

CONDIÇÕES DE TRABALHO E ESTRESSE: UM ESTUDO COM PROFESSORES DO SEXO MASCULINO DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Work conditions and stress: a study with basic education male teachers

SILVA, Regisnei Aparecido Oliveira¹

GUILLO, Lúdia Andreu²

RESUMO

O presente estudo teve por objetivo verificar a relação entre as condições de trabalho e o estresse em docentes do sexo masculino da rede pública estadual de Educação Básica em uma cidade do sudoeste goiano. Caracteriza-se como estudo de caso descritivo longitudinal realizado com 20 professores selecionados por critérios de inclusão e exclusão e que se dispuseram a participar da pesquisa com autorização por meio de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Para a coleta de dados, utilizaram-se formulários de identificação das condições de trabalho e Escala de Percepção de Estresse-10 (EPS-10) aplicada em três momentos do ano letivo (início das aulas; férias de julho; última semana de aula). Os resultados mostraram inúmeros fatores que caracterizam um estado de precarização do trabalho docente, criando uma pressão no trabalho e, conseqüentemente, situações de estresse entre os professores. Os dados confirmam que fatores como idade, tempo de atuação profissional, número de escolas em que atuam, carga horária trabalhada, dentre outros, podem influenciar o nível de estresse docente. Portanto, as políticas educacionais devem levar em conta esses fatores para garantir uma condição de trabalho que atenda às necessidades da educação, sem comprometer a saúde mental e o bem-estar dos professores.

Palavras-chave: Condições de trabalho; Saúde docente; Educação básica.

ABSTRACT

This study aims to investigate the relationship between stress and working conditions in male teachers of public schools of basic education in a city in southwest of Goiás state, Brazil. It is characterized as longitudinal descriptive case study of 20 teachers selected by criteria of inclusion and exclusion who expressed interest to participate in the research. Thus they signed a Free and Informed Consent (FC) form. For data collection was used forms of identification working conditions and Perceived Stress Scale - 10 (PSS-10) performed in three different times of the school year (beginning of classes; holiday July; last week of school). The results of the study show several factors that characterize the precarious situation of the teaching work. Thus, causing pressure at work and therefore stressful situations among teachers. The data confirm that factors such as age, professional activity time, number of schools in which teachers work, hours worked, among others, can affect the level for stress that a teacher experiences. Therefore, education policies must take into account these factors to ensure a working condition that meets the educational needs without compromising the mental health and well-being of teachers.

Keywords: Work conditions; Health of teacher; Basic education.

¹ Doutorando em Ciências da Saúde da Universidade Federal de Goiás (UFG), Mestre em Educação pela Universidade Federal de Mato Grosso, Licenciado em Ciências Biológicas pela Universidade do Estado do Mato Grosso. Professor Assistente de Estágio e Prática de Ensino da Licenciatura em Biologia da UFG/Campus Jataí. E-mail: <regisneioliveira@gmail.com>.

² Doutora em Ciências Biológicas pela Universidade de São Paulo. Professora Titular do Curso de Licenciatura em Biologia da UFG. E-mail: <lidia.guillo@gmail.com>.

INTRODUÇÃO

A realidade das condições de trabalho dos docentes na atualidade é reportada por muitos pesquisadores como um processo de precarização do trabalho (ALVES, 2012; ASSUNÇÃO; OLIVEIRA, 2009; BOSI, 2007; OLIVEIRA, 2006) e tem se constituído em um rico campo temático multidisciplinar para investigação científica. Diante desse contexto, a categoria de professores, principalmente dos docentes da Educação Básica, encontra-se exposta a riscos psicossociais ao defrontarem com situações adversas em seu cotidiano. Essa situação tem levado os professores ao adoecimento físico e psíquico, gerando mal-estar na profissão. Nóvoa (1999) relata que, há muito tempo, os professores vêm sofrendo de uma situação de mal-estar na profissão, que causa desmotivação pessoal com a docência, abandono, insatisfação, indisposição, dentre outros sintomas que demonstram uma autodepreciação da carreira.

A imagem idealizada do professor, como uma figura modelo, que se coloca diante de grupos de alunos obtendo respeito e admiração dos próprios alunos e de toda a sociedade já não se faz presente nos dias atuais, levando a uma situação de mal-estar docente e inúmeras consequências para sua atuação profissional. Naujorks (2002) argumenta que a docência é uma das profissões que mais causa desgaste emocional e estresse. Para a autora, esse trabalho, que poderia ser uma fonte de realização pessoal e profissional, torna-se frustrante, e todas as situações novas (que poderiam servir como uma motivação) passam a ser uma ameaça temida e, portanto, evitada. Para Esteve (1999), entre o ideal da função de professor e as condições que o mercado de trabalho impõe, perdura um espaço de tensão que ocasiona um nível de estresse elevado, pressionando para baixo a eficácia da atividade docente. Desse modo, o professor dispõe de estratégias de enfrentamento para se adaptar à realidade. Os mecanismos de defesa psicológica surgem como uma estratégia natural do próprio organismo que se resguarda das adversidades. Esse enfrentamento leva ao esgotamento dos recursos emocionais, levando esses docentes ao deterioramento profissional e pessoal e, conseqüentemente, a problemas de saúde (MORENO-JIMENEZ *et al.*, 2002; WITTER, 2012).

