



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO**

ALYNE MÁRCIA LORENA DA SILVA

**ESTRESSE OCUPACIONAL, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE
PROFESSORES**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2018

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
BACHARELADO EM SAÚDE COLETIVA
NÚCLEO DE SAÚDE COLETIVA

ALYNE MÁRCIA LORENA DA SILVA

**ESTRESSE OCUPACIONAL, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE
PROFESSORES**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Saúde Coletiva.

Orientadora: Petra Oliveira Duarte.

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2018

Biblioteca Setorial do CAV.
Bibliotecária Jaciane Freire Santana, CRB4-2018

S586e Silva, Alyne Márcia Lorena da
Estresse ocupacional, qualidade de vida e saúde de professores/ Alyne
Márcia Lorena da Silva. - Vitória de Santo Antão, 2018.
50 folhas; graf.

Orientadora: Petra Oliveira Duarte.
TCC (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Bacharelado
em Saúde Coletiva, 2018.

1. Estresse Ocupacional. 2. Saúde do trabalhador. I. Duarte, Petra Oliveira
(Orientadora). II. Título.

158.72 CDD (23.ed.)

BIBCAV/UFPE-207/2018

ALYNE MÁRCIA LORENA DA SILVA

**ESTRESSE OCUPACIONAL, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE
PROFESSORES**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Saúde Coletiva.

Aprovado em: 18/12/2018.

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Dra. Petra Oliveira Duarte (Orientadora)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^ª. Dra. Erlene Roberta Ribeiro dos Santos (Examinadora Interna)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^ª. Esp. Isis de Lima Oliveira (Examinadora Externa)
Faculdade Escritor Osman da Costa Lins

Dedico este trabalho à Deus, à minha família e amigos.
E à todos que torceram para a realização de mais uma conquista.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me dado a vida, o dom da sabedoria e por ter sido o mestre de todas as minhas ações.

Aos meus pais, Edileuza e Almir por todo o amor, dedicação, e confiança que sempre depositaram em mim durante toda minha vida e por terem sido o alicerce principal para o meu crescimento e de onde aprendi todos os valores que defendo hoje. A minha tia Karla por sempre acreditar em mim e me incentivar a querer mais e ir em busca dos meus objetivos. E a todos os demais familiares e amigos pelo apoio e incentivo.

Aos professores pelas orientações e aprendizado social e profissional. Aos colegas, pelo apoio e pela troca de amizade. A todos que colaboraram nesse processo de aprendizagem. Em especial a José de Siqueira e Robervaldo José, por terem sido meus companheiros constantes durante toda esta jornada acadêmica, pela troca de conhecimentos e pela amizade que compartilhamos nesses quatro anos de faculdade.

Um agradecimento em especial para a professora e orientadora Petra Duarte, pela orientação, confiança e colaboração, por toda paciência e incentivo. Pelos conselhos e ensinamentos e por me fazer pensar e refletir sobre os aspectos inerentes a todo o processo de pesquisa e escrita.

A todos que direta ou indiretamente estiveram comigo e contribuíram para realização deste trabalho.

Enfim, o resultado final é produto da colaboração de cada um de vocês. Obrigada!

“Quando tiver que escolher entre estar certo e ser gentil, escolha ser gentil”

(R. J. Palacio)

RESUMO

O presente estudo teve o objetivo de identificar possibilidades de intervenção do setor saúde sobre a situação de estresse ocupacional entre professores. O estudo compõe-se de duas etapas: A primeira foi composta de uma revisão integrativa da literatura que se caracteriza por uma análise de pesquisas que possibilitam o conhecimento da abordagem do tema na literatura científica, tornando possível a epítome do conhecimento de um determinado tema, além de sinalizar possíveis lacunas do conhecimento que necessitam ser preenchidas com o surgimento de novos estudos. Esse tipo de estudo permite o acúmulo sintetizado de vários materiais publicados acerca de uma área específica de estudo a partir de um recorte específico. A segunda etapa da pesquisa foi composta por entrevistas com gestores da gestão da saúde, em âmbito municipal, com o intuito de identificar possibilidades de intervenção sobre o estresse ocupacional entre professores. Buscou-se responder a seguinte questão norteadora: “Como o setor saúde pode contribuir para a redução do estresse ocupacional e melhoria da qualidade de vida e saúde dos professores?”. Foram encontrados, tanto na literatura quanto nas falas dos especialistas, o conceito de Estresse ocupacional, a caracterização do adoecimento e algumas possibilidades de intervenção direcionada aos professores da educação básica. Percebeu-se que as alternativas de intervenção são viáveis para uma ação intersetorial e estão muito claras para os gestores da saúde. Contudo, evidencia-se no caso do município de Vitória de Santo Antão - PE, uma fragilidade de diálogo entre os setores que impede a construção de intervenções.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador. Professor. Estresse ocupacional.

ABSTRACT

The present study had the objective of identifying possibilities of intervention of the health sector on the situation of occupational stress among teachers. The study was composed of two stages: The first one was composed of an integrative review of the literature that is characterized by an analysis of research that allows the knowledge of the approach of the subject in the scientific literature, making possible the epitome of the knowledge of a certain theme, besides indicating potential knowledge gaps that need to be filled with the emergence of new studies. This type of study allows the synthesized accumulation of several published materials about a specific area of study from a specific cut. The second stage of the research consisted of interviews with health management managers at the municipal level, in order to identify possibilities for intervention on occupational stress among teachers. It was sought to answer the following guiding question: "How can the health sector contribute to the reduction of occupational stress and improvement of the quality of life and health of the teachers?". The concepts of occupational stress, the characterization of illness and some possibilities of intervention directed to teachers of basic education were found in the literature and in the speeches of specialists. It was realized that the alternatives of intervention are feasible for an intersectorial action and are very clear for the managers of the health. However, it is evident in the case of the municipality of Vitória de Santo Antão - PE, a fragility of dialogue between sectors that prevents the construction of interventions.

.

Keywords: Worker's health. Teacher. Occupational stress.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 OBJETIVOS	13
2.1 Objetivo Geral	13
2.2 Objetivos Específicos	13
3 METODOLOGIA.....	14
4 RESULTADOS	17
4.1 Estresse ocupacional: o conceito e suas consequências.....	20
4.2 Estresse ocupacional em professores.....	23
4.3 Possibilidades de intervenção sobre a situação de estresse ocupacional entre professores.....	28
4.4 A compreensão e as possibilidades de intervenção acerca do estresse ocupacional em professores a partir dos gestores da saúde	31
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	37
REFERÊNCIAS.....	39

1 INTRODUÇÃO

A mudança da dinâmica no perfil de trabalho vem ocasionando desafios em lidar com esta nova perspectiva, e com os professores não seria diferente. Tendo em vista que este profissional precisa lidar tanto com as atribuições básicas de ensinar e avaliar atividades, como também precisa participar de reuniões, comissões, planejar aulas, relatar processos, cumprir prazos e outros aspectos burocráticos, dentro e fora do ambiente escolar (RIBEIRO, 2015).

Para a Organização Internacional do Trabalho (OIT), a profissão do professor é considerada a mais estressante dentro do setor educação, pois ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional do professor (OIT, 1981).

Segundo dados do Instituto Nacional de Estudo e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), até o ano de 2017, o Brasil possuía aproximadamente 2 milhões de professores, apenas na Educação Básica. Ao se observar o perfil dos trabalhadores ao longo do tempo pode-se perceber que este se modificou para adaptar-se às inovações da tecnologia e as novas formas de gestão. Dessa forma, surge o aumento na demanda de trabalho e nas responsabilidades do trabalhador (MOREIRA *et al.*, 2017).

Scandolara *et al.* (2015) citam que, em pesquisas realizadas no Brasil, observa-se que a média de professores brasileiros que se encontram em alguma fase do estresse aproxima-se de 66%, o que coincide com a os dados da Organização Internacional do Trabalho e deixa um alerta acerca dessa problemática em especial, considerando que o profissional professor é indispensável para a formação do cidadão, e que esse quadro de adoecimento pode interferir na qualidade do trabalho exercido pelo professor.

Os professores fazem parte do grupo de profissionais que mais sofrem com as mudanças e o aumento da carga de trabalho, com o estresse e outros agravos relacionados ao trabalho e ao contexto dele. Esses profissionais possuem atribuições específicas e que, geralmente, ultrapassam a carga horária de trabalho no ambiente escolar e estão diretamente envolvidos em relações interpessoais (MOREIRA *et al.*, 2017).

Somado à problemática citada anteriormente, os professores ainda sofrem com ambientes de trabalho desfavoráveis, falta de autonomia, excesso de burocracia, relações conflitantes no contexto professor-aluno-família, baixa remuneração e desvalorização profissional, entre outros fatores que causam insatisfação pessoal e profissional e que quebram o equilíbrio psicossomático do profissional e geram adoecimento e estresse, reduzindo a qualidade de vida desse indivíduo (PRADO, 2016).

Prado (2016), ainda falando sobre o estresse, traz uma outra interface ao citar Genuíno *et al.* (2010), afirmando que o estresse ocupacional caracteriza-se pelos estímulos relacionados ao ambiente de trabalho que requer resposta. A qualidade de vida está diretamente relacionada à percepção do indivíduo ao avaliar as situações de estresse e os elementos estressores, sendo eles organizacionais ou extra organizacionais.

Considerando a temática estresse ocupacional, direcionando-a para um público alvo específico, os professores, pode-se argumentar que as demandas de trabalho desses profissionais, por si só, já configuram elemento estressor ocupacional, como afirma Prado (2016, p. 287), “O termo estressor ocupacional designa estímulos que são gerados no trabalho e têm consequências físicas ou psicológicas negativas para um maior número de indivíduos expostos a eles”

Assim, convém referir que o estresse ocupacional interfere tanto no indivíduo, na sua saúde e qualidade de vida como na qualidade de vida no trabalho, considerando que o profissional que sofre com estresse ocupacional não será atuante no ambiente de trabalho nem participante nas decisões intrínsecas a sua profissão (PRADO, 2016).

Conclui-se que a qualidade de vida depende de uma abordagem pessoal construída a partir da percepção do sujeito em relação ao contexto ao qual está inserido e considerando pontos como bem-estar social, ambiental e cultural; o conceito de qualidade de vida certamente irá diferir dependendo da relação com a sociedade, do ambiente qual o indivíduo participa e como ele lida com todos os elementos que estão postos em seu cotidiano (MINAYO *et al.*, 2000).

