

**UNIVERSIDADE DO PLANALTO CATARINENSE – UNIPLAC
PROGRAMA DE MESTRADO EM AMBIENTE E SAÚDE**

JOSÉ BOSSLE DA CONCEIÇÃO

**ESTRESSE OCUPACIONAL E SUAS MANIFESTAÇÕES
FISIOLÓGICAS EM PROFESSORES EFETIVOS DA REDE
PÚBLICA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL**

**LAGES/SC
2017**

JOSÉ BOSSLE DA CONCEIÇÃO

**ESTRESSE OCUPACIONAL E SUAS MANIFESTAÇÕES
FISIOLÓGICAS EM PROFESSORES EFETIVOS DA REDE
PÚBLICA DA EDUCAÇÃO MUNICIPAL**

Dissertação apresentada para
obtenção do título de Mestre no
Programa de Pós-Graduação em
Ambiente e Saúde da Universidade
do Planalto Catarinense –
UNIPLAC.

Orientadora: Prof^ª. Dra. Lenita
Agostinetto.

Coorientadora: Prof^ª. Dra. Marina
Patrício Arruda.

**LAGES
2017**

Ficha Catalográfica

C744e Conceição, José Bossle da.
Estresse ocupacional e suas manifestações fisiológicas
Em professores efetivos da rede pública de educação
Municipal/José Bossle da Conceição. – Lages(SC) 2017.
75 p.

Dissertação (Mestrado) - Universidade do Planalto Catarinense.
Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Saúde da
Universidade do Planalto Catarinense.
Orientadora: Lenita Agostinnetto.
Coorientadora: Marina Patrício Arruda.

1. Esgotamento profissional. 2. Estresse fisiológico.
3. Docentes.
I. Agostinnetto, Lenita. II. Arruda, Marina Patrício. III. Título.

CDD 158.7 5814

José Bossle da Conceição

Esta Dissertação foi submetida ao processo de avaliação pela Banca examinadora para a obtenção do Título de:

MESTRE EM AMBIENTE E SAÚDE

e aprovada em 13 de dezembro de 2016, atendendo as normas e legislações vigentes na Universidade do Planalto Catarinense, Programa de Pós-Graduação *stricto sensu* em Ambiente e Saúde.

Banca examinadora:

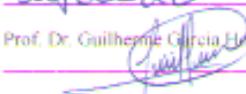
Profa. Dra. Lenita Agostinotto (Orientadora)



Profa. Dra. Marina Patrício de Arruda (Coorientadora)



Prof. Dr. Guilherme Garcia Holderbaum (Membro Externo – Titular – UNISC)



Prof. Dr. Guilherme Gasparotto (Membro Externo – Suplente – IFPR)

Profa. Dra. Natália Veronez da Cunha (Examinadora PPGAS/UNIPLAC - Titular)



Profa. Dra. Lilia Aparecida Casagrande de Oliveira (Examinadora PPGAS/UNIPLAC - Suplente)



*Dedico esse trabalho a
minha amiga e esposa
Janice Silva Bossle. Em
memória meu pai Acilo
Bossle da Conceição e
Minha mãe Celira
Benjamim Bossle.*

RESUMO

O trabalho docente pode ser considerado uma das profissões mais desgastantes do ponto de vista psicológico e fisiológico devido aos inúmeros fatores que interferem na execução de suas tarefas profissionais, acarretando o desenvolvimento do estresse ocupacional. Esta pesquisa teve como objetivo investigar o estresse ocupacional e suas manifestações fisiológicas em docentes efetivos e em atividade da rede municipal de ensino de educação pública de um município da serra Catarinense. Participaram da pesquisa foram 149 professores efetivos escolhidos por conveniência, realizada mediante aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIPLAC parecer 1.443.603. A coleta de dados foi realizada através da aplicação do questionário Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho adaptado de Paschoal (2012), pelos autores para atender as especificidades da pesquisa. Os dados foram analisados pelo software Statistical Package for the Social - SPSS utilizando-se da estatística descritiva e teste Qui quadrado. Os resultados apontaram que os professores da rede pública de Lages apresentam manifestação de estresse decorrente da exposição aos agentes estressores do ambiente de trabalho. sendo que a maioria apresentaram níveis baixos de estresse, porem os docentes de educação apresentaram manifestação moderada de estresse e os docentes de ciências apresentaram níveis alto de estresse. Os resultados demonstram que tempo de permanência no ambiente de trabalho e a exposição aos agentes estressores afetam o organismo devido as cargas subagudas, porém continuas dos agentes estressores sobre o organismo dos docentes causa alterações das respostas fisiológicas dos sistemas responsáveis pela manutenção da homeostase. Conforme descrito pelo modelo trifásico de Selye, isso acarreta sobrecarga do eixo hipotalâmico hipofisario adrenal, cuja sua exaustão resulta no surgimento de distúrbios orgânicos e doenças como hipertensão crônica, infarto, ulcera gástrica entre outros problemas de saúde.

Palavras-chave: Alterações Fisiológicas. Estresse Ocupacional. Estresse Fisiológico. Docente.

ABSTRACT

The teaching work may be considered one of the most exhausting professions from a psychological and physiological point due to the innumerable aspects that interfere on the execution of professional chores, carrying to the development of occupational stress. This research had as goal to investigate the occupational stress and its physiological manifestations on effective and active teachers from the municipal public educational system of a city in Serra Catarinense. There were 149 effective teachers who participated on the research chosen by convenience, which took place through the Comitê de Ética em Pesquisa from UNIPLAC's approval, number 1.443.603. The collection of data was made through the questionnaire Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho adapted from Paschoal (2012) by the authors to attend the specificities of the research. The data was analyzed by the Statistical Package for the Social – SPSS software using the descriptive statistics and Qui square test. The results pointed that the teachers from Lages public system presented stress manifestations due to the exposure of stressing agents from the work environment. Most of the teachers presented low level of stress, although the education teachers presented moderate stress level and the science teachers presented a high stress level. The results demonstrated that permanence time on the work environment and the exposure to the stressing agents affect the organism due to sub acute but continuous loads of stressing agents on the teacher's organism causes changes of the systems physiological responses responsible for the maintenance of the homeostasis. As described by three-phase model of Selye, this entails an overload of the hypothalamic pituitary adrenal, whose exhaustion results on upcoming organic disturbs and diseases as chronic hypertension, heart attack, gastric ulcer among other health problems.

Key-words: Changes, Physiological, Occupational Stress. Teacher. Physiological Stress.

LISTA DE ABREVIATURAS

- EMEBs – Escolas Municipais de Educação Básica
OMS – Organização Mundial da Saúde
SAG – Síndrome de Adaptação Geral
TCLE – Termo de Consentimento Livre Esclarecido
UNIPLAC – Universidade do Planalto Catarinense

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Percentual do nível de manifestação de estresse em docentes da rede pública de educação municipal de Lages, SC.....	35
---	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1.	Relação entre o nível de estresse com carga horária, tipo de disciplina ministrada e atuação dos docentes da rede pública de educação municipal de Lages, SC.....	36
Tabela 2.	Fatores estressores em docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC	37
Tabela 3.	Relação entre a manifestação de sintomas fisiológicos com o nível de estresse, durante a rotina de trabalho dos docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.....	40
Tabela 4.	Relação dos sintomas fisiológicos manifestados após a rotina de trabalho com o nível de estresse dos docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.....	41

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO GERAL	15
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	18
2.1 ESTRESSE.....	18
2.1.1 Resposta do organismo ao estresse	19
2.1.2 Modelo da carga alostática	22
2.2 ESTRESSE OCUPACIONAL	24
2.2.1 Estresse ocupacional na docência.....	25
CAPÍTULO I	28
3 ESTRESSE OCUPACIONAL E SUAS MANIFESTAÇÕES FISIOLÓGICAS EM PROFESSORES EFETIVOS DA REDE PÚBLICA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL	28
RESUMO	28
ABSTRACT	29
3.1 INTRODUÇÃO	30
3.2 MATERIAL E MÉTODOS	31
3.3 RESULTADOS.....	34
3.3.1 Manifestação de estresse nos docentes pesquisados.....	34
3.4 FATORES ESTRESSORES NO AMBIENTE DE TRABALHO DOS DOCENTES	37
3.5 SINTOMAS FISIOLÓGICOS MANIFESTADOS DURANTE A ROTINA DE TRABALHO.....	39
3.6 SINTOMAS FISIOLÓGICOS MANIFESTADOS APÓS A ROTINA DE TRABALHO.....	41
3.7 DISCUSSÃO.....	44
3.7.1 Manifestação de estresse nos docentes pesquisados.....	44
3.7.2 Fatores estressores no ambiente de trabalho dos docentes	46
3.7.3 Sintomas fisiológicos manifestados durante a rotina de trabalho.	48
3.7.4 Sintomas fisiológicos manifestados pelos docentes após sua rotina de trabalho.....	50
3.8 CONCLUSÃO	51
3.9 REFERÊNCIAS	51
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS DA DISSERTAÇÃO	56
5 REFERÊNCIAS	57
APÊNDICE	63
APENDICE I: QUESTIONÁRIO ESCALA DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO ADAPTADO DE PASCHOAL (2012).	63

APÊNDICE II: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE	67
ANEXOS	72
ANEXO I: AUTORIZAÇÃO DA SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LAGES, SC PARA DESENVOLVER A PESQUISA NAS EMEBS DO MUNICÍPIO.	72
ANEXO II: AUTORIZAÇÃO PARA USO E ADEQUAÇÃO DO QUESTIONÁRIO ESCALA DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO DE PASCHOAL (2012).....	73
ANEXO III: PARECER DE APROVAÇÃO DO PROJETO PELO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA (CEP) DA UNIPLAC	74

1 INTRODUÇÃO GERAL

O frenético ritmo das relações sociais e profissionais tornou a condição humana exposta a uma rotina de urgência para resolver questões de ordem pessoal e/ou profissional no menor tempo possível (SANCHES-OLIVA et al., 2014).

Essa rotina intensa se aplica no ambiente de trabalho onde as tarefas precisam ser cumpridas no menor tempo possível, e algumas vezes se acumulam, demandando maior esforço para conclusão de suas atividades, isto pode gerar distúrbios orgânicos, que podem comprometer a saúde física e psicológica dos indivíduos levando-os ao desencadeamento do estresse (SANCHES-OLIVA et al., 2014).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou em 1992, que o estresse é uma epidemia mundial, relacionada a diversas doenças de ordem psicológica e orgânica. O estresse está presente nos diversos ambientes devido às mudanças do contexto social, aumento da tecnologia, excesso de informação, aumento das atividades sociais e carga de trabalho (SANTOS 2010; PEREIRA; ZILLE, 2010).

O trabalho possibilita que o indivíduo desenvolva suas potencialidades e alcance crescimento, reconhecimento, independência pessoal e profissional, todavia, pode ser também um espaço desencadeador de desinteresse, apatia, irritação e insatisfação, decorrente de fatores como o excesso de carga horária trabalhada, excesso de atividades curriculares e extracurriculares (MESQUITA et al., 2013).

A falta de autonomia para realizar as atividades profissionais, excesso de ruído decorrente das atividades pedagógicas entre outros fatores resultantes do ambiente de trabalho são condições negativas que contribuem para o surgimento do estresse ocupacional, causando alterações psicológicas e fisiológicas a curto, médio e longo prazo (MESQUITA et al., 2013)..

A ocorrência de estresse no ambiente de trabalho é fator de risco para a saúde física e mental dos profissionais e apesar de não ser considerado uma doença, submete o profissional a um estado de tensão psicológica (FERRAZ et al., 2014).

O estresse difere de outros riscos ocupacionais conforme o tipo da ocupação profissional, associando-se de diferentes formas a todas as atividades profissionais e afeta o desempenho e a saúde do trabalhador (FERRAZ et al., 2014).

Há, no entanto, profissões que são mais propensas a gerar situações estressantes. A docência é uma delas cujos profissionais são

expostos diariamente a situações que contribuem para o desequilíbrio físico e mental. Esta profissão difere das demais profissões pela sua especificidade e valor social que adquire frente às mudanças decorrentes da disponibilidade de informações e do crescente desenvolvimento tecnológico (DO VALLE et al., 2011).

Assim, a docência adquire complexidade frente às novas demandas sociais, já que cada aluno traz consigo uma gama de saberes nem sempre coerentes com os valores sociais vigentes (DO VALLE et al., 2011). Segundo o autor, este fato resulta em transtornos no processo de ensino e aprendizagem que sobrecarregam a capacidade psicofisiológica do professor, levando-o, muitas vezes, ao desenvolvimento do estresse.

A ocorrência de estresse na vida profissional do docente da rede pública de ensino pode ser uma constante principalmente para aqueles que atuam no ensino fundamental, e pode ser provocado por uma série de fatores gerados no ambiente de trabalho (ZILLE; CREMONEZI, 2013).

Um dos fatores que pode contribuir com o desenvolvimento do estresse relacionado aos docentes é a necessidade constante de adequação aos diferentes ambientes de trabalho, já que muitas vezes, o docente possui outro vínculo empregatício, devido sua baixa remuneração (SOUZA; LEITE, 2011). Segundo os autores a alternância de ambientes profissionais, bem como suas especificidades são provocadores de tensão física e emocional devido à necessidade de rápida adaptação (SOUZA; LEITE, 2011).

Outro aspecto também importante são os diferentes tipos de atividades que o professor desenvolve na realização de suas tarefas, como, as atividades extracurriculares, envolvendo a correção de provas e trabalhos, que contribuem com a sobrecarga de trabalho (SOUZA; LEITE, 2011).

Além disso, a falta de condições adequadas para realizar as atividades docentes no ambiente de trabalho pode provocar desmotivação e fadiga psicológica o que pode se constituir em fatores geradores de distúrbios orgânicos decorrentes da sobrecarga emocional (FARIAS; NASCIMENTO, 2012; SÁNCHEZ – OLIVA et al., 2014).

E como se isso não bastasse vários outros fatores, como, excesso de carga horária em atividades que fogem ao principal propósito de suas atribuições, pouco tempo para alimentação, permanência em mesma posição corporal por período prolongado de tempo, excesso de ruídos no ambiente de trabalho, descansos breves em desacordo com a necessidade fisiológica, podem também contribuir para o esgotamento

físico e mental dos professores. Todas estas condições podem interferir não apenas no desempenho de sua profissão, mas conduzir a transtornos no funcionamento das atividades curriculares da escola e levar ao absenteísmo (MESQUITA et al., 2012; KINDGER et al., 2015).

O estudo do estresse pode ter diversas abordagens: a psicológica, que trata sobre a percepção e o comportamento do indivíduo diante de situações geradoras de estresse; a sociológica que se refere às diversas variáveis que se manifestam no contexto social, como as decorrentes das relações interpessoais. E finalmente, a abordagem fisiológica desenvolvida por Selye que trata das respostas fisiológicas do organismo em resposta a ação de um agente estressor (DE SOUSA et al., 2013).

Esta pesquisa foi fundamentada no modelo alostático que aborda o estresse num entendimento das alterações fisiológicas dos diversos sistemas do organismo responsáveis pela manutenção da homeostase como resposta a diversas cargas agudas e crônicas que afetam o indivíduo (PEREIRA; RIBEIRO, 2012).

As alterações que os diversos sistemas fisiológicos, sofrem nas suas respostas fisiológicas, visando eliminar a ação do agente estressor, sobrecarregam os tais sistemas levando os a exaustão de suas capacidades de respostas adequadas aos estímulos negativos impostos pelo agente estressor (RADLEY et al., 2013). Essa sobrecarga continua pode possibilitar o surgimento de distúrbios orgânicos e doenças como infarto, ulcera gástrica, entre outros.