A saúde dos professores vem sendo tema de questionamentos, debates e inúmeras ações trabalhistas nas diferentes instituições de ensino (ROBALINO, 2012). Dentre os problemas de saúde, é atual a discussão em torno do "estresse", caracterizado como um desgaste anormal do organismo humano no enfrentamento de situações e conseqüente diminuição da capacidade de trabalho (BENEVIDES PEREIRA *et al.*, 2003). Dentre outros conceitos de estresse, destacamos o apresentado por Lipp (2004), que é definido como uma reação psicofisiológica muito complexa, que tem, em sua gênese, a necessidade de o organismo lidar com algo que ameaça sua homeostase ou equilíbrio interno. Os conceitos de estresse apresentados pelos autores apontam uma relação de desequilíbrio entre as exigências ambientais e os recursos pessoais que o sujeito dispõe para o enfrentamento da situação. Essa condição que provoca o desequilíbrio é denominada de agente estressor (MARTINS, 2007). Selye (1965 *apud* BENEVIDES PEREIRA, 2003) descreve três etapas do estresse: a primeira, denominada *alarme*, é o momento em que o organismo reage ao agente estressor. A segunda, denominada *resistência*, refere-se à tentativa de adaptação do organismo diante da situação. Se o indivíduo tiver êxito, a situação

de estresse se encerra; do contrário, entra em outra fase denominada *exaustão*, que se caracteriza pelo esgotamento das forças do indivíduo.

Apesar de existir evidências que apontam a ocorrência de estresse entre professores, as informações sobre pesquisas com essa temática no Brasil ainda são escassas, o que justifica a necessidade de estudos dessa natureza, considerando os diversos fatores como a diversidade cultural, social e econômica do país. Os estudos com a temática utilizados para fundamentar esta pesquisa, em sua maioria, abordam, de forma geral, os gêneros masculino e feminino. No entanto, alguns estudos trazem uma relação de distinção entre gêneros para medir o nível de estresse do sujeito. Dentre esses estudos, destacamos o realizado por Areias e Guimarães (2004) com professores do Estado de São Paulo, onde apontou que os professores do gênero feminino apresentaram mais estressores externos do que os masculinos, portanto, estão mais expostos aos efeitos danosos do estresse.

A atuação de docentes do sexo masculino na Educação Básica é um fenômeno crescente nos últimos anos. Embora a categoria ainda seja essencialmente feminina, o número de mulheres em relação aos homens que entram na profissão tem diminuído gradativamente ano a ano, ocorrendo um processo de “desfeminização” da categoria, principalmente no Ensino Médio onde atualmente já há quase uma igualdade de gênero (BATISTA; CODO, 1999).

Nesse contexto, o presente estudo procurou correlacionar o estresse percebido com as condições de trabalho dos professores do sexo masculino da rede pública estadual de Educação Básica de uma cidade do sudoeste do Estado de Goiás.

METODOLOGIA

A pesquisa foi caracterizada como estudo de caso descritivo longitudinal, com abordagem quantitativa. O estudo de caso, conforme Gil (2002, p.54), consiste no um estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetos, de maneira que permita seu amplo e detalhado conhecimento [...]”.

O estudo foi realizado com 20 professores do sexo masculino (de um total de 39) da rede pública estadual de Educação Básica em uma cidade do Sudoeste goiano. Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Goiás e anuência da Subsecretaria Estadual de Educação, foi realizada a escolha dos professores conforme critérios de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão definidos foram: professores do sexo masculino da Educação Básica e mínimo de 1 ano de atuação. A exclusão se deu pelos seguintes critérios: professores que fazem uso de bebidas alcoólicas, cigarros e drogas que exercem influência no sistema nervoso central, bem como medicamentos de uso contínuo; professores que foram diagnosticados com doença crônica; professores que foram expostos a qualquer fator de estresse no último mês, antes do período de coleta (por exemplo, a morte de um membro da família, doença de familiares). Após a seleção, os participantes da pesquisa foram submetidos a um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e questionário de identificação. A escolha pelo sexo masculino se deu em decorrência de a fisiologia do estresse estar associada à regulação hormonal – que

difere entre homens e mulheres –, e esta pesquisa não tem a intenção de realizar comparações entre gêneros. Como instrumentos de coleta de dados utilizaram-se formulários de identificação das condições de trabalho e saúde e da Escala de Percepção de Estresse-10 (EPS-10) de Cohen, Kamarck e Mermelstein (1993), adaptada por Reis, Hino e Rodriguez-Añez (2010) e aplicada em três momentos do ano letivo (início do ano letivo, férias de julho e final do ano letivo). As questões dessa escala se referem a sentimentos e pensamentos do voluntário durante os últimos 30 dias. Em cada questão deve-se indicar a frequência com que se sentiu ou pensou a respeito da situação apresentada.

Os dados provenientes da Escala de Percepção de Estresse tiveram tratamento estatístico conforme programa de *software* Microsoft Office Excell 2010. Para a análise dos grupos estudados, os valores individuais foram agrupados, calculando-se a média.

RESULTADOS

PERFIL DOS SUJEITOS PESQUISADOS

Participaram da pesquisa 20 professores do sexo masculino da Educação Básica de escolas públicas da rede estadual de ensino, sendo 10 docentes do Ensino Fundamental e 10 do Ensino Médio. Entre eles, dois exercem a função de diretor, dois de coordenador e os demais atuam como professores em atividades de sala de aula.

Sobre a formação identificou-se que todos são licenciados em diferentes áreas do conhecimento, sendo Ciências Biológicas (4), Matemática (4), Educação Física (3), Letras (2), Pedagogia (2), Filosofia (1), Física (1), Química (1), Geografia (1) e História (1). Oito professores possuem especialização (pós-graduação *lato sensu*) e dois possuem o curso de mestrado. Percebe-se que a instituição cumpre as recomendações da LDB, Lei Federal n. 9.394/96 em seu artigo 62, em que faz referência à formação mínima dos professores para exercerem o magistério na Educação Básica: “A formação de docentes para atuar na educação básica far-se-á em nível superior, em curso de licenciatura, de graduação plena, em universidades e institutos superiores de educação”.