A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), que de acordo com Farias e Bachalla (2009) é um sistema que objetiva fornecer

uma linguagem padrão que classifica a funcionalidade e a incapacidade, associadas a uma condição de saúde, a fim de ser utilizada em diversas áreas e setores a qualidade de vida, define a qualidade de vida como o resultado de um processo de construção do bem-estar subjetivo, que é medida a partir do que as pessoas sentem sobre suas condições de saúde. É difícil definir um único conceito para qualidade de vida, mas boa parte dos conceitos estudados concordam que para ter qualidade de vida precisa-se haver equilíbrio entre os diversos eixos que formam o sujeito (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2015).

Para que haja a possibilidade da qualidade de vida no ambiente de trabalho é necessário que haja a garantia das condições adequadas ao trabalho, saúde e segurança, equilíbrio psicossocial, e no caso dos professores, o relacionamento saudável com os demais profissionais envolvidos no processo de trabalho, com os alunos e familiares, bem como educação em saúde para melhor aproveitamento do potencial profissional do sujeito. O profissional precisa estar satisfeito com seu processo de trabalho, bem como com os elementos de estão ligados a ele de forma direta ou indireta (HIPOLITO *et al.*, 2017).

A Carta de Ottawa, na qual se menciona a necessidade do “processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no controle deste processo”, afirma a importância do indivíduo, que no caso deste estudo é o profissional professor, a ser instruído ao cuidado de si, e agir coletivamente na construção da promoção da saúde e da qualidade de vida (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 1986)

Na maioria das vezes, os professores e o serviço de assistência à saúde, não se atentam para os riscos aos quais esses profissionais estão expostos e os mesmo permanecem em situações de adoecimento sem qualquer orientação ou serviço especializado (PEREIRA, 2014).

Alguns dos riscos aos quais os professores estão expostos, representam o somatório das atividades relacionadas a profissão, como o excesso de tarefas extraclasse, a pressão para o cumprimento dos prazos e a necessidade de atualização profissional continuada, as altas cargas horárias de trabalho, a superlotação das salas de aula e a baixa remuneração pelo trabalho executado. É importante que haja uma atenção direcionada a saúde desses profissionais desde o início de sua carreira, visto que o maior índice de desgaste emocional está

concentrado em professores em fim de carreira e essa atenção antecipada configura medida de proteção e promoção da qualidade de vida no trabalho (PEREIRA, 2014).

Algumas estratégias podem ser pensadas para a garantia da saúde e da qualidade de vida dos professores. Ações protetivas e preventivas como educação para a saúde e a realização de exames periódicos, desde o início da carreira docente, sendo importante o acompanhamento dos professores e do seu processo de trabalho, bem como apoio pedagógico são algumas delas (PEREIRA *et al.*, 2014).

Nessa perspectiva, vê-se a importância de analisar o panorama do estresse ocupacional voltado para o profissional professor e sua saúde, partindo do ponto de vista que este é o profissional que está diretamente ligado a formação social e profissional de vários indivíduos, e sua importância para a sociedade.

Esse estudo, portanto, justifica-se pela necessidade de analisar como a dinâmica do perfil do trabalho do professor, a sobrecarga de trabalho e todo contexto ocupacional pode interferir em sua saúde e qualidade de vida, bem como no seu processo de trabalho, a fim de amenizar esses problemas e promover saúde e qualidade de vida no ambiente escolar. Para isso, foi utilizada a seguinte questão norteadora: “Como o setor saúde pode contribuir para a redução do estresse ocupacional e melhoria da qualidade de vida e saúde dos professores?”.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Identificar possibilidades de intervenção do setor saúde sobre a situação de estresse ocupacional entre professores.

2.2 Objetivos Específicos

- Apresentar os conceitos de estresse ocupacional e qualidade de vida;
- Caracterizar o adoecimento decorrente do estresse ocupacional entre professores;
- Descrever estratégias que possam atuar como preventivas e protetivas para a saúde de professores.

3 METODOLOGIA

Este trabalho foi dividido em duas fases, a primeira tratou-se de uma revisão integrativa da literatura que segundo Mendes *et al.* (2008), caracteriza-se por uma análise de pesquisas que subsidiam a tomada de decisões e a qualificação da prática clínica, tornado possível a epítome do conhecimento de um determinado tema, além de sinalizar possíveis lacunas do conhecimento que necessitam ser preenchidas com o surgimento de novos estudos. Esse tipo de estudo permite o acúmulo sintetizado de vários materiais publicados acerca de uma área específica de estudo.

A segunda fase, por sua vez, tratou-se de uma pesquisa de natureza qualitativa do tipo descritivo-exploratória que nos ajudou a compreender sentidos e significados do objeto analisado por intermédio da análise de conteúdo que para Bardin (1994), permite a identificação da essência dos sentidos que compõem processos comunicativos.

A pergunta norteadora para a elaboração da revisão foi “Como o estresse ocupacional pode interferir na qualidade de vida e na saúde dos professores?”; foram analisados documentos oficiais e trabalhos acadêmicos. O processo de escolha dos artigos que foram analisados se deu pela busca às bases de dados nacionais, Scielo e Capes, considerando-se o período de 2012 a 2017, foram também utilizados artigos de anos anteriores sempre que citados como de referência. Foram incluídos artigos na íntegra abordando a temática proposta no contexto do Brasil e foram excluídos artigos incompletos ou apenas resumos, além de artigos que não apresentaram a temática proposta. A busca foi feita a partir dos descritores: estresse ocupacional, saúde do trabalhador e qualidade de vida.

A princípio, a seleção foi feita a partir da leitura do título; em seguida, os artigos selecionados anteriormente, foram filtrados a partir da leitura e análise dos resumos. A partir desse momento, os artigos foram lidos e fichados para levantamento de informações relacionadas ao tema escolhido.

As informações que foram extraídas dos artigos consistem na conceituação de alguns termos como: estresse e estresse ocupacional. Foram também consideradas as informações referentes a estudos realizados anteriormente sobre o

influência do estresse na saúde e qualidade de vida dos professores, bem como medidas de promoção à saúde desses profissionais.

Para a segunda fase, a pesquisa qualitativa de análise de conteúdo, a técnica escolhida para a produção de dados consistiu numa entrevista por pauta, que segundo Gil (2006, p.120),

apresenta certo grau de estruturação, já que se guia por uma relação de pontos de interesse que o entrevistador vai explorando ao longo de seu curso. As pautas devem ser ordenadas e guardar certa relação entre si. O entrevistador faz poucas perguntas diretas e deixa o entrevistado falar livremente à medida que refere às pautas assinaladas. Quando este se afasta delas, o entrevistador intervém, embora de maneira suficientemente sutil, para preservar a espontaneidade do processo.

As entrevistas foram realizadas com especialistas da área da saúde do município de Vitória de Santo Antão. Inicialmente foram buscados, por conveniência, 03 (três) gestores na área de atenção básica e assistência à saúde.

A pesquisa disponibilizou um Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) a fim de tornar os atores envolvidos cientes do produto e do seu sigilo e possíveis publicações. Respaldados pela resolução 466/12 do Ministério da Saúde e pela Resolução do Conselho Nacional de Saúde, Nº 510, do ano de 2016. As Secretarias de Saúde e de Educação do Município emitiram anuência e o estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UFPE/CCS, sendo aprovado através do parecer consubstnciado: 2.931.695, de 02 de outubro de 2018.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO – Os participantes das entrevistas foram gestores do setor saúde do Município de Vitória de Santo Antão, inseridos na função que exerciam por, no mínimo seis meses, e que deveriam concordar em prestar a entrevista, assinando o TCLE;

CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO – Foram excluídos das entrevistas os gestores Município de Vitória de Santo Antão que não se enquadrem no perfil de inclusão e/ou que não concordem em prestar a entrevista.

RISCOS DA PARTICIPAÇÃO- Os participantes correm risco de constrangimento ao discutirem políticas públicas municipais, que dizem respeito a sua atuação

profissional. Esse risco será minimizado pela garantia de anonimato e pela busca de local preservado para a realização da entrevista, de acordo com as conveniências do entrevistado;

BENEFÍCIOS DA PARTICIPAÇÃO – Não há benefício direto ao participante, os benefícios dizem respeito à contribuição prestada ao desenvolvimento do sistema único de saúde, no tocante às intervenções para a garantia da qualidade de vida dos profissionais da educação.

A pergunta condutora das entrevistas foi: “Como o setor saúde pode contribuir para a redução do estresse ocupacional e melhoria da qualidade de vida e saúde dos professores?”. A partir desta questão base foi construída uma matriz analítica com as questões consideradas mais importantes na revisão bibliográfica, servindo de base para o roteiro preliminar de entrevistas. As entrevistas foram transcritas e analisadas a partir da técnica de análise de conteúdo, buscando identificar se houve referência às temáticas levantadas na matriz analítica e o que surgiu em acréscimo à matriz.

No que se refere a Matriz analítica, segue (Quadro 1)

Quadro 1: Matriz analítica referente aos componentes temáticos levantados e autores.

COMPONENTE TEMÁTICO	AUTORES
Conceito de Estresse	Prado; Scandolara et al.; Silva (2015); Silva (2013); Weber et al.
Conceito de Estresse ocupacional	Prado; Valle; Silva; Weber et al.
Fatores estressores e Caracterização do adoecimento decorrente do estresse ocupacional	Prado; Valle; Silva; Weber et al.
Estratégias de intervenção	Moreira et al.; Hipolito et al.; Pereira et al.; Prado; Baião E Cunha.

Fonte: SILVA, A. M. L., 2018.

4 RESULTADOS

A revisão de literatura resultou 159 textos identificados no período de 2013 a 2018. Destes textos, foram selecionados 26 que mais se adequavam à pergunta de pesquisa. Durante a etapa de seleção dos artigos percebeu-se que o Estresse ocupacional em professores é um tema que vem sendo estudado nos últimos anos e é possível encontrar material atualizado, no entanto, é mais frequente artigos direcionados para os docentes da educação básica, que compreende da educação infantil ao ensino médio, sem distinção específica de nível. Dos 26 artigos selecionados, 14 discutem diretamente sobre professores em níveis de ensino, sendo 02 para professores do ensino superior, 04 do ensino fundamental, 01 da educação infantil, 07 com professores da educação básica; 01 referente a professores sem indicação de nível de ensino, mas trabalhando quanto ao vínculo do trabalho (público ou privado). Os 11 artigos restantes, tratam sobre a temática em questão, mas em forma de revisão da literatura sem descrever nível de ensino.

Do material estudado ainda se pode citar 09 artigos que apresentam possibilidades de intervenção sobre o estresse ocupacional em professores.

