



**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**

**CURSO DE ENFERMAGEM**

**AVALIAÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL EM DOCENTES EM UMA  
INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA REGIÃO METROPOLITANA DE  
GOIÂNIA-GO**

**Bruna Luiza de Souza Araújo**

**Danyara Vaz Gomes**

**Viviane dos Santos Pires**

**Orientador: Prof. MS. Iel Marciano de Moraes Filho**

Trindade – GO

19/12/2017

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**

**CURSO DE ENFERMAGEM**

**Avaliação de Estresse Ocupacional em Docentes de uma Instituição de  
Ensino Superior da Região Metropolitana de Goiânia-Go**

**Bruna Luiza de Souza Araújo  
Danyara Vaz Gomes  
Viviane dos Santos Pires**

**Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Faculdade União de  
Goyazes como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em  
Enfermagem.**

**Orientador: Prof. MS. Iel Marciano de Moraes Filho**

Trindade - GO

2017

**Bruna Luiza de Souza Araújo**  
**Danyara Vaz Gomes**  
**Viviane dos Santos Pires**

**Avaliação de Estresse Ocupacional em Docentes de uma Instituição de Ensino Superior da região metropolitana de Goiânia-GO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade União de Goyazes como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem, aprovada pela seguinte banca examinadora:

---

Orientador: Prof. Me. Iel Marciano de Moraes Filho  
Faculdade União de Goyazes

---

Prof. MS. Ariana Fidelis  
Secretaria de Segurança Pública do Estado de Goiás  
Membro externa

---

Prof. Esp. Aneci Neves da Silva Delfino  
Membro interno.

---

Prof. Prof. Me. Osmar Pereira dos Santos  
Secretaria Estadual Saúde do Distrito federal.  
Suplente

Trindade – GO

19/02/2017

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos primeiramente a Deus pelas bênçãos concedidas, aos nossos pais e familiares pelo apoio e incentivo nos momentos de fraqueza emocional; aos nossos mestres que fora de suma importância para a nossa formação acadêmica; aos nossos amigos e colegas que a vida encarregou de nos prestigiar.

Em especial, agradecemos a professora Elaine Cristina Rosa Bastos pelo imenso apoio e carinho para conosco durante todo o período cursado.

## **Avaliação de Estresse Ocupacional em Docentes de uma Instituição de Ensino Superior da região metropolitana de Goiânia-GO**

Bruna Luiza de Souza Araújo<sup>1</sup>  
Danyara Vaz Gomes<sup>1</sup>  
Viviane dos Santos Pires<sup>1</sup>  
Iel Marciano de Moraes Filho<sup>2</sup>

### **RESUMO**

O presente trabalho tem como principal objetivo avaliar o nível de estresse em docentes da área da saúde de uma Instituição de Ensino Superior (IES) da região metropolitana de Goiânia- GO. Trata-se de uma pesquisa transversal, analítica e quantitativa, realizada entre os meses de setembro a novembro de 2017. Os dados foram coletados a partir do Questionário sociodemográfico e profissional, e através da Escala de Estresse no Trabalho (EET) após a aplicação dos instrumentos, foi confeccionado um banco de dados utilizando o *software IBM SPSS Statistics 20*. O estudo constatou que cerca de 48,1% dos colaboradores apresentaram nível acentuado de estresse. O estresse está relacionado à algumas profissões estressantes, incluindo a docência, porém, pode se diferenciar de acordo com as características e personalidades individuais, uma vez que cada indivíduo possui maneiras diferentes para interpretar diferentes situações.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estresse. Docente. Ensino Superior

## **Evaluation on Occupational Stress in Teachers of a Higher Level Education Institute on metropolitan area of Goiânia-GO**

### **Abstract**

This paper aims to evaluate the stress level on teachers of the healthcare area of a Higher Level Education Institute (HLEI) in the metropolitan area of Goiânia-GO. It is a cross-line, analytical and quantitative research which was made from September to November 2017. The data were collected based on a sociodemographic and professional Questionnaire and through the Job Stress Scale (JSS). After the application of the instruments, a database was made by using *IBM SPSS Statistics 20 software*. The survey has realized that almost 48,1% of the collaborators presented accentuated stress level. The stress level relates to some stressing professions, including teaching, however, it may differ according to individual characteristics and personalities, seeing that each individual has a different way to interpret different situations.

**Key-words:** Stress. Teaching. High Level Education.

<sup>1</sup> Acadêmicos do Curso de Enfermagem da Faculdade União de Goyazes

<sup>2</sup> Orientador: Prof. Me. Iel Marciano de Moraes Filho, Faculdade União de Goyazes

## INTRODUÇÃO

O Sistema Nacional de Avaliação do Ensino Superior, criado em 2004, no Brasil, avalia as Instituições de Ensino Superior, nas três dimensões: organização didática-pedagógica, infraestrutura, corpo docente e tutorial (BRASIL, 2004).

A avaliação do corpo docente é baseada em vários indicadores entre eles a titulação e a formação do profissional, juntamente com a produção científica que associados aos outros indicadores comporão a nota conceitual do curso superior (BRASIL, 2016).

Paralela a essa nova realidade de avaliação do curso superior, observam-se uma grande quantidade de profissionais docentes sobrecarregados pelas suas funções apresentando altos níveis de estresse, o que os leva a posturas rígidas, irracionais, controladoras e desumanas impedindo o aprendizado acadêmico (SILVA, COLTRE, 2009).

Essa condição de pressão leva a exaustão emocional e física que se retrata principalmente na saúde mental do profissional docente que apresenta índices elevados de estresse, instala-se um ciclo onde atividades docentes associados a estressores sociais, levam a apatia conformação e acomodação, que resulta em insatisfação e frustração (LIMA, LIMA, 2009).

Quando o docente do ensino superior é da área da saúde, o problema é mais profundo, haja vista, o profissional não possuir em sua formação básica, ou seja, na graduação matérias que são voltadas para a docência, além de muitos virem de uma atividade assistencial, ou seja prática clínica, gerando estresse na transição desta para o ensino (MORAN, 2012).

As primeiras definições de estresse datam de meados dos anos cinquenta que classificaram o estresse inicialmente como uma resposta neuroendócrina não específica do organismo, mais tarde, porém fora considerado uma resposta que envolviam outros sistemas do corpo humano principalmente cardiovascular, pulmonar e renal (SZABO, TACHE, SOMOGYI, 2012).

O estresse é uma tríade dividida em três grandes estágios: alerta, resistência e exaustão que possui vários fatores engatilhadores chamados de

estressores, que podem ser tanto físicos, químicos, ou ainda psicológicos (SZABO, TACHE, SOMOGYI, 2012). O primeiro estágio de alerta está relacionado ao preparo do organismo a uma reação de fuga o que é positivo para a preservação da vida, o segundo estágio é o da resistência quando o corpo tenta uma adaptação para promoção da homeostase, levando a uma sensação de desgaste e cansaço, e o terceiro estágio é o da exaustão quando se instalam diversas patologias (SZABO, TACHE, SOMOGYI, 2012).

