

CARGA DE TRABALHO E SAÚDE PSICOLÓGICA: UM OLHAR PARA A REALIDADE DOS PROFESSORES DA ÁREA DE CIÊNCIAS EXATAS DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA

WOKLOAD AND PSYCHOLOGICAL HEALTH: A LOOK AT THE RALITY OF TEACHERS IN THE EXACT SCIENCES AREA OF A PUBLIC UNIVERSITY

CARGA DE TRABAJO Y SALUD PSICOLÓGICA: UNA MIRADA PARA A REALIDAD DE PROFESORES DEL ÁREA DE CIENCIAS EXACTAS DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA

Queli Ghilardi Cancian*
quelicancian@gmail.com

Andréia Florêncio Eduardo de Deus**
andreiaflorencio98@gmail.com

Vilmar Malacarne*,**
vilmar.malacarne@unioeste.com

* Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade do Oeste do Paraná, Cascavel-PR – Brasil

** Programa de Pós-Graduação em Educação para a Ciência e a Matemática, Universidade do Oeste do Paraná, Cascavel-PR – Brasil

Resumo

As transformações do mundo moderno estimulam mudanças na constituição da universidade e, também, na saúde dos professores universitários. Objetivamos, nesta pesquisa, investigar a carga de trabalho e saúde psicológica de professores de uma universidade pública. Trata-se de pesquisa qualitativa-quantitativa. A amostra é representada por 30 professores. Os resultados apontam alta carga de trabalho e desgaste emocional demonstrado na relação com o trabalho. A ansiedade surge como principal causa de adoecimento seguido do estresse. Na maioria dos professores, as doenças não foram relacionadas separadamente, colaborando para o entendimento de que a síndrome de Burnout esteja ligada ao adoecimento psicológico de professores.

Palavras Chave: Trabalho Docente; Doenças Psicológicas; Professor Universitário.

Abstract

The transformations of the modern world stimulate changes in the university's constitution and also in the health from the university teachers. In this research, we aimed to investigate the workload and psychological health of teachers at a public university. This is qualitative-quantitative research. The sample is represented by 30 teachers. The results show a high workload and emotional exhaustion shown in the relationship with work. Anxiety arises as to the main cause of illness followed by stress. In most teachers, the diseases were not related separately, collaborating to understand that Burnout syndrome is linked to the psychological illness of teachers.

Keywords: Teaching Work; Psychological Diseases; University Professor.

Resumen

Las transformaciones del mundo moderno estimulan cambios en la constitución de la universidad y aun en la salud del profesores universitarios. En esta investigación, el objetivo es averiguar la carga de trabajo y salud psicológica de profesores de una universidad pública en. Se trata de una investigación cualitativa y cuantitativa. La muestra es representada por 30 profesores. Los resultados señalan alta carga laboral y agotamiento emocional demostrado en la relación con el trabajo. La ansiedad surge como principal causa de enfermedad seguido del estrés. En la mayoría de los profesores, las enfermedades no fueron relacionadas separadamente, colaborando para la comprensión de que el síndrome de Burnout esté relacionado a la enfermedad psicológica de profesores.

Palabras clave: Trabajo Docente; Enfermedades Psicológicas; Profesor Universitario.

INTRODUÇÃO

Muitos estudos dedicam-se a investigar o processo formativo profissional das pessoas em diferentes áreas do conhecimento. Na educação, a formação de professores se tornou uma crescente área de produção de conhecimento e pesquisas, com diferentes focos e nomenclaturas, tais como: formação inicial, formação continuada, formação em serviço, etc. Porém, a atuação e o dia a dia deste profissional podem ser um campo vasto de investigações com respostas e questionamentos que influenciam até mesmo a constituição profissional.

Basta uma pequena busca na internet com o descritor “profissões mais estressantes” e lá estará o professor. Este profissional figura entre as profissões mais estressantes do Brasil e do mundo. Apesar disso, as discussões e pesquisas sobre o assunto na própria área da educação ainda não ocupam lugar de destaque.

As constantes mudanças ocasionada pela processo de globalização do mundo moderno tem exigido muito da saúde física e psicológica dos professores universitários, que se desdobram para cumprir o grande rol de atividades determinado pelo processo ensino-pesquisa-extensão (CRUZ et al., 2010; PRIESS, 2011).

