

# ESTRESSE EM DOCENTES UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DE SAÚDE DE UMA FACULDADE PRIVADA DO ENTORNO DO DISTRITO FEDERAL

## STRESS IN UNIVERSITY TEACHERS OF THE HEALTH AREA OF A PRIVATE FACULTY OF THE FEDERAL DISTRICT ENVIRONMENT

*Sthefani Cardoso de Andrade Sá<sup>1</sup>, Rodrigo Marques da Silva<sup>2</sup>, Cristilene Akiko Kimura<sup>3</sup>, Graziela Queiroz Pinheiro<sup>4</sup>, Laura de Azevedo Guido<sup>5</sup>, Iel Marciano de Moraes Filho<sup>6</sup>*

### Como citar:

Sá SCA, Silva RM, Kimura CA, Pinheiro GQ, Guido LA, Moraes-Filho IM. Estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do Distrito Federal. Rev. Cient. Sena Aires. 2018; 7(3): 200-7.

### RESUMO

O objetivo do presente artigo é descrever o nível de estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do Distrito Federal. Trata-se de um estudo transversal, analítico e quantitativo, realizado entre agosto e dezembro de 2017. Os dados foram coletados por meio dos seguintes instrumentos auto-aplicáveis: Questionário para descrever o perfil sócio demográfico e profissional dos docentes e Escala de Estresse no Trabalho (EET). O nível de estresse nos docentes universitários da área de saúde foi baixo em 67% de acordo com os dados coletados. As situações avaliadas como mais estressantes são: a falta de autonomia na execução do trabalho, a deficiência na divulgação de informações sobre decisões organizacionais, falta de informações sobre as tarefas no trabalho, tipo de controle existente no trabalho e o tempo insuficiente para realizar o volume de trabalho. Embora a docência seja considerada estressante, os docentes parecem lidar bem com as situações do ambiente de trabalho a partir de enfrentamentos efetivos aos estressores.

**Descritores** Estresse; Saúde; Docente universitário.

### ABSTRACT

We aimed to describe the stress level of health area university faculties of a private institution from the Federal District surrounding areas. This is a cross-sectional, analytical and quantitative study, conducted between August and December 2017. Data were gathered through the next self-reported instruments: sociodemographic and occupational form; and Work Stress Scale. The stress levels in health area faculties were low in 67% of them. The most stressful situations reported were: the lack of autonomy for work execution, the deficiency of spreading information on organizational decisions; the lack of information on the tasks at work, the insufficient time for performing the tasks at work, type of control at work and insufficient time to attend the work demands. Although the teaching profession is considered stressful, faculties seem to deal very well with the stressful situations from work environment through effective coping strategies.

**Descriptors:** Stress; Health; University lecturer.

# REVISA

<sup>1</sup> Acadêmica de Enfermagem. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Goiás, Brasil.  
sthefani\_andrade\_sa@hotmail.com

<sup>2</sup> Enfermeiro. Doutor em Enfermagem. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Goiás, Brasil.  
marques-sm@hotmail.com

<sup>3</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. Goiás, Brasil.  
cris.akiko7@gmail.com

<sup>4</sup> Acadêmica de Enfermagem. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires-Valparaíso de Goiás (GO), Brasil.  
grazyely85@hotmail.com

<sup>5</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Universidade Federal de Santa Maria. Rio Grande do Sul, Brasil.  
Lguido344@gmail.com

<sup>6</sup> Enfermeiro. Mestre em Ciências Ambientais. Universidade Paulista. Goiânia, Brasil.  
ielfilho@yahoo.com.br

Recebido: 10/06/2018  
Aprovado: 11/08/2018

## INTRODUÇÃO

O estresse é um termo atualmente utilizado e frequentemente pessoas reclamam do estresse ou que estão passando por uma situação estressante. Esse fenômeno está presente diariamente na vida da sociedade, desde a execução de tarefas simples do cotidiano, até aquelas mais complexas, as quais exigem maior demanda física e emocional.<sup>1</sup>

Do ponto de vista biológico, o estresse é compreendido como um elemento inerente a toda doença, que produz certas modificações na estrutura e na composição química do corpo, as quais podem ser observadas e mensuradas.<sup>2</sup> O estresse é um estado que se manifesta por meio da emoção que desencadeia uma reação neuro-endócrina.<sup>3</sup> Atualmente, destaca-se o modelo interacionista que descreve o estresse como qualquer evento que demande do ambiente interno ou externo que taxee ou exceda as fontes de adaptação de um indivíduo ao sistema social ou tissular.<sup>4</sup>