O estresse eleva as concentrações de catecolaminas e corticoides levando a alterações morfológicas do organismo pela sua tríade, sendo uma resposta do eixo córtex, hipófise-adrenal (SZABO, TACHE, SOMOGYI, 2012).

Neste sentido o corpo pode apresentar aumento das glândulas suprarrenais atrofia do timo e dos gânglios linfáticos, lesões gastroduodenais e úlceras gástricas (SZABO, TACHE, SOMOGYI, 2012).

O estresse ocupacional é definido com uma dificuldade de lidar com as pressões exercidas no trabalho que afeta tanto o indivíduo quanto as organizações, sendo que neste caso esse processo é percebido pelo trabalhador que sofre pela incapacidade de enfrentamento (COOPER, 1993 apud SILVA, 2010).

Para esse enfrentamento é necessário um trabalho conjunto do setor de recursos humanos das Instituições de Ensino Superior para implementar mudanças no estilo de vida, afinal o trabalho docente é complexo e envolve atividades para absorção de conhecimentos e habilidades que são desenvolvidas em paralelo (COLTRE, 2009).

Corroboram nesta perspectiva estudos que apontam a necessidade de programas que favoreçam o enfrentamento das dificuldades, políticas educativas, métodos de gestão e métodos de intervenção (OLIVEIRA, CARDOSO, 2011; DALAGASPERINA, MONTEIRO, 2014).

Neste sentido deve-se internalizar que a prevenção do estresse não é uma tarefa solitária do professor, e exige uma atenção coletiva, e as estratégias utilizadas devem ser baseadas em um ambiente macro organizacional, incluindo a dimensão entre pares, e o cotidiano do trabalho (LIMA, LIMA, 2009).

Aponta-se que essa realidade de estresse docente está relacionada a disputas internas por poder e tradição, e ainda que devido ao apoio mercadológico alguns cursos ficam abandonados enquanto que outros recebem melhores condições na infraestrutura, equipamentos e conforto (LIMA, LIMA 2009).

Há ainda dificuldade de gerenciamento pessoal quanto ao papel do docente, este pode atribuir erroneamente um sentimento de inabilidade, e quando este docente advém da área da saúde se este ao mesmo tempo estiver desenvolvendo atividades de ensino e assistencial, este pode encontrar dificuldades no enfrentamento de conflitos (MORAN, 2012).

E mesmo quando a atividade docente é realizada em paralelo com um programa de pós-graduação *Strictu sensu* no nível de doutorado as diversas atividades podem levar ao desenvolvimento de estresse (LOTT, 1993).

Apesar de tantos fatores que associam o estresse a atividade docente, há uma necessidade constante de obtenção de profissionais qualificados, aptos para o desenvolvimento de pesquisa, ensino e extensão.

Afinal é o seu trabalho e conhecimento que é avaliado para compor uma melhor visão da Instituição de Ensino Superior. Todavia é necessário pensar na diminuição da carga horária do docente e limitações de suas atividades, com garantias que subsidiam financeiramente seu trabalho, principalmente quando em busca de titulação (LOTT, 1993; SIMS et al, 2009).

Já que a titulação é um indicador forte na política educacional brasileira, que agrega valor na instituição de ensino superior, que necessita de indicadores adequados para se manter em funcionamento.

Esse cenário seria modificado através da construção das relações de trabalho, vínculo entre os docentes e alunos, associação de classe e sindicatos, políticas de remuneração e incentivo a pesquisa (PAIVA, SARAIVA, 2004).

Outras possibilidades seria a introdução de um vínculo entre os departamentos dos diversos cursos existentes na Instituição de Ensino Superior para desenvolvimento de um programa de práticas de atividades físicas e reeducação psicológica (PAIVA, SARAIVA, 2004).



Porém esse suporte em si não resolve o problema do aumento da demanda de tarefas como ensino, pesquisa e extensão, pois esse suporte está relacionado apenas a uma menor quantidade de pressão para obtenção de resultados (PADILLA, THOMPSON, 2015).

E o que é mais importante nisso é que a instituição ao criar um suporte para o docente ela protege o seu recurso mais valioso (PADILLA, THOMPSON, 2015).

O problema não é exclusivo no cenário brasileiro, a Europa sofre para manter seu corpo docente, tanto no recrutamento quanto na permanência deste na instituição, principalmente pela baixa perspectiva de crescimento na carreira e na redução da carga horária integral (PADILLA, THOMPSON, 2015).

Diante deste cenário o presente estudo se justifica de uma relevância indiscutível e propõem-se um estudo que busque respostas para identificações dos estressores e estratégias que sejam suporte para a diminuição dos fatores desencadeadores do estresse.

Desta forma quais fatores influenciam para uma vida estressante no ambiente de trabalho da IES? De que forma este agravo interfere na vida cotidiana destes indivíduos? Qual o nível de estresse em relação ao trabalho diário?

## **OBJETIVO**

Avaliar a intensidade do estresse ocupacional dos docentes em uma Instituição de Ensino Superior (IES) situada na região metropolitana de da cidade de Goiânia-GO.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de um estudo transversal analítico com abordagem quantitativa. O presente trabalho foi encaminhado à Coordenação acadêmica da faculdade para aprovação. Após sua aprovação o projeto foi submetido à Comissão de Ética e Pesquisa (CEP) da Faculdade União de Goyazes – FUG e aprovada pelo o número 020/2017. Foram pesquisados os 57 Docentes da Faculdade localizada na Região Metropolitana de Goiânia - GO. Como critérios de inclusão foram incluídos na pesquisa todos os docentes que quiseram participar, que estavam, no momento da coleta, exercendo regularmente suas funções na IES. Como critérios de exclusão, foram excluídos os docentes que não se propuserem a participar do estudo, que estavam de férias ou licença e que não estavam disponíveis após o contato.

Como Instrumentos foram utilizados: **a) Questionário sociodemográfico ocupacional** que avaliou as variáveis tais como -idade, sexo, cor, estado civil, escolaridade, ocupação, renda pessoal, tempo de experiência profissional, local de trabalho, nível hierárquico, dentre outros; **b) Escala de Estresse no Trabalho (EET)** que fora construída por meio de análise da literatura sobre os estressores organizacionais de natureza psicossocial e reações psicológicas ao estresse ocupacional. Foi validada no Brasil por Paschoal e Tamayo (2004). A EET é composta por 23 itens dispostos em escala tipo Likert de cinco pontos, em que: 1) discordo totalmente, 2) discordo, 3) concordo em parte, 4) concordo e 5) concordo totalmente. A partir da soma das pontuações assinaladas em cada item, obtêm-se os escores de estresse, sendo que quanto maior a pontuação maior o estresse.