Diversos autores chamam a atenção para a condição de trabalho do professor universitário, mais do que uma boa remuneração salarial, o professor deve ser valorizado profissionalmente. O desgaste físico e emocional ao qual o professor universitário está exposto, oferece maior risco de adoecimento, em comparação a outros fatores (SORATTO e HECKLER, 1999; MARTINEZ; VITTA; LOPES, 2009; ROHDE, 2012; KOETZ; REEMPEL; PÉRICO, 2013; SÁNCHEZ, 2015).

Segundo Valle e Aguilera (2016), o stress personificado na síndrome de Burnout é hoje o principal motivo de afastamento de professores das funções. “A síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante que demandam muita competitividade ou responsabilidade” (BRASIL, 2019).

Apesar de identificarmos trabalhos sobre o assunto (mesmo que poucos na área da educação), acreditamos na relevância de tais investigações que podem possibilitar, além de

conhecimentos e informações sobre o tema, a elaboração de possíveis ações de combate a tal problema.

OS DESAFIOS DA AÇÃO DOCENTE E AS NOVAS DEMANDAS

Ao romper com a visão cartesiana, centrando-se agora no sujeito, o homem passa, a partir da metade do século XX, a perceber suas próprias transformações. Porém, vivemos certo descompasso, nesta transição, quando falamos sobre o professor.

Tal condição demonstra o espaço de circulação por onde transita o professor em um cenário de atribuições crescentes e que contribui para o desgaste físico e emocional, muito observado nas instituições. Neste sentido, Diehl e Marin (2016) argumentam que,

Considerando que a saúde e a educação são condições preponderantes para o desenvolvimento humano e social, é importante atentar aos professores. Frente aos problemas e demandas atuais, esses profissionais precisam de competência pedagógica, social e emocional e estimular a construção crítica dos indivíduos para que aprendam a ser e a conviver na sociedade como sujeitos conscientes, reflexivos e participativos, mas para isso é fundamental que também estejam física e mentalmente saudáveis. (DIEHL; MARIN, 2016, p. 80).

Ou seja, o trabalho docente, assim como qualquer outra profissão, precisa ser, para este profissional, em grande parte, aquilo para qual ele existe, trabalha, ocupa-se de seu meio de subsistência. Porém, nas universidades brasileiras, seguindo o “modelo de universidade mundial” (PADILHA, 2009, p. 37) tal realidade tem provocado a precarização das ações. Neste escopo, “a aceleração do cotidiano compromete a produção acadêmica, o trabalho intelectual, porque suprime o tempo necessário à invenção. Além disso, altera a vida dos docentes, retira-os do convívio familiar e priva-lhes do lazer.” (PADILHA, 2009, p. 37).

As mudanças nos processos de constituição da universidade brasileira que afetaram diretamente o trabalho, a formação e vida do professor universitário também têm seus desdobramentos na qualidade da constituição de todos os profissionais formados nestes espaços. Ao tratar da saúde mental do professor universitário, Tundis e Monteiro (2018) destacam,

Ressalte-se que o comprometimento da saúde mental do professor é um problema que afeta a área educacional, pois independentemente do nível

de ensino e instituição (pública ou privada) vai impactar diretamente na falta de motivação para o trabalho, nas relações estabelecidas no trabalho (entre professores, professor-aluno e professor-gestor da instituição) e na qualidade do ensino prestado. (TUNDIS; MONTEIRO, 2018 p. 2).

Em relação às motivações para tal quadro, dentro do que já mencionamos sobre as mudanças sociais e políticas pelas quais têm passado a universidade, acreditamos que a gestão de tais instituições e a visão que se tem dos professores, visão esta compartilhada pelos próprios docentes, possa estar relacionada. Há certo paradigma que ainda paira sobre o professor com intelectual, ou sobre um dom divino ou ainda o amor à profissão. Os próprios professores, muitas vezes, compartilham deste entendimento, não difícil às diferenciações nas instituições públicas ou privadas entre os servidores, pois se nomeia servidores e professores ou funcionários e professores quando, na verdade, todos são servidores ou funcionários.

PERCURSO METODOLÓGICO

Trata-se de uma pesquisa de qualitativa-quantitativa. Para os autores Hernández Sampieri *et al.* (2013, p. 548), “a meta da pesquisa mista não é substituir a pesquisa quantitativa nem a pesquisa qualitativa, mas utilizar os pontos fortes de ambos os tipos combinando-os e tentando minimizar seus potenciais pontos fracos”.