Deste modo, compreender o processo de desenvolvimento fisiológico do estresse ocupacional, suas causas manifestações negativas sobre a saúde do professor, é fundamental para desenvolver medidas que ajudem a diminuir seus efeitos nocivos à saúde, já que o estresse pode fazer parte de qualquer contexto profissional (MESQUITA et al., 2012; KINDGER et al., 2015).

Neste sentido, o presente trabalho teve como pretensão investigar a manifestação de estresse ocupacional nos professores efetivos da rede municipal de educação de Lages, SC, e determinar os agentes estressores e os possíveis sintomas fisiológicos da manifestação do estresse.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 ESTRESSE

O termo estresse foi usado séculos antes de ser objeto de estudo científico sistemático, com diferentes origens etimológicas: estresse (dureza, desconforto) termo correspondente ao inglês antigo; estresse (estreiteza) do francês antigo e *strictia* e *strictus* (apertado, estreito) do latim (RUIZ, 2009).

No final do século XVII, o termo estresse era usado pelas ciências físicas ainda sem sistematização, o que ocorreu somente no século XIX. Nesta época, o termo correspondia à relação entre uma força interna e uma força externa que causava deformação ou distensão decorrente da tensão exercida (MENDES, 2015).

Na medicina do século XIX, o termo estresse era usado para demonstrar o mal estar da saúde presente na sociedade da época (RUIZ, 2009).

Já no século XX, o fisiologista Cannon, em 1932, apontou a partir de seus estudos, que os indivíduos permanecem em contínuo esforço para manter o funcionamento do seu organismo em harmonia, a este processo o pesquisador denominou de homeostase em seu livro “A sabedoria do corpo” (RADLEY, 2013).

Selye, endocrinologista Austríaco, radicado no Canadá desenvolveu o modelo trifásico do estresse, que deu origem ao modelo alostático de estudo do estresse (PEREIRA; ZILLE, 2010; RADLEY et al., 2013; KUPRIYANOV; ZHDANOV, 2014).

O termo estresse, porém tornou-se popular, apenas, após a segunda guerra mundial, nos Estados Unidos, quando psiquiatras aprofundaram seus estudos para identificar os danos decorrentes dos combates nos soldados americanos (MESQUITA et al., 2012; KINDGER et al., 2015).

Na atualidade o estresse ganhou fundamentos nos referenciais de pesquisas cognitivas comportamentais e fisiológicas, com diversos modelos de estudo, visto que sua manifestação no organismo é decorrente de alterações nas respostas fisiológicas que afetam a homeostase (VALLE et al., 2011).

A compreensão do estresse como causador de distúrbios psicológicos e orgânico exige uma abordagem fisiológica, visto que as respostas emocionais aos fatores estressantes desencadeiam no organismo uma série de respostas fisiológicas dos diversos sistemas funcionais do ser humano. Um exemplo, é o sistema nervoso e

endócrino, que o fazem na tentativa de eliminar os efeitos negativos das cargas estressoras e reestabelecer a homeostase (MENDES, 2015).

A partir do exposto cabe o entendimento da resposta do organismo ao estresse numa perspectiva fisiológica, conforme o modelo descritivo de carga alostática referente ao modelo trifásico de Selye, que fundamenta o referencial descrito nesta pesquisa.

2.1.1 Resposta do organismo ao estresse

Na década de 1930, Walter B. Cannon, fisiologista inglês desenvolveu a partir de seus estudos na área da fisiologia a hipótese da existência da resposta estressora. Seu principal interesse era entender como ocorria às respostas do sistema nervoso simpático e das emoções em decorrência do estresse, ao que denominava de emoções de luta ou fuga (SOUZA et al., 2015). Em seus trabalhos, Cannon descreveu as quatro principais alterações fisiológicas que ocorrem no organismo devido à ocorrência do estresse.

O referido fisiologista afirma que inicialmente ocorre desvio do fluxo de sangue das extremidades do corpo e dos órgãos vegetativos para os grandes grupos musculares e para o cérebro, como reação funcional de fuga ou luta. Em um segundo momento, há aumento das funções sensoriais, que mantém o indivíduo focado no problema que esta ocorrendo. Posteriormente, há liberação de glicose e ácidos graxos na corrente sanguínea, aumento da atividade corporal, e finalmente ocorre diminuição do sistema imunológico, devido, a mente e o corpo atingirem o pico máximo de ação por um curto período de luta ou fuga. Esse processo permite que o indivíduo se adapte ao meio em que vive aumentando suas chances de sobrevivência e reprodução da espécie (DE SOUZA et al., 2015).

O modelo das ações integradas dos sistemas orgânicos para manutenção da homeostase desenvolvido por Cannon influenciaram os estudos de Hans Selye, que conceitua o estresse como resposta não específica do organismo a qualquer agente que altere o equilíbrio, seja esse estímulo positivo ou negativo (DE SOUZA et al., 2015).

Enquanto desenvolvia pesquisas em busca de novos hormônios na placenta humana, Selye injetou em ratos um extrato placentário via intraperitoneal e observou uma série de alterações orgânicas em resposta ao procedimento. Contudo, não pode atribuir os efeitos decorrentes a resposta ao extrato injetado, visto que os ratos tratados com placebo também apresentaram respostas similares (DE SOUZA et al., 2015).

Intrigado com as reações observadas o autor desenvolveu uma série de experimentos submetendo os ratos a diferentes estímulos entre os quais: exposição ao frio, exercícios intensos, intoxicações e injúria tecidual, esta última induzia inflamação a determinado tecido do organismo dos ratos de forma aguda ou crônica e em resposta a esta ação ocorria aumento ou diminuição de determinadas proteínas. Atualmente tal procedimento é denominado biomarcador inflamatório (RADLEY et al., 2013; DE SOUZA et al., 2015).

Portanto, Selye a partir de seus estudos concluiu que o desenvolvimento do estresse se tratava de uma reação de alarme a situações de tensão excessiva, ou seja, quando o organismo busca meios para se adaptar a uma nova situação (RADLEY et al., 2013). A partir disso o estresse foi definido como uma resposta do organismo não específica a qualquer evento que ocorra, seja de ordem positiva ou negativa, em relação à carga orgânica gerada, e foi denominado de Síndrome de Adaptação Geral (SAG) (DE SOUZA et al., 2015).

A este conjunto de etapas de desenvolvimento, Selye denominou de modelo trifásico do estresse, e especificou as respostas orgânicas decorrentes de cada fase:

Fase de alerta: refere-se à quebra da homeostase decorrente da resposta de ação rápida do organismo ao estresse (PEREIRA; ZILLE, 2010 ; RADLEY et al., 2013.;KUPRIYANOV;ZHDANOV, 2014). Nessa etapa ocorrem alterações fisiológicas como meio de resposta ao agente estressor, há mobilização do organismo com elevada produção e liberação de substâncias hormonais como adrenalina e noradrenalina denominadas catecolaminas, intensificando a ação do sistema nervoso simpático e diminuindo a ação do sistema nervoso parassimpático (PEREIRA; ZILLE, 2010, RADLEY et al., 2013., KUPRIYANOV;ZHDANOV, 2014).

Nessa fase ocorrem as seguintes alterações: aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial para manter os níveis de oxigênio e nutrientes às células; contração do baço para manter maior quantidade de glóbulos vermelhos disponíveis na corrente sanguínea; aumento da concentração de glicose disponível na corrente sanguínea; redistribuição sanguínea; aumento da frequência respiratória e consequente dilatação dos brônquios. Além disso, pode ocorrer aumento da motivação e da disposição para realizar atividades (RADLEY et al., 2013; DE SOUZA et al., 2015).

Fase de resistência: inicia-se em resposta a permanência do agente estressor no organismo exigindo a adaptação do indivíduo para alcançar a homeostase (PEREIRA; ZILLE, 2010., RADLEY et al.,

2013., KUPRIYANOV; ZHDANOV, 2014). Nessa fase as reações tendem a ser opostas as reações da fase anterior. O cortisol, hormônio esteroide sintetizado e liberado pelo córtex da glândula suprarrenal média e ativado pelo eixo hipotalâmico – hipofisário – adrenal, estimula ao máximo as funções orgânicas para manter o indivíduo na sua máxima capacidade física e cognitiva, visando neutralizar o agente estressor (RADLEY et al., 2013; DE SOUZA et al., 2015). Essa condição leva o indivíduo a manifestar sensação de cansaço, irritabilidade, insônia e alterações no humor (RADLEY et al., 2013; DE SOUZA et al., 2015).

Fase da exaustão: caso o indivíduo não consiga neutralizar o agente estressor há predomínio do desequilíbrio decorrente da constante tensão gerada pelo agente estressor fazendo com que o organismo não alcance a homeostase (PEREIRA; ZILLE, 2010, RADLEY et al., 2013., KUPRIYANOV; ZHDANOV, 2014). As alterações orgânicas e psicológicas decorrem da sobrecarga dos sistemas orgânicos. Nessa fase, portanto, há exaustão de energia no organismo, dificuldade de auto-organização e início de desenvolvimento de doenças do sistema imunológico, circulatório e digestório, além do aumento da pressão arterial, possibilidade de infartos e derrames, e surgimento de úlceras e depressão (PEREIRA; ZILLE, 2010., RADLEY et al., 2013., KUPRIYANOV; ZHDANOV, 2014).

As fases de ação do estresse no organismo definidos por Selye (1946) apontam para uma sucessão de estímulos agudos ou crônicos que atuam de forma rápida ou subaguda que podem gerar malefícios. São duas formas de manifestação adaptativa: 1) manifestação positiva denominada eustresse: que corresponde a uma tensão equilibrada entre esforço, tempo, realização e resultados, esse tipo de esforço gera no indivíduo sensação de realização, satisfação, mesmo que seja resultado de situações inesperadas e difíceis; 2) manifestação negativa denominada distresse: prejudicial ao equilíbrio orgânico, devido a continua ação do (s) agente (s) estressores que afetam o organismo (PEREIRA; ZILLE, 2010, RADLEY et al., 2013, KUPRIYANOV; ZHDANOV, 2014).

Portanto, o estresse torna-se negativo ou distresse, quando ultrapassa a capacidade do organismo de se adaptar aos efeitos gerados por algum estímulo sejam eles agudos, subagudos ou crônicos, devido ao rompimento do equilíbrio biopsicossocial decorrente do excesso de esforço ou falta de esforço que se tornam incompatíveis, levando o organismo à exaustão e tornando-se incapaz de reagir (PEREIRA; ZILLE, 2010, KUPRIYANOV; ZHDANOV, 2014).

Por outro lado, Pereira e Zille (2010), apontam outras duas formas de manifestação do estresse que denominam de estresse da sobrecarga e o estresse da monotonia.

A primeira forma de manifestação de estresse decorre da incapacidade do indivíduo suportar as demandas psíquicas oriundas do meio por um longo período de tempo.

No entanto, quando o indivíduo está exposto a demandas ambientais abaixo da sua capacidade psíquica acontece o estresse da monotonia, ou seja, o indivíduo não encontra motivação para realizar suas atividades profissionais devido à falta de desafios decorrentes das atividades. Neste caso, o resultado é a queda no desempenho e na produtividade profissional (PEREIRA; ZILLE, 2010).

2.1.2 Modelo da carga alostática

A sobrecarga orgânica provocada no organismo pelo estresse exige resposta fisiológica rápida dos diversos sistemas que atuam de forma integrada. Essa demanda funcional envolve uma quantidade significativa de substâncias neuroendócrinas, que interagem numa complexa organização, visando restaurar a homeostase (RADLEY et al., 2013).

A compreensão que a intensidade da sobrecarga dos agentes estressores podem levar o eixo hipotalâmico – hipofisário – adrenal à exaustão, gerando diversas morbidades e mortalidade, é descrito pelo modelo alostático. Este modelo descreve as ações dos diversos sistemas do organismo em diferentes situações e contextos ambientais para reequilibrar o estado funcional diante de situações desencadeadas por agentes estressores internos ou externos (DE SOUSA et al., 2015).

Esta pesquisa foi fundamentada no modelo alostático que aborda o estresse num entendimento das reações fisiológicas do organismo como resposta a diversas cargas agudas e crônicas que afetam o indivíduo. Neste contexto, entende-se por Alostase o processo pelo qual o corpo alcança estabilidade através da mudança dos parâmetros fisiológicos, em resposta aos estímulos ambientais que estão acontecendo ou que irão acontecer através de respostas fisiológicas para restaurar a homeostase (PEREIRA; RIBEIRO, 2012).

O Sistema Nervoso e Endócrino atuam em conjunto administrando as respostas dos sistemas do organismo visando manter o equilíbrio interno denominado de homeostase. Quando há sobrecarga de estímulos externos (agudos ou crônicos), ocorre aumento das funções fisiológicas dos sistemas orgânicos em resposta a estes estímulos,

objetivando trazer o organismo de volta ao equilíbrio orgânico. Esse processo é denominado retroalimentação negativa (PEREIRA; RIBEIRO, 2012; DE SOUSA et al., 2015).

Informações armazenadas na memória do indivíduo são usadas para antecipar as necessidades de adaptação fisiológica de diversos sistemas, tais como cardiopulmonar, neuroendócrino, metabólico e imunológico, para atuar sobre os fatores geradores de estresse (DE SOUSA et al., 2015).

Assim, o modelo alostático aponta que os sistemas reguladores do organismo (hipotalâmico – hipofisário – adrenal) atuam em torno de pontos de ajustes que respondem a demanda de estímulos externos, reajustando as repostas fisiológicas quando ocorre uma exposição contínua aos agentes estressores (RADLEY; et al., 2013)..

O modelo de carga alostática também aponta que o sistema nervoso central armazena diversas informações decorrentes de vivências anteriores do indivíduo e as usa para antecipar as necessidades de adaptação fisiológica aos diversos sistemas do organismo, como, sistema endócrino, cardiorrespiratório e imunológico para enfrentar as situações reais, percebidas ou antecipadas pelo indivíduo morte (RADLEY; et al., 2013).

Essas adaptações são ações de curto prazo, assim a continuidade da exposição a estímulos estressores decorrentes do ambiente podem causar danos aos sistemas citados deixando o organismo vulnerável a doenças decorrentes do estresse devido à falha do sistema alostático (PEREIRA; RIBEIRO, 2012; SOUSA et al., 2015).

Uma característica importante do modelo de carga alostática, refere-se à interação complexa dos diferentes sistemas fisiológicos: nervoso, endócrino, cardiorrespiratório e imunológico, seguindo uma sequência temporal em três fases: 1) No primeiro estágio de regulação da carga alostática os mediadores primários que agem na fase aguda, são denominados hormônios do estresse (adrenalina, cortisol e citocinas), que correspondem à reação de fuga ou luta. Essa etapa tem início no Sistema Nervoso Central, onde as ameaças são interpretadas e codificadas; 2) Na fase seguinte há uma série de alterações biológicas decorrentes do estágio anterior, como alterações no funcionamento do sistema cardiovascular no aumento da pressão arterial e diminuição da eficácia do sistema imunológico e na síntese do fibrinogênio; 3) No terceiro estágio, caso os estímulos estressores continuem atuando de forma crônica sobre o organismo, os efeitos nocivos dos estágios anteriores tendem ao agravamento, intensificando a carga alostérica, resultando em doenças com desfechos fisiológicos e psicológicos que

podem conduzir à morte (PEREIRA; RIBEIRO, 2012; RADLEY et al., 2013; DE SOUSA et al., 2015).

Desta forma, a condição apontada pode ser decorrente das atividades profissionais, que pelas demandas e especificidades, podem gerar condições favoráveis para o desenvolvimento do estresse ocupacional.

