lisboa-Portugal, 2005, 123f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias-ULHT.

MASCI, CA. **A hora da virada: enfrentando os desafios da vida com equilíbrio e serenidade**. São Paulo: Saraiva; 1998.

MASLACH, C. et all. Maslach Burnout Inventory manual. Palo alto, California Consulting Psychologists Press 1984. In: Reinhold, H. D. . **Fontes e sintomas de stress ocupacional do professor I**. Dissertação de mestrado. Campinas (SP), Puccamp Instituto de Psicologia, 1984.

_____;LEITER, M. P. **Trabalho: fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o stress na empresa**. Campinas: Papirus, 1999.

MELO FILHO, Julio de et. al. **Psicossomática hoje**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

MENDES, F. M. P. **Incidência de burnout em professores Universitários**. Florianópolis, 2002, 182 p. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção). Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina.

MENZANI, G. **Stress entre enfermeiros brasileiros que atuam em pronto socorro**. São Paulo, 2006. 125p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo.

MIRANDA, C. F.; MIRANDA, M. L. **Construindo a relação de ajuda**. Belo Horizonte: Crescer, 1995.

MIZUKAMI, M. G. N. Formadores de professores, conhecimentos da docência e casos de ensino. In: _____. e REALI, Aline Maria de M. R. **Formação de professores, práticas pedagógicas e escola**. São Carlos: EdUFSCar.2002.

MORACCO, J. E MCFADDEN, H. **The counselors Role in Reducing teacher stress personnal and guidance jornal.** pp. 549-552, 1982.

MORAES, L.F.R. et. al. **As dimensões básicas do trabalho, qualidade de vida e stress: uma pesquisa com chefias em empresas mineiras.** In: 16^a. Reunião Anual da ANPAD, Canela. Anais. Canela, 1992.

_____. et. al. **A problemática do stress ocupacional, uma revisão baseada em pesquisas brasileiras.** Análise e conjuntura. Belo Horizonte, v. 8. n° 213. Mai. dez, 1993.

MOSQUERA, J. J. M. **O professor como pessoa.** Porto Alegre: Sulina, 1976.

MULLER, R.D. **A síndrome de burnout no trabalho de assistência à saúde:** estudo junto dos profissionais da equipe de enfermagem do Hospital da Santa Casa da Misericórdia de Porto Alegre. Porto Alegre. 2004, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2004. Dissertação de Mestrado.

NÓVOA, A. (Org.). **Para o estudo sócio histórico da gênese e desenvolvimento da profissão docente.** Teoria e Educação. Porto Alegre, n4. p.109-139, 1991.

_____. (Coord.) (1992). **Os Professores e a sua Formação.** Lisboa (Portugal): Dom Quixote.

NUNES SOBRINHO, F. P. **O stress do professor do ensino fundamental:** o enfoque de ergonomia. In: LIPP, M. E. N. (org.). **O stress do professor.** Campinas: Papirus; 2002. p. 81-94.

ODELIUS, C. C. & RAMOS, F. Remuneração, renda, poder de compras e sofrimento psíquico do educador. In: CODO, W. (Coord.). **Educação: carinho e trabalho.** São Paulo: Scipione, 1997.

_____. (Org.). **Organizações escolares em análise.** Lisboa: Public Dom Quixote, 1992.

OIT- **Organização Internacional do Trabalho,** 1981.

OLIVEIRA, M. K. **Vigotsky:** aprendizado e desenvolvimento um processo sócio-histórico. São Paulo: Scipione, 1997.

PASCHOL, T. & TAMAYO, A. **Validação da Escala de Estresse no trabalho.** Estudos de Psicologia, v.9, n.1, 2004.

PEREIRA, JORGE, I.M. **Doenças psicossomáticas relacionadas ao trabalho** – estudo de caso. Florianópolis, 2004. 101 p. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção). Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção. Universidade Federal de Santa Catarina.

PIMENTA, S. G., ANASTASIOU, L. G. C. **Docência no ensino superior** - 3. ed.- São Paulo: Cortez – (Coleção Docência em Formação).2008.

PINOTI, A.G. **Stress no professor**: fontes, sintomas e estratégias de controle. Revista uniara, n. 17/18, 2005/2006.

REGIA, L. M. O. **O stress ocupacional do executivo**: relação entre os causadores de stress na vida profissional e estado de saúde. São Paulo, 1996. 120 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Universidade de São Paulo.

