

ESTRESSE EM DOCENTES: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PÚBLICA E UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PRIVADA NA CIDADE DE TOLEDO-PR

STRESS IN PROFESSORS: A COMPARATIVE STUDY BETWEEN A PUBLIC UNIVERSITY AND PRIVATE UNIVERSITY IN THE CITY OF TOLEDO-PR.

MARILENA OLGA KOCH^{1*}, RONNIE JACKSON BIAZI², CRISTINA DI BENEDETTO³

1. Psicóloga, Especialista em Análise do Comportamento e Terapia Analítico-Comportamental e Docente pela Unipar Campus Toledo; 2. Psicólogo, Especialista em Análise do Comportamento e Terapia Analítico-Comportamental; 3. Psicóloga, Psicoterapeuta e Supervisora Clínica em clínica particular. Mestre em Psicologia Social e da Personalidade (PUCRS); Especialista em Psicoterapia na Análise do Comportamento (UEL/PR). Docente e supervisora em cursos de graduação CESUMAR/Maringá-PR e Pós Graduação (UNIPAR, UEM).

* UNIPAR – Universidade Paranaense – Campus I – Toledo. Avenida Parigot de Souza, 3636, Toledo, Paraná, Brasil. CEP: 85903-170. marilena.koch@gmail.com

Recebido em 28/11/2014. Aceito para publicação em 09/12/2014

RESUMO

O estresse tem sido objeto de investigação em muitas pesquisas científicas nos últimos anos, porém essa temática tem sido pouco explorada no universo docente e principalmente no que diz respeito à docência no ensino superior. O presente trabalho objetivou investigar a ocorrência de estresse e sua sintomatologia entre estes profissionais, por meio de um estudo comparativo, envolvendo uma Instituição de Ensino Superior (IES) pública e uma IES privada na cidade de Toledo/PR. Para a realização da pesquisa, foi utilizado o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos (ISSL) em vinte docentes, de ambos os sexos, sendo estes 10 (dez) atuantes em IES pública e 10 (dez) atuantes em IES privada de cursos aleatórios nas áreas de ciências humanas, exatas e biológicas. Os resultados apontaram para um índice bastante elevado em relação à presença de estresse nos docentes amostrados em ambas as instituições – 70% da amostra na IES pública e 80% da amostra na IES privada. Os resultados obtidos com a pesquisa poderão dar subsídios às futuras ações de intervenção visando prevenção e controle do estresse entre docentes, a fim de promover a saúde e qualidade de vida no ambiente acadêmico.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse, docentes, trabalho, ISSL (Inventário de Sintomas de Stress para Adultos).

ABSTRACT

The stress has been an object of many scientific research in the last years, however this thematic one has been little explored in the teaching universe and mainly in that it corresponds to the teaching in superior education. The aim of this work was to investigate the occurrence of stress and the symptomatology between these professionals, through the comparative study involving a public university and a private university in the city of Toledo/PR. For the accomplishment of the research, it was used the Inventory of Symptoms of Stress for Adults (ISSL) for twenty professors, of

both the sexes, being 10 (ten) working in public university and 10 (ten) working in private university of random courses in the areas of human sciences, accurate and biological. The results had pointed with respect to a sufficiently high index in relation to the presence of stress in both institutions - 70% of the sample in public university and 80% of the sample in the private university. The results obtained with the research will be able to give to subsidies to the future action like intervention aiming at prevention and control of stress between professors, in order to promote the health and quality of life in the academic environment.

KEYWORDS: Stress, professors, work, Inventory of Symptoms of Stress for Adults.

1. INTRODUÇÃO

Caracterizado por alguns como o mal do século, o estresse tem sido tema de inúmeras pesquisas científicas nos últimos anos. Muitos destes estudos são voltados aos impactos negativos do estresse e seus efeitos na saúde e qualidade de vida dos indivíduos. Com relação ao estresse ocupacional, há também uma vasta produção literária. Porém, pode-se constatar a partir de levantamento bibliográfico que os números são restritos no que se refere ao estresse docente e mais especificamente à docência no ensino superior. Estes dados foram confirmados por Witter (2003)¹, ao revelar em uma de suas pesquisas que o estresse docente tem sido pouco investigado enquanto profissional submetido a condições estressoras.