2.2 ESTRESSE OCUPACIONAL

O ambiente de trabalho influencia a saúde dos trabalhadores de duas principais formas: promovendo o desenvolvimento profissional e financeiro dos indivíduos e impactando de forma positiva na sua saúde, caso as condições do trabalho sejam adequadas; ou pode ser um espaço gerador de sofrimento resultando em danos a sua saúde, caso as condições de trabalho sejam inadequadas e/ou desapropriadas (DA SILVA; SILVA, 2015).

As reações do indivíduo às diversas exigências do ambiente de trabalho podem diminuir sua capacidade de produção, visto que a excessiva carga de atribuições e a velocidade como as mesmas ocorrem e precisam ser atendidas podem ser consideradas um agente estressor. Assim, a resposta do indivíduo torna-se negativa, devido ao pouco tempo para a internalizar essas novas informações (PEREIRA; ZILLE, 2010).

Nessa perspectiva o estresse ocupacional pode ser resultado da relação e das tensões geradas no ambiente de trabalho, relacionadas a ruídos, higiene do ambiente de trabalho, clima, espaço físico, iluminação, temperatura e sobrecarga de trabalho (PEREIRA; ZILLE, 2010).

Entre os fatores citados, cabe ainda expor que as atividades profissionais nos últimos anos tem sofrido aumento da intensidade do ritmo de trabalho, devido às exigências de cumprimento de determinações dos gestores do processo, o que aumenta o desgaste orgânico dos profissionais (FILHO; ARAUJO, 2015).

Pereira e Zille (2010) apontam para três abordagens de estudo sobre o estresse que segundo os autores se completam e se inter-relacionam. Uma delas é a abordagem psicológica que trata sobre a percepção e o comportamento do indivíduo diante de situações geradoras de estresse. Essa abordagem se subdivide em outras vertentes de estudo como a psicossomática, a interacionista, a behaviorista e a psicopatologia do trabalho. A outra abordagem é denominada sociológica e refere-se às diversas variáveis que se manifestam no

contexto social, como as decorrentes das relações interpessoais. E finalmente, a abordagem bioquímica desenvolvida por Selye (1936) que trata da fisiologia do estresse, cujo modelo está sendo usado como parâmetro para o desenvolvimento dessa dissertação.

2.2.1 Estresse ocupacional na docência

O ambiente de trabalho do docente apresenta uma série de fatores estressores decorrentes de inúmeras situações, que podem afetar a saúde física e psicológica com cargas agudas e crônicas (DA SILVA; SILVA, 2015).

Conforme o modelo de carga alostática, descrita em itens anteriores, as cargas agudas de estresse representam uma série de sintomas fisiológicos, psicológicos e psicossomáticos de curta duração decorrentes de eventos isolados que afetam a saúde física e mental do trabalhador. Deste modo, a ocorrência de brigas entre alunos, ofensa verbal oriunda de aluno ou responsável e ameaça à integridade física decorrente de advertências a atitudes de indisciplina de alunos, podem ser fatores desencadeadores de tal processo (RADLEY; et al., 2013).

As alterações agudas podem causar flutuações psicológicas que causam alterações nos modeladores alostáticos, tais como, medo, ansiedade e tensão provocando aumento da frequência cardíaca, liberação de cortisol e adrenalina e trazer problemas psicossomáticos como cefaleia, insônia e fadiga no indivíduo afetado (PEREIRA; RIBEIRO, 2012; KINDGER et al., 2015).

Por outro lado, as alterações crônicas são eventos duradouros que ocorrem no ambiente do trabalho e que são vivenciados diariamente pelos professores, como sobrecarga de trabalho, falta de tempo adequado para refeições, excesso de alunos por turma, falta de infraestrutura e espaço físico para desenvolver atividades pedagógicas e problemas de relacionamentos no ambiente de trabalho (PEREIRA; RIBEIRO, 2012; DA SILVA; SILVA, 2015).

O trabalho docente exige dedicação, tempo, reflexão e afetividade, aspectos que denotam sobrecarga de trabalho principalmente nos aspectos cognitivos que na maioria das vezes são imperceptíveis do ponto de vista orgânico. A velocidade com que as tarefas devem ser realizadas, desde seu planejamento até sua execução, pode conduzir o profissional a um estado de esgotamento que pode resultar em desequilíbrio físico emocional e levar ao desenvolvimento de doenças (DA SILVA; SILVA, 2015).

O excesso de tarefas pedagógicas e extracurriculares, que vão além das atividades desenvolvidas durante as aulas, como reuniões de aperfeiçoamento, conselhos de classe e atividades desenvolvidas em horários diferentes das aulas nas quais o profissional não está diretamente envolvido na elaboração, mas apenas na execução, demandam tempo e provocam situação de desconforto.

Estes fatores podem conduzir ao desgaste físico e emocional dos professores e levar o profissional a um estado de tensão e insatisfação que, em longo prazo, se manifestam com maior intensidade e interferem na qualidade de seu trabalho e no desenvolvimento do estresse (PEREIRA et al., 2010).

Esse estado de desgaste físico emocional parece ser comum à classe profissional independente de sua localização geográfica e do contexto profissional ao qual está inserido, seja no setor público ou privado (PEREIRA et al., 2010).

Deste modo, os agentes estressores no ambiente de trabalho dos professores podem ser os mais variados, desde baixos salários, má qualidade do espaço físico, falta de material didático, violência no ambiente de trabalho, superlotação das salas de aula, ruído excessivo, exaustão física, uso excessivo da voz, baixa valorização social e burocratização do trabalho docente, dificuldade de relação com alunos e gestores e a necessidade de realizar atividade extraclasse para complementar a renda mensal podem ser alguns deles (PEREIRA et al., 2010).

Esses fatores estressores atuam na sua grande maioria de forma subaguda, mas continuam atuando no organismo, sobrecarregando o eixo hipotalâmico – hipofisário – adrenal, que na busca de recuperar a homeostase, aumenta o estímulo aos diversos sistemas responsáveis por manter o equilíbrio do organismo. Essa demanda intensa sobre as funções fisiológicas do eixo hipotalâmico – hipofisário – adrenal causa sua exaustão e o impede de responder aos estímulos estressores, o que conduz ao surgimento de doenças, como hipertensão arterial, infarto, úlcera gástrica entre outros problemas de saúde (RADLEY; et al., 2013).

Essa condição, muitas vezes, é desconhecida pela maioria dos docentes que confundem esses sintomas com cansaço decorrente da realização de suas tarefas profissionais

Assim como os demais profissionais da educação, os professores de educação física também são afetados pelos fatores já abordados. Todavia, a especificidade da atividade educacional desenvolvida pelos referidos profissionais torna necessária uma abordagem contextualizada com o seu ambiente de trabalho.

O primeiro aspecto relevante é o local onde o professor desenvolve suas aulas, já que nem todas as escolas possuem um local adequado, com condições apropriadas para o professor de Educação Física ministrar suas aulas (SANTINI; MOLINA, 2005).

Na maioria das vezes, as escolas possuem uma quadra sem cobertura e até mesmo fora do espaço físico da EMEB, ou um terreno ao lado da escola para as atividades físicas (FARIAS; NASCIMENTO, 2012). Quando isso ocorre há aumento da preocupação pelo docente, em relação à segurança dos alunos e à sua própria, fator significativo que afeta o estado emocional do professor devido a possibilidade de interferências externas no decorrer de sua aula. Essa inadequação do ambiente de trabalho do professor de educação física pode comprometer sua saúde física e psicológica (SANTINI; MOLINA, 2005; FARIAS; NASCIMENTO, 2012).

Ainda sobre o espaço físico é importante salientar que quando há este espaço na Unidade de Educação, são também usados para a realização de eventos curriculares, apresentações de datas comemorativas, festas e homenagens (MENDES, 2015). Essas situações necessitam da ambientalização com antecedência. Diante disso, é comum ao professor de educação física ter que adequar às aulas em outro espaço físico da escola ou desenvolver atividades curriculares na própria sala de aula (MENDES, 2015).

A constante agitação e gritos dos alunos causam com frequência reclamações dos demais professores devido à quadra estar próxima das salas de aula. A dinâmica das aulas de educação física, que pode exigir em algum momento uma advertência mais rígida pelo professor de educação física, é motivo da presença de pais ou responsáveis na escola em busca de satisfações. As situações expostas também podem ser causadoras de perturbações emocionais (SILVA; GUILLO, 2015).

Assim, estudar os possíveis agentes estressores, que afetam o ambiente ocupacional dos professores efetivos da rede municipal de educação torna-se relevante para desenvolver medidas que possibilitem diminuir e/ou minimizar seus efeitos danosos à saúde, à qualidade vida e ao desempenho das suas atividades profissionais.

CAPÍTULO I

3 ESTRESSE OCUPACIONAL E SUAS MANIFESTAÇÕES FISIOLÓGICAS EM PROFESSORES EFETIVOS DA REDE PÚBLICA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL

José Bossle da Conceição¹; Lenita Agostinetto²; Marina
Patrício Arruda²; Natália Veronez da Cunha²

RESUMO

O trabalho docente pode ser considerado uma das profissões que acarretam constantemente no desenvolvimento do estresse ocupacional. Esta pesquisa teve como objetivo investigar a manifestação de estresse ocupacional, os fatores estressores e os sintomas fisiológicos do estresse em docentes efetivos e em atividade docente da rede municipal de educação pública de um município da serra Catarinense. A pesquisa foi realizada nas escolas de educação municipal de educação básica (EMEBs), pertencentes à Secretaria Municipal de Educação de Lages, SC. Os participantes da pesquisa foram 149 professores efetivos desta rede escolhidos por conveniência. Esta pesquisa foi desenvolvida mediante aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIPLAC cujo número do parecer é 1.443.603. A coleta de dados foi realizada por intermédio da aplicação de questionário Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho adaptado de Paschoal (2012). O questionário utilizado foi constituído por 33 questões. Os dados obtidos foram categorizados segundo a escala Likert de 2 pontos, utilizada no instrumento, e posteriormente, foram classificados em três categorias que representam o nível de estresse nos docentes pesquisados. Os dados foram analisados pelo software Statistical Package for the Social-SPSS utilizando-se da estatística descritiva e teste Qui quadrado. Os resultados apontaram que os professores da rede pública de Lages apresentam baixo nível de estresse (50,8%), e manifestação de doenças circulatórias, dermatológicas e imunológicas, além de outros sintomas

¹ Mestrando em Ambiente e Saúde – UNIPLAC, Lages, SC
(josebossle@yahoo.com.br);

² Docente do Programa de Pós Graduação em Ambiente e Saúde (PPGAS), UNIPLAC, Lages, SC.

fisiológicos. Portanto, é necessário alertar os professores sobre os problemas causados pelo estresse para preservar a sua saúde e evitar o absenteísmo ou o presenteísmo.

Palavras-chave: Educação Municipal. Escola. Estresse. Professor.

ABSTRACT

The teaching work may be considered one of the most exhausting professions from a psychological and physiological point due to the innumerable aspects that interfere on the execution of professional chores, carrying to the development of occupational stress. This research had as goal to investigate the occupational stress and its physiological manifestations on effective and active teachers from the municipal public educational system of a city in Serra Catarinense. There were 149 effective teachers who participated on the research chosen by convenience, which took place through the Comitê de Ética em Pesquisa from UNIPLAC's approval, number 1.443.603. The collection of data was made through the questionnaire Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho adapted from Paschoal (2012) by the authors to attend the specificities of the research. The data was analyzed by the Statistical Package for the Social – SPSS software using the descriptive statistics and Qui square test. The results pointed that the teachers from Lages public system presented stress manifestations due to the exposure of stressing agents from the work environment. Most of the teachers presented low level of stress, although the education teachers presented moderate stress level and the science teachers presented a high stress level. The results demonstrated that permanence time on the work environment and the exposure to the stressing agents affect the organism due to sub acute but continuous loads of stressing agents on the teacher's organism causes changes of the systems physiological responses responsible for the maintenance of the homeostasis. As described by three-phase model of Selye, this entails an overload of the hypothalamic pituitary adrenal, whose exhaustion results on upcoming organic disturbs and diseases as chronic hypertension, heart attack, gastric ulcer among other health problems.

Key-words: Changes. Physiological. Occupational Stress. Teacher. Physiological Stress.

3.1 INTRODUÇÃO

O estresse ocupacional é um problema em qualquer área profissional devido à dinâmica das relações de trabalho que denotam agilidade nas resoluções de problemas e velocidade para executar tarefas inerentes ao trabalho. Com isso, inúmeras situações de trabalho podem ser consideradas como fatores geradores de estresse e expor ao risco a saúde física e mental dos profissionais (DA SILVA; SILVA, 2015).

Há, no entanto, profissões que são mais propensas a gerar situações estressantes. A docência é uma delas cujos profissionais são expostos diariamente a situações que contribuem para o desequilíbrio físico e mental (DO VALLE et al., 2011).

O trabalho docente pode expor o profissional a inúmeros agentes estressores ao longo de um período de trabalho, contribuindo para o surgimento do estresse ocupacional, cujos resultados são alterações fisiológicas dos diversos sistemas envolvidos na manutenção da homeostase (DO VALLE et al., 2011).

No ambiente escolar, esses agentes estressores podem decorrer de vários fatores, tais como, problemas de relacionamentos com gestores, colegas de trabalho alunos, pais ou responsáveis. Além disso, continuam os autores, turmas com excesso de alunos, locais inadequados para refeições, carga horária excessiva, falta de autonomia na execução de seu trabalho, pouca perspectiva de crescimento profissional e longas horas de trabalho, podem ser também fatores que contribuem para o surgimento de estresse ocupacional nos docentes (DO VALLE et al., 2011).

Assim, os agentes estressores podem provocar no profissional manifestações agudas de estresse que podem afetá-lo de forma rápida e intensa ou passageira sem provocar prejuízos a saúde, e também pode se manifestar-se de forma crônica atuando por um período de três ou mais semanas exercendo efeitos negativos na saúde psicológica e física do trabalhador (RADLEY et al., 2013).

Este processo deve-se a sobrecarga orgânica provocada pela exposição aos agentes estressores decorrentes do ambiente de trabalho que exercem ação negativa sobre o organismo e afeta a homeostase, isso faz com que o eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal aumente a intensidade das respostas fisiológicas aos diversos sistemas integrados na manutenção do equilíbrio orgânico (RADLEY et al., 2013).

O modelo trifásico de Selye (1946) trata a evolução dos efeitos nocivos do estresse sobre o organismo em três fases.

A fase de alerta corresponde à resposta aguda do organismo ao agente estressor visando eliminar seus efeitos. Caso agente estressor seja eliminado o organismo recupera sua homeostase sem ocorrer maiores transtornos. Se o agente estressor continuar atuando sobre o organismo, as respostas agudas da fase de alerta tornam-se permanente, evoluindo para a fase de resistência, onde a mobilização dos sistemas fisiológicos aumenta, pelo estímulo do eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal, visando eliminar os efeitos negativos e recuperar a homeostase. Se o agente estressor permanecer atuando sobre o organismo inicia-se a fase de exaustão na qual o eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal se exaure (RADLEY et al., 2013).

Como o eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal não consegue manter a mesma intensidade de estímulos, aos diversos sistemas fisiológicos responsáveis pela homeostase resulta no surgimento de diversas doenças, como hipertensão arterial, gastrite, infarto, entre outros (RADLEY et al., 2013).

A exposição aos agentes estressores, mesmo que os seus estímulos sejam menos intensos, causam ao longo do tempo a saturação e o enfraquecimento das respostas às demandas fisiológicas impostas ao organismo, tornando-o incapaz de manter suas funções (RADLEY et al., 2013).

Assim, apesar do estresse não ser uma doença, sua ação contínua no organismo causa alterações psicológicas e orgânicas, possibilitando o surgimento delas (PEREIRA; ZILLE, 2015).