REINHOLD, H. H. **O sentido da vida: prevenção de stress e burnout do professor**. 2004, 189 p. São Paulo. Tese (Doutorado em Psicologia)- Pontifica Universidade Católica de Campinas.

_____. O Burnout. In: LIPP, M. E. N. (Org.). **O stress do professor**. Campinas: Papirus; 2002. p. 63-80.

_____. Stress ocupacional do professor. In: LIPP, M.E.N. (Org.) **Pesquisas sobre stress no Brasil**. Campinas: Papirus.1996.

_____. **Fontes e sintomas de stress ocupacional do professor I**. Campinas, 1984 Dissertação (Mestrado em Psicologia). Campinas (SP), Puccamp Instituto de Psicologia. Pontífica Universidade Católica de Campinas.

ROCHA, K.B. e SARRIERA, J. C. **Saúde percebida em professores universitários**: gênero, religião e condições de trabalho. Revista Semestral da Associação de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE), a.10(2), p.187-196, 2006.

RODRIGUES M. L. (Coord.) **Estresse ocupacional: um estudo com professores das redes pública e privada de ensino**. Revista da sociedade de psicologia do transito Mineiro-SPTM. Uberlândia. v. 9, a. 1, p. 37-44, jan/jun 2006.

ROSENDEL, S. **Meditação é muito mais que um exercício de relaxamento**. Revista Mente & Cérebro. Edição 154, 2005.

RUDIO, Fraz Victor. **Introdução projeto de pesquisa científica**. 24 ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

SELYE, H. *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill Book Co. 1978. In: RENHOLD, H. D. **Fontes e Sintomas do Stress ocupacional do professor**. Campinas: Revista de Psicologia/PUCAMP, 1995.

_____. **Stress, a tensão da vida** 2. ed. São Paulo: Ibrasa, 1959.

SERVILHA, E. A. M. **Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia**. Revista de ciências médicas. Campinas. n. 1, p. 43-52, fev. 2005.

SILVA, J. P. et al. **O sentido de vida e o estresse do professorado**: um estudo correlacional. Cadernos de psicologia social e do trabalho, Sergipe, 2009, v. 12, n. 1, p. 111-122.

SORATO, M. T.; MARCOMIN, F. A. **A percepção do professor universitário acerca do stress**. Piracicaba, n. 9, p. 33-39, 2007.

STACCIARINI, J. M. R.; TRÓCCOLI, B. T. **O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro**. Rev Latinoam Enfermagem, n. 9, p. 17-25, mar/abr, 2001.

STOBÄUS, Claus Dieter; MOSQUERA, Juan José M.. **O Mal-Estar na Docência: Causas e Conseqüências**. **Educação**, Porto Alegre, ano XIX, v. 19, n. 31, p. 139-146, 1996.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa – ação**. 6^o. edição. São Paulo: Cortez, 1994.

VASQUES – MENESES, I. & GAZOTII, A. Suporte afetivo e o sofrimento psíquico em burnout. In: CODO, W. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis, RJ: Vozes/ Brasília: Conferência nacional dos trabalhadores em educação: UnB, Laboratório de psicologia do trabalho, 1999.

VEIGA, M. **Um perfil ético para educadores**. Braga: Palimage, 2005.

VENÂNCIO, C. et. al. *Stress: Professores à beira de um ataque de nervos!...* In: FERNANDES, E. & MATOS, J.F. **Actas do ProfMat**. Universidade da Madeira: Associação de Professores de Matemática. 2000. p.205-214.

VILARTA, R. et. al..**Qualidade de vida e fadiga institucional**. Campinas, SP:IPES Editorial, 2006, 299 p.

WITTER, G. P. **Estresse e desempenho nas matérias básicas**: variáveis relevantes. Estudos de Psicologia, 14 (2), 3-10.1997.

ZABALZA, M. A. **O ensino universitário**: seu cenário e seus protagonistas. Porto Alegre: Artmed Editora, 2004, 239p.

ZANCHETTA, C.; BARBIERI, D. O estresse no seu corpo: aprenda a transformá-lo em energia. In: **CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS**. n.1, a. 4., 9., Foz do Iguaçu. Anais... Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN – 85-87691-12-0].

ZULAR, A. **Sucesso sem stress**. São Paulo: Best Seller, 2000.

APÊNDICE

APÊNDICE-A
TERMO DE CONSENTIMENTO

Pesquisa: O ESTRESSE OCUPACIONAL DO PROFESSOR DO ENSINO SUPERIOR: a relação entre os sintomas de estresse e a atividade docente em duas Instituições de Ensino Superior da cidade de Teresina-PI.

