



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

**PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO**

**UNIVERSITY TEACHER AND PERCEIVED STRESS: BEHAVIORS RELATED TO HEALTH AND
WORKING CONDITIONS**

**PROFESOR UNIVERSITARIO Y ESTRÉS PERCIBIDO: COMPORTAMIENTOS RELACIONADOS
CON LA SALUD Y LAS CONDICIONES DE TRABAJO**

Aldenir Silva Martins¹, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro¹, Radijames de Jesus Silva Ribeiro¹, Nailde Melo Santos², Caroline Valichelli Matos Martinelli², Renato Douglas e Silva Souza³, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes², Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão⁴

e422649

<https://doi.org/10.47820/recima21.v4i2.2649>

PUBLICADO: 02/2023

RESUMO

No âmbito educacional, as demandas de trabalho a que professores universitários são submetidos diariamente tornam-se fatores propensos a desencadear alterações comportamentais de cunho psicofisiológicas. Nessa perspectiva, o estresse pode ser um dos eventos que mais desencadeiam comportamentos de riscos e o ambiente de trabalho, ocasionalmente, torna-se o principal fator envolvido no surgimento de desequilíbrios comportamentais que impactam diretamente a produtividade, a efetividade e a vida profissional. O objetivo deste estudo foi correlacionar o estresse percebido com comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários. Trata-se de um estudo observacional transversal, descritivo, de abordagem quantitativa, constituída por 45 professores dos cursos de ensino superior de uma universidade privada em São Luís-MA. Foi utilizado um questionário com dados sociodemográficos e a Escala Estresse Percebido (PSS 10). Os resultados apontaram que o estresse percebido foi maior nas mulheres e ainda, que se relaciona significativamente e positivamente com a satisfação no trabalho, pois quanto maior percepção de estresse, maior a insatisfação no trabalho. Ou o contrário, quanto menor a satisfação, mais estresse percebido. Desse modo, o ambiente de trabalho influencia diretamente no ensino e na qualidade de vida dos professores quando não está associado com a insatisfação destes. Logo, resultados sugerem a implementação de programas e ações para proporcionar um ambiente de trabalho menos estressante, como forma de prevenir o adoecimento mental dos docentes.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse ocupacional. Docentes. Satisfação no emprego.

ABSTRACT

In the educational field, the work demands to which university professors are submitted daily become factors prone to trigger behavioral changes of psychophysiological nature. In this perspective, stress can be one of the events that most trigger risk behaviors and the work environment, occasionally, becomes the main factor involved in the emergence of behavioral imbalances that directly impact productivity, effectiveness, and professional life. The purpose of this study was to correlate perceived stress with health-related behaviors and working conditions of university professors. This is a cross-sectional, descriptive observational study, with a quantitative approach, consisting of 45 professors from higher education courses at a private university in São Luís-MA. A questionnaire with sociodemographic data and the Perceived Stress Scale (PSS 10) was used. The results pointed out that the perceived stress was higher among women and also that it is significantly and positively related to job satisfaction, because the higher the perception of stress, the higher the job dissatisfaction. Or the opposite, the lower the satisfaction, the more perceived stress. Thus, the work environment directly influences the teachers' teaching and quality of life when it is not associated with

¹ Graduado (a) em Enfermagem da Universidade Ceuma –UNICEUMA, Brasil.

² Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Ceuma-UNICEUMA-Brasil.

³ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares.

⁴ Orientadora e Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Ceuma-UNICEUMA-Brasil.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

their dissatisfaction. Therefore, the results suggest the implementation of programs and actions to provide a less stressful work environment, as a way to prevent the mental illness of teachers.