Neste sentido, compreender a amplitude dos efeitos nocivos à saúde dos profissionais de educação, quando expostos aos agentes estressores decorrente do seu ambiente de trabalho, foi o que incentivou a realização da referida pesquisa que teve como objetivos: 1) Investigar a manifestação de estresse ocupacional em docentes da rede municipal de educação e identificar os agentes estressores no ambiente de trabalho destes profissionais; 2) Identificar os sintomas fisiológicos da manifestação do estresse nos docentes.

3.2 MATERIAL E MÉTODOS

Esta foi uma pesquisa de abordagem quantitativa exploratória descritiva transversal. Os participantes da pesquisa foram docentes efetivos de Escolas Municipais de Educação Básica (EMEBs), localizadas no perímetro urbano do município de Lages, SC.

Conforme critério de inclusão estabelecido para esse estudo, apenas os professores efetivos e em atividade docente em sala de aula

com turmas regulares, participaram da pesquisa, independente da carga horária (10, 20, 30 ou 40 horas semanais) exercida na respectiva EMEB. Também não foi impeditivo de participar da pesquisa, o professor com outro vínculo empregatício em outra instituição de ensino público ou privado independente de ser ou não na docência.

Conforme critério de exclusão considerou-se todos os profissionais em qualquer tipo de licença, em funções administrativas, ou gestão escolar e em atividade de apoio pedagógico. Também foi considerado como critério de exclusão, os questionários que não estivessem com todas as questões respondidas.

Deste modo, considerando os aspectos acima, a população do estudo situou-se em 520 professores, conforme informações do Departamento de Recursos Humanos da Prefeitura do Município de Lages, SC.

A partir da qual, a amostra experimental obtida foi de 226 professores, representando 43% da população. A amostra foi estimada a partir da fórmula de estatística de Barbetta (2012).

$$N = \frac{1}{E_0^2}$$

$$n = \frac{N \times n_0}{N + n_0}$$

Onde:

N corresponde ao tamanho da população, n corresponde ao tamanho da amostra.

E_0^2 corresponde ao erro máximo permitido.

Porém, conforme os critérios de exclusão e inclusão estabelecidos participaram efetivamente desse estudo, 149 docentes, permanecendo estes como a amostra do estudo.

Para realizar a pesquisa, foi obtido junto à secretaria municipal de educação autorização para realizar a pesquisa nas EMEBs (Anexo I). O primeiro contato com a EMEB foi feito por intermédio de telefonema para o gestor (a) de cada instituição definindo-se o horário e o ambiente para a aplicação do questionário aos docentes. O segundo momento da coleta de dados consistiu efetivamente na aplicação do questionário.

A coleta de dados foi realizada por intermédio da aplicação de questionário adaptado Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho desenvolvido e validado por Paschoal (2008) (apêndice II). O uso e as

alterações do questionário foram autorizados pela autora sendo adaptado conforme especificidades desta pesquisa (Anexo II).

O questionário utilizado foi constituído por 33 questões e dividido em quatro partes. A primeira foi desenvolvida pelos autores e referiu-se às questões sociodemográficas; a segunda referiu-se à percepção do docente no contexto ocupacional em relação à realização de suas atividades e a terceira parte abordou sobre fontes geradoras de estresse no ambiente de trabalho, ambas adaptadas de Paschoal (2008). A última parte foi desenvolvida pelos autores e buscou investigar os possíveis sintomas fisiológicos da manifestação do estresse nos docentes.

Cada um dos itens a partir da parte dois do questionário foi composto por uma escala Likert de dois pontos: 1 (Não) e 2 (Sim).

Para identificar os níveis de estresse resultantes da resposta de cada indivíduo, foi realizada a categorização dos dados que leva em conta o cálculo da soma das respostas dos indivíduos em relação à escala Likert de 2 pontos, utilizada no instrumento. De posse das somas, elas foram padronizadas numa escala de 0 a 100% conforme a equação a seguir:

$$x = 100 * (\text{SOMA} - \text{MÍNIMO} / \text{MÁXIMO} - \text{MÍNIMO})$$

Legenda:

Soma = Somatório das respostas válidas

Mínimo = menor soma possível das respostas válidas

Máximo = maior soma possível das respostas válidas

Após a padronização dos escores, os resultados foram classificados em três categorias distintas que representam o nível de estresse nos docentes pesquisados: baixo (1 a 33,33%), moderado (33,34 a 66,66%) e alto (66,67% a 100%).

A coleta foi feita mediante a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIPLAC cujo número do parecer de aprovação refere-se á 1.443.603 (Anexo IV). Antes da aplicação do questionário o pesquisador apresentou aos participantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice II) fazendo a leitura do mesmo, e coletando na sequência a assinatura dos docentes que aceitaram participar da pesquisa.

Posteriormente, o questionário foi distribuído aos participantes pelo pesquisador, que os instruiu sobre os procedimentos de preenchimento e devolução do questionário.

Após transmitir as instruções aos participantes da pesquisa, o pesquisador retirou-se do ambiente, de modo a não causar situação de constrangimento e/ou desconforto ao docente pesquisado, retornando posteriormente para apANHAR os questionários já respondidos.

Os dados obtidos foram analisados pelo software Statistical Package for the Social-SPSS, utilizando-se da estatística descritiva e teste Qui quadrado. Para esse teste foi estabelecido o nível de significância de 5%. Os resultados foram interpretados a partir de literatura disponível visando obter fundamentos científicos relevantes para possibilitar a discussão e a conclusão do estudo.

3.3 RESULTADOS

3.3.1 Manifestação de estresse nos docentes pesquisados

Conforme as informações obtidas pelo instrumento de pesquisa a maioria (70%) dos profissionais efetivos da rede municipal de educação de Lages, SC, corresponde ao sexo feminino e apenas 30% ao masculino, cuja idade entre ambos os sexos variou entre 20 a 60 anos. A maioria (74,5%) dos docentes pesquisados possui carga horária de trabalho de 40 horas semanais com dedicação exclusiva à educação municipal.

As disciplinas ministradas no ensino fundamental I, que corresponde até o 5º ano das séries iniciais, são responsabilidade do professor regente da turma que ministra as disciplinas de português, matemática, geografia, história e ciências. Em algumas, escolas da rede há também um professor de artes, inglês e educação física.

No ensino fundamental II, que corresponde do 6º ao 9º ano, as disciplinas lecionadas são específicas à formação do professor e correspondem a português, matemática, geografia, história, ciências, artes, inglês e educação física.

Dos 149 docentes pesquisados, 130 (87,2%) apresentaram manifestação de estresse e 19 (12,8%) não apresentaram nenhuma evidência de manifestação de estresse.

Em relação aos indivíduos estressados estes foram classificados quanto ao nível de estresse manifestado, conforme apresentado na Figura 1.

Sendo que a maioria dos docentes apresentou uma baixa manifestação de estresse, com nível de até 33,33%.

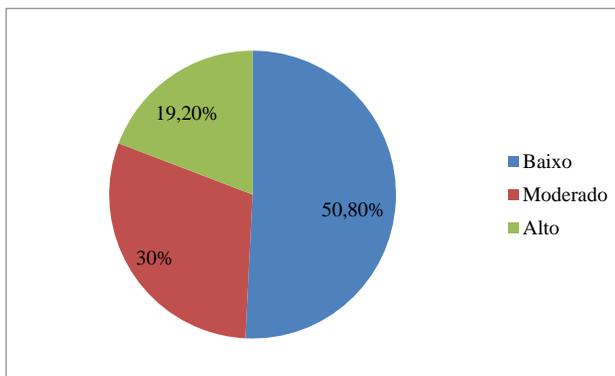


Figura 1. Percentual do nível de manifestação de estresse em docentes da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

Fonte: produção do próprio autor (2016).

A manifestação e o nível de estresse foram relacionados com a carga horária do docente, tipo de atuação e disciplina ministrada na EMEB, de acordo com a Tabela 1.

Tabela 1. Relação entre o nível de estresse com carga horária, tipo de disciplina ministrada e atuação dos docentes da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

Variáveis	Nível de estresse										Valor de p ¹
	Ausência de estresse		Baixo		Moderado		Alto		Total		
	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Carga horária											<i>Ns</i>
10	1	50,0	1	50,0	0	0,0	0	0,0	2	100	
20	1	4,2	15	62,5	5	20,8	3	12,5	24	100	
30	1	8,3	4	33,3	5	41,7	2	6,7	12	100	
40	16	14,4	46	41,4	29	26,1	20	8,0	111	100	
Atuação											<i>Ns</i>
Ensino Fundamental I	6	8,1	29	39,2	23	31,1	16	21,6	74	100	
Ensino Fundamental II	11	18,6	28	47,4	12	20,3	8	13,5	59	100	
Ensino Contínua Fundamental I e II	2	12,5	9	56,2	4	25,0	1	6,2	16	100	
Disciplina											<i>0,008</i>
Todas	5	8,8	23	40,3	18	31,6	11	19,3	57	100	
Português	1	5,9	6	35,3	5	29,4	5	29,4	17	100	
Matemática	7	29,2	12	50,0	4	16,7	1	4,2	24	100	
Geografia	0	0,0	11	78,6	3	21,4	0	0,0	14	100	
História	1	14,3	4	57,1	1	14,3	1	14,3	7	100	
Ciências	0	0,0	1	20,0	0	0,0	4	80,0	5	100	
Educação Física	4	23,5	3	17,6	7	41,2	3	17,6	17	100	
Artes	1	25,0	2	50,0	1	25,0	0	0,0	4	100	
Inglês	0	0,0	3	100	0	0,0	0	0,0	3	100	
Duas disciplinas	0	0,0	1	100	0	0,0	0	0,0	1	100	

Teste qui-quadrado* O número total de indivíduos equivale a 149.

Fonte: produção do próprio autor (2016).

Observa-se que a maioria dos docentes (87,2%), apresentam manifestação estresse, mesmo que seja em nível baixo. A carga horária (10, 20, 30 ou 40 horas semanais) e tipo de atuação na Instituição (Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II ou ambos) não apresentaram associação significativa de estresse.

Já ao tipo de disciplina ministrado apresentou associação significativa com o nível de estresse manifestado (Tabela 1). Os docentes que ministram a disciplina de ciências apresentaram nível alto

de estresse, educação física apresentaram nível moderado de estresse e os professores que ministram as demais disciplinas apresentaram nível baixo de estresse.

3.4 FATORES ESTRESSORES NO AMBIENTE DE TRABALHO DOS DOCENTES

Em relação aos possíveis fatores estressores, estes foram determinados na terceira parte do questionário Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho e foram relacionados com o nível de estresse (Tabela 2).

Tabela 2. Fatores estressores em docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

<i>Fatores estressores</i>	<i>Nível de estresse</i>										<i>Valor de p¹</i>
	<i>Ausência de estresse</i>		<i>Baixo</i>		<i>Moderado</i>		<i>Alto</i>		<i>Total</i>		
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	
Turmas com excesso de alunos											<i>0,003</i>
Sim	5	12,8	26	66,7	7	17,9	1	2,6	39	100	
Não	14	12,7	40	36,4	32	29,1	24	21,8	110	100	
Excesso de ruído no ambiente escolar											<i>0,000</i>
Sim	1	2,0	34	66,7	12	23,5	4	7,8	51	100	
Não	18	18,4	32	32,6	27	27,5	21	21,4	98	100	
Excesso de ruído na sala de aula											<i>0,000</i>
Sim	2	2,6	49	64,5	18	23,7	7	9,2	76	100	
Não	17	23,2	17	23,3	21	28,8	18	24,6	73	100	
Assumir turmas extras											<i>0,000</i>
Sim	2	2,7	48	64,0	19	25,3	6	8,0	75	100	
Não	17	23,0	18	24,3	20	27,0	19	25,7	74	100	
Alunos grosseiros e mal educados											<i>0,000</i>
Sim	9	34,6	14	53,8	1	3,8	2	7,7	26	100	
Não	10	8,1	52	42,3	38	30,9	23	18,7	123	100	

Tabela 2. Fatores estressores em docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

(Conclusão)											
Fatores estressores	Nível de estresse										Valor de p ¹
	Ausência de estresse		Baixo		Moderado		Alto		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Alunos agressivos e ameaçadores											Ns
Sim	7	23,3	15	50,0	6	20,0	2	6,7	30	100	
Não	12	10,1	51	42,8	33	27,7	23	19,3	119	100	
Brigas entre alunos											0,001
Sim	3	5,5	35	64,8	11	20,4	5	9,2	54	100	
Não	16	16,8	31	32,6	28	29,5	20	21,0	95	100	
Atendimento aos pais ou responsáveis											0,000
Sim	0	0,0	57	74,0	19	24,7	1	1,3	77	100	
Não	19	26,4	9	12,5	20	27,8	24	33,3	72	100	
Chamados da direção											0,000
Continua... escolar											
Sim	0	0,0	58	72,5	20	25,0	2	2,5	80	100	
Não	19	27,5	8	11,5	19	27,5	23	33,3	69	100	
Carga horária excessiva											0,000
Sim	0	0,0	50	76,9	13	20,0	2	3,1	65	100	
Não	19	22,6	16	19,0	26	30,9	23	27,3	84	100	
Pouco tempo para refeições e intervalo											0,000
Sim	1	1,3	55	69,6	19	24,0	3	3,8	79	100	
Não	18	25,3	11	15,5	20	28,2	22	31,0	71	100	
Remuneração mensal adequada											0,002
Sim	3	7,1	28	66,7	10	23,8	1	2,4	42	100	
Não	16	14,9	38	35,5	29	27,1	24	22,4	107	100	
Falta de material didático											0,000
Sim	0	0,0	36	69,2	13	25,0	3	5,8	52	100	
Não	19	19,6	30	30,9	26	26,8	22	22,7	97	100	

Teste qui-quadrado* O número total de indivíduos equivale a 149.

Fonte: produção próprio autor (2016)

Dos fatores estressores avaliados apenas o fator alunos agressivos e ameaçadores não mostrou significância estatística entre os docentes. Já os fatores relacionados à turmas com excesso de alunos, excesso de ruído no ambiente escolar, alunos grosseiros e mal educados, brigas entre alunos, carga horária excessiva, remuneração mensal adequada e falta de material didático mostraram associação estatística, porém a maioria dos docentes não considera estes fatores como causadores de estresse (Tabela 2).

Por outro lado os fatores relacionados ao excesso de ruído na sala de aula, turmas extra, atendimento aos pais ou responsáveis, atendimentos a chamados da direção escolar e pouco tempo para refeições e intervalo, mostraram associação significativa em relação ao nível de estresse, sendo que a maioria dos docentes entrevistados consideram estes como fatores estressores (Tabela 2).

Dos fatores que apresentaram associação estatística como causadores de estresse, todos eles provocaram um baixo nível de estresse na maioria dos docentes pesquisados, assim, 64% dos docentes apresentam baixo nível de estresse relacionado ao excesso de ruído na sala de aula e por assumir turmas extras, 74% apresentaram baixo nível de estresse relacionado ao atendimento aos pais ou responsáveis, 72,5% apresentaram baixo nível de estresse relacionado aos chamados da direção escolar e 69,6% dos docentes apresentaram baixo nível de estresse relacionado ao pouco tempo para refeições e intervalo.

3.5 SINTOMAS FISIOLÓGICOS MANIFESTADOS DURANTE A ROTINA DE TRABALHO

Além da determinação dos fatores estressores também foi investigado sobre a manifestação de sintomas fisiológicos relacionados ao estresse ocupacional durante a rotina de trabalho. A relação dos sintomas fisiológicos de estresse manifestados pelos docentes com nível de estresse apresentou os resultados que estão descritos na Tabela 3.