Quadro 2: Relação das publicações que compuseram o estudo, de acordo com código, título, ano de publicação e autores.

Código	Título	Ano	Revista	Autores
A1	Qualidade de vida e saúde: um debate necessário	2000	Ciência & Saúde Coletiva	Minayo.; Hartz e Buss
A2	Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação	2012	Revista Brasileira de Educação Física e Esporte	Pereira; Teixeira e Santos
A3	Doenças e/ou disfunções ocupacionais no meio docente: uma revisão de literatura	2013	Revista Formação Docente	Baião e Cunha
A4	Prevalência da síndrome de <i>burnout</i> em uma amostra de professores	2013	Psicologia: Reflexão e Crítica	Costa; Gil-Monte; Possobona e Ambrosano

	universitários brasileiros			
A5	Uma proposta de diminuição do stress de professores da rede pública a partir do contato com diferentes gêneros humorísticos, por meio de um blog	2013	Cadernos PDE	Rabelo e Gamero
A6	Sentido de vida, bem-estar psicológico e qualidade de vida em professores escolares	2013	Paideia	Damásio; Melo e Silva
A7	Estresse e síndrome de <i>burnout</i> em professores: prevalência e causas	2013	Psicologia Argumento	Mesquita <i>et al.</i>
A8	O estresse no ambiente de trabalho: Causas, consequências e prevenções.	2013	(Dissertação em administração) - Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis.	Silva
A9	Professor – intensificação do trabalho e o uso da voz	2013	Audiology – Communication Research	Karmann e Lancman
A10	Conhecimento de professores sobre a síndrome de <i>burnout</i> : processo, fatores de risco e consequências ¹	2014	Psicologia em Estudo	Diehl e Carlotto
A11	Estresse relacionado ao trabalho em professores de educação básica	2014	Ciencia & Trabajo	Pereira <i>et al.</i>
A12	Associação entre o perfil de ambiente e condições de trabalho com a percepção de saúde e qualidade de vida em professores de educação básica	2014	Caderno de Saúde Coletiva	Pereira <i>et al.</i>
A13	Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura	2014	Educação em Revista	Silveira <i>et al.</i>

A14	Avaliação do estresse ocupacional no ambiente escolar: um estudo com professores da educação infantil	2014	Revista Eletrônica - UNIEDU	Luz e Kanan
A15	As vivências de sofrimento de docentes do Tocantins: pistas para ações de vigilância em saúde do trabalhador.	2014	Dissertação (mestrado profissional em saúde pública) – Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca	Freire
A16	Estresse ocupacional do professor numa perspectiva preventiva	2014	Revista Escola Particular	Valle
A17	O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde	2015	Trabalho, Educação e Saúde	Silva e Silva
A18	Fatores associados a piores níveis na escala de <i>burnout</i> em professores da educação básica	2015	Caderno de Saúde Coletiva	Koga <i>et al.</i>
A19	Estresse em professores do ensino fundamental: estudo em uma escola social no sul do estado de Minas Gerais.	2015	(Dissertação em administração) – Faculdade Novos Horizontes	Ribeiro
A20	Avaliação dos níveis de estresse e depressão em professores da rede pública do município de Francisco Beltrão - PR	2015	Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR	Scandolara; Wietzikoski; Gerbasi e Sato.
A21	Estresse ocupacional em professores: estudo no Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia de Minas Gerais.	2015	(Dissertação em administração) - Faculdade Novos Horizontes	Silva
A22	O estresse no trabalho do professor	2015	Imagens da Educação	Weber <i>et al.</i>
A23	Estresse ocupacional: causas e consequências	2016	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho	Prado

A24	Qualidade de vida: controle do estresse nos professores	2017	Revista Eletrônica – INESUL	Gimenes; Machado e Jimenez
A25	Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção	2017	Revista Brasileira de Enfermagem	Hipolito <i>et al.</i>
A26	Qualidade de vida de professores do ensino fundamental de uma escola da rede pública	2017	Ciencia & Trabajo	Moreira; Santino e Tomaz

Fonte: SILVA, A. M. L., 2018.

4.1 Estresse ocupacional: o conceito e suas consequências

Atualmente o termo estresse tem sido mencionado cotidianamente e em diversos setores e muitas vezes chega até a ser conceituado a partir do senso comum. Entretanto, Prado (2016, p. 286), citando Selye, caracteriza estresse como:

uma síndrome específica de fatos biológico, apresentando-se como uma resposta inespecífica do corpo diante de exigências às quais está sendo submetido, manifestando-se de forma positiva (eustresse), que motiva e provoca resposta adequada aos estímulos estressores, ou negativa (distresse), que intimida o indivíduo diante de situação ameaçadora, com predominância de emoções de ansiedade, medo, tristeza e raiva.

Diante da caracterização de Prado (2016), podemos dizer que o estresse não é necessariamente uma doença, mas uma alteração do funcionamento normal do organismo visto como uma forma de resposta biológica do corpo às situações cotidianas e que pode ser positiva ou negativa, sendo positiva quando, ao perceber a resposta, o indivíduo seja motivado a transformar o fator estressor.

Prado (2016) ainda afirma que a “o estresse produz reações de defesa e adaptação diante do agente estressor” e que essas reações podem ser caracterizadas em três fases: a fase de alarme, a fase de resistência e a exaustão. A fase de alarme é aquela em que os estímulos estressores

estimulam respostas imediatas do organismo e essa fase não perdura por muito tempo. Os sintomas mais evidentes nessa fase são: liberação de glicose, aumento da pressão arterial, bem como da frequência cardíaca e respiratória (PRADO, 2016, p. 287).

A fase de resistência é aquela em que o organismo busca se adequar à nova realidade buscando reestabelecer o equilíbrio. Nesta fase os sintomas comumente observados são: tremores musculares, fadiga, instabilidade emocional. Já a fase da exaustão é a que se caracteriza pela falta de resistência do organismo e nesse momento o indivíduo pode desenvolver doenças graves e até mesmo chegar a perecer (PRADO, 2015, p. 287).

O estresse tende a ativar respostas fisiológicas através do sistema nervoso e do sistema endócrino interligados entre si e que refletem em todo o corpo. Quando recebe o estímulo, o Sistema Nervoso Central (SNC) envia comandos para o Sistema Nervoso Autônomo (SNA) provocando uma série de reações. Principalmente nas fases de resistência e de exaustão ocorre a alteração nas glândulas adrenais motivada pela liberação dos glicocorticoides além da diminuição da liberação de adrenalina e aumento da liberação de corticosteroides, com isso o organismo fica mais fraco e susceptível a doenças (MESQUITA et al., 2014; MENDES NETO; OLIVEIRA; MAGALHÃES, 2016).

Partindo do conceito de estresse citado anteriormente e abordando uma temática mais direcionada ao ambiente de trabalho, Silva (2015), citando Cox e Dejours, define estresse ocupacional como a compreensão pessoal do trabalhador em relação ao desequilíbrio entre as suas habilidades e competências com as demandas que lhe são despendidas e às condições de respondê-las. O Estresse ocupacional pode ser compreendido também como o sofrimento psicológico relacionado às experiências vividas em relação ao trabalho, dentro ou fora do ambiente ocupacional (SILVA, 2015).

Prado (2016, p. 287) diz que o Estresse ocupacional

refere-se aos estímulos do ambiente de trabalho que exigem resposta. A caracterização de um fenômeno de estresse depende da percepção do indivíduo em avaliar os eventos como estressores, portanto o cognitivo tem papel importante no processo que ocorre entre os estímulos potencialmente estressores e as respostas do indivíduo a eles. O termo estressor ocupacional designa estímulos que são gerados no

trabalho e têm consequências físicas ou psicológicas negativas para um maior número de indivíduos expostos a eles. Consideram-se agentes estressores os fatores extra-organizacionais e organizacionais, individuais e de grupo.

Assim, caracterizar um fenômeno de estresse ocupacional depende da relação de que o indivíduo tem com o ambiente e a atividade laboral e de como o seu organismo reage aos fatores estressores aos quais está sendo submetido, considerando, dentre esses fatores estressores, os elementos intra-organizacionais e extra-organizacionais.

Segundo Valle (2017 p. 17),

O estresse ocupacional é reconhecido como um dos riscos mais sérios ao bem estar psicossocial do indivíduo. Pesquisas, realizadas em 2002-2003, pela *International Stress Management Association*, no Brasil (ISMA), alertam para o aumento de estresse no trabalho: entre, aproximadamente, mil profissionais, constatou-se que 70% deles sofriam de níveis significativos de estresse ocupacional.

Com essa informação, é possível perceber que boa parte dos profissionais estão sendo afetados pelo estresse decorrente do ambiente laboral em diversas áreas de atuação e que não é apenas um problema do empregador, mas também é um problema de saúde pública.

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS) (2011), não há só um fator que provoca o estresse ocupacional, mas vários fatores. A organização do trabalho, a exigência pela produtividade, condições físicas do ambiente de trabalho, má relação interpessoal, represálias e falta de incentivo e reconhecimento são alguns dos fatores estressores.

O estresse ocupacional causa consequências severas no desenvolvimento laboral do indivíduo, interfere na sua saúde e na capacidade de atender as demandas de trabalho e também no relacionamento interpessoal. “O estresse reduz a capacidade física e mental, afetando a resistência do organismo às doenças” (VALLE, 2017, p.17).

Para que o profissional tenha domínio sobre a sua situação de saúde é fundamental que ele tenha as suas necessidades básicas atendidas tanto no ambiente de trabalho quanto fora dele. O trabalho deve ser o meio pelo qual o

indivíduo pode assegurar essas necessidades básicas à condição humana. A saúde do profissional começa a mostrar sinais de comprometimento quando esse passar a exercer funções para além da sua responsabilidade ou quando excede a carga horária de trabalho que lhe é condizente. Daí surge a fadiga, o desgaste profissional, físico e emocional, e, estes sintomas interferem diretamente no processo produtivo do profissional (SILVA, 2013).

Atualmente, a mudança no perfil de trabalho exige a adaptação do indivíduo às exigências do mercado de trabalho, e essa pressão pela adequação e cobrança pela superação profissional acaba afetando o ritmo de trabalho natural do profissional provocando estímulos estressores (SILVA, 2013).

Posen (1995) *apud* Silva (2013, p. 25) diz que “os sintomas físicos do estresse mais comuns são: fadiga, dores de cabeça, insônia, dores no corpo, palpitações, alterações intestinais, náusea, tremores e resfriados constantes”. No entanto, a sensibilidade emocional e a angústia são sintomas que devem ser considerados, partindo do pensamento de que esses são eventos que podem tornar o indivíduo agressivo. Alguns fatores podem estar diretamente relacionados ao estresse. “Ruído excessivo, alteração de sono, sobrecarga, falta de estímulos”, além das modificações causadas pela implantação de novas tecnologias (SILVA, 2013, p. 25).