O estudo possui caráter exploratório com delineamento descritivo de abordagem comparativa, o qual se enquadra nos objetivos de investigar, analisar e comparar a carga de trabalho e a saúde psicológica dos professores entre os gêneros. Para a constituição dos dados da presente pesquisa, duas metodologias de investigação foram adotadas, sendo a pesquisa de campo e a pesquisa bibliográfica.

Para a coleta de campo foi utilizado um questionário desenvolvido pela própria pesquisadora, cujo instrumento foi testado e avaliado antes da utilização e submissão ao comitê de ética. O instrumento completo contempla 10 blocos de questões, cada bloco representa uma categoria de análise. Ressalta –se que os profissionais que participaram no processo de avaliação e teste piloto do instrumento, foram excluídos da coleta de dados.

Cabe ressaltar que para a pesquisa em questão, após a apreciação do comitê de ética a pesquisa, recebeu o parecer de aprovado sob o número 3.420.063, autorizando o procedimento para a coleta de dados.

O presente artigo foi composto por uma fração dos dados coletados, a amostragem aqui apresentada, contempla apenas os professores dos cursos de exatas da Universidade. Para a análise estatística, utilizou-se o Programa Estatístico de Análise *Statistical Package for a Social Science* (SPSS) 22.0 (versão em língua portuguesa).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados apresentados, neste artigo, são recorte de uma pesquisa de dissertação de mestrado. A amostragem utilizada neste trabalho é composta por 30 professores estatutários da área de ciências exatas de uma universidade pública, a qual abrange os cursos de Ciências da Computação, Engenharia Agrícola, Matemática, Engenharia Civil.

Dos participantes, 10 (33,3%) são do gênero feminino, com idade média de 45,5 e 20 (66,7%) representada pelo gênero masculino com idade média de 46,5. A média total da idade da amostra foi de 46,0 com desvio padrão de $\pm 6,5$.

Dos participantes, 22 (73,3%) se declararam casados, 3 (10%) divorciados, 3 (10%) solteiros e 2 (6,7%) não se identificam com nenhuma das relações anteriores. Dos 20 participantes do gênero masculino 18 (90%) possuem titulação de Doutor e 2 (10%) são Mestres, das 10 participantes do gênero feminino 7 (70%) possuem Doutorado e 3 (30%) são Mestres.

A relação carga de trabalho é definida por diversas formas na literatura e, dentre elas Stoll *et al.* (2010), atribuem, à carga de trabalho, todo esforço fisiológico em resultado de uma reação. Johnson e Smith (2008) definem a expressão carga de trabalho como o número de horas destinadas ao desenvolvimento do trabalho.

Inúmeros estudos (DARMODY *et al.*, 2008; DRIESSEN *et al.*, 2011; PANARI *et al.*, 2012; GALVAN, 2015) têm comprovado que a carga de trabalho pode impactar em diversos fatores na vida do trabalhador, tais como: motivação, capacidade de realização das atividades, eficiência, eficácia, expectativas e habilidades (GALVAN, 2015). Esses fatores,

por sua vez, podem impactar direta ou indiretamente na saúde do trabalhador, dentre eles podemos relacionar: baixo desempenho, ansiedade, depressão, Síndrome de Burnout, dificuldades nas relações sociais, baixa autoestima, problemas de saúde geral, abuso de drogas, assédio moral, entre outros.

A fim de compreendermos a carga de trabalho dos professores, perguntamos a eles qual a carga de trabalho atribuída para o desenvolvimento da função, os obtidos são apresentados na tabela 01.

Tabela 01: Carga horária de trabalho.

Carga horária	Gênero Masculino		Gênero Feminino		Total	
	F	P	P	F	F	P
20 horas	5	25,0	0	00,0	5	17,7
40 horas	15	75,0	8	80,0	23	75,6
+40 horas	0	00,0	2	20,0	2	6,7
Total	20	100	10	100	30	100

Fonte: Os autores (2020)

A carga de trabalho destinada ao desenvolvimento do trabalho docente fora relacionada, pela maioria dos professores, ao número de horas descrito de acordo com o seu padrão de contratação. O regime de admissão dos professores universitários varia entre 40h, 20h ou dedicação exclusiva (DE)¹ e apenas duas professoras atribuíram uma carga de trabalho superior a esse padrão, justificando a resposta pelas diversas funções atribuídas a profissão de professor universitário que transpõem as barreiras das salas de aulas, como as atividades de pesquisa extensão, além de diversos projetos realizados pelo corpo docente no âmbito do tripé ensino, pesquisa e extensão/cultura, atividades fins da universidade. Nesta direção, Cunha e Cunha (2015, p. 32) apontam que “no âmbito da organização do trabalho docente a pressão exercida pelo sistema é de aumentar a quantidade de trabalho dentro da jornada.” Tal condição exposta pelos autores pode ser verificada nas respostas dos professores participantes relacionando o tempo versus trabalho realizado.