Tabela 3. Relação entre a manifestação de sintomas fisiológicos com o nível de estresse, durante a rotina de trabalho dos docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

Sintomas fisiológicos	Nível de estresse										Valor de p ¹
	Ausência de estresse		Baixo		Moderado		Alto		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Boca seca											0,000
Sim	3	3,8	46	57,5	21	26,2	10	12,5	80	100	
Não	16	23,2	20	29,0	18	26,1	15	21,7	69	100	
Sudorese											0,000
Sim	0	0,0	57	59,4	27	28,1	12	12,5	96	100	
Não	19	35,8	9	17,0	12	22,6	13	24,5	53	100	
Suor nas mãos											0,000
Sim	0	0,0	58	58,6	30	30,3	11	11,1	99	100	
Não	19	38,0	8	16,0	9	18,0	14	28,0	50	100	
Taquicardia											0,000
Sim	0	0,0	59	57,8	28	27,4	15	14,7	102	100	
Não	19	40,4	7	14,9	11	23,4	10	21,3	47	100	
Pressão Arterial elevada											0,000
Sim	0	0,0	56	53,3	32	30,5	17	16,2	105	100	
Não	19	43,2	10	22,7	7	15,9	8	18,2	44	100	
Mãos frias											0,000
Sim	0	0,0	58	61,0	28	29,5	9	9,5	95	100	
Não	19	35,8	8	15,1	11	20,7	16	30,2	53	100	
Taquipneia											0,000
Sim	0	0,0	58	59,2	26	26,5	14	14,3	98	100	
Não	19	37,2	8	15,7	13	25,5	11	21,6	51	100	
Cansaço											Ns
Sim	3	7,0	23	53,5	11	25,6	6	13,9	43	100	
Não	16	15,1	43	40,6	28	26,4	19	17,9	106	100	
Dor de estômago											0,000
Sim	1	1,2	54	62,3	21	24,4	10	11,6	86	100	
Não	18	28,6	12	19,0	18	28,6	15	23,8	63	100	
Diarreia passageira											0,000
Sim	1	0,9	62	55,3	33	29,4	16	14,3	112	100	
Não	18	48,6	4	10,8	6	16,2	9	24,3	37	100	

Teste qui-quadrado* O número total de indivíduos equivale a 149.

Fonte: produção do próprio autor (2016)

Dos sintomas manifestados pelos docentes durante sua rotina de trabalho apenas o sintoma de cansaço não apresentou associação significativa com a manifestação de estresse. Os demais, todos apresentaram associação estatística, demonstrando que estes sintomas são indicativos da manifestação do estresse ocupacional.

A maioria dos docentes que afirmaram apresentar os sintomas de boca seca, sudorese, suor nas mãos, taquicardia, pressão arterial elevada, mãos frias, taquipneia, dor de estômago e diarreia passageira apresentaram baixo nível de estresse (Tabela 3).

3.6 SINTOMAS FISIOLÓGICOS MANIFESTADOS APÓS A ROTINA DE TRABALHO

Além dos sintomas manifestados durante a rotina de trabalho, também foram investigados os sintomas que os docentes apresentam após a rotina de trabalho estes foram relacionados com o nível de estresse, conforme apresentado na Tabela 4.

Tabela 4. Relação dos sintomas fisiológicos manifestados após a rotina de trabalho com o nível de estresse dos docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

(Continua)

<i>Sintomas fisiológicos</i>	<i>Nível de estresse</i>										<i>Valor de p¹</i>
	<i>Ausência de estresse</i>		<i>Baixo</i>		<i>Moderado</i>		<i>Alto</i>		<i>Total</i>		
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	
Cansaço											<i>0,007</i>
Sim	3	6,4	32	68,1	7	14,9	5	10,6	47	100	
Não	16	15,7	34	33,3	32	31,4	20	1,2	102	100	
Irritação e esquecimento											<i>0,000</i>
Sim	1	1,7	39	68,4	15	26,3	2	3,5	57	100	
Não	18	19,6	27	29,4	24	26,1	23	25,0	92	100	
Mal estar											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	60	66,7	27	30,0	3	3,3	90	100	
Não	19	32,2	6	10,2	12	20,3	22	37,3	59	100	
Pressão Arterial elevada											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	58	61,0	29	30,5	8	8,4	95	100	
Não	19	35,2	8	14,8	10	18,5	17	31,5	54	100	
Insônia											<i>0,000</i>
Sim	1	1,2	54	63,5	22	25,9	8	9,4	85	100	
Não	18	28,1	12	18,7	17	26,6	17	26,6	64	100	

Tabela 4. Relação dos sintomas fisiológicos manifestados após a rotina de trabalho com o nível de estresse dos docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

(Continua)

<i>Sintomas fisiológicos</i>	<i>Nível de estresse</i>										<i>Valor de p¹</i>
	<i>Ausência de estresse</i>		<i>Baixo</i>		<i>Moderado</i>		<i>Alto</i>		<i>Total</i>		
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	
Azia e dor de estômago											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	49	62,8	23	29,5	6	7,7	78	100	
Não	19	26,8	17	23,9	16	22,5	19	26,8	71	100	
Sono Irregular											<i>0,002</i>
Sim	5	5,4	45	61,6	16	21,9	7	9,6	73	100	
Não	14	18,4	21	27,6	23	30,3	18	23,7	76	100	
Surgimento de Aftas											<i>0,000</i>
Sim	1	1,1	57	61,9	20	21,7	14	15,2	92	100	
Não	18	31,6	9	15,8	19	33,3	11	19,3	57	100	
Tontura											<i>0,000</i>
Sim	1	1,1	53	58,9	23	25,5	10	11,1	90	100	
Não	18	30,5	13	22,0	13	22,0	15	25,4	59	100	
Diarreia											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	59	57,8	32	31,4	11	10,8	102	100	
Não	19	40,4	7	12,4	7	14,9	14	30,0	47	100	
Resfriado Contínuo...											<i>0,000</i>
Sim	2	2,2	50	55,5	26	28,9	12	13,3	90	100	
Não	17	28,8	16	27,1	13	22,0	13	22,0	59	100	
Infecção intestinal											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	56	55,4	31	30,7	14	13,9	101	100	
Não	19	39,6	10	20,8	8	16,7	11	22,9	48	100	
Alteração do ciclo menstrual											<i>0,000</i>
Sim	1	1,2	50	58,1	24	27,9	11	12,8	86	100	
Não	18	28,6	16	25,4	15	23,8	14	22,2	63	100	
Dor de cabeça											<i>Ns</i>
Sim	4	6,5	35	57,4	15	24,6	7	11,5	61	100	
Não	15	17,0	31	35,2	24	27,3	18	20,4	88	100	
Angina											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	59	57,8	28	27,4	15	14,7	102	100	
Não	19	40,4	7	14,9	11	23,4	10	21,3	47	100	
Infarto											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	64	53,3	38	31,7	18	15,0	120	100	
Não	19	65,5	2	6,9	1	3,4	7	24,1	29	100	
Úlcera gástrica											<i>0,000</i>
Sim	1	0,9	62	54,9	36	31,8	14	12,4	113	100	
Não	18	50,0	4	11,1	3	8,3	11	30,5	36	100	

Tabela 4. Relação dos sintomas fisiológicos manifestados após a rotina de trabalho com o nível de estresse dos docentes efetivos da rede pública de educação municipal de Lages, SC.

<i>Sintomas fisiológicos</i>	<i>Nível de estresse</i>										<i>Valor de p¹</i>
	<i>Ausência de estresse</i>		<i>Baixo</i>		<i>Moderado</i>		<i>Alto</i>		<i>Total</i>		
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	
Herpes											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	59	52,2	36	31,8	18	15,9	113	100	
Não	19	52,8	7	19,4	3	8,3	7	19,4	36	100	
Doenças dermatológicas											<i>0,000</i>
Sim	0	0,0	55	48,2	38	33,3	21	18,6	114	100	
Não	19	54,3	11	31,4	1	2,8	4	11,4	35	100	

Teste qui-quadrado* O número total de indivíduos equivale a 149.

Fonte: produção do próprio autor (2016).

Dos sintomas avaliados, apenas o sintoma dor de cabeça não manifestou significância estatística em relação ao nível de estresse (Tabela 4), e não pode ser neste caso, considerado como sintoma de estresse.

Já os sintomas de cansaço, irritação, esquecimento e sono irregular apresentaram associação estatística com a manifestação de estresse, porém, a maioria dos docentes investigados relataram não apresentar estes sintomas após sua rotina de trabalho (Tabela 4).

Por outro lado, os sintomas mal estar, pressão arterial elevada, insônia, azia, surgimento de aftas, tontura, diarreia frequente, resfriado, infecção intestinal, alteração do ciclo menstrual (no caso das mulheres), angina, infarto, úlcera gástrica, herpes e doenças dermatológicas também apresentaram associação relação significativa com o nível de estresse. A maioria dos docentes afirmaram apresentar estes sintomas após sua rotina de trabalho (Tabela 4), sendo, portanto, considerados como sintomas de manifestação de estresse ocupacional nestes profissionais.

Dos sintomas fisiológicos, que os docentes afirmaram apresentar após sua rotina de trabalho, e que foram significativos em relação a manifestação de estresse, todos eles provocaram um baixo nível de estresse na maioria dos docentes pesquisados, assim, 66,7%, 61%, 63,5%, 62,8%, 61,9%, 58,9%, 57,8%, 55,5%, 55,4%, 58,1%, 57,8%, 53,3%, 54,9%, 52,2% e 48,2% dos docentes pesquisados apresentam baixo nível de estresse relacionado ao sintoma de mal estar, elevação da pressão arterial, insônia, azia e dores de estômago, surgimento de aftas, tontura, diarreia frequente, resfriado, infecção intestinal, alteração do

ciclo menstrual, angina, infarto, úlcera gástrica, herpes e doenças dermatológicas, respectivamente (Tabela 4).

3.7 DISCUSSÃO

3.7.1 Manifestação de estresse nos docentes pesquisados

A Figura 1 apresenta o nível de estresse dos docentes efetivos da rede municipal de educação de Lages, SC. Conforme demonstrado, há manifestação de estresse no ambiente de trabalho dos referidos docentes, sendo 50,8% baixo, 30% moderado e 19,2% alto.

Do mesmo modo, Do Vale et al. (2011) determinaram ocorrência de estresse em docentes da rede pública de Poços de Caldas, MG. Em estudo semelhante sobre o nível de estresse em docentes do ensino fundamental em escolas do Canindé, no Ceará, Carneiro (2014) determinou fatores estressores no ambiente de trabalho de docentes, que foram responsáveis pela manifestação do estresse em diferentes níveis, corroborando com os resultados obtidos pela presente pesquisa.

Deste modo, percebe-se que o problema de estresse ocupacional em docentes é um constante em várias regiões e modalidades de ensino.

Na Tabela 1 foi demonstrado que a maioria dos docentes apresentam estresse associado principalmente ao tipo de disciplina ministrado. Contudo o nível baixo de estresse apresentou números mais significativos da ação do estresse no organismo dos docentes pesquisados. Essa constatação demonstra que a ação subaguda dos agentes estressores contribuem para manter uma sobrecarga pequena, porém, contínua no organismo que ao longo do tempo pode manifestar distúrbios na saúde do profissional (PEREIRA; ZILLE, 2010; KUPRYANOV; ZHDANOV, 2014).

Nesta pesquisa, pode-se considerar como causa de estresse nos professores das diversas disciplinas não somente o tempo de permanência no ambiente de trabalho, mas, a exposição aos agentes que foram considerados pelos docentes como estressores, tais como: excesso de ruído na sala de aula, turmas extra, atendimento aos pais ou responsáveis, atendimentos a chamados da direção escolar e pouco tempo para refeições e intervalo (Tabela 2).

Apesar dos fatores estressores não representar um impacto agudo sobre o estado fisiológico do organismo dos docentes, pode provocar uma ação subaguda conduzindo ao longo do tempo a distúrbios orgânicos e ao surgimento de doenças como hipertensão arterial crônica, úlcera gástrica entre outros (SOUZA; LEITE, 2011).

Em relação aos docentes e suas respectivas disciplinas a maioria apresentaram nível de estresse baixo, exceto para as disciplinas de ciências e educação física que manifestaram nível alto e moderado de estresse, respectivamente (Tabela 1).

Isto pode ter acontecido em função de que a disciplina de ciências apresenta uma carga horária elevada exigindo maior dedicação dos docentes para o preparo da aula, e muitas vezes necessitam de uma dupla ou tripla jornada de trabalho (ARAUJO; CARVALHO 2009; DIAS, 2011; SOUZA; LEITE, 2011).

Assim, pode existir uma relação entre jornada de trabalho relacionada com a carga horária da disciplina que sobrecarrega os docentes pelo excesso de tempo em sala de aula e para o preparo dos conteúdos.

Corroborando com o exposto Pereira e Zille, 2010 acrescentam ainda o fato de que a longa jornada de trabalho está atrelada também à permanência do docente por longos períodos expostos à alunos indisciplinados, com baixo rendimento e desinteressados. Este fato contribui para intensificar a saturação mental e levar ao esgotamento físico.

Do mesmo modo, Baptista (2009) também determinou manifestação de estresse em nível elevado em docentes da disciplina de ciências devido à carga horária exaustiva, baixos salários, conflitos entre alunos no ambiente escolar, barulho proveniente do trabalho escolar, e conflitos entre colegas e pais.

Assim, manter por horas seguidas uma condição de trabalho contínuo num ambiente no qual expõe o trabalhador a alteração constante da voz, dinamicidade de emoções e manter o controle da turma, leva o profissional a exaustão física e mental e ao desenvolvimento de doenças. Docentes da rede pública da disciplina de ciências na região central do Rio Grande do Sul apresentaram problemas de azia, úlcera e outros problemas de saúde relacionados à manifestação de estresse em função do longo tempo gasto com o preparo de conteúdos e tarefas da disciplina (SOUZA; LEITE, 2011).

Outro aspecto relevante é em relação ao próprio conteúdo que exige muita dedicação do professor pelo fato de não ser tão atrativo na perspectiva do aluno, o que pode tornar a aula desgastante para o docente (BRUM et al., 2012).

Os docentes de educação física apresentaram um nível moderado de estresse, isto pode estar atrelado às características próprias específicas da sua disciplina, tais como, dinâmica da aula, espaço físico, desinteresse dos alunos pelas práticas corporais entre outros fatores.

Além daquelas inerentes a toda a classe, que contribui para a manifestação do estresse devido à dinâmica corporal intensa que inexistente nas demais disciplinas, nas quais os alunos não estão ativos corporalmente durante as aulas.

Durante o período de aula de educação física a dinâmica corporal é intensa, não apenas nos aspectos motores, mas também emocionais, tornando mais difícil a tarefa do docente, o que pode contribuir mais facilmente para a manifestação do estresse. Ilha e Krug (2010) demonstraram que docentes de Educação física manifestaram níveis de estresse entre baixo, moderado e alto e relacionam ao ambiente inadequado para realização das suas aulas, corroborando que a dinâmica das aulas desta disciplina é também um fator desencadeador de estresse.

Além disso, a falta de material didático ou de um ambiente adequado para ministrar a aula, assim como o desinteresse pelas práticas corporais sobrecarregam o docente de educação física e conduzem ao aumento do nível de estresse, em função de permanecer continuamente exposto aos fatores estressores conforme relatado no modelo de Selye.

Assim o organismo passará de uma fase de resistência para fase de exaustão ocorrendo distúrbios orgânicos a curto, médio ou longo prazo, que posteriormente, poderão desencadear doenças decorrentes do estresse, como infarto, gastrite, doenças de pele entre outras (SANTINI; MOLINA, 2009; FARIAS; NASCIMENTO, 2012; MENDES, 2015).

3.7.2 Fatores estressores no ambiente de trabalho dos docentes

Os principais fatores causadores de estresse presentes no ambiente de trabalho dos docentes pesquisados foram excesso de ruído na sala de aula, turmas extra, atendimento aos pais ou responsáveis, atendimentos a chamados da direção escolar e pouco tempo para refeições e intervalo (Tabela 2).