O instrumento foi utilizado com o objetivo de quantificar a influência das variáveis situacionais e individuais, sobre as reais condições laborais visando extrair as maiores variáveis possível de fatores determinantes para o estresse na perspectiva do trabalho (FONTANA; SIQUEIRA, 2009).

Análise dos dados após a aplicação dos instrumentos, foi confeccionado um banco de dados utilizando o *software IBM SPSS Statistics20*. A EET foi avaliada a partir da perspectiva apresentada por Paschoal e Tamayo (2004). Foi realizada uma análise descritiva das variáveis utilizando-se média, frequência e desvio padrão. Foram calculados os escores de cada questão da EET, bem como o escore de estresse global. O teste utilizado para avaliar a

existência ou não de diferença estatisticamente significativa ( $p \leq 0,05$ ) entre amostras independentes e múltiplas variáveis foi a análise de variância.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A Revolução Industrial, em meados de 1750, foi uma das maiores revoluções da história, no que se refere ao histórico da sociedade, e possui valores significativos quando se trata da transição do trabalho manual para a produção em grandes escalas, por meio das máquinas (GOMES, FAUSTO; CAPELLARI, MARCOS, 2010).

O crescimento econômico passou a transformar o capitalismo, que por sua vez exigia recursos maiores (GOMES, FAUSTO; CAPELLARI, MARCOS, 2010).

A revolução industrial gerou inúmeros efeitos sociais, entre eles, o deslocamento dos trabalhadores da zona rural para as zonas urbanizadas, tais transformações influenciaram nas condições de vida da população em países industrializados, elevando as necessidades de consumo na medida em que novas mercadorias iam sendo produzidas (GOMES, FAUSTO; CAPELLARI; MARCOS, 2010).

É válido ressaltar que as condições de trabalho eram excessivamente contraditórias as capacidades humanas. E foi a partir dessas condições precárias, que ocorreu a necessidade da criação de sindicatos e leis trabalhistas, onde os trabalhadores passaram a obter condições mais dignas, e salários condizentes ao esforço do trabalho (GOMES, FAUSTO; CAPELLARI; MARCOS, 2010).

O capitalismo tendo como vertente a busca excessiva pelo lucro, surtiu efeitos negativos aos trabalhadores, tendo como exemplo a produção e

distribuição de serviços prestados com prazos pré-determinados, em prol do atendimento e a demanda (GOMES, FAUSTO; CAPELLARI; MARCOS,2010).

No ano de 1956, foram empregadas as primeiras definições para o termo “estresse”, definindo-o como um resultado não específico do organismo o mesmo pode ser caracterizado pelo vínculo, entre o que o organismo aprimora, sujeitado a uma circunstância que necessita de adequações (SELYE,1956).

Mais tarde, Mason (1968), após estudos, pôde afirmar que as pessoas acometidas por essa patologia apresentam um aumento significativo de hormônios liberados pelo sistema neuroendócrino, em consequência ao estressor desencadeante do desequilíbrio, entre o trabalho e o colaborador.

Spielbeger e Reheiser (1994, p.199) afirmam que “o estresse no local de trabalho resulta em custos elevados para indivíduos, organizações empresariais e a sociedade em geral, pelos seus efeitos deletérios sobre a produtividade, absenteísmo, saúde e bem-estar”.

O homem vê o trabalho como um modo para impulsionar e gerar riqueza, ou seja, o trabalho passa a se tornar um veículo para satisfação salarial.No que concerne a rotina dos trabalhadores contemporâneos podemos observar que nos últimos anos, houve alterações significativas na jornada de trabalho associada as exigências cada vez mais rígidas. Este fato desencadeou diversas consequências para os trabalhadores principalmente no que se refere a saúde. A mudança no cenário econômico através do capitalismo influenciou diretamente o Sistema Educacional reorganizando-o (OLIVEIRA 1995; KUENZER,2004).

As atividades profissionais e suas respectivas exigências faz com que a pressão psicológica aumente nesses profissionais, comprometendo a qualidade emocional, causando estresse e outros problemas psicológicos como exemplo o transtorno psicológico (PAIVA; SARAIVA 2004).

A diferença entre o salário de profissionais com a mesma capacidade profissional atinge diretamente na convocação e permanência desses profissionais, além do mais, empresas com serviço privado têm condições de trabalho diferente do serviço público, podendo intervir em seu aspecto social e profissional (PAIVA; SARAIVA 2004).

Medidas adicionais como programas de promoção a atividades físicas e redução da pressão psicológica, promoveriam reforços físicos e psicológicos aos docentes (PAIVA; SARAIVA; 2004).

Integra métodos de confrontos, compreendidos como” [...] modos de mobilizar, guiar, manejar e direcionar o comportamento, a emoção e a orientação sob condições estressantes [...]” (SKINNER; ZIMMER-GEMBECK, 2007, p.122).

De acordo com Monteiro (2008) aproximadamente 50% dos professores que estão atuando em universidades apresentam no decorrer de sua carreira sintomas de estresse, irritabilidade, ansiedade e insônia.

Em países industrializados, é habitual, presenciarmos gradualmente profissionais emotivamente exaustos, em consequência do excesso da rotina de trabalho e as exigências que a profissão proporciona. Algumas profissões estão inseridas com mais intensidade neste cenário, devido as exigências contemporâneas. Entre elas, destaca se a área do ensino, uma vez que a mesma possui como responsabilidade em formar e orientar futuros profissionais (PAIVA, 2005; MOREIRA, et al, 2008).

No âmbito de profissionais docentes, atualmente os mesmos sofrem desestabilização de sua estrutura psicomotora, em virtude do excesso de carga horária, sobrecarga de ensino, pesquisas e extensão, perda da qualidade de vida profissional, queda na produtividade e qualidade de serviços prestados, e desmotivação profissional. Com o excesso de atividades e responsabilidades acumuladas, ocasiona-se prejuízos à saúde do docente, entre eles o estresse (LÉON& IGUTI, 1999; PAIVA, 2005; GARCIA, 2008).

O estresse ocupacional em docentes do ensino superior têm sido um inimigo no que se refere à saúde desses profissionais, de modo que tal impasse possa acarretar mau desempenho em atividades rotineiras(PAIVA, 2005; MOREIRA, et al, 2008).

Atualmente, é de suma importância investigar cientificamente quais são os fatores desencadeantes do estresse no docente, avaliando o estilo de vida e o quanto o mesmo se dispõe para tal papel. Objetivando o retorno da saúde mental e física (VIDOTTO, 2000; PASCHOAL; TAMAYO, 2004).