Objetivos: Estudar os sintomas e níveis de estresse, relacionando-os à carreira docente do ensino superior, com as variáveis: regime de trabalho, vínculo institucional, idade, sexo, tempo de trabalho, tipo de IES, em uma população específica pertencente a duas Instituições de Ensino Superior -IES da cidade de Teresina, Estado do Piauí- Brasil, sendo uma pública e uma privada.

Declaro estar de acordo em participar da pesquisa acima referida, que tenho conhecimento de seus objetivos e que estou informado/a dos aspectos a seguir relacionados:

1- a minha participação é voluntária, portanto, não estou obrigado/a a fornecer as informações referidas.

2- desistindo de participar não sofrerei nenhum dano ou prejuízo, nem haverá modificação na assistência que venho recebendo na instituição.

3- Por ocasião da publicação dos resultados da pesquisa será assegurado o meu anonimato.

Teresina (PI) abril de 2010.

Assinatura do participante

ANEXO

ANEXO-A**INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE *STRESS* PARA ADULTOS-ISSL**

Autora: Marilda Novaes Lipp

A) QUESTIONÁRIO DE DADOS SÓCIO – DEMOGRÁFICOS

- 1) Gênero: ☐ Masculino ☐ Feminino
- 2) Idade: _____ anos
- 3) Estado civil: ☐ Solteiro ☐ Casado ☐ Viúvo ☐ Divorciado/Separado
- 5) Tempo de serviço _____
- 6) Jornada de Trabalho: ☐ Integral ☐ Parcial ☐ Parcial com carga suplementar
- 7) Vínculo Institucional: ☐ Efetivo ☐ Substituto

B) INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS – ISSL –(LIPP, 2000).**PARTE I - QUADRO 01**

- ☐ 1. Mãos/pés frios
- ☐ 2. Boca seca
- ☐ 3. Nó no estômago
- ☐ 4. Aumento de sudorese
- ☐ 5. Tensão muscular
- ☐ 6. Aperto da Mandíbula/Ranger os dentes, roer unhas
- ☐ 7. Diarréia passageira
- ☐ 8. Insônia ou dificuldade de dormir
- ☐ 9. Taquicardia
- ☐ 10. Hiperventilação
- ☐ 11. Hipertensão arterial súbita e passageira
- ☐ 12. Mudança de apetite

Quadro 2b – Marque com “X” os sintomas que tem experimentado nas últimas **24 horas.**

- () 13. Aumento súbito de motivação
- () 14. Entusiasmo súbito
- () 15. Vontade súbita de iniciar novos projetos

PARTE II - QUADRO 02

Quadro 2a - Marque com “X” os sintomas que tem experimentado na **última semana.**

- () 1. Problemas com a memória.
- () 2. Mal estar generalizado, sem causa específica
- () 3. Formigamento das extremidades
- () 4. Sensação de desgaste físico constante
- () 5. Mudança de apetite
- () 6. Aparecimento de problemas dermatológicos
- () 7. Hipertensão arterial
- () 8. Cansaço constante
- () 9. Aparecimento de úlcera
- () 10. Tontura/sensação de estar flutuando

Quadro 2b – Marque com “X” os sintomas que tem experimentado na **última semana**

- () 11. Sensibilidade emotiva excessiva.
- () 12. Dúvida quanto a si próprio
- () 13. Pensar constantemente em um só assunto
- () 14. Irritabilidade excessiva
- () 15. Diminuição da libido

PARTE III - QUADRO 03

Quadro 3a – Marque com “X” os sintomas que tem experimentado no **último mês.**

- ☐ 1. Diarréia freqüente
- ☐ 2. Dificuldades sexuais
- ☐ 3. Insônia
- ☐ 4. Náusea
- ☐ 5. Tiques
- ☐ 6. Hipertensão arterial continuada
- ☐ 7. Problemas dermatológicos prolongados
- ☐ 8. Mudança extrema de apetite
- ☐ 9. Excesso de gases
- ☐ 10. Tontura freqüente
- ☐ 11. Úlcera
- ☐ 12. Enfarte

Quadro 3b – Marque com “X” os sintomas que tem experimentado no **último mês.**

- ☐ 13. Impossibilidade de trabalhar
- ☐ 14. Pesadelos
- ☐ 15. Sensação de incompetência em todas as áreas 189
- ☐ 16. Vontade de fugir de tudo
- ☐ 17. Apatia, depressão ou raiva prolongada
- ☐ 18. Cansaço excessivo
- ☐ 19. Pensar/Falar constantemente em um só assunto
- ☐ 20. Irritabilidade sem causa aparente
- ☐ 21. Angustia/Ansiedade diária
- ☐ 22. Hipersensibilidade emotiva
- ☐ 23. Perda de senso de Humor

ANEXO-B**RESOLUÇÃO CFP Nº 016/2000
DE 20 DE DEZEMBRO DE 2000**

Ementa: Dispõe sobre a realização de pesquisa em Psicologia com seres humanos.