Apesar de carga horária específica (40h, 20h ou DE), o professor universitário tem atribuições comumente relacionadas mais às demandas do que ao horário/tempo de

¹ Regime que implica, ao servidor docente, o impedimento do exercício de outra atividade remunerada, pública ou privada, com as exceções previstas na Lei 12.772/2012.

dedicação. Neste sentido, a sensação de incompletude das tarefas é identificada por metade dos participantes da pesquisa. Tal condição é apresentada na tabela 02.

Tabela 02: Referente à questão: com que frequência você tem a sensação de chegar ao fim do dia e perceber que não teve tempo para concluir tudo que gostaria?

	Gênero Masculino		Gênero Feminino		Total	
	F	P	F	P	F	P
Nunca	0	00,0	1	10,0	1	3,3
Pouca Vezes	1	5,0	2	20,0	3	10,0
Poucas Vezes	3	15,0	0	00,0	3	10,0
Várias Vezes	4	20,0	4	40,0	8	26,7
Frequentemente	12	60,0	3	30,0	15	50,0
Total	20	100	10	100	30	100

Fonte: Os autores (2020)

Um número expressivo de professores afirmou ter a sensação de não finalizar suas tarefas ao fim da jornada, 76% responderam “várias vezes” ou frequentemente”. Esses números possibilitam dimensionar a condição emocional destes profissionais ao finalizar um ano letivo e reiniciar o outro. Considerando o efeito comutativo de tal situação, podemos dizer que os efeitos físicos e psíquicos vêm logo adiante.

Ao comparar os resultados entre sexo, observamos que os professores do gênero masculino apresentam com maior frequência a sensação de não conseguir concluir tudo o que gostaria. O que demonstra que os professores deste gênero sentem maior sobrecarga de trabalho.

Situações como as identificadas na questão anterior podem influenciar no sentimento do professor em relação ao seu trabalho, a sua profissão. Aliam-se ao dia a dia, os anos de estudos necessários para o exercício docente e a desvalorização da profissão. Na tabela 3 foram elencados os sentimentos dos professores pesquisados em relação ao trabalho.

Tabela 03: Sentimentos em relação ao trabalho.

	Gênero Masculino			Gênero Feminino			Total		
	N	Média	Desvio Padrão	N	Média	Desvio Padrão	N	Média	Desvio Padrão
Cansado	20	7,35	2,110	10	7,20	2,616	30	7,30	2,246
Impaciente	20	4,70	2,536	10	6,00	3,055	30	5,13	2,738
Irritado	20	4,45	2,502	10	5,90	2,601	30	4,93	2,586
Triste	20	4,55	3,364	10	3,50	2,877	30	4,20	3,199
Frustrado	20	5,20	2,966	10	4,00	3,018	30	4,80	2,987
Disposto	20	6,00	2,340	10	7,00	2,357	30	6,33	2,354
Empolgado	20	5,70	2,557	10	6,30	2,541	30	5,90	2,524
Produtivo	20	6,55	2,305	10	6,60	2,633	30	6,57	2,373
Satisfeito	20	5,95	2,605	10	6,20	2,440	30	6,03	2,512
Feliz	20	5,95	2,645	10	6,80	2,348	30	6,23	2,542
Estimulado	20	4,30	2,793	10	5,50	3,064	30	4,70	2,891
Desafiado	20	5,55	2,235	10	5,70	3,466	30	5,60	2,647

Fonte: Os autores (2020)

Quanto ao sentimento em relação ao trabalho, é o cansaço que se destaca. O grande número de diferentes atividades atribuídas ao professor comparado com a carga horária estabelecida, provavelmente, é o que resulta neste sentimento evidenciando sobrecarga, ou seja, quantidade de atividades que não condiz com o tempo disponível para desenvolvê-las, mesmo que caiba ressaltar que o cansaço demonstrado não significa insatisfação. Em contrapartida, os sentimentos disposição, produtividade e felicidade também se sobressaem.