O indivíduo e seu papel na organização; fatores característicos do trabalho e as relações com as pessoas do trabalho são fatores que levam a uma pressão profissional além do bem-estar profissional e a busca por realizar o que se espera no ambiente de trabalho (MARTINS, 2009).

A influência das políticas públicas para o profissional do ensino superior faz com que não haja uma apreciação no mercado de trabalho, uma vez que o profissional é motivado a concorrência e havendo uma incongruência entre o quanto a qualificação dos profissionais é apreciação para o serviço (SILVA; COLTRE, 2009).

Em termos de desorganização do trabalho no ensino superior, pode-se dizer que a desvalorização do profissional que inclui baixa remuneração, desordem nas atividades propostas e infraestrutura prejudicada, torna o profissional sujeito ao esgotamento ocupacional e profissional (MARTINS, 2009).

A compreensão dos fatores estressantes definindo estresse ocupacional tendo a causa psicossocial, trazendo uma desestruturação na vida dos profissionais diminuindo a sua capacidade levando ao estresse que pode ser descrito como um desgaste físico, devido às forças que se sobrepõe ao cargo, e que os sinais são iguais em todo organismo que passa por episódios estressantes(MARTINS, 2009).

A exposição do profissional a estressores ocupacionais vai depender do padrão organizacional da empresa que contam com insegurança, remuneração inadequada e sobrecarga dos profissionais levando a prejuízos de percepção e no comportamento. Assim, o estresse dependerá de cada profissional de acordo com sua personalidade, pois cada um terá diferentes respostas como em profissionais perfeccionistas, ansiosos, preocupados e competitivos que ao contrário daqueles que não pensam em agradar os outros, trabalham de forma tranquila sem sentir culpa por terem tirado um tempo para o descanso terão menos chances de se estressarem (MARTINS, 2009).

O que vai caracterizar o estresse em um indivíduo vai depender desde sua personalidade, maturidade até a estrutura física do profissional. Esses fatores incluem sintomas como: Irritabilidade;ansiedade;insensibilidade;aumento da pressão arterial; perda do

contato com a realidade(alienação); ingestão de álcool tais fatores levam os profissionais a desenvolverem doenças físicas: problemas cardíacos e inflamações (MARTINS, 2009).

O combate ao estresse ocupacional visa entender as condições comportamentais e perceptivas, administrando os conflitos que afeta diretamente o indivíduo minorando as ameaças que causam os devidos problemas (MARTINS, 2009).

O estresse ocupacional contribui para o desgaste da integralidade da qualidade de vida, favorecendo o esgotamento em outros campos de vivência (COUTO, 1987).

Esses transtornos se apresentam sempre associado a algum problema como: Social, biológico, psicológico etc. Resultando então em alterações de humor, forma de pensar e acarreta prejuízo tanto familiar quanto ocupacional (SANTOS; SIQUEIRA, 2010).

Os excessos devido ao trabalho que o profissional realiza faz com que o corpo venha reagir, trazendo riscos à qualidade de vida,o completo bem-estar do profissional está associado à parte física, mental e social, uma vez que é impossível estar em um ambiente livre de qualquer fator prejudicial, mas que independente desse meio possa haver uma capacidade de equilíbrio para com os recursos individuais através disso precisa-se levar em consideração a avaliação das possibilidades que levam a diminuição do estresse em docentes (CAMPOS et al.2016).

### **Análise do perfil epidemiológico e associação dos fatores sociodemográfico e estressores dos docentes da IES.**

A instituição de ensino pesquisada conta atualmente com 77 colaboradores, os quais 57 se propuseram a colaborar, os quais 31 (54,4%) são do sexo feminino, e 26 (45,6%) são do sexo masculino. Entre as mulheres 17 (54,8%) apresentou alto nível de estresse, e entre os homens, 11 (42,4%) apresentam alto nível de estresse. Ou seja, as mulheres estão mais susceptíveis a desenvolver o estresse ocupacional. Porém ambos apresentam

níveis elevados de estresse e representam um grupo cooperativo de profissionais em processo de adoecimento.

Deve-se associar a carga laboral extra da mulher dentro de seu domicílio e sua representação familiar. Muitas das vezes ela é a provedora e coordenadora das questões familiares, considerada também mais uma jornada de trabalho. Sendo fatores que cooperam diretamente na qualidade e vida da mulher contemporânea, demonstrando rebaixamento da saúde da mesma (ADRIAENSSENS; DE GUCHT; MAES, 2016; CHEUNG; YIP, 2016; GOMES; FARIA; LOPES, 2016; LAMONT et al., 2016; LIN et al., 2016; LU et al. 2015; MOAYED et al., 2016; OLIVEIRA et al., 2013; VAN DOORN et al.,2016).

As variáveis podem ser explicadas pelo fato de que a mulher necessita se dividir entre a jornada de trabalho; à família; e outras atividades e situações domésticas. Uma das explicações plausíveis seria de que o organismo feminino possui uma liberação hormonal mais intensa do que o organismo masculino (LUZ, 2015; PEGO, 2016).

Destes colaboradores 54 (94,7%) trabalham sobre regime celetista onde, 26 (48,2%) apresentam alto nível de estresse.

Os celetistas desenvolvem o estresse ocupacional devido a falta de instabilidade laboral e falta de um programa de progressão que assegurara o funcionário e o gratificara pelo tempo de serviço na empresa pela dedicação e serviços prestados (BRASIL,2008).

O restante dos colaboradores representados pelo percentil de3 (5,3%) sob regime temporário, apresentando2 (66,7%) nível de estresse elevado.

O estresse nos profissionais temporários se justifica devido ao tempo determinado para o fim do trabalho e a incerteza da renovação do contrato de trabalho (BRASIL, 2008).

De acordo com Martins (2009) alguns fatores desencadeiam o estresse ocupacional no docente, como por exemplo a baixa remuneração, a falta do reconhecimento profissional, sobrecarga, maturidade, personalidade, estrutura física e profissional.

Os docentes apresentam média de idade de 35,6 anos e as idades variam entre 26 há 58 anos.



A IES que fora amostra de o estudo prover oportunidade de trabalho aos recém intitulados em programas de pós graduação tanto de caratês Lattus como Strictu Senso assim proporcionando uma universidade de compartilhamento de saberes devido a experiência de profissionais jovens e recém capacitados, logo promovendo a atualização do ensino pautado em novos métodos e vigorando novas didáticas educacionais.

Questionados quanto a religião, 29 (50,9%) afirmam ser católicos, dentre estes 11 (37,9%) apresentaram alto nível de estresse, 7 (12,3%) são espiritas, 5 (71,4%) apresentam nível de estresse baixo, 3 (5,3%) são evangélicos, apresentando em (66,7%) 2 alto nível de estresse.