KEYWORDS: *Occupational Stress. Faculty. Job satisfaction.*

RESUMEN

En el ámbito educativo, las exigencias laborales a las que se ven sometidos diariamente los profesores universitarios se convierten en factores propensos a desencadenar alteraciones conductuales de naturaleza psicofisiológica. En esta perspectiva, el estrés puede ser uno de los acontecimientos que más desencadenan conductas de riesgo y el entorno laboral, en ocasiones, se convierte en el principal factor implicado en la aparición de desequilibrios conductuales que repercuten directamente en la productividad, la eficacia y la vida profesional. El objetivo de este estudio era correlacionar el estrés percibido con los comportamientos relacionados con la salud y las condiciones de trabajo de los profesores universitarios. Se trata de un estudio observacional descriptivo transversal, con abordaje cuantitativo, compuesto por 45 profesores de cursos superiores de una universidad privada de São Luís-MA. Se utilizó un cuestionario con datos sociodemográficos y la Escala de Estrés Percibido (PSS 10). Los resultados señalaron que el estrés percibido era mayor en las mujeres y también que está significativa y positivamente relacionado con la satisfacción laboral, ya que cuanto mayor es la percepción de estrés, mayor es la insatisfacción laboral. O al contrario, a menor satisfacción, mayor estrés percibido. Así pues, el entorno laboral influye directamente en la enseñanza y la calidad de vida de los profesores cuando no está asociado a su insatisfacción. Por lo tanto, los resultados sugieren la implementación de programas y acciones para proporcionar un ambiente de trabajo menos estresante, como una forma de prevenir la enfermedad mental de los profesores.

PALABRAS CLAVE: *Estrés Laboral. Docentes. Satisfacción en el Trabajo.*

INTRODUÇÃO

Com todas as transformações ocorridas nos últimos anos nas áreas tecnológicas, científica, humanas e sociais, o estresse tem se tornado cada vez mais frequente na população mundial. As demandas do mercado de trabalho, das relações interpessoais e, ainda, as diversas situações a que o organismo está exposto frequentemente são alguns dos fatores que contribuem para o aparecimento do estresse na vida das pessoas impactando diretamente em sua qualidade de vida¹.

O estresse ou o termo *stress*, ocasionalmente relacionado como algo ruim, um mecanismo fisiológico do corpo desencadeado por um conjunto de reações quando o organismo se encontra frente a eventos que alteram o equilíbrio dos sistemas; assim, o organismo é estressado toda vez em que precisa se adaptar às várias situações do cotidiano, inclusive o trabalho, quando estas superam a capacidade de resolutividade da pessoa ou esta as percebe como incapaz de superar tais eventos estressores^{2,3}.

Configura-se, atualmente, como um dos eventos que mais desencadeiam comportamentos de riscos gerando problemas relativos à saúde física e biológica (fadiga, taquipneia, taquicardia, alterações gastrintestinais, náuseas e cefaleia), social e psicológica (irritabilidade, ansiedade e depressão). Por conseguinte, o ambiente laboral pode ocasionar o estresse quando as demandas do trabalho excedem a capacidade e os recursos que o sujeito possui para atendê-las. Desse modo,



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

repercutindo de maneira prejudicial na esfera profissional, acarretando afastamentos do trabalho, absenteísmo, desempenho e produtividade insatisfatórios e dificuldades de relacionamento^{4,5}.

Nesta perspectiva, no âmbito educacional, as demandas de trabalho a que professores universitários são submetidos diariamente tornam-se fatores propensos a desencadear alterações comportamentais de cunho psicofisiológicas e conseqüentemente, o estresse ocupacional⁶. Relacionados a essas alterações geradoras de estresse estão a organização do trabalho, fatores psicossociais e socioeconômicos, carga de trabalho excessiva, exigências impostas pela instituição onde trabalham estes docentes, e ligadas a esses, as constantes atribuições e adaptações que lhe são exigidas quando o ambiente laboral lhe impõe⁷.

Com a nova forma de organização do trabalho docente, têm-se preconizado profissionais que sejam produtivos academicamente: somando-se as atividades do ensino às pesquisas. Aliado a isso estão a racionalização do processo de ensino e a precarização das condições de trabalho do professor⁸.

Então, percebe-se que o ser docente, ainda mais no ensino superior, exige condições psíquicas, físicas e emocionais para a execução de tarefas relacionadas ao ensino e que o ambiente de trabalho favorece o surgimento do estresse ocupacional quando a demanda das atividades relacionadas a ele supera os mecanismos de adaptação, favorecendo o surgimento de comportamentos nocivos à saúde derivados das condições de trabalho dos professores universitários^{9,10}.

1 OBJETIVO GERAL

O objetivo deste estudo foi correlacionar o estresse percebido com comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários.