A maioria dos professores afirma que, além da formação inicial ou dos cursos de pós-graduação, não realizam formação contínua, caracterizada como cursos de atualização e/ou capacitação. Apenas dois professores disseram realizar cursos de formação contínua em espaços formativos como Universidades, Secretaria de Educação e outros espaços.

O tempo de atuação na docência é bastante variado entre os sujeitos pesquisados, indo de 1 a 30 anos. Os resultados apontaram que 45% dos professores participantes da pesquisa possuem de 1 a 7 anos de experiência na profissão, 40% de 8 a 14 anos e apenas 15% dos professores possuem 15 ou mais anos de atuação na docência.

Quanto à situação trabalhista, a metade dos professores está em regime de contrato temporário, enquanto os demais são efetivos. Entre os professores, identificamos que quatro atuam em outra atividade que não a docência e dezesseis atuam apenas em atividades de docência, compreendendo também as ações de direção e coordenação pedagógica das escolas. O fato de o professor exercer outra profissão além da

docência revela a ausência de uma identidade profissional, o que pode comprometer o desenvolvimento de um trabalho coletivo e de qualidade no interior das escolas. Outro dado importante que revela um processo de precarização do trabalho docente é o número de escolas em que atuam. Entre os docentes investigados, identificou-se que a maioria atua em duas ou mais escolas, sendo 50% em duas, 15% em três e 5% em quatro escolas. Apenas 30% dos docentes investigados atuam em uma escola.

Esse cenário demonstra que os direitos trabalhistas dos professores não são compreendidos por muitos governos como condição essencial para a consolidação do processo de profissionalização docente (SILVA, 2012). Além do mais, a condição de atuar em lugares distintos em um mesmo dia leva o docente a percorrer distâncias consideráveis, mudar constantemente seu ambiente de trabalho e suas relações interpessoais, acarretando, com isso, desconforto físico e emocional.

Da mesma forma a jornada de trabalho dos professores é extensa. Os resultados apontam que a metade dos professores (50%) atua por até 12 horas diárias, ou seja, três turnos. 45% dos professores afirmam atuar de 31 a 40 horas de trabalho semanal e 5% declararam trabalhar 20 horas por semana.

A carga horária de trabalho docente compreende uma dimensão física e outra psíquica que influenciam direta e indiretamente na saúde e na vida dos professores (CRUZ *et al.*, 2010). Desse modo entende-se que o trabalho em excesso compromete a saúde física e mental desses profissionais ao mesmo tempo em que compromete as relações familiares e sociais.

CONDIÇÕES DE SAÚDE E TRABALHO DOCENTE DOS SUJEITOS PESQUISADOS

A relação entre o processo de trabalho docente e as condições em que o mesmo é realizado merece destaque por ser esta relação um fator de possível adoecimento tanto físico como mental dos professores. Os resultados da pesquisa realizada apontam inúmeros fatores que caracterizam a realidade vivenciada pelos sujeitos investigados, identificando aspectos importantes para o estudo da relação entre as condições de trabalho e saúde dos professores.

Durante a pesquisa, foi apresentado aos sujeitos um formulário com uma lista de doenças, e eles deveriam marcar as doenças pelas quais foram acometidos. As doenças apresentadas são caracterizadas como ocupacionais que, de acordo com Costa (2009), são as moléstias de evolução lenta e progressiva, originárias de causa igualmente gradativa e durável, vinculadas às condições de trabalho. Entre as doenças marcadas pelos professores destacam o estresse, apontado por 70% dos professores, seguida de doenças psicossomáticas e problemas de voz, com 60 e 55% respectivamente. Outras doenças foram citadas em menor proporção, como doenças musculoesqueléticas (30%), processos inflamatórios das vias respiratórias (25%) e depressão, ansiedade, nervosismo, crises de pânico (25%). As doenças cardiovasculares, embora estivessem no formulário apresentado para os sujeitos, não foram citadas, assim como os problemas relacionados aos acidentes de trabalho.

O estresse, apesar de ser caracterizado como um problema ligado ao sistema emocional, foi apresentado em separado aos sujeitos. Percebe-se que 70% dos

indivíduos marcaram o estresse como uma doença que está relacionada ao trabalho. Outras doenças também de caráter emocional (depressão, ansiedade, nervosismo, crises de pânico) foram indicadas em menor percentual (25%) pelos professores investigados. Essas doenças podem estar presentes na vida dos profissionais pesquisados em decorrência do ritmo intenso de trabalho dos professores, da longa jornada de trabalho, da tensão do ambiente de trabalho, caracterizado por indisciplina e desinteresse dos alunos, bem como conflitos entre os colegas de profissão.

Pesquisa realizada no Brasil³ por Codo (1999) revelou um nível elevado de estresse associado ao trabalho entre os docentes da Educação Básica. Para o pesquisador, as causas do estresse em professores são: o acúmulo de trabalho que deve ser executado, conflitos entre alunos e destes com os professores, estudantes desmotivados, salário inadequado, além das más condições de trabalho.

Os problemas com a voz foi apontado como a terceira doença que mais acomete os professores pesquisados (55%). A voz, instrumento essencial do trabalho do professor, merece atenção e cuidado para que a mesma dê condições ao profissional de exercer seu trabalho de maneira eficaz. Esse problema pode ser agravado por diversos fatores como jornada de trabalho extensiva, acarretando o uso da voz por muitas horas seguidas; número excessivo de alunos em sala de aula, fazendo-o aumentar a intensidade de sua voz para ser ouvido; condições físicas de trabalho inadequadas, como salas de aula mal projetadas, com problemas de acústica e ruído externo e interno; falta de informações sobre os cuidados com a saúde vocal, tanto na formação profissional quanto no decorrer da carreira (AMORIM, 2007). Esses mesmos fatores somados a outros (contato com muitas pessoas, pó de giz, pouca ventilação) são responsáveis pelos processos inflamatórios das vias respiratórias, apontados como um dos problemas de saúde que acomete um quarto dos professores pesquisados (25%).