Estes fatores estressores em relação as pessoas que seguem religiões mais tradicionais, como o caso do catolicismo e das religiões protestantes onde os indivíduos se consideram na pesquisa evangélicos, podem estar associados ao próprio estresse vivenciado pelo cotidiano do profissional religioso, o mesmo sofre de uma síndrome denominada fadiga de compaixão que consiste no cansaço que se refere à interminável tarefa de se compadecer e de estar ao lado de quem sofre , perpetuando assim o seu do sofrimento intrínseco(BOIÇAS, 2015).

Os agnósticos encontram-se presente em, 14 (24,6%) afirmam não terem religião, e 5(9%) variam entre cristão, protestante, budistas e não especificaram. Avaliado o nível de estresse, dos 14 profissionais que se declararam não seguir a uma religião, 11 (78,5%) apresenta alto nível de estresse.

Em relação a religiosidade, foi possível identificar um alto índice de estresse naqueles profissionais que não possuem religião, ou seja, praticam o agnosticismo. Indivíduos que não possuem um contato com a religião, estão mais predispostos a situações e pensamentos negativos, enquanto, aqueles que possuem um contato maior, presenciam descobertas positiva (MOREIRA-ALMEIDA et al 2006).

A maioria destes profissionais, 29 (50,9%) são casados ou estão em união estável, os quais apresentaram: 16(55,2%) apresentaram baixo nível de estresse, 20(35,1%) solteiros, destes 12(60%) alto nível de estresse, e 8 (14%) divorciados, 5(62,5%) representaram um baixo nível de estresse.

As pessoas que encontram-se em predominância em estado cível casadas ou em união estável estariam entre a menor ocorrência de estresse devido ao apoio emocional através do vínculo familiar evitando o adoecimento ocupacional (PEREIRA,2008).

O paternalismo também é um fator que vem a corroborar com a diminuição do estresse de pessoas que são casadas ou apresentam em regime de união estável, pois a tendência geral encontrada nos pais é de serem pessoas maduras, estáveis e a boa relação com a família e os filhos trazendo maior capacidade para enfrentar os problemas pessoais e conflitos emocionais (PEREIRA,2008).

Os resultados também demonstraram que, estes profissionais possuem em média o tempo de trabalho na docência ou na IES variando em média 1 a 4 anos, resultando na falta de vínculo com a instituição, falta de instabilidade profissional gerando assim estresse ocupacional e sofrimento moral, o qual se manifesta diariamente com a dificuldade de executar situações moralmente adequadas.

O sofrimento psíquico ou assédio no ambiente de trabalho, também usado no termo inglês *mobbing*, resulta nos indivíduos receptores, ou seja, aqueles que recebem a ação, ocasionado há redução do desempenho laboral, manifestados por ações adversas, apresentadas por um indivíduo ou um grupo de pessoas ao longo de um período de curto tempo (LOBO, 2015).

O sofrimento moral é um dos fatores desencadeadores da Síndrome de Burnout a mesma se caracteriza pela existência de três dimensões, sendo elas: a exaustão emocional, a realização profissional e a despolarização, sendo que esta pode ocorrer por diversos fatores, na maioria dos casos deste agravo os fatores se caracterizam como uma patologia relevante associada ao estresse ocupacional e ao sofrimento moral, desencadeando assim transtornos de caráter psicológicos e o baixo rendimento nos ambientes de trabalho(DALMOLIN et al., 2004).

Referente a escolaridade,26 (45,6%) possuem Pós-Graduação, com os níveis de estresse:14 (53,8%)apresentou baixo nível de estresse;27 (47,4%)possuem mestrado, onde 15 (55,6%) alto nível de estresse, e4 (7%) possuem doutorado, sendo 3 (75%) baixo nível de estresse.

Os profissionais que possuem um maior grau de titulação estão mais predisponentes a fatores estressores devido ao grau de responsabilidade estabelecido, em compensação os mesmos são melhores remunerados e reconhecidos profissionalmente (PEREIRA, 2008).

Os docentes da IES variam a renda mensal de 1 a 4 salários mínimos. Com jornada de trabalho semanal que varia de 4 a 80 horas, e com média de 30,7 horas de trabalho semanal observado que há um aumento significativo do nível de estresse entre os profissionais com carga horária entre 30 (24,6%) e 40 (17,5%) horas semanais na instituição.

Os profissionais que trabalham entre regime de 30 a 40 horas semanais encontram estressados pois trabalham muito e a sua remuneração pela a responsabilidade imposta e baixa. Se a IES oferecesse um regime de dedicação exclusiva no qual fora normatizadas pela lei 4.345, de 26 de junho de 1964, e regulamentado pelo Decreto 94.664, de 23 de julho de 1987, que dispõe que o professor da carreira de Magistério Superior, submetido a esse regime, prestará quarenta horas semanais de trabalho em dois turnos diários completos e será impedido de exercer outra atividade remunerada, seja pública ou privada seria de maior valia pois o mesmo poderia dedicar o seu tempo a IES diminuindo assim os fatores estressores e aumentando a qualidade de ensino e produção científica.

Entre os pesquisados 43 (75,4%), possuem outro emprego e 14 (24,6%) afirmam não ter jornada dupla de trabalho remunerado, destes com dupla jornada de trabalho 25 (58,2%) apresentou baixo nível de estresse, já os 14 (24,6%) que não possuem outro emprego, 10 (71,4%) apresentou alto nível de estresse.

Em contradição a dedicação exclusiva a dupla jornada de trabalho pode representar um fator estressor mais também uma válvula de escape, pois o indivíduo varia o ambiente laborativa convivendo com realidades distintas, assim o estresse possui fatores diversificados estando presente em profissionais como os docentes e desenvolvendo características únicas em cada indivíduo.

Assim, pode-se apresentar dificuldades para compreender os fatos que estão sendo vivenciados e de que forma esses estressores estão afetando a vida diária deste trabalhador (RAMOS et al., 2014).

Em interposto os profissionais que não possuem outro vínculo empregatício logo tendem a ter uma menor remuneração mensal e ocasionado estresse.

Entre os 57 entrevistados 34(59,6%) não receberam treinamento de atuação para exercer o cargo contratado, apresentando 16 (47,1%) alto nível de estresse, e 23(40,4%) receberam treinamento no ato da contratação, 12 (52,2%) alto nível de estresse.

A falta de treinamento causa ao profissional uma instabilidade e ansiedade ocasionada pelo novo e o desconhecimento do que será enfrentado sem uma orientação e capacitação previa do ambiente corporativo assim evidenciado pela docência ser apontada por diversos trabalhos na literatura mundial como uma das profissões mais estressantes na atualidade (MIRANDA; PEREIRA; PASSOS, 2009).

Quando não estão colaborando na IES os mesmos 37 (64,9%) realizam jornada dupla de trabalho, destes 17 (45,9%) apresentaram alto nível de estresse. E 35,1% realizam outros trabalhos tais como: atividades domésticas, praticam leitura e não especificaram outras atividades.