2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descrever o perfil dos professores universitários acerca do estresse e comportamentos relacionados à carga de trabalho;
- Conhecer a percepção dos docentes frente aos eventos estressores decorrentes do ambiente profissional;
- Identificar quais fatores mais influenciam no aumento dos níveis de estresse dos docentes universitários.

3 JUSTIFICATIVA

Considerando a importância do trabalho dos professores para a formação de todos os outros profissionais aliado à necessidade em cuidar da saúde mental destes docentes, fez-se necessária a realização da presente pesquisa para a compreensão dos principais fatores envolvidos no surgimento do estresse nessa categoria profissional, buscando analisar a relação entre estresse percebido com



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS

RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos, Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes, Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

comportamentos relacionados à saúde e às condições de trabalho dos professores universitários contribuindo para execução de políticas que proporcionem uma carreira menos estressante no ambiente laboral.

4 PROBLEMA

Nota-se que a docência possui características inerentes à profissão, no que diz respeito à dedicação, exigências, demandas institucionais, atividades e organização do trabalho e que, de acordo com a literatura, tais demandas são causadoras de estresse. Em vista disso, para ampliar os estudos relacionados à atividade ocupacional da amostra deste estudo, levanta-se o seguinte questionamento: quais fatores advindos das condições de trabalho estão associados aos comportamentos relacionados à saúde e ao estresse de professores universitários?

5 MÉTODO

Trata-se de um estudo observacional transversal, descritivo, de abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada em uma universidade privada de uma capital São Luís-MA. Universidade essa fundada há mais de 30 anos, e que é considerada como uma das mais estruturadas e conceituadas universidades do país. Essa instituição conta com quatro campi na capital e duas unidades no interior do estado, e contempla mais de 30 cursos.

A população se constituiu de 45 professores universitários lotados em todos os campi, os quais concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Obteve-se uma amostra não probabilística, considerando que participaram da pesquisa professores universitários que concordaram em ter seus dados incluídos na pesquisa. Foram incluídas no estudo, somente amostras de professores universitários que estavam em plena atuação de suas atividades e excluídos do estudo aqueles que estavam de atestado médico, licença maternidade, ou cumprindo aviso prévio.

Foram utilizados os seguintes instrumentos para coleta de dados: Questionário de dados sociodemográficos e Escala de Depressão Escala de Estresse Percebido denominada *Perceived Stress Scale* (PSS – Escala de Estresse Percebido). Que foi inicialmente apresentada com 14 itens (PSS 14), sendo também validada com dez (PSS 10) e quatro questões (PSS 4). A versão com quatro questões é utilizada em pesquisas por telefone. Os itens foram designados para verificar o quanto imprevisível, incontrolável e sobrecarregada os respondentes avaliam suas vidas¹¹.

Estes três fatores têm sido considerados como componentes centrais na experiência de estresse¹². No PSS10 quatro itens têm conotação positiva (4, 5, 7 e 8) e seis itens têm conotação negativa (1, 2, 3, 6, 9 e 10). São respondidos em uma escala *Likert*, variando de nunca (0) a 4 (muito frequente). Para a soma, os quatro itens positivos são invertidos. O escore obtido com a soma de todos os itens é usado como uma medida de estresse percebido¹³. No presente estudo, a escala apresentou consistência interna satisfatória ($\alpha = 0,69$).



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

Foi enviado para as coordenações dos cursos um Link de forma *online* com o questionário através da Plataforma *Google Forms*. Posteriormente, a coordenação do curso enviou para todos os professores via e-mail, e ao acessá-lo, o participante se deparou com o TCLE, que ressalta o caráter voluntário e sigiloso da pesquisa. Somente após concordar com o termo, o docente pode responder o questionário.

Para a análise dos dados obtidos, utilizou-se o *software* SPSS (versão 21), com o intuito de obter as estatísticas descritivas (média, desvio padrão e frequências), comparações de médias por meio de testes ANOVA de uma via e correlações entre variáveis por meio do coeficiente Rô de *Spearman*.