No campo do trabalho, o estresse resulta de diferentes situações em que a pessoa percebe o ambiente laboral como excedente aos seus recursos adaptativos.<sup>5</sup> Dentre os diversos enfoques do estresse na área da saúde, muitos estudos se voltam para a atividade assistencial ou gerencial do enfermeiro, especialmente no que diz respeito à atuação em unidades de média e alta complexidade. No entanto, a docência é apontada por diversos trabalhos na literatura mundial como uma das profissões mais estressantes na atualidade.<sup>6</sup>

No caso dos docentes da área da saúde, além dos fatores estressores próprios relativos ao meio acadêmico, tais como condições inadequadas de trabalho, carga horária excessiva, salários defasados, relações difíceis com o chefe, colegas, subordinados, e também a relação aluno professor, muitos exercem atividades assistenciais durante o ensino prático dos discentes, o que inclui situações como estudos para qualificação profissional, atividades assistenciais, de consultoria, pesquisa e extensão. Essa associação de diferentes estressores a que estão expostos esses profissionais, docentes e profissionais da área de saúde, em seus variados ambientes de trabalho torna importante sua apreciação em estudo científico.<sup>6</sup>

Dessa forma, o estresse ocupacional pode levar os docentes a depressão, falta de ânimo, falta de envolvimento com o trabalho e a organização, faltas e atrasos frequentes, excesso de visitas ao ambulatório médico e farmacodependência.<sup>7</sup> Por conseguinte, altos níveis de estresse nos docentes podem influenciar as práticas de ensino e, conseqüentemente, interferir negativamente na qualidade do processo de formação de futuros profissionais.<sup>8</sup>

Frente a isso têm-se percebido uma preocupação, cada vez maior, das organizações para com a saúde e o bem-estar dos seus colaboradores, faz-se necessário reconhecer os estressores presentes no ambiente de trabalho do docente da área de saúde para que se possa identificar e aplicar estratégias de manejo de estresse no âmbito individual e coletivo a fim de minimizar o estresse no trabalho e dessa forma, melhorar a qualidade de vida e bem-estar dos professores da área de saúde.<sup>9</sup>

Com base nisso, esse estudo tem como objetivo descrever os estressores mais frequentes e o nível de estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do Distrito Federal.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo transversal, analítico e quantitativo, realizado em uma universidade privada de ensino do estado de Goiás entre agosto e dezembro de 2017. Foram incluídos docentes vinculados à instituição no

período de coleta de dados, com no mínimo 20 horas aulas semanais ministradas na instituição e atuantes nos cursos da área de saúde (enfermagem, farmácia ou fisioterapia). Foram excluídos os docentes em licença de qualquer natureza ou cuja formação básica não seja nas áreas de enfermagem, farmácia ou fisioterapia.

Os dados foram coletados por meio dos seguintes instrumentos auto-aplicáveis: Questionário para descrever o perfil sócio demográfico e profissional dos docentes e Escala de Estresse no Trabalho (EET). Esses foram distribuídos no ambiente de trabalho para serem respondidos no domicílio após a exposição dos objetivos da pesquisa e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A data de devolução foi agendada com cada docente, segundo sua disponibilidade, pelos pesquisadores previamente treinados para a coleta.

O questionário sociodemográfico e profissional envolveu as seguintes variáveis: data de nascimento, sexo, estado civil, presença de filhos, formação acadêmica, curso principal em que atua, categoria profissional exercida na área da saúde, tempo de atuação, grau de escolaridade, carga horária semanal, regime de trabalho (hóstia, parcial ou integral), número de vínculos empregatícios, jornada de trabalho diária, férias e turno de trabalho, renda mensal total recebida em salários mínimos, despesa mensal em salários mínimos e suficiência da renda mensal para a manutenção.