A dupla jornada de trabalho é um fator desencadeante demonstrado na pesquisa devido à baixa remuneração dos docentes da IES.

Entre os profissionais 36 (63,2%) afirmam que: a área da docência apresenta risco pessoal, os quais 18(50%)apresentou alto nível de estresse, porem dos 57 entrevistados, 41 (71,9%) afirmaram estar satisfeito em relação ao trabalho realizado na instituição, sendo que destes 22 (53,6%) apresentou alto nível de estresse.

Portanto os docentes da IES pesquisada encontram em caráter de adoecimento laborativa como citado na tabela abaixo.

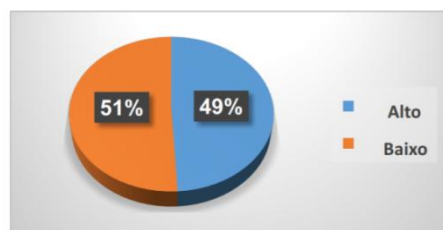
**Quadro 1-** Nível de estresse dos docentes universitários de uma faculdade privada. Goiás, 2017.

### Classificação do Estresse

	Frequência	Porcentagem	Porcentagem Válida	Percentual Acumulado
Alto	28	49,1	49,1	49,1
Baixo	29	50,9	50,9	100,0
Total	57	100,0	100,0	

*Fonte: Dados do pesquisador*

Na análise da associação entre a classificação de estresse (alto e baixo nível) e as variáveis sociodemográficas e ocupacionais, não foram encontrados resultados significativos ( $p < 0,05$ ). Isso significa que as variáveis sociodemográficas e ocupacionais da amostra não diferem significativamente entre aqueles que apresentam alto e baixo estresse.



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

## CONCLUSÃO

Através de estudos com embasamento relacionado ao tema: Estresse Ocupacional, o qual compreendemos quais os fatores que desencadeiam o estresse ocupacional, desmistificando sintomas, e avaliando o nível do mesmo, na instituição pesquisada, observou-se que os profissionais docentes da IES, que colaboraram com a pesquisa, estão em adoecimento neuropsicosocial, constatado em escala de Class Stress com alto nível de estresse em 28 (49,1%) dos 57 profissionais avaliados.

Foi observado que o estresse ocupacional varia de acordo com cada indivíduo e sua forma de lidar e resolver impasses corriqueiros, sendo que se inclui, gênero; estado civil; provedor do lar; vínculo religioso; remuneração; escolaridade; satisfação pessoal e profissional; carga horária de trabalho; vínculo institucional e regime de trabalho, intervindo para o aumento do nível de estresse ocupacional.

Nota-se que os colaboradores encontram-se em um estado de adoecimento e elevado nível de estresse, que pode ser justificado pela grande quantidade de trabalho, baixa remuneração, grande carga horária laboral, falta de um local para apoio social e baixa remuneração.

Desta forma os profissionais da IES precisam de um acompanhamento para lidarem com os fatores estressores, isto se dará pelo remodelamento da gestão para com os professores oferecendo-lhes programa de atenção e promoção à saúde do trabalhador e ajuda para aliviar tais fatores corroborando de maneira direta para a melhoria do ensino e qualidade do egresso da IES que foi alvo do estudo.

Na discussão dos resultados foi encontrada um grande grau de dificuldade devido à inexistência de estudos relacionados ao tema demonstrando mais uma vez a relevância, inovação e eficácia da temática transcorrida.

## REFERÊNCIAS

ADRIENSSENS, I; DE GUCHT.V.; MAES. S. Causes and Consequences of occupation stress in emergency nurses, a longitudinal study. **Journal of nursing management**. V. 23. 346- 2015

ALWIN, C. M. (2007). **Stress, coping and development: na integrative perspective**. (2 nd ed.) London, England: The Guilford Press.

BOIÇAS. P. A. C. et al. **Fadiga por compaixão em voluntários na área da saúde: relações entre empatia, resiliência e as estratégias de coping**. 2015.

BRASIL. **Leinº 4.345/64**. Institui novos valores de vencimentos para os servidores públicos civis ao Poder Executivo e dá outras providências. Brasília DF, 26 de Junho de 1964.

BRASIL. **Decreto nº 94.664/87**. Aprova o Plano Único de Classificação e Retribuição de Cargos e Empregos de que trata a Lei nº 7.596, de 10 de abril de 1987. Brasília DF, 23 de Julho de 1987.

BRASIL. Decreto –lei nº 10.861, de 04 de 14 de abril de 2004. Institui o Sistema Nacional de Avaliação da Educação Superior - SINAES e dá outras providências. **COORDENAÇÃO DE ESTUDOS LEGISLATIVOS – CEDI**, Brasília, 2004. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2004-2006/2004/lei/10.861.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2004/lei/10.861.htm)>. Acesso em 14 abr. 2017.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira –Inep.. **Instrumento de Avaliação de Cursos de Graduação presencial e a distância**. Brasília, abr. 2016. Disponível em: <<http://cpa.ufsc.br/files/2017/02/Instrumento-Curso-2016.pdf>>. Acesso em 14 abr. 2017.

CAMPOS, Elaine Aparecida Regiani de et al. **Análise dos Níveis de estresse em Formandos de Administração e Ciências Contábeis de uma Universidade Pública**. Revista Gestão & Conexões, Vitória-es, v. 5, n. 1, p.1-20, 21 set. 2016.

CHEUNG, T.; YIP, P. S. F. Self-harm in nurses: prevalence and correlates. *Journal of Advanced nursing*. v. 72, n.9; 2124-37, 2016.

COLTRE, S. M., SILVA, S. F. P. **O nível de estresse dos docentes da área da saúde em uma instituição de ensino superior privada no oeste do Paraná.** In: IX COLÓQUIO INTERNACIONAL SOBRE GESTÃO UNIVERSITÁRIA NA AMÉRICA DO SUL, 2009, Florianópolis. **Repositório UFSC.** Florianópolis, 2009. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/36862>>. Acesso em: 09 abr. 2017.

DALMOLIN, G. L. et al. Sofrimento moral e síndrome de Bournout: existem relações entres esses fenômenos entre os trabalhadores de enfermagem? **Revista Latina Americana de Enfermagem.** v.22, n.1; p. 35-42, 2004.

DALAGASPERINA, P., MONTEIRO, J. K. **Preditores da Síndrome de burnout em docentes do ensino privado.** **Psico-USF**, Bragança Paulista, SP, v. 19, n. 2, p.265-275, mai-ago, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pusf/v19n2/a09v19n2.pdf>>. Acesso em: 09 abr. 2017.