Esta pesquisa está vinculada a um projeto maior, intitulado, “SOFRIMENTO PSÍQUICO EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS: um estudo diante a sobrecarga de trabalho e aprendizagem de novas habilidades em tempos de pandemia”, que cumpriu ao posicionamento ético, norteou-se a partir das recomendações éticas dispostas nas Normas e Diretrizes que regulamentam a pesquisa envolvendo seres humanos, estabelecidas na Resolução 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, sendo aprovada no Comitê de Ética em Pesquisa através do Parecer Consubstanciado nº 5.257.809 e CAAE: 55573322.4.0000.5084.

6 RESULTADOS

Os dados encontrados da pesquisa são apresentados em forma de tabelas e discutidos de acordo com a sua distribuição para melhor visualização e compreensão.

Tabela 1 - Descrição da caracterização sociodemográfica.

Variáveis	f	%
Sexo		
Masculino	18	40,9
Feminino	26	59,1
Idade		
Menos de 25 anos	1	2,2
De 26 a 36 anos	20	45,5
De 37 a 50 anos	20	45,5
De 51 a 60 anos	3	6,8
Estado Civil		
Solteiro(a)	12	27,3
Casado(a)	29	65,9
Divorciado(a)	3	6,8
Classificação de cor de pele		
Parda	20	46,5
Branca	19	44,2
Preta	4	9,3

Fonte: Autores (2022). Nota: f (frequência absoluta); % (porcentagem).



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

Nota-se que se tem uma amostra total de 45 professores universitários lotados nos cursos de ensino superior, onde observa-se que, a maior parte da amostra é composta por 59,1% pelo sexo feminino, em relação a faixa etária, cerca de 45,5% se encontram na faixa etária entre 26 e 36 anos ou de 37 a 50 anos representando o mesmo percentual. Além disso, grande parte da amostra de 65,9% é casada, 46,5% se definem pardos e 52,3% possuem religião católica (Tabela 1).

Tabela 2 - Descrição das características de formação e trabalho.

Variáveis	F	%
Titulação Atual		
Graduação	1	2,3
Especialista	11	25,0
Mestrado	22	50,0
Doutorado	10	22,7
Área de atuação		
Ciências da Saúde	22	50,0
Ciências Biológicas	5	11,4
Ciências Exatas e da Terra	4	9,1
Ciências Sociais Aplicadas	15	31,1
Linguística, Letras e Artes	1	2,3
Ciências Agrárias	1	2,3
Engenharias	4	9,1
Tempo de Docência		
1 ano	5	11,4
2 anos	1	2,3
3 anos	1	2,3
4 anos	2	4,5
5 anos ou mais	35	79,5
Horas de trabalho semanais		
20 horas	11	25,0
36 horas	14	31,8
40 horas	12	27,3
44 horas	1	2,3
Mais de 44 horas	6	13,6
Trabalha em outras instituições		
Sim	14	31,8
Não	30	68,2
Satisfação com o trabalho docente		
Muito satisfeito(a)	10	22,7
Moderadamente satisfeito(a)	20	45,5
Indiferente	2	4,5
Moderadamente insatisfeito(a)	12	27,3

Fonte: Autores (2022).

Em relação às características de formação e trabalho. Pode-se assim observar que, a maior parte dos professores, cerca de 50%, tem a titulação máxima o mestrado, e atuam 50% da amostra



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS

RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos, Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes, Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

na área de ciências da saúde e 31,1% em ciências sociais aplicadas. A maioria dos professores, 79,5% atuam na área docente entre 5 ou mais anos, e as horas semanais mais frequentes entre os entrevistados foram 36 horas, representando 31,8% e 40 horas representando 27,3%, sendo que 31,8% também trabalham em outras instituições. Enquanto, a respeito da satisfação no trabalho docente, 22,7% estão muito satisfeitos, 45,5% moderadamente satisfeitos, 4,5% indiferentes e 27,3% moderadamente insatisfeitos (Tabela 2).

Tabela 3 - Comparação dos escores da EEP quanto as variáveis sociodemográficas.