A EET, construída e validada em 2004<sup>10</sup> junto a 437 trabalhadores de diferentes organizações, públicas e privadas para mensurar o nível de estresse ocupacional geral. Ela é composta por 23 itens dispostos em escala tipo likert de cinco pontos, em que: 1 – discordo totalmente, 2 – discordo, 3 – concordo em parte, 4 – concordo e 5 – concordo totalmente. A partir da soma das pontuações assinaladas em cada item, obtêm-se os escores de estresse ocupacional, sendo que quanto maior a pontuação, maior o estresse apresentado pelo indivíduo no âmbito do trabalho. Os itens de maior média representam as situações que mais frequentemente implicam estresse aos docentes. No processo de validação, foram observados Alfa de Cronbach de 0,91 para o grupo de 23 itens do instrumento, sendo considerado um instrumento confiável para aplicação em trabalhadores.

Para organização e análise dos dados, foi criado um banco de dados no programa Excel (Office 2007) e utilizado o programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS), versão 17,0. As variáveis qualitativas serão apresentadas em valores absolutos (n) e percentuais (n%). As variáveis quantitativas serão expostas em medidas descritivas: valores mínimos e máximos, média e desvio padrão. Para análise da consistência interna dos instrumentos será utilizado o Coeficiente Alfa de Cronbach.

Após a obtenção da autorização para a coleta de dados na instituição pesquisada, o projeto foi submetido, via plataforma Brasil, para apreciação no Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), sendo aprovado. Foi entregue ao CEP, o Termo de Confidencialidade, o qual afirma o compromisso dos pesquisadores diante da utilização e preservação do material por um período de cinco anos. Além disso, atendendo às Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos (Resolução CNS 466/12), o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi entregue aos sujeitos que aceitaram participar da pesquisa junto aos instrumentos, sendo assinado em duas vias (uma para o sujeito e outra para o pesquisador).

## RESULTADOS

Fizeram parte da amostra estudada 21 docentes. Destes, 2 deixaram em branco o questionário, 11 não entregaram, restando 9 docentes como população de acesso da pesquisa. A Tabela 1 mostra a distribuição dos dados

sociodemográficos dos docentes universitários de acordo com as variáveis indicadas.

**Tabela 1-** Distribuição dos dados sociodemográficos dos docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada. Goiás, 2017.

| <b>Variáveis</b>          | <b>n°</b> | <b>%</b>   |
|---------------------------|-----------|------------|
| <b>Sexo</b>               |           |            |
| Feminino                  | 4         | 44,4       |
| Masculino                 | 5         | 55,6       |
| <b>Total</b>              | <b>9</b>  | <b>100</b> |
| <b>Situação Conjugal</b>  |           |            |
| Casado                    | 5         | 55,6       |
| União estável             | 3         | 33,3       |
| Solteiro com acompanhante | 1         | 11,1       |
| <b>Total</b>              | <b>9</b>  | <b>100</b> |
| <b>Possui filhos</b>      |           |            |
| Sim                       | 5         | 55,6       |
| Não                       | 4         | 44,4       |
| <b>Total</b>              | <b>9</b>  | <b>100</b> |
| <b>Residem com</b>        |           |            |
| Família                   | 9         | 100        |
| <b>Total</b>              | <b>9</b>  | <b>100</b> |

De acordo com os dados obtidos 55,6% dos docentes são do sexo masculino, casados e possuem filhos. Outros dados coletados indicam que 100% dos docentes residem com a família. Na tabela 2, apresenta-se a distribuição dos dados ocupacionais dos docentes universitários da área de saúde.

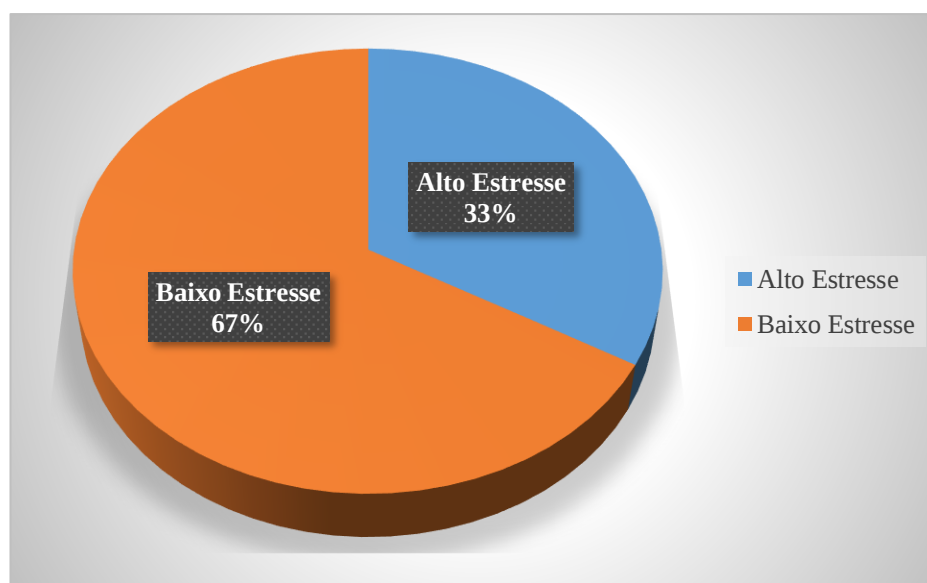
**Tabela 2-** Distribuição dos dados ocupacionais dos docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada. Goiás, 2017.