4.2 Estresse ocupacional em professores

Algumas profissões apresentam maior possibilidade de desenvolvimento de estresse, pois expõem o profissional a condições de desgaste físico e emocional. Para Weber *et al.* (2015), “Durante a última década, a contínua desvalorização e as dificuldades enfrentadas nas relações interpessoais no trabalho têm sido fatores que elevaram os níveis de estresse docente no Brasil”. (WEBER *et al.*, 2015, p.40)

Weber *et al.* (2015, p. 42) ainda acrescenta que a

Alta carga horária de trabalho, condições inadequadas de trabalho, realização de dupla jornada e pouca oportunidade para se engajar em atividades de lazer são as variáveis mais frequentemente associadas ao adoecimento docente. Fatores

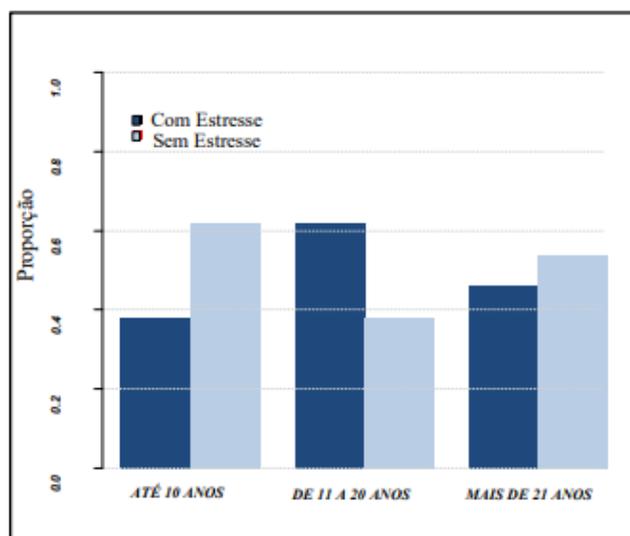
associados ao estilo de vida também emergem como facilitadores do adoecimento, como sedentarismo e pouco lazer, que estão ligados ao pouco tempo livre e a fatores socioeconômicos.

Tomando a afirmação de Weber *et al.* (2015), podemos dizer que boa parte dos professores dificilmente encontram disponibilidade de tempo para realizar atividades de esporte e lazer para desligar-se da pressão do cotidiano de trabalho, levando a considerar que essa tensão fica retida e poderá desencadear o surgimento de doenças pela deficiência do sistema imunológico que não reage bem à pressão.

Conforme revisão da literatura realizada por Baião e Cunha (2013), além do estresse e da disfunção emocional, os professores também apresentam disfunções musculoesqueléticas, Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), Síndrome de *Burnout*, que será detalhada mais adiante, a depressão e distúrbios de voz; e, todos estes são agravos que podem afastar o profissional do ambiente de trabalho por incapacidade para o trabalho (BAIÃO; CUNHA, 2013).

Luz e Kanan, em um estudo realizado em [2014], afirmam que é mais provável a presença de estresse em professores que possuem entre 11 e 20 anos de tempo de exercício profissional de que naqueles profissionais que tem até 10 anos de exercício profissional (Figura 1).

Figura 1 – Gráfico de tabela cruzada da relação entre tempo de exercício profissional e a presença de estresse



Fonte: Luz; Kanan [2014]

Ainda utilizando o estudo de Luz e Kanan [2014], é possível afirmar que há relação entre o estresse e a insatisfação com a profissão.

Tal constatação pode também ser verificada em expressões como as expostas a seguir: Não (sente-se satisfeita) Falta estrutura, apoio, reconhecimento do papel do professor (sic). Não (sente-se satisfeita) Falta valorização, respeito (sic) (LUZ; KANAN, [2014], p. 31).

Em relação a essa insatisfação, Rabelo e Gamero (2013, p. 2), dizem que “A ampla insatisfação dos professores com seu trabalho se deve, em grande parte à desvalorização do papel do docente, que é causa e consequência de grande precariedade nas condições de trabalho de tais profissionais”.

Em um estudo realizado por Mesquita *et al.* (2013), na cidade de São Luís, observou-se que 50,83% dos 357 professores entrevistados apresentaram sintomas de estresse. Desses, os eventos citados como causas foram: o desinteresse dos alunos, a superlotação das salas de aula e a indisciplina escolar.

Corroborando os fatores citados por Mesquita *et al.* (2013), Silva e Silva (2015, p. 208), destacam os principais fatores estressores e ainda citam algumas consequências físicas e emocionais que afetam o profissional professor.

Profissionais no campo da educação (professores e estudantes universitário) apresentaram como fatores de estresse: ausência de significado pessoal no trabalho e desvalorização profissional; baixos salários; precariedade das condições de trabalho; elevado número de alunos por sala de aula; pressões exercidas pelos pais dos alunos e pela sociedade em geral; violência e ansiedade. Como consequências emocionais, observaram-se: despersonalização e relação com interação profissional, interferência no bem-estar psicológico e na qualidade de vida; e como consequências físicas: aumento do funcionamento da glândula suprarrenal (que aumenta o risco de infarto) e redução do funcionamento do timo e de gânglios linfáticos (que leva à depressão do sistema imune).

Percebe-se, então, como o estresse influencia diretamente a saúde e qualidade de vida dos professores, bem como no seu rendimento profissional, trazendo prejuízo tanto para si quanto para seus alunos (SILVA; SILVA, 2015).

Gimenes, Machado e Jimenez (2017, p. 6), continuam citando estressores em concordância com os autores citados anteriormente

Os estressores de um centro laboral, como uma escola, variam desde as atualizações de conhecimentos, as relações interpessoais, tipo de escola, insuficiência de materiais, ambientes inadequados até relacionamento com os os alunos.

Esses inúmeros fatores estressores levam, a cada dia, diversos profissionais à desistência de seu exercício profissional. Para, além disso, o estresse também está relacionado ao nível de maturidade pessoal e profissional de cada indivíduo (GIMENES; MACHADO; JIMENEZ, 2017).

Algumas outras fontes de estresse merecem ser citadas: a carga de trabalho excessiva, o trabalho realizado fora do ambiente escolar e em horários que deveriam ser utilizados para a prática de atividades de lazer, o ambiente físico das escolas (iluminação e ruído), relação com os pessoas que fazem parte da equipe de trabalho, o medo e a insegurança gerado pelo mal comportamento dos alunos, mal gerenciamento das atividades por parte da direção (GIMENES; MACHADO; JIMENEZ, 2017).

Em outro estudo realizado por Weber *et al.* (2015), “observou-se uma relação significativa entre gênero feminino e estresse relacionado ao trabalho”, e considerando isso pode-se atribuir à dupla jornada de trabalho das professoras que, muitas vezes, atuam tanto na docência quanto nos trabalhos

domésticos acrescentando ainda mais esta carga horária de trabalho e reduzindo o tempo que deveria ser dispensado para atividades de lazer (WEBER *et al.* 2015, p.45).

Diante de tantos eventos de estresse, surge um novo agravo que merece uma certa atenção, a síndrome de *Burnout*. O termo vem do inglês, e em sua tradução exata, significa queimar, consumir, combustão. Esse agravo tem sido comum, principalmente, entre profissionais que lidam com pessoas, como o professor, e que são expostos a situações de pressão e jornadas exaustivas de trabalho. Atualmente, o termo é utilizado para se referir ao estresse ocupacional que se caracteriza por exaustão emocional e física, desinteresse pelo trabalho, alterações de humor, falta de memória, enxaqueca, dores musculares, fadiga e distúrbios de sono (GIMENES; MACHADO; JIMENEZ, 2017).

O *Burnout* em professores vem recebendo crescente atenção por parte de pesquisadores e estudiosos, tendo em vista que ele traz consequências tanto para a saúde e qualidade de vida, quanto para o perfil profissional do professor, visto que aumenta-se o absenteísmo e as condutas de risco, diminui-se a satisfação profissional e o profissional torna-se inconstante (DIEHL; CARLOTTO, 2014; KOGA *et al.*, 2015).

Ainda em relação a síndrome de *Burnout*, Koga *et al.* (2015, p. 269), refere que

Entre as características associadas às dimensões do Burnout avaliadas em estudos anteriores com professores, destacam-se as sociodemográficas ou do ambiente familiar (sexo, idade, situação conjugal, número de filhos, oportunidade de lazer e expectativas familiares) e as relacionadas ao trabalho (carga horária, tempo de profissão, remuneração, relacionamento com superiores ou com colegas de trabalho, falta de reciprocidade na relação com alunos, percepção de que a profissão interfere na vida pessoal ou que é estressante, intenção de abandonar a profissão, insatisfação com o trabalho, excesso de responsabilidades, conflitos de papéis e sobrecarga, elevado número de alunos por turma, mau comportamento dos alunos e participação em decisões institucionais).

O profissional não desenvolve a síndrome de *burnout* unicamente pelos fatores relacionados ao trabalho, mas por uma série de fatores aos quais está

sendo exposto, entretanto, as atribuições e pressões a que os professores são submetidos no ambiente de trabalho favorecem o acometimento do agravo, de forma mais expressiva, à esta categoria profissional (KOGA *et al.*, 2015).

4.3 Possibilidades de intervenção sobre a situação de estresse ocupacional entre professores

Pensar estratégias de prevenção e proteção para a saúde dos professores é uma ação que deve ser feita visando o aspecto individual, coletivo e profissional do professor. Professores com menores índices de bem-estar e qualidade de vida, conseqüentemente apresentarão menor rendimento no setor laboral (DAMÁSIO *et al.*, 2013).

A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT), foi instituída de forma a ser um instrumento que orienta as ações do Sistema Único de Saúde (SUS) voltadas para a saúde do trabalhador de forma a garantir a integralidade da assistência e promover saúde e qualidade de vida do ambiente de trabalho. Além disso, a PNSTT define as ações da vigilância voltadas para as condições dos ambientes e dos processos de trabalho e a articulação de ações e serviços que priorizam o cuidado do trabalhador (BRASIL, 2012).

De acordo com o artigo treze da PNSTT, é responsabilidade dos gestores municipais de saúde:

XIV - promover, no âmbito municipal, articulação intersetorial com vistas à promoção de ambientes e processos de trabalho saudáveis e ao acesso às informações e bases de dados de interesse à saúde dos trabalhadores (BRASIL, 2012, p.22).