Variáveis	N	M	DP	F (gl)	p-valor
Sexo					
Feminino	26	21,69	5,89	6,74 (1, 43)	0,013
Masculino	19	17,15	5,63		
Idade					
Menos de 25	1	15,00		0,21 (3, 43)	0,887
Entre 26 e 36	21	19,76	7,04		
Entre 37 e 50	20	20,10	5,16		
Entre 51 e 60	3	19,33	8,32		
Estado Civil					
Solteiro(a)	13	18,84	8,09	0,23	0,795
Casado(a)	29	20,24	5,25		
Divorciado(a)	3	19,33	6,65		
Cor de Pele					
Branca	19	19,57	5,99	0,03	0,965
Parda	21	20,00	7,07		
Preta	4	19,25	2,21		
Religião					
Católica	23	19,82	6,92	0,44	0,721
Evangélica	11	18,18	6,09		
Espírita	5	21,20	0,83		
Não tem/outra	6	21,33	2,47		
Renda					
Dois salários	2	16,00	5,65	0,32	0,806
Três salários	5	21,20	5,11		
Quatro salários	12	19,91	5,56		
Cinco ou mais salários	26	19,73	6,77		

Fonte: Autores (2022). Nota: Em negrito diferenças significativas; M (média); DP (desvio-padrão); F (Estatística F); gl (graus de liberdade).

Os escores em estresse percebido da amostra de professores variaram entre 8 e 33 pontos (M = 19,77; DP = 6,15). Os escores também foram comparados entre os grupos sociodemográficos (Tabela 3) por meio de testes ANOVAs de uma via. Diferenças significativas foram encontradas apenas em relação ao sexo [F (1, 43) = 6,74; p = 0,013], pois o estresse percebido foi maior nas mulheres (M = 21,69; DP = 5,89) do que nos homens (M = 17,15; DP = 5,63) (Tabela 3).



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO
Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

Tabela 4 - Correlações entre estresse percebido e características do trabalho.

	Escore Estresse Percebido	
	Rô	p-valor
Quantidade de turmas	-0,07	0,618
Tempo de docência	0,22	0,141
Horas de trabalho	0,04	0,795
Insatisfação no trabalho	0,31*	0,037

Fonte: Autores (2022). Nota: Rô (coeficiente de correlação); p (nível de significância); * ($p < 0,05$).

As variáveis mensuradas a nível ordinal e discreto foram correlacionadas com os escores de estresse percebido por meio do coeficiente de correlação de *Spearman* (Tabela 4). Como resultado da correlação, observou-se que o escore de estresse percebido está relacionado significativamente e positivamente com a satisfação no trabalho ($Rô = 0,31$; $p < 0,05$). Quanto maior percepção de estresse, maior a insatisfação no trabalho. Ou o contrário, quanto menor a satisfação, mais estresse percebido.

7 DISCUSSÃO

Pesquisas desenvolvidas por Desouky e Allam¹⁴, tem demonstrado que o número de professores que se apercebem estressados tem aumentado nos últimos anos. A docência possui características inerentes a profissão, no que diz respeito à dedicação, exigências, demandas institucionais, atividades e organização do trabalho e que de acordo com a literatura, são causadoras de estresse¹⁵.

O presente estudo correlacionou os fatores próprios da profissão docente com os advindos de suas características sociodemográficas, evidenciando quando estes profissionais apresentam um risco aumentado para o desenvolvimento de condições desfavoráveis a sua saúde. Nessa ótica, em estudo semelhante por Camargo *et al.*¹⁶, onde se estudou o perfil de professores buscando analisar a relação entre a percepção de estresse com comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho dos professores universitários, houve maior participação dos indivíduos do sexo feminino, casados, com renda acima de cinco salários-mínimos e com idades entre 26 e 50 anos. Contudo, o estudo de Alves *et al.*¹⁷ apresentou resultados diferentes quanto ao gênero sendo sua amostra composta, predominantemente de homens (59,3%).

Observamos que o percentual, em relação às características relacionadas ao trabalho docente, predominou os professores com a titulação máxima de mestrado que atuam principalmente na área das ciências da saúde. Estes dados divergiram do perfil identificado por Araújo *et al.*¹⁸, e Alves *et al.*¹⁷, onde a prevalência dos participantes em suas pesquisas foram os que possuíam a titulação de doutor sendo a maioria do campo das ciências exatas e tecnológicas.