As doenças musculoesqueléticas ocuparam o quarto lugar entre as citadas pelos professores (30%). Essas doenças (dor nas costas, dor nas pernas, dor nos braços) podem ser ocasionadas pelos assentos inadequados ou pela ausência deles, longos períodos de pé para escrita no quadro, explicações de conteúdos ou atendimento aos alunos, materiais didáticos e de apoio pedagógico (livros, computador, data show) que são carregados, além da tensão do trabalho diário que provoca problemas musculares e nas articulações (LIMA; LIMA-FILHO, 2009).

As doenças psicossomáticas, caracterizadas nessa pesquisa como gastrites, úlceras e enxaquecas, foram apontadas por 60% dos professores, sendo a segunda maior causa de doença. Essas doenças são manifestadas, principalmente, em pessoas que vivem ou trabalham em ambientes tensos, que exigem muito do estado psicossocial dos indivíduos. Os professores se enquadram nesse perfil, pois estão constantemente submetidos a situações de esgotamento psíquico. O processo de adoecimento psicossomático é compreendido como resposta a uma estrutura social e cultural, situada em determinado ambiente físico onde a relação do homem com seu ambiente psicossocial e físico pode provocar emoções desprazerosas e propiciar reações de todas as formas, inclusive patológicas (DEJOURS, 2012).

³ Pesquisa realizada pela Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE) em parceria com o Laboratório de Psicologia do Trabalho da Universidade de Brasília (LPT-UnB).

De um modo geral as doenças citadas revelam uma estreita relação com a sobrecarga ocupacional de trabalho dos indivíduos, ou seja, com a condição de realização de seu trabalho. No entanto, esses problemas de saúde nem sempre são motivos de afastamento dos professores de sua atividade profissional na escola. De todos os sujeitos participantes da pesquisa, 14 docentes afirmaram nunca ter se afastado do trabalho para tratamento de doença; outros 6 professores (30%) afirmaram que se afastaram por um período que variou de 1 a 60 dias.

Diferentes pesquisas (CODO, 1999; NAUJORKS, 2002; ASSUNÇÃO, 2009; CRUZ *et al.*, 2010) apontam que os transtornos psíquicos ocupam o primeiro lugar entre os diagnósticos que provocaram afastamentos de professores, seguido por doenças do sistema respiratório e doenças do sistema locomotor.

A relação do trabalho com a vida cotidiana do professor tem reflexo direto no bem-estar de sua saúde, como apontam as pesquisas que dão suporte a essa discussão. Nos resultados obtidos pelo formulário aplicado aos professores, pode-se perceber uma gama de fatores que devem ser levados em consideração ao investigar a saúde docente e sua relação com as condições de trabalho.

Todos os professores afirmaram levar trabalhos escolares para serem concluídos em casa, principalmente nos finais de semana. As opções “sempre” e “frequentemente” aparecem em 35% e 65% dos investigados respectivamente. Nesse caso, o trabalho “rouba” o tempo que deveria ser dedicado à família, gerando conflito entre a necessidade de trabalhar e a necessidade de dedicar um tempo de atenção ao cônjuge e aos filhos.

Se de um lado a necessidade de trabalhar, de outro a necessidade de se dedicar mais à família, à vida cotidiana com a casa, os filhos, o marido, as obrigações... Enfim, um conflito instalado, um paradoxo, uma angústia. A atividade profissional exige também um trabalho fora da escola. Ler, corrigir prova, preparar aula, se atualizar. Atividades inerentes à função. Essa é a vida do professor, é exercer uma missão de tempo integral. O envolvimento pessoal no trabalho continua e tem que continuar cada vez mais intenso, é a sua proposta de vida. Mas, e a família? O resultado disso tudo não poderia ser outro, um sofrimento psíquico, a exaustão emocional e a despersonalização (VASQUES-MENEZES; CODO; MEDEIROS, 1999 p.281).

A situação apresentada compromete o descanso e o tempo livre para dedicar à família ou a amigos. No entanto, observamos nos resultados que o pouco tempo livre dos professores é dedicado, principalmente, a atividades com a família e amigos (75%), “assistir TV” e ao descanso (60%). Diante desse perfil de trabalho, os professores demonstraram não ter tempo para realização de atividades físicas e práticas esportivas, situação apontada por aproximadamente metade dos participantes (55%), o que compromete ainda mais as condições de saúde do trabalhador. Dentre os que realizam atividades físicas, apenas três participantes (15%) afirmaram realizar diariamente, 45% realizam com frequência e 40% raramente realizam.

Resultado semelhante foi obtido por Lima e Lima-Filho (2009) ao pesquisarem professores universitários da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Na pesquisa os autores identificaram que a opção de lazer mais praticada pelos professores é o cinema, seguido de atividades com familiares e amigos. Apenas um pequeno percentual (16%) declarou realizar atividades esportivas em seus momentos livres.

Essas informações vão ao encontro do que afirma Robalino (2012), ao destacar que os professores dedicam enorme quantidade de horas de sua vida pessoal ao trabalho escolar, resultando em um excedente de horas trabalhadas sem remuneração. Desse modo, ao exercerem o ofício docente, lhes sobra pouco tempo para o descanso, atividades de lazer ou atividades com amigos e familiares, comprometendo o tempo livre. É sabido que muitas vezes o trabalho docente invade o espaço doméstico culminando em um desajuste da profissão.