O **CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA**, no uso de suas atribuições legais e regimentais, que lhe são conferidas pela Lei nº 5.766, de 20 de dezembro de 1971 e;

CONSIDERANDO a iniciativa do Fórum de Entidades Nacionais da Psicologia de construção de documento referência para a Pesquisa em Psicologia com seres humanos;

CONSIDERANDO a necessidade de expandir os artigos referentes à ética na pesquisa, dispostos no Código de Ética e na Resolução nº 011/97;

CONSIDERANDO a necessidade de orientar e complementar o entendimento à Resolução 196 do Conselho Nacional de Saúde que “aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos”;

CONSIDERANDO que a pesquisa envolvendo seres humanos, em Psicologia, é uma prática social que visa a produção de conhecimentos que

propiciam o desenvolvimento teórico do campo e contribuem para uma prática profissional capaz de atender as demandas da sociedade;

CONSIDERANDO a diversidade da Psicologia e a necessidade de se levar em consideração os pressupostos teóricos e metodológicos dos seus vários campos de atuação e aplicação e conseqüentemente as diferentes formas que a pesquisa pode assumir, incluindo aí, entre outras, a pesquisa de laboratório, a pesquisa de campo e a pesquisa ação;

CONSIDERANDO a necessidade de regulamentar regras e procedimentos que devem ser reconhecidos e utilizados nessa prática;

CONSIDERANDO a decisão da Assembléia de Políticas Administrativas e Financeiras em reunião no dia 09/12/2000;

CONSIDERANDO a decisão deste Plenário nesta data;

RESOLVE:

Art. 1º - Toda pesquisa em Psicologia com seres humanos deverá estar instruída de um protocolo, a ser submetido à apreciação de Comitê de Ética em Pesquisa, reconhecido pelo Conselho Nacional de Saúde, como determina a resolução MS 196/96 do CNS.

DO PROTOCOLO

Art. 2º - O protocolo, a que se refere o artigo 1º, deverá contemplar:

- I- Os objetivos;
- II- A justificativa: Cabe ao pesquisador a responsabilidade de justificar a relevância teórica e social da pesquisa;
- III- Os procedimentos adotados;
- IV- As salvaguardas éticas, incluindo-se:
 - a) Consentimento informado: Refere-se à garantia de que a participação do(s) indivíduos(s) é voluntária, que foi (foram) informado(s) e entende(m) com clareza os procedimentos a que será(ão) submetido(s) e suas conseqüências; que foi (foram) informado(s) sobre os objetivos da pesquisa e do uso que será feito das informações coletadas.
 - b) Os limites quanto ao uso de informações e os procedimentos de divulgação dos resultados.

DO RISCO DA PESQUISA

Art. 3º - É obrigação do responsável pela pesquisa avaliar os riscos envolvidos, tanto pelos procedimentos, como pela divulgação dos resultados, com o objetivo de proteger os participantes e os grupos ou comunidades às quais eles pertençam.

§ 1º - Pesquisa de Risco mínimo – São aquelas cujos procedimentos não sujeitam os participantes a riscos maiores do que os encontrados nas suas atividades cotidianas.

§ 2º - A avaliação do risco na pesquisa com grupos vulneráveis ou em situação de risco (por exemplo, crianças e adolescentes em situação de rua, moradores de rua, habitantes de favelas e regiões periféricas das cidades, entre outros), deverá ser feita somente por pesquisadores e profissionais que conheçam bem a realidade dos participantes e tenham experiência de pesquisa e trabalho com esses grupos;

§ 3º - As pesquisas que manipulem variáveis que possam gerar ansiedade, ou que utilizem instrumentos (inclusive entrevista) com o objetivo de obter dados e informações sobre eventos que possam ter sido traumáticos (por exemplo, com vítimas de violência, abuso físico ou sexual, entre outros) não receberão classificação de risco mínimo. No entanto, o pesquisador deverá incorporar procedimentos que permitam avaliar, ao término da participação de cada indivíduo, se nenhum dano foi causado;