Para os pesquisadores, o contato com docentes atuantes em universidades públicas e privadas da cidade de Toledo/PR é frequente e por meio de conversas informais observaram-se em seus relatos, queixas frequentes

relacionadas aos sintomas de estresse, como por exemplo, frustração, desmotivação, desgaste físico e mental, queda no rendimento profissional e irritabilidade.

Diante desta realidade e com o propósito de contribuir para o levantamento de dados e possíveis futuras intervenções enquanto psicólogos, surgiu a motivação para a investigação sobre a incidência e os efeitos do estresse a partir de um estudo comparativo entre uma Instituição de Ensino Superior (IES) pública e uma IES privada na cidade de Toledo/PR.

Definição de estresse

O termo estresse, originalmente **stress* vem da física e nesta área de conhecimento, refere-se ao grau de deformidade que uma estrutura sofre quando é submetida a um esforço².

O conceito de estresse foi trazido e adotado pela medicina a partir de Hans Selye, médico e professor da Universidade de Montreal no Canadá. Este pesquisador utilizou a palavra estresse para se referir ao conjunto de reações que um organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige um esforço para adaptação. Os estressores são as causas externas, enquanto que o estresse é a resposta do organismo frente aos estressores³.

Selye desenvolveu uma teoria acerca do estresse a qual postulou como Síndrome Geral de Adaptação, referindo-se às alterações não específicas que ocorrem no organismo diante de situações de estresse².

O termo passou a ter destaque dentro da área da saúde, sendo considerado o estresse uma resposta bastante complexa do organismo frente a determinadas situações, podendo representar consequências positivas ou negativas para o mesmo.

Lipp (2001)⁴ define estresse como uma reação composta de alterações físicas e psicológicas que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que ultrapassem sua habilidade de enfrentamento. A função destas respostas é a adaptação do indivíduo à nova situação, gerada pelo estímulo ameaçador ou desafiador. Estresse, portanto, seria um desgaste geral do organismo, sendo o nome que se dá a um conjunto de reações que o organismo emite quando exposto a qualquer estímulo que o excite, irrite, amedronte ou o faça muito feliz⁴.

De acordo com Farias (1982 apud AFONSO, 2006)⁶ qualquer definição de estresse só é válida se o considerarmos como um processo decorrente da atuação de diversos fatores individuais e ambientais, pois nem todas as pessoas são igualmente suscetíveis ao estresse, ou seja, um mesmo estímulo estressor em potencial pode afetar profundamente uma pessoa e deixar outra indiferente.

O estresse pode ser entendido como uma forma de reagir do ser humano, e há autores que apontam suas

características positivas, bem como aqueles que destacam seus efeitos negativos. Grandjean (2005)³ ressalta os aspectos positivos do estresse, pelo fato deste nos impulsionar para a ação e por estar relacionado à manutenção da espécie humana, preparando o indivíduo para lutar ou fugir dependendo da situação em que se depara. Porém, ao não saber lidar com ele, o estresse pode ter efeitos adversos sobre a saúde física e psicológica do indivíduo.

Várias pesquisas têm apontado para o fato de que o estresse é essencial para que o indivíduo possa produzir e até para se proteger num momento de perigo. Ele pode servir como um recurso importante e útil frente às diferentes situações da vida cotidiana, já que em situações em que o indivíduo se sente ameaçado, o organismo entra em estado de alerta, se esquivando de maiores danos⁶.