| <b>Variáveis</b>               | <b>n°</b> | <b>%</b>   |
|--------------------------------|-----------|------------|
| <b>Regime de trabalho</b>      |           |            |
| Horista                        | 6         | 66,7       |
| Parcial                        | 1         | 11,1       |
| Integral                       | 2         | 22,2       |
| <b>Total</b>                   | <b>9</b>  | <b>100</b> |
| <b>Período de trabalho</b>     |           |            |
| Manhã/ Tarde/ Noite            | 8         | 88,9       |
| Manhã/ Noite                   | 1         | 11,1       |
| <b>Total</b>                   | <b>9</b>  | <b>100</b> |
| <b>Renda mensal</b>            |           |            |
| Entre 2 e 5 salários mínimos   | 2         | 22,2       |
| Entre 5 e 10 salários mínimos  | 4         | 44,4       |
| Entre 10 e 30 salários mínimos | 2         | 22,2       |
| Não respondeu                  | 1         | 11,1       |
| <b>Total</b>                   | <b>9</b>  | <b>100</b> |

| <b>Tirou férias no ultimo ano</b> |          |            |
|-----------------------------------|----------|------------|
| Sim                               | 6        | 66,7       |
| Não                               | 3        | 33,3       |
| <b>Total</b>                      | <b>9</b> | <b>100</b> |
| <b>Grau de escolaridade</b>       |          |            |
| Especialização                    | 3        | 33,3       |
| Mestrado                          | 5        | 55,6       |
| Doutorado                         | 1        | 11,1       |
| <b>Total</b>                      | <b>9</b> | <b>100</b> |

Verifica-se, acima, que 66,7% dos docentes trabalham como horistas, 88,9% trabalham nos três períodos do dia, manhã/ tarde/ noite, 44,4 % possuem renda mensal de 5 a 10 salários mínimos e 66,7% tiraram férias no ultimo ano. Em relação a formação acadêmica, observa-se predomínios de profissionais formados em enfermagem (22,2%), fisioterapia (22,2%) e farmácia(22,2%), com mestrado concluído (55,6%) e que atuam no curso de fisioterapia (33,3%). Além disso, dados adicionais analisados indicam predomínio de docentes que possuem mais de um vínculo empregatício (66,7%) e consideram a renda mensal insuficiente para a sua manutenção (66,7%). Na Figura 1, descreve-se o Nível de estresse dos docentes universitários da área de saúde.

**Figura 1**-Nível de estresse dos docentes universitários de uma faculdade privada. Goiás, 2017.



Observa-se predomínio de baixo nível de estresse nos docentes universitários (67%). Além disso, as situações avaliadas como mais estressantes são: a falta de autonomia na execução do trabalho, a deficiência na divulgação de informações sobre decisões organizacionais, falta de informações sobre as tarefas no trabalho, tipo de controle existente no trabalho e o tempo insuficiente para realizar o volume de trabalho.