§ 4º - O pesquisador deverá garantir que dispõe dos meios, recursos e competências para lidar com as possíveis consequências de seus procedimentos e intervir, imediatamente, para limitar e remediar qualquer dano causado;

DO CONSENTIMENTO INFORMADO

Art. 4º - Os psicólogos pesquisadores, em respeito à autonomia, liberdade e privacidade dos indivíduos, deverão garantir, em suas pesquisas:

- I- Que a participação é voluntária;
- II- Que os participantes estão informados sobre os objetivos da pesquisa e o uso que será feito das informações coletadas;

- III- Que os participantes foram informados e entendem com clareza os procedimentos aos quais serão submetidos, bem como suas possíveis consequências.

Art. 5º - Os psicólogos pesquisadores obterão o Consentimento informado dos indivíduos a serem pesquisados como garantia de efetiva proteção dos participantes, devendo ser obedecidos os seguintes critérios:

- I- Que os indivíduos, assegurada sua capacidade legal, cognitiva e emocional para entender os objetivos e possíveis consequências da pesquisa, devem decidir se desejam ou não participar;
- II- Que os pais ou guardiães, quando a pesquisa envolve crianças e adolescentes, devem dar seu consentimento;
- III- As crianças e adolescentes, mesmo já se tendo consentimento dos pais ou responsáveis, devem ser também informados, em linguagem apropriada, sobre os objetivos e procedimentos da pesquisa e devem concordar em participar voluntariamente;
- IV- Aplica-se o princípio das alíneas “b” e “c” deste artigo, aos indivíduos que, por qualquer razão, não tenham plena capacidade legal, cognitiva ou emocional.

Art. 6º - O Psicólogo pesquisador poderá estar desobrigado do consentimento informado nas situações em que:

- I- Envolve observações naturalísticas em ambientes públicos;
- II- As pesquisas sejam feitas a partir de arquivos e bancos de dados sem identificação dos participantes;

- III- Haja reanálises de dados coletados pela própria equipe ou por outras equipes;
- IV- Haja outras situações similares em que não há risco de violar a privacidade dos indivíduos envolvidos nem de causar a eles ou aos grupos e comunidades aos quais pertencem, qualquer tipo de constrangimento.

Parágrafo único – A determinação de que não há necessidade de consentimento informado, somente pode ser feita por Comitê de Ética em Pesquisa constituída conforme a legislação em vigor.

Art. 7º - O psicólogo pesquisador não aceitará o consentimento informado dos seguintes indivíduos:

- I- Indivíduos alvo da pesquisa que não tenham plena capacidade legal, cognitiva ou emocional e os pais ou guardiães que não estejam qualificados;
- II- Pais que não tenham contato como os filhos ou guardiães legais que, efetivamente, não interajam sistematicamente e nem conheçam bem a criança ou adolescente;
- III- Pais ou guardiães legais que abusaram ou negligenciaram ou foram coniventes com o abuso ou a negligência;
- IV- Pais ou guardiães que não tenham condições cognitivas ou emocionais para avaliar as conseqüências da participação de seus filhos na pesquisa.

Art. 8º - O psicólogo pesquisador que, em seu projeto de pesquisa, deparar-se com as situações previstas nas alíneas do artigo 7º, deverá, ao

encaminhar o projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa, abordar explicitamente neste, as determinações e providências que se seguem:

- I- Se a pesquisa deve realmente ser feita com esse tipo de indivíduo ou se é possível obter o mesmo conhecimento ou informação com outros grupos menos vulneráveis;
- II- Se o conhecimento ou informações que serão obtidas devem apresentar relevância teórica ou implicações para a prática que justifiquem realizar pesquisa com os indivíduos alvo;
- III- Se os resultados podem beneficiar diretamente os participantes, ou seus grupos ou comunidade;
- IV- Se que a equipe tem experiência e treinamento adequado para conduzir o tipo de investigação proposta com os indivíduos alvo;
- V- Apresentar avaliação inicial de risco e detalhar no seu projeto as providências e medidas que serão tomadas para minimizar e remediar danos;

Parágrafo único – O Comitê de Ética em Pesquisa, ao avaliar o projeto, deverá solicitar pareceres de pesquisadores experientes na área caso não os tenha entre seus membros.