Ao comparar os sentimentos em relação ao trabalho, notamos que os professores do gênero feminino apresentam maior escore em relação ao sentimento de impaciência apresentando (1,3) pontos acima da média que corresponde ao gênero masculino. A irritabilidade é outro sentimento que merece ser destacado entre os professores do gênero feminino se mantendo (1,45) pontos acima do escore masculino. Em contrapartida, o sexo

masculino apresenta maior sentimento de tristeza (1,05) acima do gênero feminino e maior nível de frustração (1,20) pontos acima da média feminina.

O sentimento em relação ao trabalho traduz os paradigmas que envolvem a condição da saúde docente refletindo, mais a frente, nas condições psicológicas apresentadas.

Ao serem questionados a respeito da saúde psicológica, dos 30 professores participantes da pesquisa, 18 (60,0%) declaram não possuir diagnóstico e, outros 12 (40,0%) participantes, declaram possuir um diagnóstico positivo que atesta algum tipo de doenças psicológicas atribuídas ao cumprimento da função ou de diversas causas. As doenças identificadas e descritas pelos professores são apresentadas na tabela 04.

Tabela 04: Doenças psicológicas identificadas.

	Gênero Masculino			Gênero Feminino			Total		
	N	F	P	N	F	P	N	F	P
Ansiedade	20	5	25,0	10	4	40,0	30	9	30,0
Depressão	20	2	10,0	10	2	20,0	30	2	13,3
Estresse	20	5	25,0	10	1	10,0	30	6	20,0
Pânico	20	0	00,0	10	2	20,0	30	2	6,7
Síndrome de Burnout	20	2	10,0	10	0	00,0	30	2	6,7
Transtorno Social	20	1	5,0	10	0	00,0	30	1	3,3

Fonte: Os autores (2020)

Dentre as doenças, citadas a ansiedade aparece em maior número seguido do estresse. “A ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho” (CASTILLO; RECONDO; ASBAHR; MANFRO, 2000, p. 1).

Apesar de diariamente criarmos e oferecermos diagnósticos de estresse mesmo não pertencendo à área da saúde, “o termo estresse denota o estado gerado pela percepção de estímulos que provocam excitação emocional...” (MARGIS; PICON; COSNER; SILVEIRA, 2003, p. 65). Esta condição tem seus efeitos na saúde humana e são notórios e preocupantes mesmo para leigos no assunto. Na sua rotina de trabalho, o professor universitário tem contato diário com inúmeras pessoas, colegas e alunos que no âmbito das interações humanas passam a ser um grande desafio a ser enfrentado. A depressão, o

pânico, a síndrome de Burnout e o transtorno social, apesar de menos citadas são igualmente preocupantes.

O transtorno de ansiedade se destaca entre professores do sexo feminino, sendo apontada em (40,0%) dos casos de doenças psicológicas, contra (25,0%) dos casos recorrentes ao sexo masculino. Entre os professores do sexo masculino destaca-se, além da ansiedade, o estresse que apresenta maior porcentagem de diagnósticos em relação ao sexo feminino, apresentando uma relação de (15,0%) a mais sobre os dados apresentados.

Na tentativa de identificar os fatores que afetam a saúde psicológica dos professores, questionamos os mesmos se eles atribuíam as doenças psicológicas relatadas ao desenvolvimento do trabalho.

Embora, a síndrome de Burnout tenha sido pouco citada como diagnosticada, observamos na tabulação dos dados que a maioria dos professores apresentou diagnósticos associados, o que colabora no entendimento que o adoecimento psicológico está associado as causas do ambiente de trabalho, o que caracteriza a síndrome de Burnout.

Em 1974, após identificar em si traços que caracterizavam um estado depressivo de esgotamento físico e emocional, o psicanalista alemão Freudenberger denominou a Síndrome pela primeira vez como Burnout (TRIGO, 2007). Burnout é definida como um distúrbio psíquico que se caracteriza por "[...] um estado de esgotamento físico e mental cuja causa está intimamente ligada à vida profissional" (DEMEROUTI, 2015 apud ALVES, 2017 p.04).

Scalfone (2010, p. 10, grifos do autor) salienta que,

Burnout é formado por vários estados sucessivos que ocorrem em um tempo e representam uma forma de adaptação às fontes de estresse. Assim, Burnout e estresse são fenômenos que expressam sua relevância na saúde do indivíduo e da organização. Entre os sintomas estão a depressão, ansiedade, absenteísmo, cansaço constante, apatia, irritabilidade e despersonalização. As mais marcantes singularidades da síndrome são a “exaustão emocional”, caracterizada pelo esgotamento, falta de energia e baixa autoestima, a “despersonalização”, na qual a pessoa torna-se fria no contato com outras, revela-se constantemente impaciente e não raramente tem atitudes grosseiras, cínicas e irônicas, e a “reduzida realização profissional”, sempre acompanhada de sensação de inadequação, baixa avaliação profissional e insatisfação permanente.