A comparação entre os escores relativos à característica gênero permitiu inferir que o estresse tem mais frequência no sexo feminino. Considerando que o estresse decorre da convergência de vários fatores derivados, principalmente de atividades exercidas no trabalho,



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

podemos sugerir que isso advém pelo fato de que elas possuem uma dupla jornada de trabalho, aliando às atividades decorrentes do trabalho docente àquelas que dizem respeito aos seus papéis maternos e familiares. Para Redondo-Flórez et al.¹⁹, também evidenciaram que docentes do sexo feminino apresentaram níveis mais elevados de estresse quando comparadas com os do sexo masculino.

Além disso, o estudo de Alves *et al.*¹⁷, realizado em uma universidade pública, que avaliou o impacto do Burnout na qualidade de vida dos docentes de diferentes áreas do conhecimento demonstrou que elas também se encontram mais exaustas em relação a carga de trabalho que os homens e conseqüentemente uma menor percepção acerca da sua qualidade de vida.

Ao contrário do estudo realizado por Aparisi *et al.*²⁰, não se verificou nenhuma relação significativa quanto ao tempo de docência e o estresse. Para os autores, que buscaram analisar o nível de estresse dos professores e sua relação com burnout, aqueles que exercem a profissão a mais de dez anos revelaram valores mais elevados^{21,22}. Isso pode sugerir que ao longo dos anos o cansaço, tanto físico quanto mental, contribui para um menor desempenho desses profissionais tornando-os passíveis do esgotamento físico e mental²⁰.

Os achados deste estudo apontam que o estresse percebido está associado com a satisfação desses docentes com sua atividade profissional. Quanto maior a satisfação com o trabalho menor a percepção de estresse. Contudo, quanto maior o percebimento, mais insatisfeitos eles se encontram. Isso significa que há um maior risco para o desenvolvimento dos sintomas de esgotamento mental e ocupacional, o que pode ocasionar a Síndrome de Burnout, ansiedade ou depressão^{16,23}. Outra situação observada por Dos Santos *et al.*⁹, é que uma maior a incidência de agentes estressores diminui a qualidade de vida desses profissionais.

Um estudo elaborado no Paquistão, com professores das faculdades de medicina e odontologia, durante a pandemia de COVID-19, identificou que a satisfação e motivação deles estão atreladas à provisão de recursos para o desenvolvimento de suas atividades, bem como a segurança no trabalho daqueles da rede pública de ensino. No entanto, nos professores da rede privada os níveis de estresse se correlacionaram com o medo de perder seus empregos apresentando também sintomas de ansiedade. Outro fator a ser considerado nesse estudo é que os profissionais do sexo masculino se encontram mais satisfeitos com a carreira docente. Esse fato pode estar ligado com as condições de trabalho já apresentadas neste estudo, no que se refere às mulheres que no contexto pandêmico migraram suas atividades, em parte, para o ambiente doméstico²⁴.

Para outros autores, a satisfação deriva também de uma menor intensificação nas tarefas desempenhadas. Apontaram ainda que o estresse influencia diretamente na produção acadêmica, condicionando os docentes a progredirem para situações nocivas à sua saúde como fadiga, tensão muscular e irregularidade no padrão de sono²⁵.

No que diz respeito a insatisfação, Broch *et al.*²⁶ em uma pesquisa com docentes da área de educação física, relataram que esta derivou do menor tempo de atuação destes profissionais no



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

emprego, o qual os autores relacionaram a frustração quanto as expectativas feitas acerca da profissão associado com a falta de experiência.

8 CONCLUSÃO

A partir deste estudo, foi possível perceber a relação existente entre as condições e carga de trabalho no ensino superior com os eventos estressores oriundos da profissão docente. Ademais, identificou-se quais fatores mais influenciaram no aumento dos níveis de estresse dos professores universitários.

Especificamente, as mulheres demonstraram maior percepção de estresse quando comparadas aos homens e a insatisfação com o trabalho como um fator predisponente ao estresse.

As constantes cobranças por produção acadêmica, exigências de aperfeiçoamento profissional ou de adaptação às tecnologias de ensino, número excessivo de turmas ou disciplinas, pressão do tempo, além do excesso de tarefas elevam o risco para o aparecimento de problemas mentais, físicos e sociais. Nesse contexto, podem surgir doenças do aparelho gastrointestinal porque a demanda exige uma alimentação rápida e pobre em nutrientes; do aparelho cardiovascular porque a rotina não permite a prática de atividades físicas; distúrbios no sono porque o excesso de atividades não permite um descanso adequado.