No artigo oitavo, a PNSTT apresenta os objetivos da política e dentre eles pode-se destacar no inciso I a *alínea* d que fala sobre a “intervenção nos processos e ambientes de trabalho” e o inciso II que dispõe sobre a promoção da saúde e dos ambientes e dos processos de trabalhos saudáveis (BRASIL, 2012).

Em Pernambuco (2016, p. 1), a Instrução de serviço nº 17 /2016, discorre sobre a implantação do Núcleo de Atenção ao Servidor (NAS), que

é um serviço criado para prestar assistência, desenvolver ações de prevenção e promoção relativas às questões que envolvem os direitos dos/as servidores/as, à saúde, segurança e relações de trabalho, considerando as dimensões profissional, biológica, psíquica e político-social.

O NAS está embasado legalmente pela Portaria Nº 7091 de 12 de agosto de 2010 e objetiva a promoção da saúde do trabalhador e a qualidade de vida através de atendimentos especializados, praticas corporais, rodas de diálogos entre outras ações. Além disso, o NAS prevê o monitoramento dessas ações e a influência delas no cotidiano do servidor.

A página da Secretária de Educação do Estado de Pernambuco também apresenta programas de formação continuada e qualificação profissional voltadas para os profissionais da educação. Esses programas objetivam oferecer subsídios para enriquecer o processo de trabalho dando condições para o indivíduo trabalhar, promovendo bem-estar e qualidade de vida durante o processo. Contudo, não foram identificadas durante o processo de pesquisa programas, ações ou estratégias voltadas especificamente para o profissional professor e direcionada para as necessidades dele (PERNAMBUCO, 2018).

Algumas experiências com o objetivo de intervir no processo de adoecimento dos professores foram identificadas na revisão de literatura. No artigo intitulado “**Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil**”, os autores citam um programa municipal de atividades físicas como ioga e ginástica postural para os professores municipais, com o objetivo de promover saúde e qualidade de vida no ambiente de trabalho (PEREIRA; TEIXEIRA; LOPES, 2013).

Em um outro estudo realizado por Karmann e Lancman (2013), relata-se uma ação em que os professores do município de São Paulo são atendidos, em grupo, pela Seção de Fonoaudiologia do Hospital do Servidor Público Municipal de São Paulo, buscando o cuidado com a voz.

A dissertação de Freire (2014), por sua vez, descreve o Projeto Promoção da Saúde dos Trabalhadores dá ao CEREST-TO – Para professores de escolas públicas estaduais, visando observar os desafios e potencialidades

do projeto no Estado do Tocantins. Pode-se perceber, então, a partir dessas ações citadas, que a busca pela melhoria da qualidade de vida dos profissionais professores já existe, porém de forma pontual em alguns estados e/ou municípios que se preocupam em fazer cumprir as diretrizes da PNSTT.

“Para que seja possível intervir na saúde do trabalhador torna-se imperiosa a combinação de abordagens e enfoques, transformações organizacionais e de trabalho, mudanças urbanas e fatores de risco”. Intervir no ambiente de trabalho de um professor não é tarefa fácil, visto que envolve uma série de fatores e atores de uma só vez (PRADO, 2016, p.285).

Segue, então, um quadro (Quadro 3) com as possibilidades de intervenção observadas na revisão de literatura:

QUADRO 3 - Possibilidades de intervenção sobre a situação de estresse ocupacional em professores encontradas na literatura

SETOR SAÚDE	SETOR EDUCAÇÃO	INTERSETORIAL
<ul style="list-style-type: none"> - Momento de fisioterapia direcionados a trabalhos dentro da escola, viabilizando não apenas o desenvolvimento de atividades de educação postural junto aos escolares, como também um trabalho de prevenção e melhoria de qualidade de vida no trabalho dos docentes (MOREIRA <i>et al.</i>, 2017). - Orientações acerca de alimentação, exercício físico, estabilidade emocional e qualidade de vida como forma de reduzir o impacto do estresse em Professores (PRADO, 2016). - Pensar na possibilidade de implantação de programas de qualidade de vida no setor de trabalho (PRADO, 2016). - Grupo aberto para discussão sobre saúde e qualidade de vida dos 	<ul style="list-style-type: none"> - Atividades de fortalecimento do vínculo entre os profissionais atuantes no mesmo local de trabalho, incluindo os diretores e coordenadores, visto que essa relação, ou a falta dela, é umas das causas de estresse ocupacional em professores citada por Weber <i>et al.</i> (2015). - Orientações acerca de alimentação, exercício físico, estabilidade emocional e qualidade de vida como forma de reduzir o impacto do estresse em Professores (PRADO, 2016). - Promover momentos/atividades de lazer, objetivando alcançar uma sensação de bem estar, descanso o divertimento, além de interação interpessoal (BAIÃO e CUNHA, 2013). - Realizar treinamento de atenção para atitudes que 	<ul style="list-style-type: none"> - Discussões sobre educação e promoção de saúde no ambiente escolar, devendo evoluir para a operacionalização de programas que possibilitem o aumento da qualidade de vida dos professores (MOREIRA <i>et al.</i>, 2017). - Intervenções no local de trabalho relativas ao incentivo a atividades físicas e cuidados com a saúde, constatou-se que atividade física, exercícios para melhorar a postura corporal, caminhadas, <i>Hatha Yoga</i>, ginástica laboral, programas visando a redução de peso melhoram a saúde, autoestima, produtividade, proporcionando benefícios para a saúde do trabalhador (PEREIRA <i>et al.</i>, 2014; HIPOLITO <i>et al.</i>, 2017).

<p>professores, e para criação de vínculo social, orientados preferencialmente por um profissional psicólogo (LUZ e KANAN, [2014]).</p> <p>- Estratégias de prevenção de doenças, como a possibilidade de exames periódicos e educação para a saúde, devem ser implementadas desde o início da carreira docente (PEREIRA <i>et al.</i>, 2014).</p> <p>- Grupos operativos e a técnica de gestão de pessoas, exercícios físicos, auriculoterapia, aromoterapia, intervenções psicoeducativas, intervenções cognitivo-comportamentais, psicoterapia breve, psicodinâmica do trabalho, reiki e técnica de valores organizacionais (SILVA e SILVA, 2014).</p>	<p>levem ao bem estar pessoal e a redução das dificuldades interpretativas, além de melhorar as metas e aumentar a capacidade para lidar com as demandas educacionais. É importante também expandir o investimento de espaços para o bem estar profissional dentro do ambiente laboral (SILVEIRA <i>et al.</i>, 2014).</p> <p>- Grupo aberto para discussão sobre saúde e qualidade de vida dos professores, e para criação de vínculo social, orientados preferencialmente por um profissional psicólogo (LUZ e KANAN, [2014]).</p>	<p>- Orientações acerca de alimentação, exercício físico, estabilidade emocional e qualidade de vida como forma de reduzir o impacto do estresse em Professores (PRADO, 2016).</p> <p>- Grupo aberto para discussão sobre saúde e qualidade de vida dos professores, e para criação de vínculo social, orientados preferencialmente por um profissional psicólogo (LUZ e KANAN, [2014]).</p> <p>- Grupos operativos e a técnica de gestão de pessoas, exercícios físicos, auriculoterapia, aromoterapia, intervenções psicoeducativas, intervenções cognitivo-comportamentais, psicoterapia breve, psicodinâmica do trabalho, reiki e técnica de valores organizacionais (SILVA e SILVA, 2014).</p>
---	--	---

Fonte: SILVA, A. M. L., 2018.

Intervir na situação de estresse ocupacional entre professores deve ser um pensamento constante dos gestores. Eles podem planejar atividades direcionadas com o intuito de promover qualidade de vida e, mesmo havendo a possibilidade dessa ação partir, somente, do Setor Educação, será mais eficiente se trabalhada de forma conjunta ao Setor Saúde.

4.4 A compreensão e as possibilidades de intervenção acerca do estresse ocupacional em professores a partir dos gestores da saúde

Na literatura estudada, o estresse ocupacional é um desequilíbrio do organismo em resposta aos fatores do ambiente de trabalho pressionam o profissional e exige a saturação dos seus esforços cotidianos e que tem influência direta tanto no aspecto físico quanto no psicossocial (PRADO, 2016).

Weber *et al.* (2015, p.41) diz que o estresse ocupacional pode ser definido como “um processo no qual as exigências de trabalho são percebidas como variáveis estressoras” que transcende as possibilidades de enfrentamento do indivíduo e isso pode causar efeitos negativos.

A partir da consulta aos especialistas em saúde da Secretaria Municipal de Saúde do Município de Vitória de Santo Antão – PE, através de entrevista, pode-se citar alguns conceitos de estresse ocupacional.

Estresse ocupacional, ele é uma junção de várias perturbações onde estas caracterizam desequilíbrio físico e psíquico que acontecem no local de trabalho, no dia a dia (ESPECIALISTA S1, 2018).

O estresse ocupacional ele é uma patologia proveniente de um processo de trabalho (ESPECIALISTA S2, 2018).

Quando fala de estresse ocupacional o que vem a minha cabeça é uma questão de sobrecarga por conta do trabalho, desconforto... (ESPECIALISTA S3, 2018).

Um outra questão importante, tanto na literatura quanto na fala dos colaboradores, é a conceituação de Síndrome de *burnout*. Para a literatura, Segundo Costa *et al.* (2013, p. 636), a Síndrome de *Burnout* é definida

como uma resposta ao estresse laboral crônico, característica dos profissionais que trabalham com pessoas. Os indivíduos apresentam deterioração cognitiva (perda de motivação e baixa realização pessoal no trabalho – baixa Ilusão pelo trabalho) e afetiva (esgotamento emocional e físico – Desgaste psíquico) e, conseqüentemente, passam a desenvolver atitudes e condutas negativas frente aos clientes e à organização (comportamentos de indiferença, frieza e distanciamento – Indolência).

Para a Especialista S1 (2018), a síndrome de *burnout*

é o esgotamento físico e psíquico em decorrência do trabalho e vários estímulos.

Para Costa *et al.* (2013, p. p. 636-640), a síndrome de *burnout* “é uma questão de saúde pública devido às suas implicações para a saúde física, mental e social dos indivíduos [...] sendo portanto, um motivo de preocupação para os formadores de políticas de saúde”.

Valle (2017) assegura que o estresse interfere diretamente no processo de trabalho do professor e na sua saúde e qualidade de vida. Se o profissional

não se sente bem no ambiente de trabalho, conseqüentemente apresentará piores resultados.