O estresse pode ser proveniente de diferentes fontes e de acordo com Lipp & Tanganelli (2002)⁷, estas podem ser internas ou externas. As fontes internas estão relacionadas com a maneira de ser do indivíduo, tipo de personalidade, ou seja, a forma particular que da pessoa reagir a estímulos e situações específicas. Os estressores externos estão relacionados com as exigências do dia-dia do indivíduo como: problemas de trabalho, familiares, sociais, morte ou doença de um filho, perda de uma posição na empresa, perda de dinheiro ou dificuldades econômicas, notícias ameaçadoras, etc., sendo muito frequente a ocorrência de um estresse elevado em função da ocupação que a pessoa exerce.

Autores como Ballone (2008)⁸ e França & Rodrigues, (2005)², postulam que as respostas de estresse podem ser divididas em três fases: (1) fase de alerta: quando o organismo é mobilizado para situações de emergência, numa reação de luta ou fuga; (2) fase de defesa ou resistência: na continuidade do agente estressor e na tentativa de o organismo se adaptar e manter a homeostase interna (equilíbrio) ocorre um grande dispêndio de energia, a qual seria necessária para outras funções vitais; (3) fase de exaustão: constitui a consequência da falha dos mecanismos adaptativos a estímulos estressantes permanentes e excessivos, tornando o organismo suscetível a doenças e disfunções e podendo inclusive resultar na sua morte.

Utilizando-se do conhecimento sobre as fases do estresse, Lipp (2000)⁹, após realizar várias pesquisas e estudos na área, elaborou o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos (ISSL). Além de avaliar os sintomas de estresse nos níveis cognitivo e somático, o inventário possibilita ainda identificar a fase de estresse em que o indivíduo se encontra. Com base nestes estudos e na elaboração deste inventário, a autora acrescentou uma nova fase do estresse - quase-exaustão, que seria a fase intermediária entre a resistência e a exaustão, definindo-as da seguinte forma:

* Para efeitos desse trabalho optou-se pela expressão estresse em português; sua forma original em inglês será apresentada apenas quando assim for citado pelos autores referidos.

1) Fase de alerta: quando o organismo é exposto a uma situação produtora de tensão, ele se prepara para a ação, através da mobilização de alterações bioquímicas, compreendendo as reações de "luta e fuga". Algumas reações presentes são: taquicardia, tensão muscular e sudorese. Quando o agente estressor - o que está gerando o estresse - não é eliminado, o organismo passa ao estágio de resistência.

2) Fase de resistência: nessa fase, o indivíduo, automaticamente, utiliza energia adaptativa para se reequilibrar. Quando consegue, os sinais iniciais (das reações bioquímicas) desaparecem e o indivíduo tem a impressão de que melhorou. A sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, e as dificuldades com a memória ocorrem nesse estágio, mas, muitas vezes, não são identificadas pelo indivíduo em situações de estresse excessivo.

3) Fase de quase-exaustão: o organismo está enfraquecido e não consegue se adaptar ou resistir ao estressor. As doenças começam a aparecer, tais como: herpes simples, psoríase, picos de hipertensão e diabetes em indivíduos geneticamente predispostos. Quando o estressor permanece atuante por muito tempo, ou quando muitas fontes de estresse ocorrem simultaneamente, a reação do organismo progride para a fase de exaustão.

4) Fase de exaustão: observa-se nessa fase um aumento das estruturas linfáticas, a exaustão psicológica e a física se manifestam e em alguns casos a morte pode ocorrer. As doenças aparecem com muita frequência tanto em nível psicológico, em forma de depressão, ansiedade aguda, inabilidade de tomar decisões, vontade de fugir de tudo, como também em nível físico, com alterações orgânicas, hipertensão arterial essencial, úlcera gástrica, psoríase, vitiligo e diabetes.

Quando vive uma situação de estresse o indivíduo não passa necessariamente por estas quatro fases, na verdade, o indivíduo só chega à fase de exaustão quando se encontra diante de um estressor muito grave ou de um acúmulo grande de estressores por um período prolongado de tempo. Na maioria das vezes, chega-se apenas à fase de alerta e resistência, havendo depois uma adaptação à situação específica¹¹.