O lazer é determinado historicamente e possui uma característica imutável que é a busca pelo prazer e, conseqüentemente, a satisfação no trabalho. Desse modo, o lazer pode ser compreendido como um dos aspectos estruturantes da saúde física e mental, interferindo no processo saúde-doença do ser humano (CARVALHO; CUNHA, 2006).

A insatisfação no trabalho docente, apontada por alguns autores como “mal-estar docente”⁴ pode interferir em seu bem-estar na profissão, sendo fator determinante para algumas patologias, principalmente de cunho emocional. Nesta pesquisa, menos da metade dos professores (40%) disseram estar satisfeitos com o trabalho que exercem. Outros 45% se mostraram indiferentes quanto a essa situação. Apenas 15% declararam completamente insatisfeitos e pretendem desistir da profissão. Esse resultado reafirma os resultados obtidos por Oliveira (2006). A autora destaca que os professores perderam a autoestima e muitos têm vergonha de declarar a profissão ou de falar do seu trabalho. Para ela isso compromete o desempenho profissional e a saúde, advindo daí inúmeros casos de problemas mentais, sobretudo casos de *burnout*.⁵

Além dos problemas aventados, outras situações de cunho político e social interferem diretamente no trabalho docente e, conseqüentemente, em sua condição de saúde. Os sujeitos pesquisados apontaram inúmeros problemas, destacando as condições salariais (80%), o desinteresse dos alunos pelo ensino (80%) e a ausência da família na escola (70%). Além destes, é importante destacar os problemas recorrentes em muitas escolas do Brasil, como indisciplina dos alunos (45%), falta de materiais didáticos (45%) e condições estruturais e ambientais da escola (45%).

Como se vê, dentre os problemas que afetam a condição de trabalho do professor, a situação salarial da categoria compete com o desinteresse dos alunos pelo ensino. Os baixos salários levam o professor a procurar outras fontes de renda aumentando sua jornada de trabalho, o que compromete sua saúde e o desenvolvimento de um trabalho de qualidade, pois diminui o tempo para se dedicar à profissão, acompanhar os alunos, preparar aulas e se atualizar. Por outro lado, o desinteresse dos alunos pelo ensino promove um desestímulo do professor para com a profissão. Muitas vezes os professores passam boa parte do tempo tentando convencer os alunos da importância e necessidade de estudar. Para isso, procuram inovar técnicas de ensino, muitas vezes sem grande sucesso, o que os deixa frustrados e acabam desistindo de seus esforços, levando a condições insatisfatórias de sua autoestima (FERREIRA, 2010).

⁴ De acordo com Esteve (1999), mal-estar docente é um fenômeno social, que possui como agentes desencadeadores a desvalorização profissional, a violência, a indisciplina, entre outros fatores que podem promover uma crise de identidade em que o professor passa a se questionar sobre a sua escolha profissional e o próprio sentido da profissão.

⁵ *Burnout* é uma síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não o importam mais e qualquer esforço lhe parece inútil (CODO, 1999).

O desinteresse do aluno pelo ensino e os problemas de indisciplina são, muitas vezes, associados a outro problema citado pelos professores e que merece destaque: a ausência da família na escola. Essa ausência compromete o trabalho docente, pois há uma compreensão entre os professores de que os pais ou responsáveis deveriam contribuir na educação escolar de seus filhos. Na medida em que essa parceria não funciona, sobra para a escola toda a tarefa de educar, multiplicando o trabalho do professor.

Na mesma medida os problemas de violência e drogas nas escolas são apontados pelos professores como fator que interfere em sua situação de trabalho, caracterizando como uma fonte de tensão e insegurança. Esses problemas abalam o convívio harmonioso da comunidade escolar e, por vezes, professores sofrem ameaças à sua integridade física, comprometendo o seu bem-estar no espaço de trabalho.

As condições estruturais e ambientais da escola não consideram o trabalho docente em sua totalidade, de modo que é comum nas escolas não existirem salas para a preparação de aulas, há ausência de materiais didáticos ou espaços para descanso (ROBALINO, 2012). Nesse sentido observa-se que, na maioria das escolas, sua arquitetura é pensada muito mais para garantir o silêncio e o isolamento das turmas do que na integração do grupo, tornando ainda mais complexo o trabalho docente. Semelhante aspecto tem o pátio escolar, que não oferece as mínimas condições de vivência coletiva, quase sempre sem arborização, assentos ou áreas de lazer. O ambiente como espaço de convivência e de trabalho pode ter efeitos mais ou menos prejudiciais à saúde das pessoas (CAMPOS, 2006).

Quanto às relações que se estabelecem entre colegas, a pesquisa não revelou problemas que comprometam o trabalho docente, sendo apontado por apenas um sujeito. No entanto, pesquisas têm mostrado que há uma complexidade no relacionamento interpessoal entre os docentes de um mesmo estabelecimento de ensino que, por vezes, podem sofrer contradições em suas práticas cotidianas, gerando conflitos em suas relações. É preciso compreender as difíceis e complexas relações existentes entre os professores e a gestão escolar, entre professores e alunos, e entre professores e professores, como elementos necessários para a compreensão da intrincada rede envolvendo a dinâmica da organização do processo de trabalho na escola e o adoecimento docente (BORGES, 2011).

Diante do exposto, compreendemos que os processos de saúde-doença dos professores têm um conjunto de determinações sociais, políticas, culturais e individuais correlacionadas às condições de trabalho. Desse modo é importante destacar Dejours (1986), ao defender que é a partir da compreensão das condições de trabalho que se pode compreender o que se passa na sociedade e nos indivíduos, em sua saúde física e mental, ou seja, para conhecer o indivíduo, precisa-se conhecer o seu trabalho.