Deste modo, a exposição diária dos docentes a estes agentes estressores pode levar a debilidade orgânica, devido a resistência contínua do organismo para vencer seus efeitos nocivos, e conduzir a exaustão e ao surgimento de doenças relacionadas ao estresse conforme apontado pelo modelo trifásico de Selye (KUPRIANOV; ZHDANOV, 2014; RADLEY et al., 2013).

Em relação ao fator estressor excesso de ruído de forma contínua na sala de aula, seu efeito no organismo do docente conduz ao longo do período de trabalho a exaustão mental e irritabilidade, afetando não apenas seu relacionamento com alunos e colegas, mas principalmente seu próprio organismo devido à sobrecarga fisiológica provocada pelo

eixo hipotalâmico hipofisário adrenal para recuperar a homeostase (KINDGER; et al., 2015). A recuperação da homeostase, neste caso, refere-se a recuperação do equilíbrio das funções do organismo diante de situações externas ou internas que é conseguida através da retroalimentação negativa.

Outro fator, considerado como estressor foi assumir turmas extras devido às faltas de colegas ao trabalho, pois sobrecarrega o docente. Este é, portanto, um aspecto que precisa ser compreendido em cada Instituição como agente causador de estresse pela sua contingência dentro da organização educacional. Esse aspecto é pouco tratado nos trabalhos de pesquisa, que tem seu foco direcionado para o absentismo do professor, decorrente de doenças.

Faltam maiores contribuições sobre os efeitos do absentismo no cotidiano escolar mais propriamente sobre os efeitos na qualidade do processo de ensino e aprendizagem que decaem vertiginosamente, contudo, não faz menção a sobrecarga gerada nos docentes presentes no trabalho escolar, além de sobrecarregar os docentes que estão na escola (LORENCETTI, 2014). Por outro lado, Baptista et al (2009) aponta sobre a relação do estresse com a sobrecarga de trabalho mas não relata a questão referente ao aumento de trabalho nos docentes presentes..

Outro fator estressor determinado por esta pesquisa foi o atendimento ao chamado da direção escolar, visto que essa situação é na maioria das vezes para dar advertência ao docente sobre suas ações e atitudes no decorrer do trabalho e/ou ainda para tratar de reclamações de pais ou responsáveis sobre alguma questão referente a notas, críticas de aula, entre outros. Muitas vezes, estas reclamações estão relacionadas a própria indisciplina dos alunos, mas que não é assim percebido pelos pais ou pelo próprio gestor da Instituição.

Essa condição aponta para a desvalorização do docente, contribuindo para o desenvolvimento de problemas de saúde orgânicos e psicológicos (DIAS, 2011). Segundo Mendes (2015) ao considerar o docente responsável pelo fracasso do processo pedagógico, provoca-se neste indivíduo a desmotivação e desinteresse, além de sobrecarregá-lo emocionalmente. Esses fatores contribuem para aumento dos níveis de estresse que afetam a homeostase conduzindo ao surgimento de doenças.

O pouco tempo disponível para o docente realizar suas refeições e o pouco tempo para intervalo também foram relatados como agentes causadores de estresse pelos docentes pesquisados. A falta de tempo para uma alimentação saudável e descanso, pode conduzir ao surgimento de diversos problemas do sistema digestivo, que associados a outros fatores de origem emocional como irritação e ansiedade podem

resultar em azia constante, excesso de acidez estomacal e úlcera gástrica (RADLEY; et al., 2011). Estes sintomas também foram detectados entre os docentes investigados nesta pesquisa (Tabela 4), demonstrando a relação direta entre este fator estressor e a manifestação fisiológica do estresse.

3.7.3 Sintomas fisiológicos manifestados durante a rotina de trabalho

Dos sintomas relatados pelos docentes pesquisados, boca seca, sudorese, suor nas mãos, taquicardia, pressão arterial elevada, mãos frias, taquipneia, dor de estômago e diarreia, todos mostraram associação significativa com a ocorrência de estresse. E a maioria dos docentes, principalmente com baixo nível de estresse, apresentaram estes sintomas.

Segundo o modelo de Selye os sintomas boca seca, sudorese, taquicardia elevação temporária da pressão arterial, suor nas mãos e mãos frias são encontrados na fase de alerta que se caracteriza pela quebra da homeostase decorrente da resposta de ação rápida do organismo ao estresse.

Nessa etapa ocorrem alterações fisiológicas como meio de resposta ao agente estressor. Há mobilização do organismo com elevada produção e liberação de substâncias hormonais como adrenalina e noradrenalina denominadas catecolaminas, intensificando a ação do sistema nervoso simpático e diminuindo a ação do sistema nervoso parassimpático (RADLEY et al., 2013). Essa alteração temporária da homeostase é uma resposta para eliminar a ação do agente estressor sobre o organismo.

As alterações neurais e hormonais decorrentes das ações do eixo hipotalâmico hipofisário adrenal aumentam a frequência cardíaca e a pressão arterial para manter os níveis de oxigênio e nutrientes às células; ocorre também contração do baço para manter maior quantidade de glóbulos vermelhos disponíveis na corrente sanguínea; há aumento da concentração de glicose disponível na corrente sanguínea para melhorar a redistribuição sanguínea; e aumento da frequência respiratória e a consequente dilatação dos brônquios (DE SOUSA et al., 2015).

Ainda na fase de alerta, pode ocorrer aumento da motivação e da disposição para realizar atividades (RADLEY et al., 2013; DE SOUSA et al., 2015).

Já o sintoma de diarreia passageira, demonstra que o indivíduo está passando para a fase de resistência que corresponde à manutenção

da ação do agente estressor sobre o organismo, e conseqüentemente, sua contínua resposta para restabelecer a homeostase. Essa fase caracteriza-se pela permanência do agente estressor no organismo exigindo a adaptação do indivíduo para alcançar a homeostase (RADLEY et al., 2013; DE SOUSA et al., 2015).

Nessa fase as reações tendem a ser opostas às da fase anterior. O cortisol, hormônio esteroide sintetizado e liberado pelo córtex da glândula suprarrenal média ativado pelo eixo hipotalâmico-hipofisario-adrenal, estimula ao máximo as funções orgânicas para manter o indivíduo na sua máxima capacidade física e cognitiva, visando neutralizar o agente estressor. Essa condição leva o indivíduo a manifestar sensação de cansaço, irritabilidade, insônia e alterações no humor (DE SOUSA et al., 2015).

O cortisol, hormônio esteroide sintetizado e liberado pelo córtex da glândula suprarrenal média, ativado pelo eixo hipotalâmico-hipofisario-adrenal, estimula ao máximo as funções orgânicas para manter o indivíduo na sua máxima capacidade física e cognitiva, visando neutralizar o agente estressor (DE SOUSA et al., 2015).

A exposição aos agentes estressores é a causa da manifestação dos distúrbios apresentados (DE SOUSA et al., 2015). Portanto, falta de conhecimento dos profissionais de educação sobre o estresse pode provocar o confundimento entre os sintomas apresentados com uma simples fadiga, decorrente das atividades realizadas no decorrer do dia de trabalho.

Assim, o fato do docente ignorar os efeitos dos agentes estressores sobre sua saúde faz com que ignore também os sintomas referentes às fases de alerta e resistência, dando continuidade ao seu trabalho normalmente. Porém, a ação do agente estressor se mantém sobre o seu organismo, e, posteriormente, evoluirá para a fase de exaustão que acarretará no surgimento de doenças como hipertensão arterial, úlceras, infarto e derrame (RADLEY et al., 2013; DE SOUSA et al., 2015).

Os sintomas de hipertensão arterial, úlceras, infarto e derrame também foram percebidos nos docentes participantes desta pesquisa, quando questionados sobre os sintomas após sua rotina de trabalho. Isto aponta evidências da manifestação orgânica de estresse nos docentes conforme o modelo trifásico de Selye, e indicam a evolução das fases de alerta e resistência para a fase de exaustão.

3.7.4 Sintomas fisiológicos manifestados pelos docentes após sua rotina de trabalho

Os sintomas mal estar, pressão arterial elevada, insônia, azia, surgimento de aftas, tontura, diarreia frequente, resfriado, infecção intestinal, alteração do ciclo menstrual (no caso das mulheres), angina, infarto, úlcera gástrica, herpes e doenças dermatológicas apresentaram associação significativa com o nível de estresse, cujos docentes pesquisados, afirmaram apresentar estes sintomas após sua rotina de trabalho.

Apesar da maioria dos docentes que mencionaram apresentar tais sintomas apresentarem nível baixo de estresse, a manifestação destes sintomas após a rotina de trabalho apontam para a fase de exaustão conforme o modelo trifásico de Selye.

Nessa fase há exaustão de energia no organismo, há dificuldade de auto-organização e início de desenvolvimento de doenças do sistema imunológico, circulatório e digestório, além do aumento da pressão arterial, possibilidade de infartos e derrames, e surgimento de úlceras e depressão (RADLEY et al., 2013; DE SOUSA et al., 2015).

O organismo se encontra enfraquecido e os sinais se manifestam, tais como, mal estar generalizado, pressão arterial elevada de forma permanente, insônia, azia e dores estomacais, aftas, tonturas e diarreias (PEREIRA; ZILLE, 2010; RADLEY et al., 2013).

Corroborando com os resultados desta pesquisa e com o modelo trifásico de estresse Selye, Valério et al (2009) também determinou que professores com manifestação de estresse, apresentaram, na fase de exaustão, o surgimento de doenças como enfraquecimento do sistema imunológico decorrente do aumento da secreção de cortisol, aumento de infecções e problemas gastrointestinais. Do mesmo modo, Baptista et al (2009) também determinaram que professores estressados manifestaram sintomas como hipertensão arterial, dores de cabeça diárias, nervosismo, irritação e doenças cardíacas.

Portanto, a exposição ao agente estressor, apontados no presente estudo são capazes de desencadear sérios problemas de saúde nos docentes possibilitando o aparecimento de doenças que levam ao baixo desempenho da atividade profissional ou até mesmo o abandono do trabalho.

3.8 CONCLUSÃO

Há ocorrência de estresse ocupacional no ambiente de trabalho dos docentes da rede pública de Educação municipal de Lages. A manifestação do estresse se apresenta em níveis ainda baixos na maioria dos profissionais.

Contudo, a exposição constante e continuada aos agentes estressores determinados nesta pesquisa, tais como, excesso de ruído na sala de aula, turmas extra, atendimento aos pais ou responsáveis, atendimentos a chamados da direção escolar e pouco tempo para refeições e intervalo, pode evoluir para níveis maiores de estresse. Esta evolução pode resultar no surgimento de doenças como infarto hipertensão arterial entre outros, também encontrados neste estudo, caracterizando a fase de alerta, resistência e exaustão do modelo trifásico de Selye.

Assim, por intermédio da divulgação deste estudo, os docentes poderão ser alertados sobre o estresse e suas variáveis ambientais dentro do contexto das escolas municipais, a fim de preservar sua saúde e evitar o absenteísmo e/ou o presenteísmo. Deste modo, o benefício desta pesquisa não se estende somente para os docentes, mas para a qualidade da rede de ensino municipal da região estudada, pois um profissional com boas condições de saúde torna-se sempre presente, produtivo e comprometido com seu trabalho.

3.9 REFERÊNCIAS

ARAÚJO, T.M.; CARVALHO, F. M. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos Epidemiológicos. **Educação Sociedade**, v. 30, n. 107, p. 427-449, 2009. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/2827>. Acesso: setembro 2016.

BAPTISTA, G.C.S.; EL-HANI, C.; CARVALHO, G.S. Condições do trabalho escolar sua influencia na saúde e no desenvolvimento profissional de professores de ciências um estudo de caso com professores da Bahia. **Revista Educação em saúde e ensino de Ciências**, v.12, n.2, p. 1-12, 2012. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/>

bitstream/1822/20232/1/ENPEC_SaudeEscola.pdf. Acesso em: 15 jul. 2016.

BRUM, L.M.; AZAMBUJA, C. L.; REZER, J. F. P.; TEMP, C.S.; CARPILOVSKY, C. K.; LOPES, L.F.; SCHETINGER, M.R.C. Qualidade de vida dos professores de ciências em escolas públicas do Rio grande do Sul. **Revista Trabalho Educação e Saúde**, v.10, n.1, p.125-145, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tes/v10n1/v10n1a08.pdf>. Acesso em: 7 set. 2016.

CARNEIRO, S.N.V. O nível de estresse do professor do nível fundamental em escolas de Canindé- Ceara. **Revista Olhares e Trilhas educação e Ensino**, n.19, p.69-79, 2014. Disponível em: <<http://www.seer.ufu.br/index.php/olhases trilhas/article/viewFile/22335/16195>>. Acesso em: 4 jun. 2016.

CUNHA, M, S; LOPES, D, R; DE SOUSA, M, B, C. Variação na Contagem de Leucócitos em *Callithrix Jacchus*(Linnaeus,1758), submetidos a uma situação de estresse agudo. *Revista brasileira de Zoociências*, v.7, n.2, p.217-229.2005. Disponível em: <https://zoociencias.ufjf.emnuvens.com.br/zoociencias/article/view/158/148>. Acesso em: 6 ago. 2015.

DA SILVA, D. P.; SILVA, M.N.R. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. **Revista Trabalho Educação e Saúde**, v.13, n. 1, p.201-214, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462015000400201>. Acesso em: 6 ago. 2016.

DE SOUSA, M. B.C.; SILVA, H. P. A.; GALVAO-COELHO, N.L. Resposta ao estresse: Homeostase e teoria da alostase.

Revista Estudo da Psicologia, n.20, v.1, p.2-11, 2015.

Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v20n1/1413-294X-epsic-20-01-0002.pdf>> Acesso em: 7 set. 2016.

DIAS, S. F. Construção da identidade docente: Intermediação da formação e das condições de trabalho do professor. **Revista educação**, v.6, n.1, 2011. Disponível em: <http://revistas.ung.br/index.php/educacao/article/view/813/845>. Acesso em: 7 set. 2016.

DO VALLE, L. E.R.; REIMÃO, R.; MALVEZZI, S. Reflexões sobre psicopedagogia, estresse e distúrbio do sono do professor. **Revista Pedagogia**, v.28, n.87, 2011, p.237-245.

Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v28n87/04.pdf>>. Acesso em: 16 jun. 2016.

FARIAS, G.O.; NASCIMENTO, J.V. Fatores intervenientes na carreira de professores de educação física. Universidade Federal de Goiás. **Revista Pensar a Prática**, v. 15, n. 2, p 276-550, 2012. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/11142>>. Acesso em: 16 jun. 2015.

ILHA, R.F.S.; KRUG, H.N. O professor de educação física escolar e o estresse na sua profissão. **Revista inter Meio**, v.16, n.31, p.238-245. 2010. Disponível em: <http://www.intermeio.ufms.br/revistas/31/31%20Artigo_15.pdf>. Acesso em: 16 jun. 2016

KIDGER, J.; BROCKMAN,R.; TILLING,K.; CAMPBELL,R.; FORD,T.; ARAYA.,R; KING,M.; GUNNEL,D. Teachers

wellbeing and depressive symptoms, and associated risk factors: A large cross sectional study in English secondary schools.. **Journal of Affective Disorders**. v.192, p.76-82, 2015. Disponível em: <www.elsevier.com/locate/jad >. Acesso em: 21 abr. 2016.

KUPRIANOV. R.; ZHDANOV. R. The Eustress Concept: Problems and Outlooks.2014. **World Journal of Medical Sciences**, v.11, n.2, p. 179-185. 2014. Disponível em: <http://mggu-sh.ru/ipgit/Kupriyanov_Eustres.pdf >. Acesso em: 02 maio 2016.