DA CONFIABILIDADE, SIGILO E USO DE INFORMAÇÕES

Art. 9º - Todos os membros da equipe de pesquisa estarão obrigados a conservar em sigilo as informações confidenciais obtidas na pesquisa, assim como proteger de riscos os participantes;

§ 1º - O uso de dados e informações para quaisquer finalidades, que não tenham sido informadas aos participantes, somente poderá ser feito após consulta ao Comitê de Ética em Pesquisa;

§ 2º - A critério do pesquisador principal, bancos de dados poderão ser compartilhados com outros pesquisadores, desde que garantida a proteção dos participantes, em projetos nos quais esse tipo de colaboração tenha sido prevista e aprovada por Comitê de Ética em Pesquisa;

§ 3º - No caso de pesquisa com crianças e adolescentes e outros indivíduos vulneráveis, o pesquisador é responsável pela proteção dos participantes, devendo tomar providências sempre que constatar que estes se encontram em situação de risco sério e iminente à sua integridade física ou emocional.

§ 4º - Quando pertinente, o projeto deve conter previsões claras de ações a serem tomadas, quando forem constatados casos de abuso físico ou sexual contra crianças e adolescentes ou outras situações que requeiram ação imediata dos pesquisadores;

§ 5º - As ações a serem tomadas, descritas no projeto, devem ser apropriadas e compatíveis com a gravidade da situação, buscando o uso dos recursos comunitários e legais disponíveis, visando sempre minimizar danos, proteger e não causar malefício;

§ 6º - O psicólogo pesquisador, em decorrência da pesquisa e pela confiança que os participantes depositam nele, deverão manter sigilo ao tomar conhecimento de transgressões de qualquer natureza, mesmo que não envolvam risco iminente e grave, especialmente se dizem respeito a acontecimentos pretéritos, levando o assunto ao Comitê de Ética em Pesquisa;

DO USO DE INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

Art. 10 - Os psicólogos pesquisadores são responsáveis pelo uso que fazem de instrumentos de avaliação psicológica, devendo avaliar criteriosamente as informações disponíveis nos manuais dos instrumentos e na literatura especializada da área.

DA AUTORIA E CO-AUTORIA

Art. 11 - Os psicólogos deverão assumir responsabilidade e receber crédito apenas por trabalho efetivamente realizado ou para o qual contribuíram de forma substancial, assim como deverão incluir nos créditos das publicações todos aqueles que participaram da realização do trabalho, identificando a qualidade de cada participação.

Art. 12 - Os psicólogos pesquisadores, no que tange à autoria e co-autoria da pesquisa, deverão se orientar pelos procedimentos consensuais no meio acadêmico e por legislação aplicável à espécie.

Parágrafo único – Segue-se os mesmos procedimentos para dissertação de teses e publicação de livros ou artigos oriundos da pesquisa.

DOS PARECERES

Art. 13 - Todo pesquisador tem a obrigação de emitir pareceres, se for de sua competência, quando solicitado por agências financiadoras, revistas científicas ou sociedades científicas, desde que tenha sido consultado previamente sobre sua disponibilidade em emitir pareceres.

§ 1º - O parecerista emitirá seu parecer de forma completa no prazo previsto ou, quando impossibilitado, comunicará imediatamente sua situação ao solicitante;

§ 2º - O psicólogo pesquisador ao redigir o parecer, limitar-se-á a comentar e discutir o trabalho apresentado, tornando o parecer um instrumento pedagógico, que orienta na correção de erros e defeitos observados no trabalho;

§ 3º - O material recebido para a emissão de parecer deverá ser mantido em sigilo, não podendo ser divulgado ou utilizado para nenhuma outra finalidade. Caso o material contenha informações importantes à pesquisa do parecerista, este deverá fazer contato com o(s) autor(es), inicialmente através do editor ou de quem solicitou o parecer, a fim de que possa fazer uso das informações.

Art. 14 - É vedado ao psicólogo pesquisador ser parecerista nas seguintes situações:

- a) quando houver qualquer tipo de conflito de interesse;
- b) quando atuou como colaborador com o autor;
- c) quando da existência de motivos que interfiram na sua objetividade.

Parágrafo único – Aplicam-se ainda a esse artigo, os dispositivos do Código de Ética Profissional do Psicólogo.

DA DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS

Art. 15 - Quando das comunicações científicas e da divulgação ao público, o psicólogo pesquisador estará obrigado a vigilância do Código de Ética Profissional do Psicólogo, especialmente nos artigos que tratam da matéria (artigos de 30 a 38).

Art. 16 - Esta Resolução entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Brasília (DF), 20 de dezembro de 2000.

ANA MERCÊS BAHIA BOCK

Conselheira Presidente