○ ESTRESSE PERCEBIDO

A Escala de Percepção de Estresse-10 (EPS-10), aplicada aos participantes em três momentos durante o ano letivo, revelou que a maioria dos sujeitos apresenta um valor aproximado de percepção de estresse no início e final do ano letivo. Esse valor tem um decréscimo em quase totalidade dos sujeitos no período de férias.

Em um escore de 0 a 40 pontos possibilitados pela escala, os valores médios individuais entre os participantes variaram entre 6 e 26,33 pontos.

Se considerarmos o valor médio das três coletas (início do ano letivo, férias de julho e final do ano letivo), percebe-se um valor maior no início do ano letivo com uma média de 17,05 pontos. No período de férias, a média caiu para 12,15 pontos, tornando a aumentar no final do ano letivo (16,6 pontos). Esses dados destoam do que apontam estudos realizados por Esteve (1999) e Delcor *et al.* (2004), quando escrevem que o final do ano letivo é o momento de maior desgaste para os professores. Isso pode ser explicado pelas mudanças recentes ocorridas no ensino básico do estado de Goiás, onde o processo avaliativo torna-se constante durante todo o ano letivo, não sobrecarregando sua importância ao final do ano.

CORRELAÇÃO ENTRE O ESTRESSE PERCEBIDO E AS VARIÁVEIS

No presente estudo procurou-se também investigar se existem diferenças na percepção do estresse dos participantes em função das variáveis: idade, tempo de experiência, carga horária semanal, número de escolas em que atua, níveis e ensino e disciplinas de atuação.

Em relação à variável idade, os sujeitos foram distribuídos em 3 níveis etários: 21 a 30 anos; 31 a 40 anos e 41 a 50 anos. Observou-se na amostra uma predominância de sujeitos na faixa etária de 21 a 30 anos, com metade dos participantes. Esse dado aproxima-se de resultados de pesquisa realizada por Alves (2012), em Goiás, em que aponta que 37% dos docentes em Goiás possuem idade na faixa etária compreendendo entre 26 a 36 anos. Em consonância com essa informação, Pereira (2006), ao descrever resultados de pesquisa com alunos de licenciatura em Minas Gerais, mostra que quase metade dos iniciantes desses cursos possui menos de 20 anos, o que leva a crer que entrarão jovens no mercado de trabalho. Nos dados obtidos observou-se que os professores na faixa etária de 21 a 30 anos apresentaram um discreto aumento na percepção de estresse em relação aos professores na faixa etária de 31 a 40 anos, com 14,37 pontos e 13,97 pontos respectivamente. Em contrapartida os professores na faixa etária de 41 a 50 anos apresentaram o maior nível de percepção de estresse (18,45 pontos). Isso demonstra que professores em final de carreira tendem a absorver os problemas e as frustrações do cotidiano. Após anos de atuação, a motivação e o desejo presentes nos professores em início de carreira são substituídos por uma combinação de fatores geradores de dificuldades e insatisfação acumulados durante o percurso profissional (LAPO; BUENO, 2003). Esse mesmo relato pode ser atribuído à variável “tempo de experiência”, que nesta pesquisa foi categorizada em quatro níveis (até 4 anos; 5 a 9 anos; 10 a 14 anos e 15 ou mais anos).

Assim como a idade, o tempo de atuação na educação é um fator que contribui com o nível de estresse apresentado pelo sujeito. Percebeu-se nos resultados que os professores com 15 ou mais anos de docência⁶ apresentaram a maior percepção de estresse, com 17,42 pontos em relação aos demais níveis. Entre os

⁶ Segundo Huberman (1999), entre o 15º e 25º ano de atuação na docência o professor vive uma fase de instabilidade marcada pela monotonia, pelo desencanto e por fracassos nas experiências.

professores com até 7 anos de experiência e de 8 a 14 anos o estresse percebido ficou em 15,11 pontos e 14,56 pontos respectivamente. Essa oscilação no índice de estresse percebido, conforme o tempo de experiência, é explicado por Huberman (1999) ao estudar as fases da docência. Para o pesquisador, o início da carreira é marcado por um período de crises, insegurança e medo ao mesmo tempo em que vivencia uma situação de entusiasmo inicial, novas experiências e exaltação por estar em situação de responsabilidade e fazer parte de um corpo profissional. É o chamado *choque de realidade*⁷, que é ocasionado por fatores que tendem a alterar o estado de estresse do sujeito. Com o passar do tempo o professor entra em uma fase de estabilização com mais segurança e domínio da situação. Essa segunda fase comprova o que os dados nos apontam, ou seja, um decréscimo nos índices de percepção de estresse dos professores. Por último o professor entra na terceira fase, caracterizada a partir da metade da carreira, geralmente a partir do 15º ano de profissão. Nessa fase o professor vive uma situação de instabilidade marcada pela monotonia, pelo desencanto e por fracassos nas experiências. O cansaço do trabalho diário e das lutas pela melhoria da carreira e das condições de trabalho dá origem ao esgotamento físico e emocional, comprometendo sua saúde, qualidade de vida e atividade profissional (ESTEVE, 1995; HUBERMAN, 1999; GABARDO; HOBOLD, 2011).

Ainda sobre as variáveis apresentadas, verificou-se que o excesso de carga horária de trabalho semanal também é um fator que contribui para elevar a percepção de estresse dos professores. Os professores com carga horária de 41 a 60 horas apresentaram uma percepção de estresse de 16,13 pontos, enquanto a média dos professores com carga horária de até 40 horas ficou em 15,13 pontos.