LORENCETTI, G, C. A baixa remuneração dos professores algumas repercussões no cotidiano da sala de aula. **Revista Educação Pública**, v. 23 n. 52 p. 13-32. 2014. Disponível em: <<http://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/educacaopublica/article/viewFile/1422/pdf> >. Acesso em: 5 ago. 2016.

MARGIS,R; PATRICIA,P; COSNER, A, F; SILVEIRA, R,O. Relação entre estressores stress e ansiedade. *Revista Psiquiatra*, supl.25,p.65-74. 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rprs/v25s1/a08v25s1.pdf> artigo Dois>. Acesso em: 7 set. 2015.

MENDES, M. L. M. A precarização do trabalho docente e seus Efeitos na saúde dos professores da rede Municipal de ensino do Recife. *Questões controversas do mundo contemporâneo*. **Revista HUM@NAE**, v. 9, n. 1, 2015 Disponível em: <<http://humanae.esuda.com.br/index.php/humanae/article/view/20>>. Acesso em: 10 maio 2015.

PEREIRA, L. Z.; ZILLE, G. P. O estresse no trabalho: uma análise teórica dos seus conceitos e interrelações. **Revista eletrônica Gestão e Sociedade**, v. 4, n.7, 2010, p 414-434. Disponível em: <[HTTP://www.face.umg.br](http://www.face.umg.br)>. Acesso em: 10 jun. 2016.

SANTINI, J. N.; MOLINA, V. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede de ensino de Porto Alegre. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 19, n.3, p. 209, 2005. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16596>> Acesso em: 10 maio 2015.

RADLEY, J.J.; KABBAJ, M.; JACOBSON, L.; HEYDENDAEL, W.; YEHUDA, R.; HERMAN, J.P. Stress Risk Factors and stress-related pathology: Neuroplasticity, epigenetics and endophenotypes. 2013. **NIH Public Access Author Manuscript**. v.14, n.5, p. 481-497. Disponível: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?access_num=Radley+JJ&link_type=AUTHORSEARCH&cmd=search&term=Radley+JJ%5Bau%5D&dispmax=50>. Acesso em: 10 maio 2016.

SOUZA, A.N.; LEITE, M.P. Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. **Revista Educação e Sociedade**, v.32, n.117, p.1105-1121, 2011. Disponível em: <[HTTP://www.cedesunicamp.br](http://www.cedesunicamp.br)>. Acesso em: 6 jun 2016.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS DA DISSERTAÇÃO

A realização desta pesquisa sobre estresse no ambiente de trabalho dos professores efetivos da rede pública de Educação Municipal de Lages levantou informações relacionadas à manifestação de estresse, agentes estressores e sintomas fisiológicos apresentados por estes profissionais.

A maioria dos docentes desta rede de educação apresentam estresse, relacionado principalmente a disciplina ministrada, o que pressupõe que a característica específica de cada disciplina, são condições mais ou menos favoráveis para o surgimento do estresse.

Entretanto, a maioria dos demais profissionais, apresentam baixo nível de estresse. Porém, a exposição prolongada e contínua aos fatores estressores conduzem ao aumento do nível de estresse e conseqüentemente ao surgimento de doenças. Neste caso, os docentes evoluem para a fase de exaustão fisiológica e o organismo apresenta dificuldade de auto-organização e início de desenvolvimento de doenças do sistema imunológico, circulatório e digestório..

Assim, a divulgação desta pesquisa contribui para auxiliar na implementação de medidas alternativas e/ou políticas públicas municipais, a fim de minimizar a ocorrência dos agentes estressores no ambiente de trabalho dos professores da rede municipal de educação. E além disso, evitar prejuízos para a saúde dos docentes e perda da qualidade do ensino devido ao absenteísmo ou presenteísmo, cujo rendimento do profissional fica abaixo do esperado.

Desse modo, o desenvolvimento de medidas baseadas em resultados concretos que alertem os docentes sobre os efeitos do estresse ocupacional no organismo, são fundamentais para garantir a qualidade de vida destes profissionais.

Além disso, esta pesquisa tem relevância científica por abordar o tema estresse ocupacional na visão fisiológica, que trata das respostas fisiológicas do organismo em resposta a ação de um agente estressor, uma vez que a maior parte dos estudos sobre o estresse ocupacional investiga o tema na percepção psicológica e sociológica apenas.

5 REFERÊNCIAS

BAIÃO, L. P. M.; CUNHA, R. G. Doenças e ou disfunções ocupacionais no meio docente: uma revisão da literatura.

Revista Formação Docente, v. 5, n.1, p. 6 -21,2013.

Disponível em: <<http://www3.izabelahendrix.edu.br/ojs/index.php/fdc/search/titles>>.

Acesso em: 5 maio 2015.

BARBETTA, P. A. **Estatística aplicada às ciências sociais**. 8. ed. Florianópolis: UFSC, 2012. 315 p.

BOTH, J. N.; VIEIRA, J. Intervenção profissional na educação

física escolar: consideração sobre o trabalho docente. **Revista movimento da escola de educação física da UFRGS**, v.15,

n.2, p 170 - 186, 2009. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/3046>>.

Acesso: 19 maio 2015.

DA SILVA, D.P.; SILVA, M.N.R. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. **Revista trabalho**

Educação e saúde, v.13, supl.1, p.201-214, 2015. Disponível

em: <<http://www.scielo.br/pdf/tes/v13s1/1981-7746-tes-13-s1-0201.pdf>>.

Acesso em: 10 ago. 2016.

DE SOUZA, M. B.C.; SILVA.H.P.A.; COELHO, N.L.G.

Resposta ao estresse: Homeostase e a teoria da homeostase.

Revista Estudo da Psicologia, v.20, n.1, p 2-11, 2015.

Disponível em: <<http://www.scielo.br/epsic>>.

Acesso em: 5 maio 2016.

DO VALLE, L. E.R.; REIMÃO, R.; MALVEZZI, S. Reflexões sobre psicopedagogia, estresse e distúrbio do sono do professor. **Revista da Pedagogia**, v.28, n.87, 2011, p. 237-245. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v28n87/04.pdf>>. Acesso em: 5 jun. 2016.

FARIAS, G.O.; NASCIMENTO, J.V. Fatores intervenientes na carreira de professores de educação física. Universidade Federal de Goiás. **Revista Pensar a Prática**, v. 15, n. 2, p 276-550, 2012. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/fe/article/view/11142>>. Acesso em: 5 jun. 2015.

FERRAZ, F.C.; FRANCISCO, F.R.; OLIVEIRA, C.S. Estresse no ambiente de trabalho. **Revista Archive Health, Invest**, v.3, n.5, p. 1-8, 2014. Disponível em: <<http://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/135414/ISN2317-3009-2014-03-05-01-08.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 5 jun. 2015.

FILHO, A.M.; ARAUJO, T.M. Estresse ocupacional e saúde mental dos profissionais do centro de especialidades médicas de Aracaju. **Revista trabalho E Educação**, v.13, supl.1, p. 177- 199 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tes/v13s1/1981-7746-tes-13-s1-0177.pdf>>. Acesso em: 15 abr. 2016.

KIDGER, J.; BROCKMAN, R.; TILLING, K.; CAMPBELL, R.; FORD, T.; ARAYA, R.; KING, M.; GUNNEL, D. Teachers' wellbeing and depressive symptoms, and associated risk factors: A large cross sectional study in English secondary schools. **Journal of Affective Disorders**, v.192, p.76-82, 2015.

Disponível em: <www.elsevier.com/locate/jad>. Acesso em: 15 abr. 2016.

KUPRIANOV, R.; ZHDANOV, R. The Eustress Concept: Problems and Outlooks.2014. **World Journal of Medical Sciences**, v.11, n.2, p. 179-185, 2014. Disponível: <http://mggu-sh.ru/ipgit/Kupriyanov_Eustres.pdf>. Acesso em: 5 maio 2016.

MENDES, M. L. M. A precarização do trabalho docente e seus Efeitos na saúde dos professores da rede Municipal de ensino do Recife. Questões controversas do mundo contemporâneo. **Revista HUM@NAE**, v. 9, n. 1, 2015 Disponível em: <<http://humanae.esuda.com.br/index.php/humanae/article/view/20>>. Acesso em: 5 maio 2015.

MESQUITA, A.A.; GOMES, D.S.; LOBATO, J.L.; GONDIM, L.; SOUZA, S.B. Estresse e síndrome de burnout em professores: Prevalência e causas. **Revista psicologia e Argumento**, v. 31, n. 75, p. 627-635, 2013. Disponível: <<http://www2.pucpr.br/reol/pb/index.php/pa?dd1=12630&dd99=view&dd98=pb>>. Acesso em: 12 ago. 2016.

MORETTIN, L. G. **Estatística Básica Probabilidade. PUC-SP Pontifícia universidade Católica de São Paulo. FEI: Faculdade de Engenharia Industrial. 7. ed. São Paulo: Pearson. 2009; v II, 568 p.**

PASCHOAL, T. **Bem – Estar no Trabalho:Relações com Suporte Organizacional, Propriedades Axiológicas e Oportunidades de Alcance de Valores Pessoais no Trabalho.** 2008. Tese doutorado em programa de Pós

Graduação em Psicologia social, do trabalho e das organizações. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/5551/1/2008_TatianePaschoal.pdf>. Acesso em: 15 jun. 2015.

PEREIRA, L. Z; ZILLE, G.P. O estresse no trabalho: uma análise teórica dos seus conceitos e interrelações. **Revista eletrônica Gestão e Sociedade**, v.4, n.7, p. 414-434. Disponível em: <<http://www.face.umg.br>>. Acesso em: 8 jun. 2016.

PEREIRA , M.C.; RIBEIRO, L. Stresse, Catecolaminas e Risco Cardiovascular. **Arquivos de Medicina**, v. 26, n.6, p. 245-253, 2012. Disponível em:< <http://www.scielo.mec.pt/pdf/am/v26n6/v26n6a03.pdf>>. Acesso em: 10 maio 2016.

PEREIRA, E.F.T.; SANTOS, C.S.A.; LOPES, M.A.S.; EUGENIO, A.D. Qualidade de vida e saúde dos professores de educação básica: discussão do tema e revisão de investigações.**Revista Ciência e Movimento**, v.17, n. 2, p. 100-107, 2010. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/1035/1744>>. Acesso em: 5 maio 2015.

RADLEY, J.J.; KABBAJ, M.; JACOBSON, L.; HEYDENDAEL W.; YEHUDA, R.; HERMAN, J.P. Stress Risk Factors and stress-related pathology: Neuroplasticity, epigenetics and endophenotypes. **NIH Public Access**, v.14, n.5, p. 481-497, 2013.

RESOLUÇÃO 466 DEZEMBRO DE 2012. UFRGS:
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.
Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/cep/resolucoes/>>. Acesso em: 05 ago. 2015.

RUIZ, V.M. Estresse Docente: um mal que se Agrava. **Revista Pensamento Plural: Revista científica do UNIFAE**, v.3, n.2, p.60-69, 2009. Disponível : <http://www.fae.br/2009/PensamentoPlural/Vol_3_n_2_2009/Estresse%20docente%20-%20um%20mal%20que%20se%20agrava.pdf>. Acesso em: 6 maio 2015.

SANHCHEZ-OLIVA, P.A., SANCHEZ-MIGUEL; G.J.P.; CHAMORRO, J.M.L.; CAMPOS, R.C. Motivacion y burnout em profesores de educacion física: incidência de La frustracion de las necesidades psicológicas básicas. **Caudernos de Psicología Del deporte**, v.14, n.3, p.75-82, 2012. Disponível em: <<http://revistas.um.es/cpd/article/view/211281/168021> > Acesso em: 5 jun. 2016.

SANTOS, F.D. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão da literatura. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas**, v. 6, n.1, p.1-16, 2010. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/smad/article/view/38711> >. Acesso em: 5 maio 2015.

SILVA, R,A,O; GUILLO, L, A. Trabalho docente e saúde: um estudo com professores da educação básica do sudoeste Goiano. **Revista itinerarius Reflectionis**. v. 11, n.2, p. 3-17, 2015. Disponível em: <<https://www.revistas.ufg.br/rir/article/view/36845> >. Acesso em: 10 ago. 2016.

SOUZA, A. N.; LEITE, M.P. Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. **Revista Educação e Sociedade**, v.32, n.117, p.1105-1121, 2011. Disponível em: <<http://www.cedesunicamp.br>>. Acesso em: 10 jun. 2016.

TRIOLA, M. F. **Introdução à estatística atualização e tecnologia**. 11. ed. Rio de Janeiro: LTC. 2013. 705 p.

ZILLE, L.P.; CREMONEZI, A. M. Estresse no trabalho: estudo com professores da rede pública estadual de Minas Gerais. **Revista Reuna**, v.18, n. 4, p.111-128, 2015. Disponível em: <<http://revistas.una.br/index.php/reuna/article/view/>>. Acesso em: 10 jun. 2015.

APÊNDICE

APENDICE I: QUESTIONÁRIO ESCALA DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO ADAPTADO DE PASCHOAL (2012).

Você é professor efetivo há quanto tempo?

Qual sua idade..... () Prefiro não informar

Onde você é lotado?

Atua no ensino: () Fundamental I, () Fundamental II, () em ambos

Qual é sua disciplina?.....

Gênero: () Masculino () Feminino

Qual sua carga horária semanal: ()10 horas, ()20 horas, ()30 horas, ()40 horas

Você trabalha apenas na educação municipal? () Sim () Não eu tenho outro trabalho remunerado.

Informe se o outro trabalho remunerado que você realiza é docência:

() Sim () Instituição pública () Instituição privada. Carga horária semanal:.....

() Não. Qual é o tipo de trabalho remunerado que você realiza?

.....

Carga horária semanal:.....