FONTANA, R. T. SIQUEIRA, R. I. O trabalho do enfermeiro na saúde coletiva e o estresse: análise de uma realidade. *Rev.Cogitare Enfermagem.* v. 14, n.3, 2009

GARCIA, A. L.; OLIVEIRA, E.R.A.; BARROS, E. B. **Qualidade de vida de Professores do Ensino Superior na Área da Saúde: Discurso de Prática Cotidiana.** *CogitareEnferm.* 2008 Jan/Mar; Vol. 13. N.1 p.18-24.

GOMES. Fausto Henrique; CAPELLARI. Marcos Alexandre. **História: Ser Protagonista.** 2º ed. São Paulo. Ed sm. Cap. 12. 2010.

GOMES, A.R.; FARIA, S.; LOPES, H. Estresse e saúde psicologic. Testando o papel mediador Cognitive Comentário. **Journal Ocidental da Pesquisa em Enfermagem.** v.39, n. 11. 1448-68, 2016.

KUENZER, A. Z. Sob a reestruturação produtiva, enfermeiros, professores e montadores de automóveis se encontram no sofrimento do trabalho. **Trabalho, Educação e Saúde,** 2004.

LAMONT. S. et al. "Mental health day" sickness absence amongst nurses and midwives:workplace; korkforce, psychosocial and health characteristics. *Journal of advancednursig.* 2016. Ahead to print.

LÉON, L. M.; IGUTI, A. M. **Saúde em Tempos de Desemprego.** In: GUIMARÃES, L. A. M.; GRUBITS, S. *Saúde Mental no Trabalho.* Vol. 1. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999. p. 53-210.



LIM, T. C. et al. Work stress, occupation burnout na depression levels: a chinical study of pediatric intensive care unit nurses in Tawan. **Journal of clinical nursing**. v.25, 1120-30, 2016.

LIMA, M. F. E. M., LIMA, D. O. F. **Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a.Ciências e Cognição**, v. 14, n. 3, p. 62-82, 2009. Disponível em: < [http://www.cienciasecognicao.org/pdf/v14\\_3/m253.pdf](http://www.cienciasecognicao.org/pdf/v14_3/m253.pdf)>. Acesso em: 09 abr. 2017.

LOTT, J. W. et al, **Role Stress na strain among nodoctorally prepared undergraduate faculty in school of nursing with a doctoral program**. Journal of professional Nursing, v. 9, n. 01, jan-fev, p. 14-22, 1993. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8421122>>. Acesso em: 09 abr. 2017.

LU, D. M. et al. **Occupation stress and coping strategies among emergency, department nurses of Chiva**. Archives of Psichiatie Nursing. v.4, 208-12, 2015.

LUZ, C.**Stress, Hormônios e Estilo de Vida–diferenças da longevidade entre homens e mulheres**. V Congresso de Stress da ISMA – BR (Internacional StressManagement Association) e VI Fórum Internacional de Qualidade de vida no Trabalho. Porto Alegre, 2015.

LOBO, H. **O que é sofrimento psíquico e moral**. 2015. Disponível em: <https://lobo.jusbrasil.com.br/artigos/25342201/0-que-e-sofrimento-psiquico-e-moral>. Acessado em:29 nov. 2017

MARTINS, Leonardo Fernandes. **Estresse Ocupacional e esgotamento profissional entre profissionais da atenção primária à saúde**. Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora- Mg, p.1-142, 2009. Disponível em: <<http://www.ufjf.br/crepeia/files/2009/09/estresse-ocupacional-esgotamento-profissional-atencao-primaria-saude.pdf>>. Acesso em: 1 set. 2017.

MASON, J. **A ReviewofPsychoendocrineResearchontheSympathetic-adrenal Medullary System**.Psychosomatic Medicine, v. 30, n. 5, pp. 631-653, 1968.

MIRANDA. L. C. D.; PEREIRA, C. A.; PASSOS, J. P. **O Estresse nos Docentes de Enfermagem de uma Universidade Pública**. Rev. de Pesq: cuidado é fundamental Online 2009. Set/dez. 1 (2): 335-344. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/5057/505750816017.pdf>

- MOAYED, M. S. et al. **Stress and fear of exposure to sharps in nurses**, Iranian. Journal of Psychiatry na Behavioral Sciences. v.10, n.3, e3813, 2016.
- MONTEIRO, H. R. **Construindo Saúde: A dimensão coletiva do sofrimento docente. In: Salto para o futuro – Edição especial:Saúde do Professor em Questão**. Ministério da Educação: Ano XVIII, Boletim 19. Ago/2008. p. 4-7.
- MORAN, Roxanne. **Retention of New graduate Nurses**. Journal for Nurses in Staff Development, v. 28, n. 6, p. 270-273, 2012. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23222423>>. Acesso em: 09 abr. 2017.
- MOREIRA, H. R.; et al. **Síndrome de Burnout em Professores de Educação Física: Um estudo de Casos**. Revista digital EF deportes, Buenos Aires, Ano 13 n. 123. p. 1-3. Ago/2008.
- MOREIRA-ALMEIDA, A. L.; LOTUFO Neto; F.; Koenig, H. G. **Religiouness and Mental Healt: A review**. Rev Bas Psiquiatri. 28 (3): 242-50, 2006.
- OLIVEIRA, C. R. **História do Trabalho**. São Paulo: Ed. Ática, 1995.
- OLIVEIRA, E. B. et al. **Fatores de risco psicossocial em terapia intensiva neonatal: repercussões para a saúde do enfermeiro**. Ver. Enferm. URJ. V.21, n. 4, p. 490-5, 2013
- OLIVEIRA, M.G.M., CARDOSO, C. L. **Stress e trabalho docente na área da saúde**. Estudos de Psicologia, Campinas, SP, v.28, n. 2, abr-jun. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v28n2/01.pdf>>. Acesso em: 09 abr. 2017.
- PADILLA, M. A., THOMPSON, J. N. **Burning out Faculty at Doctoral Research Universities**. Stress and Health, 2015. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26620490>>. Acesso em: 09 abr. 2017.
- PAIVA, K. C. M., SARAIVA, L. A. S. Estresse ocupacional de docentes do ensino superior. **Revista Administração**, São Paulo, v. 40, n. 2, p. 145-158, abr-jun, 2005. Disponível em: <[http://200.232.30.99/busca/artigo.asp?num\\_artigo=1158](http://200.232.30.99/busca/artigo.asp?num_artigo=1158)>. Acesso em: 09 abr. 2017.
- PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia**, v.9, n.1, p. 45-52, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v9n1/22380.pdf>
- PEGO, Oli et al. **O Estresse ocupacional de servidoras técnico-administrativas**. Revista Alcance, Itajai, v. 23. n.2. Apr- Jun, 2016.