O ambiente de trabalho influencia diretamente no ensino e na qualidade de vida dos professores quando não está associado a insatisfação destes. No que concerne a ligação entre o que causa o estresse e a qualidade de vida dos docentes, aqueles que vivenciam menores indícios de rotina exaustiva, carga de trabalho excessiva ou cobranças acadêmicas demonstram maior satisfação com o trabalho e conseqüentemente o desenvolvimento de uma carreira mais prazerosa.

Em contrapartida, maior tempo na docência, ter doutorado, uma relação fragilizada com os alunos, falta de recursos das instituições onde trabalham e imposições para a produção acadêmica podem explicar o esgotamento físico e mental desses profissionais. E por fim, quando a demanda supera os mecanismos de adaptação o estresse torna-se frequente, repercutindo de maneira negativa e levando-os a comportamentos desfavoráveis à sua saúde.

Isto posto, os resultados sugerem que se criem mecanismos de proteção para saúde mental de professores contribuindo para execução de ações e criação de programas que proporcionem uma carreira menos estressante no ambiente laboral, já que a qualidade do ensino está atrelada ao desempenho deles na efetivação da docência.

REFERÊNCIAS

1. Dalagasperina P, Monteiro JK. Estresse e docência: um estudo no ensino superior privado. *Revista Subjetividades*. 2016;16(1):36-51. <https://dx.doi.org/10.5020/23590777.16.1.37-51>.
2. Galvão APFC, Fontenele RM, Rodrigues ZMR. Stress: fatores situacionais na central de atendimento ao cliente de uma instituição de ensino superior. *J Manag Prim Health Care* [Internet]. 2017;8(1):27-38. <https://doi.org/10.14295/jmphc.v8i1.296>.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

3. McEwen BS. The neurobiology of stress: from serendipity to clinical relevance. *Brain Res.* 2000;886(1-2):172-189. [https://doi.org/10.1016/S0006-8993\(00\)02950-4](https://doi.org/10.1016/S0006-8993(00)02950-4).
4. Weber LND, Leite CR, Stasiak GR, Santos CAS, Forteski R. O estresse no trabalho do professor. *Imagens da Educação.* 2015;5(3):40-52. <https://doi.org/10.4025/imagenseduc.v5i3.25789>.
5. Fernandes GCPS, Vandenbergue L. O estresse, o professor e o trabalho docente. *Revista Labor.* 2018;1(19):75-86. <https://doi.org/10.29148/labor.v1i19.39549>.
6. Meng Q, Wang G. A research on sources of university faculty occupational stress: a Chinese case study. *Psychol Res Behav Manag.* 2018 Dec 7;11:597-605. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S187295>.
7. Soares MB, Mafra SCT, Faria ER. Factors associated with perceived stress among professors at a federal public university. *Rev Bras Med Trab.* 2019;17(1):90-98. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520190280>.
8. Costa WR, Belo RP. Um olhar para as circunstâncias do trabalho docente geradoras de fragilidade / The view for circumstances of teacher work that generate fragility. *Revista de Psicologia.* 2020;11(1):51-65. <https://doi.org/10.36517/revpsiufc.11.1.2020.4>.
9. Dos Santos NP, Marinho FP, De Lima KYN, Rodrigues CCFM, Santos VEP. Docência universitária e o estresse: estressores nos cursos de enfermagem e medicina. *Revista de Enfermagem da UFSM.* 2016;6(1):61-70.
10. De Moraes Filho IM, Dias CCS, Pinto LL, Dos Santos OP, Félix KC, Proença MFR, et al. Associação de estresse ocupacional e uso de psicotrópicos por docentes da área da saúde. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde.* 2019;32:9007. <https://doi.org/10.5020/18061230.2019.9007>
11. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior.* 1983;24(4):385-396.
12. Lazarus RS, Folkman L. *Stress, coping and adaptation.* New York: Springer; 1984.
13. Reis RS, Hino AA, Añez CR. Perceived stress scale: reliability and validity study in Brazil. *Journal of health psychology.* 2010;15(1):107-114. <https://doi.org/10.1177/1359105309346343>.
14. Desouky D, Allam H. Occupational stress, anxiety and depression among Egyptian teachers. *Journal of epidemiology and global health.* 2017;7(3):191-198. <https://doi.org/10.1016/j.jegh.2017.06.002>.
15. D'Oliveira C, Souza N, Varella T, Vargens O, Noronha I, Noronha I. Teaching work routine: challenges to nursing professors in contemporary times. *Revista da Escola de Enfermagem da USP.* 2020;54:e03577. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018038603577>.
16. Camargo EM, Oliveira MP, Rodriguez-Añez CR, Hino AAF, Reis RS. Estresse percebido, comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários. *Psicologia Argumento.* 2013;31(75):589-597. <https://doi.org/10.7213/psicol.argum.31.075.DS01>.
17. Alves PC, Oliveira AF, Paro H. (2019). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? *PloS one.* 2019;14(3):e0214217. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214217>.
18. Araújo LMN, De Santos VEP, Martins CCF, Dantas MSP, Dos Santos NP, Alves KYA. Estresse no cotidiano universitário: estratégias de enfrentamento de docentes da saúde Everyday