## DISCUSSÃO

De acordo com a análise dos dados, é possível observar que 55,6% dos docentes são do sexo masculino, casados e com filhos. Esses resultados se aproximam dos encontrados em uma pesquisa feita em Porto Velho, em uma

instituição de ensino superior privada, onde 55% dos sujeitos pesquisados era do sexo masculino, 73% eram casados e 74% dos profissionais tinham filhos.<sup>11</sup>

Na pesquisa a predominância de pessoas casadas 55,6%, um relacionamento estável estaria entre a menor ocorrência de estresse, já que as pessoas solteiras ou com relacionamentos instáveis, têm maior desgaste emocional e baixa realização. A análise que pode ser realizada com esses fatores é que estes podem influenciar no sentido de protelar o progresso de estresse, em razão desses profissionais encontrarem o apoio afetivo da família.<sup>11</sup>

A existência de filhos faz com que as pessoas que tem um relacionamento estável possam ser mais resistentes a situações estressantes, pois a tendência geral encontrada nos pais, é de serem pessoas mais maduras, estáveis e a boa relação com a família e os filhos traz maior capacidade para enfrentar os problemas pessoais e conflitos emocionais.<sup>11</sup>

De acordo com os resultados 88,4% dos docentes trabalham nos três turnos, matutino/ vespertino/ noturno, o que pode acarretar diversos transtornos, deixando-os suscetíveis a situações de exaustão e estresse. Entre os docentes pesquisados destacam-se os que trabalham em mais de uma instituição 66,7%. Apesar disso 66,7% dos docentes trabalham por regime de horas.<sup>11</sup> Isso torna o trabalho mais adaptativo e flexível, facilitando a diversidade de empregos.

Quanto ao grau de escolaridade 55,6% fizeram mestrado. Segundo estudos, pessoas com nível educacional mais elevado são mais predispostas a situações de estresse, pois tem maior nível de responsabilidade. Porém a realização profissional pode levar o profissional a uma grande satisfação pessoal relacionada ao status e ao reconhecimento que possuem as profissões de nível superior.<sup>11</sup>

De acordo com a renda mensal 44,7% dos docentes recebem entre 5 e 10 salários mínimos.

Com base nos dados da pesquisa 66,7% dos docentes tiraram férias no ultimo ano, fator importante que influencia no bem estar e qualidade de vida pessoal e profissional do docente. Cada pessoa desenvolve um padrão de resposta individual para situações problemáticas. Algumas estratégias são usadas como válvula de escape, que envolve buscar o lazer ou alguma atividade prazerosa. As férias é uma forma de diminuir o estresse ou se afastar das fontes estressoras.<sup>12</sup>

A partir da Escala de Estresse de Trabalho (EET), foi possível identificar que o nível de estresse dos docentes no momento da pesquisa apresentou-se baixo (67%). O que não anula as situações de estresse vividas pelos docentes, porém aponta para as diversas formas de adaptação, onde o docente aprende a lidar com as diversas situações conflitantes e as relações de amizade no serviço que desenvolvem a empatia, o trabalho em grupo e a dinâmica e tornam o trabalho menos estressante.

Podemos destacar como situações menos estressoras de acordo com os dados coletados: senti-se incomodado por meu superior tratar-me mal na frente de colegas de trabalho, ficar irritado com discriminação/favoritismo no meu ambiente de trabalho, ficar de mau humor por me sentir isolado na organização, a falta de comunicação entre mim e meus colegas de trabalho deixa-me irritado, a competição no meu ambiente de trabalho tem me deixado de mau humor e a falta de compreensão sobre quais são minhas responsabilidades neste trabalho tem causado irritação. Esses dados mostram que as relações de trabalho saudáveis são de fundamental importância para um ambiente equilibrado. O estresse de acordo com vários estudos esta ligado ao meio, indicando um processo de interação, objetividade e subjetividade do sujeito e o contexto de trabalho.<sup>13</sup>

Na figura 1 podemos observar que apenas 33,3% dos docentes

apresentam nível alto de estresse um valor menor, porém importante. Esse indicador mostra que parte desses trabalhadores estão mais susceptíveis aos estressores e por isso mais vulneráveis ao estresse.<sup>13</sup>

Em uma pesquisa feita anteriormente com uma amostra de 42 enfermeiros que trabalhavam em hospitais psiquiátricos, verificou-se que 62% deles não apresentavam estresse. Esse resultado se aproxima do obtido com os docentes o que nos mostra que provavelmente o meio ambiente acadêmico enquanto estressor influencia na ocorrência do estresse, mas não o determina. O que significa que o estresse é relativo e recebe a influência do contexto e do indivíduo. O estresse é fenômeno humano e isto sugere que a sua abordagem deve ser vista pelos aspectos não somente biológico, mas, também psíquico e social, considerando-se, as especificidades individuais e os condicionantes do processo saúde-doença.<sup>13</sup> Os autores concluíram que quanto mais o docente identifica em sua organização de trabalho valores de autonomia, bem-estar, ética e preocupação com a coletividade, menos ele relata estresse, indicando que valores organizacionais influenciam significativamente o estresse ocupacional e que a gestão da cultura organizacional pode melhorar o nível de estresse.<sup>14</sup>