Os dados demonstraram que as doenças psicológicas apontadas pelos professores

não fora m, em sua mai oria,		F	P	P válida
	Não	2	6,7	6,7
	Sim	5	16,7	16,7
	Outras causas	1	3,3	3,3
	Desconheço a causa	5	16,7	16,7
	Não se aplica	17	56,7	56,7
	Total	30	100,0	100,0

ligadas ao desenvolvimento do trabalho. Ao serem questionados sobre as causas do adoecimento psicológico, dos (30) professores participantes, (2) atribuíram que as doenças psicológicas que possuem não estão relacionadas ao desenvolvimento da função, outros (5) atribuem às doenças ao desenvolvimento da função, (1) relaciona seu adoecimento a outras causas não relacionadas, (5) desconhece a causa do adoecimento, (17) não se aplica por não possuírem diagnóstico positivo para doenças psicológicas. Os dados foram sistematizados na tabela 5.

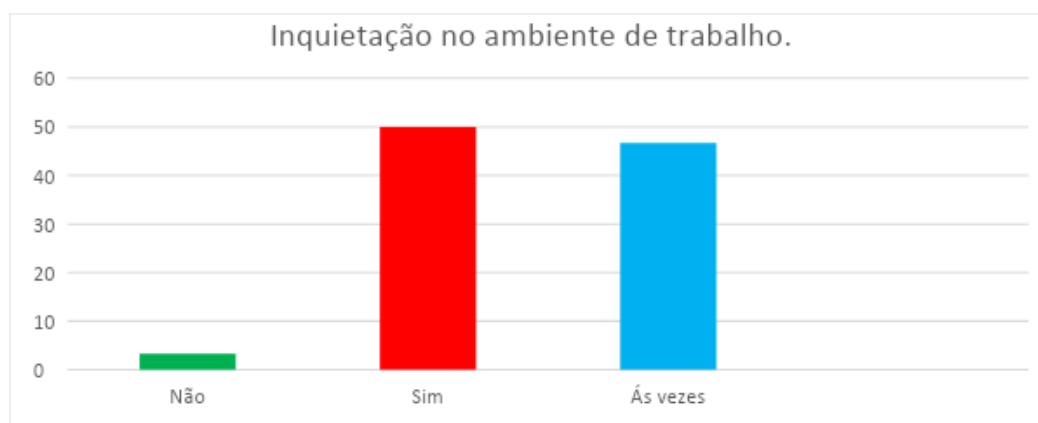
Tabela 05: Atribuição das doenças psicológicas

Fonte: Os autores (2020)

O que chama atenção neste quadro, além da evidência de problemas atribuídos ao trabalho pelos professores, é o número expressivo (16,7%) de profissionais que desconhecem as causas de suas doenças. Neste caso, o estranhamento se dá ao desconhecimento, algo que pode inibir possibilidades de tratamento levando o indivíduo a condições ainda piores.

Quanto ao ambiente de trabalho, questionamos os professores sobre a presença ou não de situações que desencadeiam sentimentos de inquietação, de receio e as incertezas sobre determinado assunto ou pessoa e que podem gerar tal condição. No gráfico 1-são representados os dados alcançados.

Gráfico 01: Sentimento de inquietação no ambiente de trabalho relatado pelos professores.



Fonte: Elaborado pelos autores (2020).

Podemos observar que apenas 5% dos professores pesquisados disseram não identificar sentimentos de inquietação em seu ambiente de trabalho. Tal condição não é necessariamente um problema, porém, pode se tornar conforme a frequência em que acontece.

O ambiente de trabalho tem a capacidade de gerar o estresse, mas nem sempre esse estresse é negativo, “as respostas diante da situação estressora podem ser positivas ou negativas, dependendo de como o sujeito a percebe, da intensidade e do tempo de permanência sobre ele, ou seja, são essas respostas que determinam o estresse positivo e o estresse negativo” (ROSSI, 1994 apud CABRAL, 2004, p. 13). Visando identificar qual o tipo de influência do estresse no desenvolvimento da função de docente, questionamos os professores o quanto acreditam que o estresse desenvolvido no ambiente de trabalho é positivo ou negativo. Os dados levantados são apresentados na tabela 06.