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PROFESSOR UNIVERSITÁRIO E ESTRESSE PERCEBIDO: COMPORTAMENTOS
RELACIONADOS À SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO

Aldenir Silva Martins, Mirella Maria Moreira Silva Monteiro, Radijames de Jesus Silva Ribeiro, Nailde Melo Santos,
Caroline Valichelli Matos Martinelli, Renato Douglas e Silva Souza, Elaine Cristina Silva Miranda Fernandes,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão

stress in the university: coping strategies of health teachers'. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*. 2016;8(4):4956-4964. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i4.4956-4964>

19. Redondo-Flórez L, Tornero-Aguilera JF, Ramos-Campo DJ, Clemente-Suárez VJ. Gender Differences in Stress- and Burnout-Related Factors of University Professors. *BioMed research international*. 2020;2020:1-9. <https://doi.org/10.1155/2020/6687358>.

20. Aparisi D, Torregrosa S, Ingles CJ, García-Fernández JM. Stress, burnout and health in a sample of Spanish teachers. *Advances in Higher Education*. 2019;3(1):1-11. <https://doi.org/10.18686/ahe.v3i1.1128>.

21. Silva LP, Dos Santos J, Da Silva LL, Cezar IS, De Abreu J, De Cerqueira VP, et al. (2021). Prevalence of burnout syndrome and associated factors in university professors working in Salvador, state of Bahia. *Revista brasileira de medicina do trabalho: publicacao oficial da Associacao Nacional de Medicina do Trabalho-ANAMT*. 2012;19(2):151-156. <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2020-548>

22. Farber D, Payton DC, Dorney DP. Life balance and professional quality of life among baccalaureate nurse faculty. *Journal of professional nursing: official journal of the American Association of Colleges of Nursing*. 2020;36(6):587-594. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2020.08.010>.

23. Chichra A, Abhijnhan A, Tharyan P. Job stress and satisfaction in faculty of a teaching hospital in south India: A cross-sectional survey. *Journal of postgraduate medicine*. 2019;65(4):201-206. https://doi.org/10.4103/jpgm.JPGM_489_18.

24. Ali S, Alam BF, Noreen S, Anwar M, Qazi SH, Hussain T. Motivation and job satisfaction among medical and dental college faculty in Pakistan amid the COVID-19 outbreak. *Work*. 2021;69(2):359-366. <https://doi.org/10.3233/WOR-213483>.

25. Lopes-Pereira AP, Grego-Maia L, Dos Santos SVM, Cruz-Robazzi MLC, Da Silva LA. Preditores associados à qualidade de vida no trabalho de docentes da universidade pública. *Revista de Salud Pública*. 2020;22(5):e210. <https://doi.org/10.15446/rsap.v22n5.75923>.

26. Broch C, Both J, Teixeira FC, Pizani J, Barbosa-Rinaldi IP. A satisfação no trabalho docente em educação física: um diagnóstico do perfil de professores universitários. *Journal of Physical Education [online]*. 2020;31:e3179. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v31i1.3179>.