Em consonância com a carga horária, o número de escolas em que os professores atuam influencia no indicativo de percepção de estresse, ou seja, quanto maior o número de escola, maior é o estresse percebido. Os resultados comprovam isso ao revelar que os professores que atuam em apenas uma escola apresentaram uma percepção de 14,86 pontos; os que atuam em 2 escolas 15,2 pontos; e os que atuam em 3 ou mais escolas apresentaram uma média de estresse de 14,24 pontos.

A situação trabalhista foi caracterizada nesta pesquisa em dois grupos: professores efetivos e professores contratados. Os resultados apontaram uma diferença nos níveis de estresse apresentados por esses dois grupos de professores, sendo identificada uma média maior entre os professores com contrato temporário (16,2 pontos) em relação aos professores efetivos (14,2 pontos). Esse dado demonstra a importância da estabilidade profissional na vida funcional do professor.

O nível de ensino em que atuam os professores pode ser um fator determinante para a situação de estresse. O resultado apontou que os professores que atuam no Ensino Médio têm uma percepção de estresse mais elevada (16,7) do que os que atuam no Ensino Fundamental (14,05). Esse resultado é explicado ao analisar o atual modelo de Ensino Médio das escolas pesquisadas, caracterizado como uma preparação para o vestibular. Esse modelo exige dos professores maior conhecimento e capacidade de sistematização, o que acarreta uma dedicação maior para os momentos de preparação de aulas e estudo, ocasionando um desgaste emocional muito maior.

⁷ Choque de realidade é definido como a situação de discrepância entre as expectativas que os novos profissionais possuem e a realidade do trabalho que realizam (ESTEVE, 1999).

Em relação às disciplinas ministradas pelos professores, os dados apontam para uma baixa percepção de estresse em professores que ministram aulas de Ciências Biológicas e Educação Física, com 11,05 e 13,8 pontos respectivamente. As maiores médias de percepção de estresse foram dos professores dos conteúdos de Filosofia (26,33), Português (18,45) e História (18,33).

Esses dados são corroborados por Pereira e Silva (2011), ao apresentarem resultado de pesquisa realizada com alunos de escolas públicas em Goiás, na qual se questionou a preferência dos estudantes por disciplinas da Educação Básica. De um total de 291 alunos, 25,08% apontaram ser a disciplina de Ciências Biológicas, seguida pela disciplina de Educação Física (21,30%) como as de maior preferência. Em contrapartida, as disciplinas de História e Geografia estiveram entre as menos atrativas para os estudantes com 8,24% e 6,52% respectivamente.

É importante destacar que as preferências dos alunos por alguma área do conhecimento podem estar relacionadas com a afetividade, ou seja, com a relação professor/aluno (ZONTA; FERREIRA, 2006). Desse modo, podemos entender que, na relação do estresse com as áreas de atuação do professor, o fator “afetividade” pode estar envolvido, no entanto, pode haver vários fatores como a estrutura curricular de cada disciplina, a metodologia utilizada e a postura do professor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realidade apresentada pelos sujeitos participantes da pesquisa revela uma situação de precarização do trabalho docente, caracterizado, dentre outros fatores, pela extensa jornada de trabalho, pela falta de formação contínua, pela situação trabalhista vulnerável, por condições estruturais e pela falta de materiais didáticos. Essa situação tem levado os professores a vários processos patológicos, dentre eles o estresse.

Embora o nível de estresse apresentado pelos professores pesquisados não seja alarmante, ficou evidente a relação entre as condições de trabalho e o estresse percebido. O nível mediano de estresse entre os professores pesquisados pode estar relacionado ao tempo razoável que dedicam, nos períodos de descanso, a atividades de lazer como assistir televisão, práticas esportivas, dentre outras.

Diante do exposto, é necessário que se pense em políticas educacionais que garantam aos profissionais o direito às condições adequadas para realização de seu trabalho nas escolas, bem como ações para uma vida profissional saudável e melhorias na qualidade de vida no trabalho.

REFERÊNCIAS

ALVES, Nancy Nonato de Lima. Perfil e desenvolvimento profissional docente na Educação Básica em Goiás. In: OLIVEIRA, João Ferreira de; OLIVEIRA, Dalila Andrade; VIEIRA, Livia Fraga (Org.). **Trabalho Docente na Educação Básica em Goiás**. Belo Horizonte: Fino Traço, 2012.

AMORIM, Sâmia Neves. **Distúrbios na voz e estresse em professores**. Goiânia: Kelps, 2007.

AREIAS, Maria Elenice Quelho; GUIMARÃES, Lilians Andolpho Magalhães. Gênero e estresse em trabalhadores de uma universidade pública do Estado de São Paulo. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v.9, n.2, p.255-262, maio-ago. 2004.