Por favor, leia as questões a seguir e assinale as opções que deixam você irritado (a) ou nervoso (a).			
ESCALA DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO		Sim	Não
1	A forma como as atividades de trabalho são distribuídas me deixam nervoso ou irritado		
2	O tipo de controle existente em meu trabalho me irrita		
3	A falta de autonomia na execução de meu trabalho tem sido desgastante		
4	Sinto me irritado (a) com a falta de divulgação de decisões organizacionais		
5	Sinto me incomodado (a) por meu gestor (a) me tratar mal na frente dos colegas de trabalho		
6	O desenvolvimento de atividades extracurriculares em dias que não tenho aula me irrita ou deixam-me de mau humor		

7	Sinto me incomodado (a) por ter que realizar tarefas que estão além de minha capacidade		
8	Sinto me incomodado (a) por ter que realizar tarefas que estão aquém de minha capacidade		
9	Fico de mau humor por trabalhar horas seguidas		
10	Fico irritado (a) com a discriminação ou favoritismo no ambiente de trabalho		
11	Tenho me sentido incomodado (a) com o treinamento para a capacitação profissional		
12	Fico de mau humor por me sentir isolado (a) na organização das atividades curriculares		
13	As poucas perspectivas de crescimento profissional tem me deixado angustiado (a)		
14	A competição profissional e ou a politicagem no ambiente de trabalho tem me deixado de mau humor		
15	O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho tem me deixado nervoso (a)		
16	Fico incomodado (a) por meu gestor (a) evitar me incumbir de responsabilidades importantes		
17	Dos itens abaixo assinale aquele(s) que afetam seu estado emocional		
17.a	Turmas com excesso de alunos		
17.b	Excesso de ruído decorrente das atividades escolares		
17.c	Excesso de ruído decorrente da sua aula		
17.d	Quando precisa assumir turmas extras devido à falta de colegas		
17.e	Alunos que apresentam atitudes grosseira e mal educada		
17.f	Alunos agressivos que ameaçam colegas e professores		
17.g	Briga de alunos no interior da escola		
17.h	Realizar atendimento a pais ou responsáveis por alunos		
17.i	Atender a chamados da direção escolar para explicar situações ocorridas durante as aulas envolvendo problemas disciplinares com alunos		
17.j	Falta de melhores condições no ambiente escolar para desenvolver seu trabalho		
17.k	Carga horária excessiva		
17.l	Pouco tempo de intervalo para realizar suas refeições e descanso durante o período de trabalho		
17.m	A remuneração mensal adequada para atender suas		

	necessidades		
17.n	Falta de material didático para realizar as atividades curriculares		
18	Assinale quais dos sintomas a seguir você sente durante sua rotina de trabalho	Sim	Não
18.a	Boca seca		
18.b	Sudorese generalizada		
18.c	Suor nas mãos		
18.d	Taquicardia		
18.e	Pressão arterial elevada de forma passageira		
18.f	Mãos frias		
18.g	Aumento da respiração e da frequência cardíaca		
18.h	Sensação de cansaço		
18.i	Dor no estômago		
18.j	Diarreia passageira		
19	Após a sua rotina de trabalho você sente algum dos sintomas abaixo	Sim	Não
19.a	Apresenta cansaço generalizado mesmo após um final de semana descansando		
19.b	Irritação falta de concentração e dificuldade para realizar atividades de rotina e esquecimento constante		
19.c	Ao lembrar-se do seu trabalho sente mal estar orgânico como sudorese, aumento da frequência cardíaca, tensão muscular, dor no estomago		
19.d	Pressão arterial elevada de forma contínua		
19.e	Insônia continua		
19.f	Azia frequente e ou dores no estomago ou problemas de digestão frequentes		
19.g	Sono irregular acorda varias vezes durante a noite e demora voltar a dormir		
19.h	Aparecimento de aftas		
19.i	Tonturas frequentes		
19.j	Diarreia frequente		
19.k	Resfriados constantes		
19.l	Infecções intestinais constantes		
19.m	Alteração do ciclo menstrual		
19.n	Dores de cabeça		

19.o	Angina (dor no peito)		
19.p	Infarto		
19.q	Úlcera gástrica		
19.r	Herpes		
19.s	Doenças dermatológicas		
	Quais?		
19.t	Distúrbios intestinais		
	Quais?		
19.u	Doenças circulatórias		
	Quais?		

APÊNDICE II: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

Você está sendo convidado a participar em uma pesquisa. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que está sendo realizada. Sua colaboração neste estudo é muito importante, mas a decisão em participar deve ser sua. Para tanto, leia atentamente as informações abaixo e não se apresse em decidir. Se você não concordar em participar ou quiser desistir em qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você. Se você concordar em participar basta preencher os seus dados e assinar a declaração concordando com a pesquisa. Se você tiver alguma dúvida pode esclarecê-la com o responsável pela pesquisa. Obrigado (a) pela atenção, compreensão e apoio.

Eu, _____ residente e domiciliado, _____ portador da Carteira de Identidade, RG _____, nascido (a) em ____/____/_____, concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário da pesquisa “Estresse ocupacional em professores efetivos da rede pública de ensino municipal em região da serra catarinense”. Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas, estando ciente que:

1. O estudo busca identificar a manifestação de estresse ocupacional em professores efetivos e em atividade docente das EMEBs, da secretaria municipal de educação de Lages, SC.
2. A pesquisa é importante por buscar informações sobre um problema que apresenta relevância social pela sua interferência na saúde orgânica e psicológica dos professores afetando não apenas a sua saúde, mas também a sua qualidade de vida e o desempenho profissional.
3. Participarão da pesquisa os professores efetivos e em atividade docente da rede municipal de educação de Lages, SC. O quadro de professores efetivos da rede municipal de educação corresponde a 920 professores efetivos. Conforme critério estabelecido para esse projeto apenas os professores efetivos e em atividade docente em sala de aula com turmas regulares participarão da pesquisa. Além disso, a carga horária exercida na respectiva EMEB não será considerada como impeditivo para a participação na pesquisa,

independente se o profissional cumpre 40, 30, 20, ou 10 horas de carga horária semanal na referida EMEB. Também não será impeditivo para a participação, o professor que possuir outro vínculo empregatício em outra instituição de ensino público ou privado ou se possuir outro emprego remunerado em atividade profissional que não seja a docência.

Deste modo, considerando os aspectos acima, a população do estudo passa a ser 640 professores, a partir da qual obteve-se a amostra experimental que será de 256 professores que representam 40% da população

- 4 Para conseguir os resultados desejados, a pesquisa será realizada com aplicação do questionário Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho desenvolvido e validado por Paschoal (2012) a 256 professores efetivos em atividade docente e com turma regular, selecionados por conveniência, de 30 EMEBs do município de Lages, localizadas somente no perímetro urbano. O uso do questionário foi autorizado pelo autor e foi adaptado conforme especificidades da presente pesquisa. O questionário adaptado Escala de Estresse no Ambiente de Trabalho, consiste de 30 questões fechadas que visam identificar a possível ocorrência e as situações geradoras de estresse ocupacional nos professores efetivos. O questionário divide-se em três partes: A primeira refere-se às questões sobre período de tempo de atuação na secretaria municipal de educação, carga horária semanal e outros vínculos institucionais. Nessa parte também há um espaço para a categorização de gênero. A segunda parte do questionário refere-se ao modo como o profissional percebe sua atuação dentro do contexto ocupacional em relação à realização de suas atividades, cuja, respostas são tipo sim e não com escores de 1 (um) = sim e 0 (zero) = não. Já, a terceira parte do questionário diz respeito a identificação dos fatores geradores de estresse no ambiente de trabalho, no qual o pesquisado deve marcar com um “X”, os fatores que considera como estressantes no seu cotidiano profissional. Para a realização da pesquisa foi obtido junto à secretaria municipal de educação autorização para visitar as EMEBs visando obter as informações propostas pelo projeto de pesquisa. O primeiro contato com a EMEB será feito por intermédio de telefone onde será agendado horário com o

gestor (a) da unidade de ensino para informá-lo sobre a pesquisa e em contrapartida, obter a autorização para aplicação do questionário, informações sobre número de professores efetivos da referida EMEB, definir horário e ambiente adequado para a aplicação do questionário aos professores. O segundo momento da coleta de dados consiste da aplicação do questionário aos professores. Esta etapa da pesquisa será realizada em ambiente adequado onde estarão presentes pesquisador e pesquisado(s). O pesquisador fará a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) aos participantes da pesquisa explicando os objetivos e a justificativa da pesquisa, a coleta de dados, a metodologia da pesquisa, e os riscos e benefícios a ela associados. Após estes esclarecimentos, o pesquisado optará em aceitar ou não participar da pesquisa. Caso o professor não aceite participar, o pesquisador não fará a aplicação do questionário e encerrará a pesquisa com o referido participante. Caso o professor pesquisado aceite contribuir com a pesquisa, este assinará o TCLE e receberá o questionário. É importante deixar claro que não será efetuada entrevista com os participantes, mas aplicação do questionário, sendo que estes deverão efetuar a leitura das questões e respondê-las na sequência. O pesquisador dará as instruções aos participantes sobre o preenchimento do questionário, bem como, as orientações sobre como proceder com o questionário após tê-lo concluído e posteriormente se retirará do ambiente reservado para responder o questionário de modo a não causar situação de constrangimento e/ou desconforto ao professor pesquisado. Após a conclusão do preenchimento, o pesquisado deverá colocar o questionário no interior de um envelope que ficará disponível no local e posteriormente, ausentar-se. Esse procedimento será aplicado a todos os participantes da pesquisa.

5. Com relação aos possíveis riscos decorrentes da participação nesta pesquisa, segue a consonância com o Capítulo V da Resolução 466 e seus artigos, parágrafos e incisos, mantendo a observância na condução da coleta de informações conforme o artigo V.3. Na hipótese de ocorrência de qualquer dano ou eminência de risco a integridade física ou psicológica será provida à assistência imediata ao (s) participante(s) independente do momento da pesquisa ou

mesmo posterior ao seu encerramento conforme artigos V.6 e V.7 da referida Resolução. Os riscos eminentes aos participantes desta pesquisa poderão ocorrer durante a aplicação do questionário. Os participantes da pesquisa podem apresentar algum tipo de desconforto emocional ao reportarem lembranças de situações desconfortáveis que ocorreram durante a execução de suas atividades pedagógicas, podendo manifestar sentimentos e emoções diversos, como, constrangimento, agressividade, angústia, decepção, empatia, frustração, isolamento, intriga e melancolia. Caso isso ocorra, os pesquisadores contam com o apoio do serviço escola da UNIPLAC para atender a qualquer eventualidade de ordem biológica ou emocional que decorra da realização da referida pesquisa, além do apoio e atenção prestados pelo pesquisador durante o processo. Em caso de necessidade, os pesquisadores farão agendamento para atendimento psicológico na Clínica Escola, seguindo as normas do Centro de Saúde da UNIPLAC. Em situações extremas e excepcionais, o serviço de atendimento móvel de urgência (SAMU) será acionado pelos pesquisadores.

6. A pesquisa é importante de ser realizada, pois deve trazer como benefícios à possibilidade dos participantes da pesquisa ampliar os conhecimentos sobre a manifestação do estresse no ambiente escolar, suas causas e consequências e com isso auxiliar no desenvolvimento das políticas administrativas, visando melhorias das condições do ambiente de trabalho, seja em aspecto físico ou emocional.
7. Se houver algum problema ou necessidade, posso buscar assistência na instituição mantenedora da pesquisa UNIPLAC que possui instituição hospitalar que serve para atender qualquer problema de ordem biológica ou emocional.
8. Se, no transcorrer da pesquisa, eu tiver alguma dúvida ou por qualquer motivo necessitar posso procurar o responsável pela pesquisa LENITA AGOSTINETTO no telefone (49) 9119 0772, ou no endereço Avenida Castelo Branco, 170, Bairro Universitário, Lages, SC, 88509-900.
9. Tenho a liberdade de não participar ou interromper a colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem

necessidade de qualquer explicação. A desistência não causará nenhum prejuízo a minha saúde ou bem estar físico.

10. As informações obtidas neste estudo serão mantidas em sigilo e; em caso de divulgação em publicações científicas, os meus dados pessoais não serão mencionados.
11. Caso eu desejar, poderei pessoalmente tomar conhecimento dos resultados ao final desta pesquisa diretamente com o pesquisador.

DECLARO, outrossim, que após convenientemente esclarecido pelo pesquisador e ter entendido o que me foi explicado, consinto voluntariamente em participar (ou que meu dependente legal participe) desta pesquisa e assino o presente documento em duas vias de igual teor e forma, ficando uma em minha posse.

Lages, _____ de _____ de _____.

ANEXOS

ANEXO I: AUTORIZAÇÃO DA SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LAGES, SC PARA DESENVOLVER A PESQUISA NAS EMEBS DO MUNICÍPIO.



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE LAGES
Estado de Santa Catarina
Secretaria da Educação



Lages, 28 de Setembro de 2015.

AUTORIZAÇÃO

A Secretaria da Educação do Município de Lages, através do Setor de Ensino, autoriza o **Professor José Bassle da Conceição**, aluno regular do Curso de Mestrado em Ambiente e Saúde a realizar pesquisa sobre qualidade de vida dos professores da Rede Municipal de Ensino.

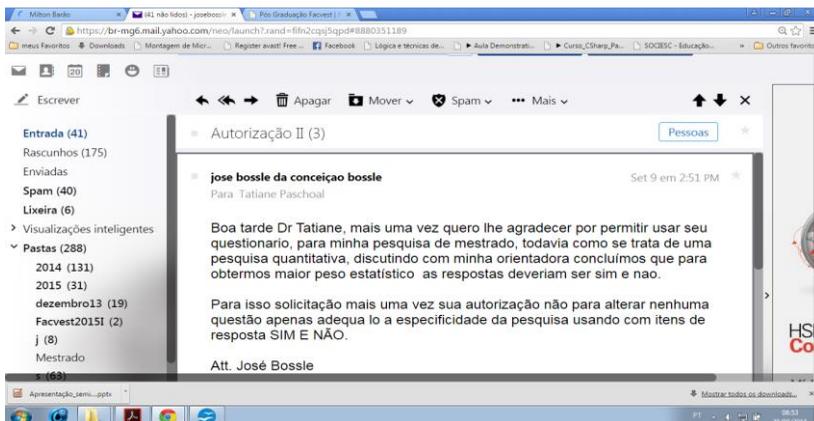
A apresentação deve acontecer com autorização do Diretor em horário estipulado pelo mesmo.

Atenciosamente.


Marilza Gobetti
Diretora de Ensino

Marilza Gobetti
Diretora de Ensino
Decreto 14 978

ANEXO II: AUTORIZAÇÃO PARA USO E ADEQUAÇÃO DO QUESTIONÁRIO ESCALA DE ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO DE PASCHOAL (2012).



ANEXO III: PARECER DE APROVAÇÃO DO PROJETO PELO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA (CEP) DA UNIPLAC

UNIVERSIDADE DO PLANALTO
CATARINENSE - UNIPLAC



Continuação do Parecer: 1.443.603

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O projeto apresenta todos os requisitos necessários

Considerações Finais a critério do CEP:

O desenvolvimento da pesquisa, deve seguir os fundamentos, metodologia e preposições, do modo em que foram apresentados e avaliados por este CEP, qualquer alteração, deve ser imediatamente informada ao CEP-UNIPLAC, acompanhada de justificativa.

O pesquisador deverá observar e cumprir os itens relacionados abaixo, conforme descrito na Resolução nº 466/2012.

- Desenvolver o projeto conforme delineado;
- Elaborar e anexar na Plataforma Brasil os relatórios parcial e final;
- Apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento;
- Manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa;
- Encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto; e
- Justificar fundamentalmente, perante o CEP ou a CONEP. Interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_646391.pdf	22/02/2016 10:59:23		Aceito
Outros	autorizacaoPesquisa.docx	22/02/2016 10:58:14	Lenita Agostinetto	Aceito
Outros	autorizacaoQuestionario.docx	22/02/2016 10:55:49	Lenita Agostinetto	Aceito
Recurso Anexado pelo Pesquisador	questionario.docx	22/02/2016 10:53:00	Lenita Agostinetto	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	03/02/2016 21:17:04	José Bossle da Conceição	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Pesquisa.docx	03/02/2016 21:16:48	José Bossle da Conceição	Aceito

Endereço: Av. Castelo Branco, 170 - Bloco I - Sala 1226
 Bairro: Universitário CEP: 88.509-900
 UF: SC Município: LAGES
 Telefone: (49)3251-1086 E-mail: cep@uniplaclages.edu.br

UNIVERSIDADE DO PLANALTO
CATARINENSE - UNIPLAC



Continuação do Parecer: 1.443.603

Folha de Rosto	Folha_Rosto.pdf	03/02/2016 20:54:22	José Bossle da Conceição	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_Compromisso_Pesquisador.pdf	03/02/2016 20:52:29	José Bossle da Conceição	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_Concordancia.pdf	01/02/2016 11:43:17	José Bossle da Conceição	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

LAGES, 09 de Março de 2016

Assinado por:
Odila Maria Waldrich
(Coordenador)

UNIVERSIDADE DO PLANALTO
CATARINENSE - UNIPLAC



Continuação do Parecer: 1.443.603

Folha de Rosto	Folha_Rosto.pdf	03/02/2016 20:54:22	José Bossle da Conceição	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_Compromisso_Pesquisador.pdf	03/02/2016 20:52:29	José Bossle da Conceição	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_Concordancia.pdf	01/02/2016 11:43:17	José Bossle da Conceição	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

LAGES, 09 de Março de 2016

Assinado por:
Odila Maria Waldrich
(Coordenador)