## CONCLUSÃO

O nível de estresse nos docentes universitários da área de saúde foi baixo de acordo com os dados coletados, o que difere de outros resultados publicados na literatura. Porém, nota-se que fatores sociodemográficos e dados trabalhistas podem influenciar e mudar o nível de estresse dos docentes, tais como: regime de horas, que torna mais flexível às horas trabalhadas; férias, forma de relaxamento e descanso do docente em relação ao trabalho; grau de escolaridade, a qualificação abre um leque de oportunidades como melhores empregos, salários mais altos, menor carga horária de trabalho e maior qualidade de vida; as relações de amizade, que trazem descontração e envolvimento entre a equipe.

O estresse possui um contexto muito diversificado e com isso pode-se, por meio dessa pesquisa, verificar que muitas profissões consideradas estressantes, como a docência, podem variar de acordo com cada indivíduo e seu ambiente de inserção. Cada pessoa tem sua forma de lidar com as mais variadas situações, o que para uns podem ser estressante, para outros, são desafios a serem superados. Por consequência, o baixo nível de estresse contribui para a satisfação pessoal e profissional, com incremento do desempenho do profissional.

Como limitação do estudo, destaca-se a limitação amostral, o que se deve ao menor número de profissionais que atuam nas disciplinas pré-profissionalizantes e profissionalizantes da instituição, bem como ao período final do semestre, rotineiramente de maior carga de atividades, o que impacta na adesão à pesquisa.

Sendo assim recomenda-se que sejam feitas pesquisas futuras para melhor levantamento de dados sobre o estresse nessa região, pois é de suma importância para promoção e prevenção da saúde dos trabalhadores em especial no contexto aqueles que trabalham na área da educação superior.

## REFERÊNCIAS

- 1-Martins LMM, Bronzatti JAG, Vieira CSCA, Parra SHB, Silva YB da. Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação. Rev Esc Enf USP 2000; 34(1): 52-8.
- 2-Figueiras JC, Hippert MIS. A polêmica em torno do conceito de estresse. Psicol ciênc prof 1999; 19 (3): 40-51.

- 3-Bianchi ERF. Escala Bianchi de stress. Rev Esc Enferm USP 2009; 43(Esp):1055-6.
- 4-Costa JRA, Lima JV, Almeida PC. Stress no trabalho do enfermeiro. Rev Esc Enferm USP 2003; 37(3): 63-7.
- 5- T. Paschoal, A. Tamayo. Validação da escala de estresse no trabalho. Estud psicol. (Natal) 2004; 9(1): 45-52.
- 6-Miranda LCS, Pereira CA, Passos JP. O Estresse nos docentes de enfermagem de uma universidade pública. Rev de Pesq: cuidado é fundamental. 2009; 1(2): 335-44.
- 7-Sadir MA, Bignotto MM, Lipp MEN. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. Paideia 2010; 20 (45): 73-81.
- 8-Amorin C, Júnior OM, Guimarães S. O stress do professor. Psicol Argum 2007; 25(48): 103-7.
- 9-Guerrer FJL, Bianchi ERF. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. Rev Esc Enferm USP 2008; 42(2):355-62.
- 10-T. Paschoal, A. Tamayo. Validação da escala de estresse no trabalho. Estud Psicol (Natal) 2004; 9(1): 45-52.
- 11-Pereira SMA. A síndrome de burnout- o estresse em docentes das instituições de ensino superior privada de porto velho [dissertação]. Brasília. Universidade de Brasília UNB; 2008.
- 12-Costa CE, Bachion MM, Godoy FL de, Abreu LO de. Percepção sobre o estresse entre professores universitários. Rev RENE 2005 set-dez; 6(3): 39-47.
- 13-Costa JRA, Lima JV, Almeida PC. Stress no trabalho do enfermeiro. Rev Esc Enferm USP. 2003; 37(3): 63-7.
- 14-Freitas GR de. Estresse, Ansiedade e Qualidade de Vida em Professores: Efeitos do Relaxamento Progressivo [dissertação]. Bauru. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho Faculdade de Ciências UNESP; 2015.