A Especialista S1 refere alguns pontos de interferência no cotidiano do Professor na seguinte fala:

Ele (o estresse) reflete negativamente no processo de trabalho, interferindo diretamente na produção das atividades inerentes ao dia a dia... e atrapalha a rotina de todos os funcionários... a falta de estímulo, a instabilidade emocional, a capacidade de produção diminuída... *burnout*[...]isso interfere sim no bem estar e na segurança do trabalhador (ESPECIALISTA S1, 2018).

A Organização mundial de Saúde (2011) relata que uma série de fatores podem ser considerados como fatores estressores: o ruído, o ambiente físico, a gestão, as condições de sala de aula (no que se refere aos alunos), a falta de incentivo, seja ele emocional, social ou financeiro, entre tantos outros.

Conversando sobre os fatores citados pela OMS, tem-se o seguinte relato em relação aos fatores estressores presentes o ambiente laboral do professor:

seus instrumentos, o objeto e sua atividade em... precarização do trabalho, baixos salários... ...a pressão no ambiente de trabalho por meio do gestor... a violência... a necessidade dessa produtividade em sala de aula, do alcance e da alfabetização do aluno , porque tem aquela carga e a responsabilidade de conseguir os resultados[...]A carga excessiva de trabalho, porque assim , o trabalho ele não se encerra dentro da escola. O trabalho ele transcende os muros da casa do trabalhador, do professor especialmente. Ele leva prova pra corrigir, ele leva atividade para além da escola. (ESPECIALISTA S2, 2018).

o relato deles é sobre essa sobrecarga, é de sempre tá trabalhando com públicos que tem... é com vulnerabilidades, com dificuldades mesmo de tá dentro de sala, a questão do contato com alunos, do respeito, desse excesso diário de todo dia tá tendo que controlar essa situação deixa eles em situação assim de estresse e de desconforto (ESPECIALISTA S3, 2018).

Diante do que já fora exposto, é importante pensar em estratégias que viabilizem a promoção da saúde e da qualidade de vida dos professores no ambiente laboral, visando o enfrentamento de estresse ocupacional e a

redução dos efeitos que ele causa tanto para o bem estar do profissional quanto para o processo de trabalho (PRADO, 2016)

Pensando dessa forma, algumas possibilidades para o enfrentamento e/ou prevenção do estresse em professores foram citadas pelos especialistas, entre elas

promover momentos de atividades laborativas que visem estímulos fonoaudiológicos, é...relaxamento pra eles, de repente as práticas integrativas em saúde inseridas no ambiente de trabalho (ESPECIALISTA S2, 2018).

realizar palestras com psicólogos do centro de psicologia e psiquiatria que nós temos na rede, palestras que falem justamente sobre estresse, sobre a síndrome de *burnout* que falam muito sobre isso. Palestras com psicólogos e psiquiatras voltados diretamente para esse tema pra trazer... tirar duvidas e trazer informação para aqueles que não conhecem... práticas integrativas que podem ajudar no equilíbrio psicossocial como uma auriculoterapia, ginástica laboral, ventosa, reiki e etc (ESPECIALISTA S1, 2018).

Algumas estratégias já foram pensadas e até mesmo realizadas pela Secretaria de Saúde, através do Programa de Saúde na Escola (PSE) como relata a Especialista S3

O programa de saúde na escola, por exemplo, se propôs a fazer, no mês do professor, um momento de cuidado mesmo era o “Cuidando de quem cuida”, a gente trabalha isso na saúde, onde os profissionais eles se entrelaçam no sentido de um cuidar do outro. A ideia era a saúde na escola, né, ter sido trabalhada através da saúde dos gestores e dos professores. É, eu acho que possibilidades de aproximação seriam essas: momentos de continuidade, onde eles pudesse ali relatar suas angustias, ser ouvido, porque é uma questão que eles sempre tem dificuldade (ESPECIALISTA S3, 2018).

Quando a gente pensou em fazer uma dinâmica da tenda do conto, que é uma dinâmica onde eles conseguem externar as inquietações, e só pelo fato de você externar você meio que reorganiza suas ideias e já ajuda. Teria o apoio de alguns psicólogos para desenvolver esse momento de relaxamento, né, pensando aí numa melhoria, que não pode acontecer de forma pontual, mas seria um projeto inicial pra que a gente pudesse, né, a

cada três meses tá ali em contato de novo (ESPECIALISTA S3, 2018).

A partir da fala dos especialistas podemos perceber que falta comunicação entre os setores Saúde e Educação, e que a saúde precisa que exista a busca pelo cuidado pelos profissionais da educação.

eu não sinto que essa iniciativa parte do gestor da escola ou que ele tem intenção de melhorar a qualidade de vida dos professores porque o trabalho ele já não é fácil...E assim, minimamente, uma coisa básica que eu acho que o professor deveria ter de cuidado enquanto gestão escolar, pra conservar tua força de trabalho também [...]da gestão da educação, startando também com a gestão da saúde... Então, assim, a necessidade é do trabalhador lá da ponta, o professor. A educação é gestora dele, a gente não pode chegar e dizer assim: Ó vamos pensar uma atividade especifica para o professor... (ESPECIALISTA S2, 2018).

Se a ideia e entrelaçar a saúde e a educação pra que se haja uma interferência nesse processo de adoecimento, sobre essa questão do estresse e redução mesmo o impacto nisso tem que ser um trabalho continuado. E aí deveria sim, ter; É, as secretarias sentar, falar, né? (ESPECIALISTA S3, 2018).

Partindo então dos objetivos previsto na PNSTT (2012), acerca da necessidade de intervir nos processos e ambientes de trabalho e de promover processos e ambientes de trabalho saudáveis e da importância de conhecer o perfil epidemiológico dos trabalhadores do município, reconhece-se através do relato da Especialista S2, o interesse de se corresponsabilizar pelo processo.

Eu acho que a gente deveria estar mais atuante em relação a saúde do trabalhador por que aí a gente poderia pensar estratégias, mais específicas voltadas pra professor, pra alguns campos ocupacionais[...]Que a gente possa se corresponsabilizar sobre a saúde desse trabalhador. A gente percebe que o acirramento do adoecimento vem só crescendo, se intensificando com o passar dos anos. Então, assim, acho que a gente poderia pensar, traçar, por exemplo, um perfil epidemiológico dos trabalhadores do município de Vitória de Santo Antão e começar a elaborar estratégias para tal (ESPECIALISTA S2, 2018).

Como já foi mencionado anteriormente nessa pesquisa, lidar com o estresse ocupacional requer um trabalho conjunto, multiprofissional e intersetorial buscando tratar o professor ou qualquer outro profissional de forma integral como prevê as diretrizes da PNSTT em concordância com as diretrizes do SUS, promovendo saúde, bem estar físico e psicossocial e qualidade de vida dentro e fora do ambiente laboral (BRASIL, 2012).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As condições de trabalho do professor, vem sendo mencionada como elemento de grande potencial estressor. Diante disso, entende-se que é necessário um olhar mais atento para a saúde e a qualidade de vida desses profissionais. A partir dessa necessidade, a saúde dos professores vem sendo estudada ao longo dos anos, buscando-se identificar fatores que possam estimular esse processo de adoecimento, bem como elementos que reduzam os fatores estressores e potencializem a força de trabalho desses profissionais.

Tanto a literatura quanto os especialistas entrevistados, são veementes em descrever que os professores sofrem com o risco de desenvolver o estresse ocupacional e dentre os principais fatores estressores encontram-se o baixo reconhecimento da categoria, baixa participação nas decisões, falta de tempo, grande quantidade de atividades, inclusive as extraclases, a relação interpessoal (com alunos e superiores), baixa remuneração, entre tantos outros fatores.

A influência desse adoecimento é refletida tanto na saúde quanto no processo de trabalho e no contexto familiar. Sintomas como: transtorno de humor, dores musculares, ansiedade, depressão, enxaqueca, insônia, desânimo, distúrbios de voz, disfunções musculoesqueléticas, alteração da HAS e alteração dos índices de glicose no sangue são frequentes nesses indivíduos que encontram-se em alguma das fases do estresse.

Com esse trabalho buscou-se, então, apresentar os conceitos básicos do termo estresse ocupacional e as variáveis que desencadeiam esse adoecimento no cotidiano dos professores, e como isso pode interferir no processo de trabalho deles, além da identificação das possibilidades de intervenção para o enfrentamento dessa alteração do equilíbrio biológico. Buscou - se também, a possibilidade de compreender o estresse ocupacional, as relações entre saúde e a profissão docente e a reflexão sobre a importância de se pensar uma prática de assistência direcionada à saúde dos professores, alcançado assim os objetivos propostos.

Considerando que o acometimento por estresse ocupacional pode conduzir o profissional docente ao afastamento laboral devido a incapacidade para o trabalho e que este é o fator que interfere diretamente da qualidade de vida e no bem estar do indivíduo, a pesquisa possibilitou a reflexão sobre a importância de se pensar estratégias que possam intervir nesse processo de adoecimento.

Com isso, as possibilidades de intervenção caminham, a priori, em torno da construção multiprofissional de atividades como: rodas de diálogos, atendimentos especializados com equipe multiprofissional, a inserção de ginástica laboral e práticas integrativas no cotidiano do professor, além de dinâmicas que incentivem a ludicidade e que possibilitem o diálogo e o fortalecimento das relações interpessoais, além de momentos de lazer e descontração.

Percebeu-se que as alternativas de intervenção são viáveis para uma ação intersetorial e estão muito claras para os gestores da saúde. Contudo, evidencia-se no caso do município de Vitória de Santo Antão - PE, uma fragilidade de diálogo entre os setores que impede a construção de intervenções.

Espera-se, portanto que esse estudo possibilite que os setores saúde e educação atentem para refletir sobre estratégias de intervenção intersetorial e que possam responsabilizar-se sobre a saúde desse trabalhador. Para além disso, espera-se que os resultados desse estudo possam despertar o interesse para o desenvolvimento de pesquisas futuras. Fica, no entanto, a inquietação pessoal pela busca mais detalhada acerca do conteúdo estudado e da possibilidade de elaboração de estratégias para a efetivação da promoção da saúde e da qualidade de vida dos professores.