Tabela 06: Influência do estresse no ambiente de trabalho.

	Estresse Positivo		Estresse Negativo	
	F	P	F	P
Muito Pouco	8	26,7	1	3,3
Pouco	10	33,3	6	20,0
Médio	10	33,3	6	20,0
Muito	2	6,7	16	53,3
Extremamente	0	00,0	1	3,3
Total	30	100,0	30	100,0

Fonte: Os autores (2020)

Notamos que mais de 50% dos professores percebem o estresse em seu ambiente de trabalho Como negativo. Tal evidência pode advir do conceito de estresse comumente atribuído como ruim, como doença, porém, é um número expressivo que pode influenciar o desenvolvimento do trabalho aumentando os fatores estressantes para todos.

Sobre compreensão de estresse como positivo ou negativo e/ou a incidência deste no ambiente de trabalho, comparamos as respostas por gênero. Os dados foram disponibilizados na tabela 08.

Tabela 08: Comparativo de estresse positivo e negativo por gênero.

	Gênero Masculino			Gênero Feminino			Total		
	Média	N	DP	Média	N	DP	Média	N	DP
Estresse Positivo	2,20	20	,894	2,20	10	1,032	2,20	30	,924
Estresse Negativo	3,40	20	,940	3,20	10	1,032	3,33	30	,958

Fonte: Os autores (2020)

Ao compararmos os fatores de estresse positivo e negativo entre sexos por meio das médias extraídas, observamos que os fatores de estresse negativo é maior entre o sexo masculino em comparação ao feminino, o que pode indicar maior grau de comprometimento psicológico entre os professores do sexo masculino dado o diagnóstico de estresse em comparação ao feminino representados na tabela 04.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realidade pela qual estamos passando nos desafia a cada dia. As relações com o mundo e as pessoas demandam um ser humano capaz de compreender e suportar as dimensões e as mudanças constantes que o dia a dia nos apresenta.

É fato o aumento crescente das atribuições do professor da universidade, a sala de aula e todo o arcabouço de atividades que o envolve já não é mais a única função e, em algumas situações, nem é a principal, por mais contraditório que possa parecer. As consequências deste aumento também é fator de destaque crescente no meio.

Ao confrontarmos alguns dados percebemos que as atenções devem ser voltadas para questões, as quais ainda não há problemas. Noventa e cinco por cento dos professores informaram sentimentos de inquietação no ambiente de trabalho, 50% identificaram estresse negativo, porém, 56,7% relataram ausência de doenças psicológicas. Ao analisarmos esses dados percebemos que: 1) temos professores trabalhando doentes, 2) temos ambientes de trabalho insalubres e 3) temos ainda um grande número de professores que apesar do ambiente em que trabalham não desenvolveram doenças psicológicas, ou seja, temos dois grupos de professores que convivem em um mesmo espaço identificado por ambos como não saudável.

Não temos aqui a pretensão de oferecer soluções e tão pouco de tecer críticas às instituições, tão somente temos o objetivo de expor a necessidade de investigações mais aprofundadas sobre a qualidade de vida do professor universitário uma vez que tal situação tem influência direta em outro segmento, os acadêmicos e profissionais em formação.