- ASSUNÇÃO, Ada Ávila; OLIVEIRA, Dalila Andrade. Intensificação do trabalho e saúde dos Professores. **Educação & Sociedade**, Campinas, v.30, n.107, p.349-372, maio-ago. 2009.
- BATISTA, Anália Soria; CODO, Wanderley. Crise de identidade e sofrimento. In: CODO, Wanderley (Coord.). **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.
- BENEVIDES PEREIRA, Ana Maria T. *et al.* Sintomas de estresse em educadores brasileiros. **Aletheia**, n.17-18, p.63-72, 2003.
- BORGES, Kamylla Pereira. Trabalho, alienação e saúde dos trabalhadores docentes. In: SIMPÓSIO DE ESTUDOS E PESQUISAS DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO DA UFG, 20., 2011. **Anais**. Goiânia: UFG, 2011. 378p.
- BOSI, Antônio de Pádua. A precarização do Trabalho Docente nas Instituições de Ensino Superior do Brasil nos últimos 25 anos. **Educação & Sociedade**, Campinas, v.28, n.101, p.1503-1523, set.-dez. 2007.
- BRASIL. Congresso Nacional. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação**. Lei n. 9.493, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação. Brasília: Diário Oficial da União, 23 de dezembro de 1996.
- CAMPOS, Gastão Wagner de Sousa. Clínica e saúde coletiva compartilhadas: teoria Paidéia e reformulação ampliada do trabalho em saúde. In: CAMPOS, Gastão Wagner de Sousa *et al.* (Org.). **Tratado de saúde coletiva**. São Paulo: Hucitec, 2006.
- CARVALHO, Sergio Resende; CUNHA, Gustavo Tenório. A gestão da atenção na saúde: elementos para se pensar a mudança da organização na saúde. In: CAMPOS, Gastão Wagner de Sousa *et al.* (Org.). **Tratado de saúde coletiva**. São Paulo: Hucitec, 2006. p.837-868.
- CODO, Wanderley (Coord.). **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.
- COSTA, Karina Estela. **Efeito da suplementação de cafeína sobre biomarcadores salivares e plasmáticos em ciclistas e praticante de spinning durante teste experimental em cicloergômetro**. 2006. Dissertação (Mestrado em Genética e Bioquímica) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2006.
- CRUZ, Roberto Moraes *et al.* Saúde Docente, Condições e Carga e Trabalho. **Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)**, v.4, p.147-160, 2010.
- DEJOURS, Christophe. Por um novo conceito de saúde. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v.14, n.54, p.7-11, 1986.
- _____. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. São Paulo: Cortez, 2012.
- DELCOR, Núria Serre *et al.* Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.20, n.1, p.187-196, jan.-fev. 2004.
- ESTEVE, José M. Mudanças sociais e função docente. In: NÓVOA, António (Org.). **Profissão Professor**. Portugal: Porto, 1999.
- FERREIRA, Leda Leal. **Relações entre o trabalho e a saúde de professores na Educação Básica no Brasil**. São Paulo: FUNDACENTRO, 2010.
- GABARDO, Cláudia Valéria; HOBOLD, Márcia de Souza. Início da Docência: investigando professores do Ensino Fundamental. **Formação Docente**, Belo Horizonte, v.3, n.5, ago.-dez. 2011.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- HUBERMAN, Michaël. O ciclo de vida profissional dos professores. In: NÓVOA, António (Org.). **Vidas de Professores**. Lisboa: Porto Editora, 1999. p.31-61.
- LAPO, Flavinês Rebolo; BUENO, Belmira Oliveira. Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n.118, mar. 2003.

- LIMA, Maria de Fátima Evangelista Mendonça; LIMA-FILHO, Dario de Oliveira. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. **Ciência & Cognição**, v.14, n.3, p.62-82, 2009.
- LIPP, Marilda Novaes (Org.). **O stress no Brasil: Pesquisas avançadas**. Campinas, SP: Papyrus, 2004.
- MARTINS, Maria das Graças Teles. Sintomas de Stress em Professores Brasileiros. **Revista Lusófona de Educação**, n.10, p.109-128, 2007.
- MORENO-JIMENEZ, Bernardo *et al.* A avaliação do *Burnout* em professores. Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI-ED. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v.7, n.1, p.11-19, jan.-jun. 2002.
- NAUJORKS, Maria Inês. Stress e Inclusão: indicadores de stress em professores frente a inclusão de alunos com necessidades especiais. **Cadernos de Educação Especial**, Santa Maria-RS, v.20, p.117-125, 2002.
- NÓVOA, António (Org.). **Profissão Professor**. Portugal: Porto, 1999.
- OLIVEIRA, Eloiza da Silva Gomes de. O "mal-estar docente" como fenômeno da modernidade: os professores no país das maravilhas. **Ciências & Cognição**, v.7, p.27-41, 2006.
- PEREIRA, Firmino Cardoso; SILVA, Regisnei Aparecido de Oliveira. Preferências dos educandos de duas escolas do município de Jataí-GO em relação às disciplinas do Ensino Fundamental. In: REUNIÃO ANUAL DA SBPC, 63., 10-15 de julho, 2011, Goiânia. **Anais...** Goiânia: SBPC, 2011.
- PEREIRA, Júlio Emílio Diniz. **Formação de professores: pesquisa, representações e poder**. 2.ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2006.
- REIS, Rodrigo Siqueira; HINO, Adriano Akira; RODRIGUEZ-AÑEZ, Ciro Romélio. Perceived stress scale: reliability and validity study in Brazil. **Journal of Health Psychology**, v.15, n.1, p.107-114, Jan. 2010.
- ROBALINO, Magaly. A saúde e o trabalho na educação da América Latina. **Retratos da Escola**, Brasília, v.6, n.11, p.315-326, jul.-dez. 2012.
- SILVA, Luís Gustavo Alexandre da. Contrato, carreira e remuneração docente em Goiás. In: OLIVEIRA, João Ferreira de; OLIVEIRA, Dalila Andrade; VIEIRA, Lívia Fraga (Org.). **Trabalho Docente na Educação Básica em Goiás**. Belo Horizonte: Fino Traço, 2012.
- VASQUES-MENEZES, Iône; CODO, Wanderley; MEDEIROS, Larissa. O conflito entre o trabalho e a família e o sofrimento psíquico. In: CODO, Wanderley (Coord.). **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.
- WITTER, Geraldina Porto. Produção científica e estresse do professor. In: LIPP, Marilda (Org.). **O stress do professor**. 7.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2012.
- ZONTA, Marinez Arruda; FERREIRA, Josiane Peres. Afetividade e Educação: A relação professor/aluno interfere na preferência da disciplina? In: EDUCERE - CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – PUC-PR, 2006, Curitiba. **Anais...** Curitiba: PUC-PR, 2006. v.1.

Data da submissão: 03/06/2015

Data da aprovação: 16/09/2015