REFERÊNCIAS

- BAIÃO, L. P. M.; CUNHA, R. G. Doenças e/ou disfunções ocupacionais no meio docente: uma revisão de literatura. **Revista Formação Docente**, Belo Horizonte, v. 5, n.1, p. 6-21, jan./jun. 2013.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal. Edições 70, 1994.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução Nº 466, de 12 de Dezembro de 2012. Normatiza as responsabilidades éticas em pesquisa científica. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, nº 12 – quinta-feira, 13 de junho de 2013 – Seção 1 – Página 59.
- BRASIL. **Portaria nº 1.823 de 23 de agosto de 2012**. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. 2012.
- COSTA, L. S. T. et al, Prevalência da Síndrome de Burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre , v. 26, n. 4, p. 636-642, Dec. 2013 .
- DAMÁSIO, B. F.; MELO, R. L. P.; SILVA, J. P. Sentido de Vida, Bem-Estar Psicológico e qualidade de Vida em Professores Escolares. **Paideia**. Ribeirão Preto, v. 23, n. 54, p. 73-82, Apr. 2013.
- DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: processo, fatores de risco e consequências. **Psicol. estud.** Maringá, v. 19, n. 4, 2014.
- FREIRE, L. S. M. **As vivências de sofrimento de docentes do Tocantins: pistas para ações de vigilância em saúde do trabalhador**. 2014. Dissertação (Mestrado Profissional em Saúde Pública) – Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fiocruz, Rio de Janeiro, 2014.
- GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 5.ed. São Paulo. Editora Atlas, 2006.
- GIMENES, A. M.; MACHADO, B.; JIMENEZ, K. J. B. Qualidade de vida: controle do estresse nos professores. **Revista Eletrônica Saber**, Londrina, v. 43, n, 1, 2017. Disponível em <https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_54_1528233949.pdf>. Acesso em 15 out. 2018.
- LUZ, J. O.; KANAN, L.A. **Avaliação do Estresse Ocupacional no Ambiente Escolar: Um estudo com professores da educação infantil**. [2014]. Disponível em <<http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/03/Artigo-Joseane-de-Oliveira-Luz.pdf>>. Acesso em 04 out. 2018.
- HIPOLITO, M. C. V. et al. Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília , v. 70, n. 1, p. 189-197, Feb. 2017.

KARMANN, D. F.; LANCMAN, S. Professor – intensificação do trabalho e o uso da voz. **Audiology – Communication Research**, São Paulo, v. 18, n. 3, 2013.

KOGA, G. K. C. et al. Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. **Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 268-275, Sept. 2015.

MENDES NETO, G. V.; OLIVEIRA, O. A. M.; MAGALHÃES, E. N. O Estresse como Fator Desencadeador da Gastrite Crônica: Resposta Fisiológica ou Psicossomática?. **Psicologado**, Jun. 2016. Disponível em: <<https://psicologado.com.br/psicossomatica/o-estresse-como-fator-desencadeador-da-gastrite-cronica-resposta-fisiologica-ou-psicossomatica>>. Acesso em 17 dez. 2018.

MESQUITA, A. A. et al. Estresse e síndrome de burnout em professores: prevalência e causas. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 31, n.75, p. 627-635, out./dez. 2013

MESQUITA, A. A. et al. Estresse, enfrentamento e sua influência sobre a glicemia e a pressão arterial. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande – MS, v. 6, n. 1, jan. /jun. 2014, p. 48-55.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de Vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n.1, 2000, p. 7-18.

MOREIRA, A. S. G.; SANTINO, T. A.; TOMAZ, A. F. Qualidade de Vida de Professores do Ensino Fundamental de uma Escola da Rede Pública. **Cienc Trab.**, Santiago, v. 19, n. 58, p. 20-25, abr. 2017..

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **Emprego e condições de trabalho dos professores**. Genebra: OIT, 1981.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde**. Ottawa: OMS, 1986. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf>. Acesso em 05 maio 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **CIF: Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde**. Editora EDUSP. São Paulo: 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **About WHO**. Genebra: OMS, 2011. Disponível em <http://www.who.int/topics/mental_health/es/>. Acesso em 21 set 2018.

PEREIRA, E. et al. Associação entre o perfil de ambiente e condições de trabalho com a percepção de saúde e qualidade de vida em professores de educação básica. **Cad. saúde colet.**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 113-119, June 2014.

PEREIRA, E. et al. Estresse Relacionado ao Trabalho em Professores de Educação Básica. **Cienc Trab.**, Santiago, v. 16, n. 51, p. 206-210, dic. 2014

PEREIRA, E.; TEIXEIRA, C. S.; SANTOS, A. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Rev. bras. educ. fis. esporte**, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 241-250, June 2012 .

PEREIRA, E.; TEIXEIRA, C. S.; LOPES, A. S. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 18, n. 7, p. 1963-1970, jul. 2013.

PERNAMBUCO, (Estado). Secretaria de Educação. **Instrução de serviço nº 17 /2016**. Recife, 2016. 7p. Disponível em <<http://www.educacao.pe.gov.br/portal/upload/galeria/16062/Instru%C3%A7%C3%A3o%20de%20Servi%C3%A7o%20n%C2%BA%2017%20-%20N%C3%BAcleo%20de%20Aten%C3%A7%C3%A3o%20ao%20Servidor%20%E2%80%93%20NAS.pdf>>. Acesso: 28 nov. 2018.

PRADO, C. L. P. Estresse Ocupacional: Causas e consequências. **Rev Bras Med Trab.** São Paulo, v. 14, n. 3, 2016.

RABELO, M. A. F.; GAMERO, R. Uma proposta de diminuição do stress de professores da rede pública a partir do contato com diferentes gêneros humorísticos, por meio de um blog. **Cadernos PDE**. Paraná, v. 1, p. 2-16, 2013. Disponível em <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_uenp_lem_artigo_maria_aparecida_ferreira_rabelo.pdf>. Acesso em 11 out. 2018.

RIBEIRO, T. A. **Estresse em professores do ensino fundamental**: estudo em uma escola social no sul do estado de Minas Gerais. 2015. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Administração) – Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte, 2015.

SALLUM, A. M. C.; GARCIA, D. M.; SANCHES, M. Dor aguda e crônica: revisão narrativa da literatura. **Acta Paul Enferm.**, São Paulo, v. 25, n. esp. p. 150-4, 2012.

PERNAMBUCO. Secretaria de Educação de Pernambuco. **Portal Institucional**. Recife, 28 de novembro de 2018. Fonte: <http://www.educacao.pe.gov.br/portal/?pag=1&men=178>

SCANDOLARA, T. B. et al Avaliação dos níveis de estresse e depressão em professores da rede pública do município de Francisco Beltrão - PR. **Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 19, n. 1, p, 31-38, jan./ abr. 2015.

SILVA, S.L. **Estresse ocupacional em professores**: estudo no Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia de Minas Gerais. 2015. Dissertação (Mestrado em Administração) - Faculdade Novos Horizontes. Belo Horizonte.

SILVA, K. R. **O estresse no ambiente de trabalho**: causas, consequências e prevenções. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Administração) - Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis, São Paulo, 2013.

SILVA, D. P.; SILVA, M. N. R. M. O. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. **Trab.Educ.Saúde**, Rio de Janeiro, v.13, supl.1, p.201-214, 2015.

SILVEIRA, K. A. et al. Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v.30, n.04, p. 15-36, 2014.

VALLE, L. E. L. R. Estresse ocupacional do professor numa perspectiva preventiva. **Revista Escola Particular**. São Paulo, n. 234, p. 16-17, set. 2017. Disponível em <https://www.sieeesp.org.br/uploads/sieeesp/imagens/revista/revista_23.pdf>. Acesso em 18 set. 2018.

WEBER, L. N. D. et al. O estresse no trabalho do professor. **Imagens da Educação**, Paraná, v. 5, n. 3, p. 40-52, 2015.

ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO/UFPE CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA/CAV NÚCLEO DE SAÚDE COLETIVA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Convidamos o (a) Sr. (a) para participar como voluntário (a) da pesquisa *Estresse Ocupacional, Qualidade de Vida e Saúde de Professores* que está sob orientação e responsabilidade da professora Petra Oliveira Duarte, Telefone: (81) 98854931 e e-mail petraduarte@uol.com.br, endereço: Rua Marechal Manoel Luís Osório, 447, apt 101, CEP 50740-450, Várzea, Recife, PE; e será realizada pela estudante pesquisadora Alyne Marcia Lorena da Silva, Endereço: Terceira Travessa Padre Galdino, 203F, Centro – Pombos-PE, CEP: 55630-000, Telefone: (81) 984568638.

Caso este Termo de Consentimento contenha informações que não lhe sejam compreensíveis, as dúvidas podem ser tiradas com a pessoa que está lhe entrevistando e apenas ao final, quando todos os esclarecimentos forem dados, estando em concordância com a realização do estudo pedimos que rubriche as folhas e assine ao final deste documento, que está em duas vias, uma via lhe será entregue e a outra ficará com o pesquisador responsável.

Caso não concorde, não haverá penalização, bem como será possível retirar o consentimento a qualquer momento, também sem nenhuma penalidade.

1- Natureza da pesquisa: Trata-se de uma pesquisa que objetiva identificar possibilidades de intervenção do setor saúde sobre a situação de estresse ocupacional entre professores e essa intervenção pode ser proveniente do poder público, seja da educação ou da saúde. Para tanto serão realizadas entrevistas com atores da área.

2- Participantes da pesquisa: A pesquisa busca entrevistar gestores da educação e da saúde que, ao ser contatados e ser feita uma explanação sobre a natureza da pesquisa poderá, se desejar, colaborar com a pesquisa.

Envolvimento na pesquisa:

3- Sobre as entrevistas: será realizada entrevista semiestruturada por pauta que considera pontos de interesse pré-estabelecidos como: conhecimento sobre o estresse, possíveis causas do evento, componentes descritivos (sinais, sintomas, e critérios de identificação), fatores protetores e possíveis intervenções. Será utilizado um gravador a fim de que as respostas sejam transcritas com 100% de fidedignidade como realmente foram relatadas. Após transcrita a entrevista deve

retornar para ser aprovada, ou não, pelo voluntário e só mediante aprovação ser utilizada pelo pesquisador. As entrevistas serão realizadas em local e horário de disponibilidade do voluntário e previamente acordado entre as partes.

4- Riscos e desconforto: Os participantes correm risco de constrangimento ao discutirem políticas públicas municipais, que dizem respeito a sua atuação profissional. Esse risco será minimizado pela garantia de anonimato e pela busca de local preservado para a realização da entrevista, de acordo com as conveniências do entrevistado;

5- Confidencialidade: Todas as informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. Os dados coletados nesta pesquisa ficarão armazenados em computador pessoal sob a responsabilidade do pesquisador no endereço acima informado pelo período mínimo 5 anos.

6- Benefícios: Não há benefício direto ao participante, os benefícios dizem respeito à contribuição prestada ao desenvolvimento do sistema único de saúde, no tocante às intervenções para a garantia da qualidade de vida dos profissionais da educação.