Referência

- ALVES, M. E. Síndrome de Burnout. Fundação Universitária Mário Martins, curso de especialização em psiquiatria. **Psychiatry on line Brasil**. Porto Alegre, v. 22, n. 9, p.01-06, 2017.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Síndrome de Burnout: o que é, quais as causas, sintomas e como tratar**. Disponível em: < <http://saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>> Acesso em: 20 jan. 2020.
- CABRAL, M. F. **Manter a qualidade de vida enquanto se luta para ganhar a vida: a vulnerabilidade dos técnicos do projeto acorde à síndrome de Burnout**. 2004, 98f. TCC (Curso de Serviço Social) Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Florianópolis, 2004.
- CASTILLO, A. R. GL; RECONDO, R.; ASBAHR, F. R.; MANFRO, G. G. Transtornos de ansiedade. **Rev. Bras. Psiquiatr.** vol. 22, suppl. 2, 2000, p. 20-23.
- CUNHA, N. C; CUNHA, T. N. B. Intensificação do trabalho docente no ensino superior: Significados e condições. **Cadernos da Fucamp.**, Monte Carmelo, MG, v. 15, n. 23, 2015, p. 22-40.
- CRUZ, R. M.; LEMOS, J. C.; WELTER, M. M.; GUISSO, L. Saúde docente, condições e carga de trabalho. **Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)**, n. 4, 2010.
- DARMODY, M., SMYTH E., UNGER, M. Field of Study and Students` Workload in Higher Education. **International Jour of Comparative Sociology**, vol. 49, p. 329-346, 2008.
- DEMEROUTI, E. Strategies used by individuals to prevent burnout. **European Journal of Clinical Investigation**, v. 45, n. 10, p. 1106-1112, 2015.
- DRIESEN, M. T. et al., Participatory ergonomics to reduce exposure to psychosocial and physical risk factors for low back pain and neck pain: results, of a cluster randomised controlled trial. **Occupational and Environmental Medicine**, v. 68, p. 674-681, 2011.
- DIEHL, L; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: Revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**. Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, 2016.
- GALVAN, T. C. **Carga de trabalho: definição, fatores influentes e identificação de causas raiz**. (Dissertação de Mestrado) 103f. Porto Alegre, 2015.
- HERNÁNDEZ SAMPIERI, R.; CALLADO, C. F.; LUCIO, M. D. P. Metodologia de pesquisa. 5. ed. Porto Alegre: **Penso**, 2013.
- JOHNSON, C.; SMITH, E. C. A Mid-terminal Concepto f Operations: Evolution and Evolution Analysis. IEEE, 2008.
- KOETZ, L.; REMPEL, C.; PÉRICO, E. Quality of life of professors of higher education community institutions in the state of Rio Grande do Sul, Brazil. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 18, n.4,p.019-1028, 2013.
- MARGIS, R; PICON, P; COSNER, A. F.; SILVEIRA, R. O. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**. Porto Alegre, v. 25, suppl.1, 2003, p. 65-74.
- MARTINEZ, K. A. S. C.; VITTA, A.; LOPES, E. S. Avaliação da qualidade de vida dos professores universitários da Cidade de Bauru-SP. **Salusvita**, Bauru, v. 28, n. 3, p. 217-224, 2009.

PADILHA, R. C. H. W. Trabalho docente na universidade: tensões e novos sentidos. **Comunicações**, Piracicaba, v. 16, n. 1, 2009, p. 35-54.

PANARI, C. et al. Assessing and improving health in the workplace: an integration of subjective and objective measures with the STress Assessment and Research Toolkit (St. ART) method. **Journal of Occupational Medicine and Toxicology**, v. 7, n. 1, p. 18, 2012.

PRIESS, F. G. **Características do estilo de vida e da qualidade de vida dos professores universitários de instituições privadas de Foz Iguaçu e região**. (Dissertação de Mestrado) 89f, 2011. Universidade Federal do Paraná, Curitiba-Pr.

ROHDE, Caroline Lúcia Cantarelli. **Qualidade de vida no trabalho sob a perspectiva de professores de ensino superior**. (Dissertação de Mestrado) 67f, 2012. Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS).

SANCHEZ, H. M. Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho de docentes universitários. Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da Universidade Federal de Goiás. (Tese de Doutorado) 112 f. Goiânia- GO , 2015.

SCALFONE, R. R. **A Síndrome de Burnout Decorrente da Relação de Trabalho**. Rio de Janeiro, p. 01-38, 2010. (Tese de Doutorado). Universidade Cândido Mendes.

SORATTO, L.; HECKLER, O. C. Os trabalhadores e seu trabalho. In: CODO, W. Educação: carinho e trabalho. Petrópolis: **Vozes**, p. 89- 100, 1999.

STOLL, R. et al. System for flexible field measurement of physiological data of operators working in automated labs. **JALA: Journal of the Association for Laboratory Automation**, v. 12, n. 2, p. 110-114, 2007.

TUNDIS, A. G. O; MONTEIRO, J. K. Ensino superior e adoecimento docente: um estudo em uma universidade pública. **Psicol. educ.**, São Paulo, n. 46, p. 1-10, jun. 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752018000100001&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 23 jan. 2020.

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.

VALE, P. C. S.; AGUILLERA, F. Estresse dos professores de ensino fundamental em escolas públicas: Uma revisão de literatura. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador v. 5, n.1, 2016, p. 86-94.

Recebido em: 08/03/2020

Aceito em: 01/11/2020

Endereço para correspondência:
Nome: Queli Ghilardi Cancian
Email: quelicancian@gmail.com

Esta obra está licenciada com uma Licença [Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).