PEREIRA, S. M. A. **a síndrome de Bournout- O estresse em docentes das instituições de ensino superior privada de Porto Velho.** 2008 [citado 2017, setem 23]. Disponível em:

[http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2089/3/2008\\_SuzyMaraAPereira.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2089/3/2008_SuzyMaraAPereira.pdf).

SANTOS, E.; SIQUEIRA, M. **Prevalência dos transtornos mentais na população adulta brasileira: uma revisão sistemática de 1997 a 2009.** Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória-ES, p.1-9, 24 ago. 2010.

SELYE, H. **The Stress of Life.** New York. Mc Graw-Hill, 1956.

SILVA, S.; COLTRE, S. **O NIVEL DE ESTRESSE DOS DOCENTES DA ÁREA DA SAÚDE EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PRIVADA NO OESTE DO PARANÁ.** Ix Colóquio Internacional Sobre Sobre Gestão Universitária na América do Sul., Florianópolis-sc, p.1-11, 27 nov. 2009.

SIMS, J. M. et al. Nursing Faculty Shortage in 2009. **Dimensions of Critical Care Nursing**, v. 28, n. 5, p. 221,223, 2009. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/labs/articles/19700967/>>. Acesso em: 09 abr. 2017.

SKINNER, E. A.; ZIMMER-GEMBECK, M. J. **The development of coping.** **Annual Review of Psychology**, v. 58, p. 119-144, 2007.

SPIELBERGER, C. ;REHEISER, E. C. **The job stress survey. Measuring gender differences.** In: occupation stress. *Journal of Social Behavior and Personality*, v. 9, 1994.

SZABO, S. et al. **The legacy of Hans Selye and the origins of stress research: A retrospective 75 years after his landmark brief “letter” to the editor of nature.** *Stress*, v. 15, n. 5, p. 472, 478, 2012. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22845714>>. Acesso em: 14 abr 2017.

VIDOTTO, Sandro. C. Stress: A epidemia de todo o mundo. *Rev.do ESPM*. p. 37-41, nov/fev. 2000.

## Apêndice

### Questionário sociodemográfico

1) Idade: \_\_\_\_\_

2) Gênero:

Feminino

Masculino

Outro \_\_\_\_\_

3) Religião:

Não

Sim. Qual? \_\_\_\_\_

4) Renda mensal:

1 a 3 salários mínimos

4 a 6 salários mínimos

7 a 8 salários mínimos

10 ou mais salários mínimos

5) Estado civil:

Solteiro(a)

Casado (a)

Viúvo(a)

divorciado(a)

6) Escolaridade:

Pós- Graduação

Mestrado

Doutorado

Pós- Doutorado

7) Tempo de serviço em docência:

Menos de 1 ano

1 a 5 anos

6 a 10 anos

Acima de 10 anos

8) Tempo de serviço na IES:

Menos de 1 ano

1 a 5 anos

6 a 10 anos

Acima de 10 anos

9) Regime de trabalho:

Temporário

Celetista (carteira de trabalho)

10) Jornada semanal atual (horas): \_\_\_\_\_

11) Possui outro emprego?

Sim

Não

12) Você recebeu treinamento para atuar

na IES?

Sim

Não

13) Qual a principal atividade que você realiza quando não está trabalhando na IES?

- Realizo trabalhos domésticos
- Trabalho em outro local
- Leio jornais, revistas, livros
- Assisto televisão
- Realizo alguma atividade física
- Outra. Qual? \_\_\_\_\_

14) Você considera que no desenvolvimento do seu trabalho diário há algum tipo de risco para você?

- Sim
- Não

15) Como você se considera em relação a sua satisfação no trabalho?

- Muito satisfeito
- Satisfeito
- Indiferente
- Insatisfeito
- Muito insatisfeito

## Anexo

### ESCALA DE STRESS NO TRABALHO (Paschoal e Tamayo)

Abaixo estão listadas várias situações que podem ocorrer no dia a dia do seu trabalho. Leia com atenção cada afirmativa e utilize a escala apresentada a seguir para dar sua opinião sobre cada uma delas.

1	2	3	4	5
<b>Discordo Totalmente</b>	<b>Discordo</b>	<b>Concordo em parte</b>	<b>Concordo</b>	<b>Concordo plenamente</b>

**Para cada item, marque o número que melhor corresponde à sua resposta.**

- Ao marcar o número 1 você indica discordar totalmente da afirmativa
- Assinalando o número 5 você indica concordar totalmente com a afirmativa
- Observe que quanto **menor** o número mais você **discorda** da afirmativa e quanto **maior** o número mais você **concorda** com a afirmativa.

A forma como as tarefas são distribuídas em minha área tem me deixado nervoso	1	2	3	4	5
O tipo de controle existente em meu trabalho me irrita	1	2	3	4	5
A falta de autonomia na execução do meu trabalho tem sido desgastante	1	2	3	4	5
Tenho me sentido incomodado com a falta de confiança de meu superior sobre o meu trabalho	1	2	3	4	5
Sinto-me irritado com a deficiência na divulgação de informações sobre as decisões organizacionais	1	2	3	4	5
Sinto-me incomodado com a falta de informação sobre as tarefas no trabalho	1	2	3	4	5
A falta de comunicação entre mim e meus colegas de trabalho deixa-me irritado	1	2	3	4	5
Sinto-me incomodado por meu superior tratar-me mal na frente de colegas de trabalho	1	2	3	4	5
Sinto-me incomodado por ter que realizar tarefas que estão além de minha capacidade	1	2	3	4	5

Fico de mau humor por ter que trabalhar durante muitas horas seguidas	1	2	3	4	5
Sinto-me incomodado com a comunicação existente entre mim e meu superior	1	2	3	4	5
Fico irritado com a discriminação/favoritismo no meu ambiente de trabalho	1	2	3	4	5
Tenho me sentido incomodado com a deficiência nos treinamentos para capacitação profissional	1	2	3	4	5
Fico de mau humor por me sentir isolado na organização	1	2	3	4	5
Fico irritado por ser pouco valorizado por meus superiores	1	2	3	4	5
As poucas perspectivas de crescimento na carreira tem me deixado angustiado	1	2	3	4	5
Tenho me sentido incomodado por trabalhar em tarefas abaixo do meu nível de habilidade	1	2	3	4	5
A competição no meu ambiente de trabalho tem me deixado de mau humor	1	2	3	4	5
A falta de compreensão sobre quais são minhas responsabilidades neste trabalho tem causado irritação	1	2	3	4	5
Tenho estado nervoso por meu superior me dar ordens contraditórias	1	2	3	4	5
Sinto-me irritado por meu superior encobrir meu trabalho bem feito diante de outras pessoas	1	2	3	4	5
O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho deixa-me nervoso	1	2	3	4	5
Fico incomodado por meu superior evitar me incumbir de responsabilidades importantes	1	2	3	4	5