7- Pagamento: a sra. (sr.) não terá nenhum tipo de despesa para participar desta pesquisa, bem como nada será pago por sua participação.

Em caso de dúvidas relacionadas aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE no endereço: **(Avenida da Engenharia s/n – 1º Andar, sala 4 - Cidade Universitária, Recife-PE, CEP: 50740-600, Tel.: (81) 2126.8588 – e-mail: cepccs@ufpe.br).**

(Assinatura do pesquisador)

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO VOLUNTÁRIO (A)

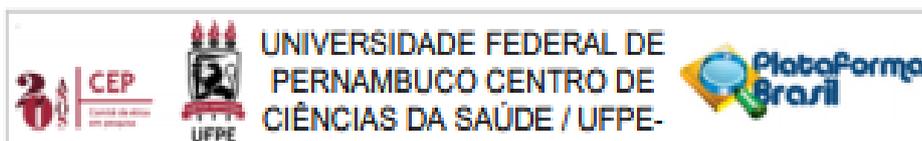
Eu, _____, CPF _____, abaixo assinado, após a leitura deste documento e de ter tido a oportunidade de conversar e ter esclarecido as minhas dúvidas com o pesquisador responsável, concordo em participar do estudo pesquisa “Estresse Ocupacional, Qualidade de Vida e Saúde de Professores como voluntário (a). Fui devidamente informado(a) e esclarecido (a) pela pesquisadora sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Local e data: _____
Assinatura do participante: _____

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e o aceite do voluntário em participar. (02 testemunhas não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome:	Nome:
Assinatura:	Assinatura:

ANEXO B – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ESTRESSE OCUPACIONAL, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE PROFESSORES

Pesquisador: Petra Oliveira Duarte

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 95808418.5.0000.5208

Instituição Proponente: Centro Acadêmico de Vitória de Santo Antão

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.931.695

Apresentação do Projeto:

O Protocolo da Pesquisa Intitulada ESTRESSE OCUPACIONAL, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE PROFESSORES tem como finalidade trabalho conclusão de curso (TCC) apresentado ao Curso de Bacharelado em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória. Trabalho da aluna ALYNE MÁRCIA LORENA DA SILVA sob orientação da pesquisadora responsável Profa. Petra Oliveira Duarte. Protocolo registrado no CAAE: 95808418.5.0000.5208.

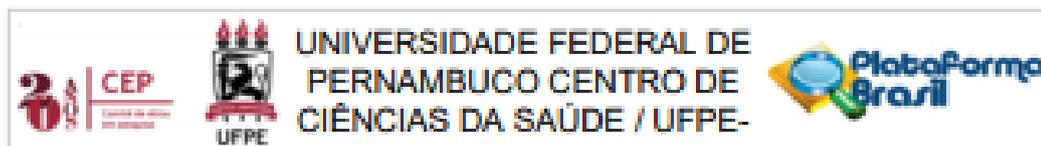
Objetivo da Pesquisa:

o presente estudo tem como objetivo geral identificar possibilidades de intervenção do setor saúde sobre a situação de estresse ocupacional entre professores. São apresentados como objetivos específicos apresentar os conceitos de estresse ocupacional e qualidade de vida; caracterizar o adoecimento decorrente do estresse ocupacional entre professores; descrever estratégias que possam atuar como preventivas e protetivas para a saúde de professores.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Este projeto de pesquisa atende à Resolução de nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos. É considerado o risco de constrangimento e a forma de minimizá-lo. O benefício diz respeito à contribuição prestada ao desenvolvimento do sistema único de saúde, no tocante às intervenções para a garantia da qualidade de vida dos profissionais da educação.

Endereço: Av. da Engenharia s/nº - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-800
UF: PE **Município:** RECIFE
Telefone: (81) 2126-8588 **E-mail:** cepcca@ufpe.br



Continuação do Parecer: 2.021.695

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O estudo compõe-se de duas etapas: A primeira será composta de uma revisão integrativa da literatura que se caracteriza por uma análise de pesquisas que possibilitam o conhecimento da abordagem do tema na literatura científica, tomando possível a epitome do conhecimento de um determinado tema, além de sinalizar possíveis lacunas do conhecimento que necessitam ser preenchidas com o surgimento de novos estudos. A

segunda etapa da pesquisa será de natureza qualitativa do tipo descritivo-exploratória composta por um conjunto de entrevistas com gestores da gestão da saúde e da gestão da educação, ambos em âmbito municipal, com o intuito de identificar possibilidades de intervenção sobre o estresse ocupacional entre professores. Pretende-se, ao fim desse estudo, responder à questão norteadora: "Como o setor saúde pode contribuir para a redução do estresse ocupacional e melhoria da qualidade de vida e saúde dos professores?" São apresentados os critérios de inclusão e exclusão de forma adequada.

Cronograma e orçamento adequadamente apresentados.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Folha de Rosto, Cartas de Anuências das Secretarias de Educação e da Saúde, Projeto Plataforma, Projeto Word, Termo de compromisso e confidencialidade, TCLE e Currículo dos pesquisadores estão adequadamente apresentados.

Recomendações:

sem recomendações

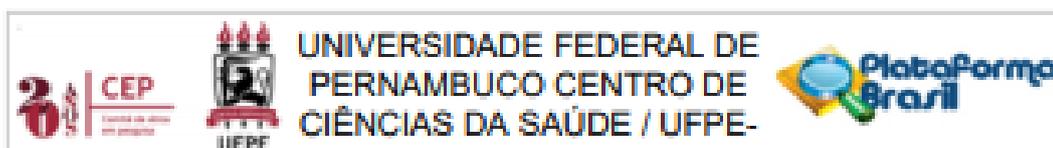
Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

sem pendências

Considerações Finais a critério do CEP:

As exigências foram atendidas e o protocolo está APROVADO, sendo liberado para o início da coleta de dados. Informamos que a APROVAÇÃO DEFINITIVA do projeto só será dada após o envio do Relatório Final da pesquisa. O pesquisador deverá fazer o download do modelo de Relatório Final para enviá-lo via "Notificação", pela Plataforma Brasil. Siga as instruções do link "Para enviar Relatório Final", disponível no site do CEP/CCS/UFPE. Após apreciação desse relatório, o CEP emitirá novo Parecer Consultanciado definitivo pelo sistema Plataforma Brasil.

Endereço: Av. da Engenharia s/nº - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 50.740-600
 UF: PE Município: RECIFE
 Telefone: (81) 2126-8288 E-mail: cepcca@ufpe.br



Continuação do Parecer: 2.931.695

Informamos, ainda, que o (a) pesquisador (a) deve desenvolver a pesquisa conforme delineada neste protocolo aprovado, exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao voluntário participante (item V.3., da Resolução CNS/MS Nº 466/12).

Eventuais modificações nesta pesquisa devem ser solicitadas através de EMENDA ao projeto, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas.

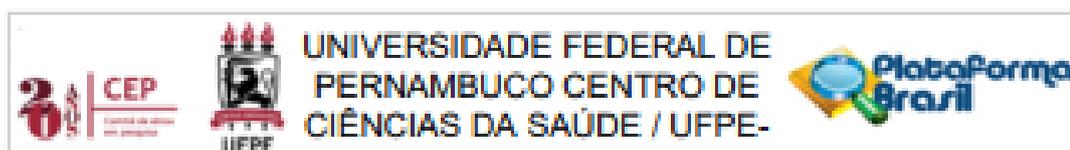
Para projetos com mais de um ano de execução, é obrigatório que o pesquisador responsável pelo Protocolo de Pesquisa apresente a este Comitê de Ética relatórios parciais das atividades desenvolvidas no período de 12 meses a contar da data de sua aprovação (item X.1.3.b., da Resolução CNS/MS Nº 466/12).

O CEP/CCS/UFPE deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (item V.5., da Resolução CNS/MS Nº 466/12). É papel da pesquisadora assegurar todas as medidas imediatas e adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e ainda, enviar notificação à ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária, junto com seu posicionamento.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMACOES_BASICAS_DO_PROJETO_1181775.pdf	24/09/2018 19:04:02		Aceito
Outros	CartaRespostaaspendencias.pdf	24/09/2018 18:40:03	ALYNE MARCIA LORENA DA SILVA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.pdf	19/09/2018 19:47:46	ALYNE MARCIA LORENA DA SILVA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle.pdf	19/09/2018 19:47:20	ALYNE MARCIA LORENA DA SILVA	Aceito
Outros	LATTESAlyneMarcia.pdf	14/08/2018 05:28:20	Petra Oliveira Duarte	Aceito
Outros	LATTESPetraDuarte.pdf	14/08/2018 05:25:59	Petra Oliveira Duarte	Aceito
Outros	anuenciasaude.pdf	07/08/2018 16:10:02	ALYNE MARCIA LORENA DA SILVA	Aceito
Outros	anuenciaeducacao.pdf	06/08/2018 14:07:33	ALYNE MARCIA LORENA DA SILVA	Aceito
Outros	termodecompromisso.pdf	23/07/2018	ALYNE MARCIA	Aceito

Endereço: Av. da Engenharia s/n° - 1° andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 50.740-900
 UF: PE Município: RECIFE
 Telefone: (51)2122-8288 E-mail: cepccs@ufpe.br



Continuação do Parecer: 2.931.685

Outros	termodecompromisso.pdf	20:19:07	LORENA DA SILVA	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.pdf	23/07/2018 20:17:55	ALYNE MARCIA LORENA DA SILVA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RECIFE, 02 de Outubro de 2018

Assinado por:
LUCIANO TAVARES MONTENEGRO
 (Coordenador(a))

Endereço: Av. da Engenharia s/nº - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-600
UF: PE **Município:** RECIFE
Telefone: (81) 2126-8588 **E-mail:** cepcca@ufpe.br

APÊNDICE A - ROTEIRO DE ENTREVISTAS

ROTEIRO DE ENTREVISTAS	
QUESTÕES	QUESTÕES AUXILIARES
1. O que você compreende por ESTRESSE OCUPACIONAL?	
2. Como você percebe a influência do estresse ocupacional no cotidiano dos professores?	- Quais fatores você consegue citar como estressores ocupacional?
3. De acordo com os seus conhecimentos, quais as possibilidades de intervenção para lidar com o estresse ocupacional?	- Em relação a sua função, quais ações/estratégias são possíveis para lidar com o estresse ocupacional? - Quais setores podem atuar conjuntamente para intervir no estresse ocupacional?
4. Atualmente, Onde é possível buscar apoio para lidar com o estresse ocupacional em professores?	