Existe um número bastante grande de sintomas relacionados ao estresse, dentre eles os mais comuns são: mãos frias e suadas, taquicardia, azia, falta de apetite, dores de barriga, dores de cabeça, nó no estômago, boca seca, tensão nas costas, insônia, respiração ofegante dentre outros⁵. Outros sintomas mais comprometedores, resultantes de um estágio mais avançado do estresse, podem ser: cansaço constante, dificuldade com a memória, dificuldade de concentração, perda da libido, herpes simples, problemas estomacais, tontura, podendo também favorecer no desenvolvimento de doenças como: úlceras gastroduodenais, hipertensão, câncer, infarto, psoríase, vitiligo, retração de gengivas, além de outras

doenças físicas e psiquiátricas¹¹.

Consequências do estresse: relação com o ambiente de trabalho

Desde o início dos tempos, o trabalho é considerado uma atividade essencial para a sobrevivência humana. Em nossa sociedade é caracterizado como a principal ocupação do ser humano, exigindo-lhe um grande dispêndio de tempo e energia.

As transformações no mundo do trabalho têm ocasionado diversas consequências na vida social, sendo uma delas o adoecimento das pessoas em decorrência das pressões cotidianas. Neste processo de adoecimento, destaca-se o estresse.

No Brasil, é compreensível que as pessoas apresentem-se cada vez mais "estressadas", uma vez que a necessidade de adaptação a mudanças constantes e muitas vezes bruscas no trabalho e na vida cotidiana são cada vez maiores⁴.

Kyriacow & Sutcliffe (1981 apud LIPP; TANGANELLI, 2002)⁷ definem o estresse ocupacional como um estado emocional desagradável, em função de aspectos do trabalho definidos pelos indivíduos como ameaçadores, marcado por sentimentos de tensão, frustração, ansiedade e exaustão emocional. Tende a se agravar quando há por parte do indivíduo a percepção das responsabilidades e poucas possibilidades de autonomia e controle. As dificuldades em adaptar-se a essas situações levam ao estresse.

Grandjean (2005)³ complementa ao afirmar que o estresse ocupacional se configura em um estado emocional gerado pela discrepância existente entre as exigências do trabalho e os recursos disponíveis pelo sujeito para gerenciá-lo.

Cooper *et al.* (1988 apud AYRES; BRITO; FEITOSA, 1999)¹² categorizam alguns agentes ocupacionais que podem favorecer o desenvolvimento de estresse em funcionários, da seguinte forma: (1) fatores intrínsecos ao trabalho (condições de salubridade, jornada de trabalho, ritmo, riscos potenciais à saúde, sobrecarga de trabalho, introdução de novas tecnologias, natureza e conteúdo do trabalho); (2) papel organizacional (ambiguidade e conflitos de papéis); (3) inter-relacionamento (para com os superiores, pares e subordinados); (4) carreira (congruência de *status* e segurança e perspectivas de promoções); (5) clima da organização (ameaças potenciais à integridade do indivíduo, sua autonomia e identidade pessoal); (6) Interface casa/trabalho (aspectos relacionais de eventos pessoais fora do trabalho e dinâmica psicossocial do estresse).

Quando submetido a uma forte carga de agentes estressores, o ser humano tende a sofrer danos que, se não tratados com a devida atenção, podem gerar consequências desastrosas. De acordo com Costa (2004)¹³, a grande quantidade de fatores estressantes existentes no am-

biente organizacional faz com que o indivíduo tenha a necessidade de mobilizar mais energia do que dispõe, levando-o assim a níveis extremos de estresse, o que pode acarretar em problemas, tanto para o próprio indivíduo como para a sociedade em geral.

Ao discorrer sobre efeitos do estresse excessivo no ambiente de trabalho Lipp *et al.* (1991)⁵ descrevem que pode haver consequências ao indivíduo como: decréscimo da concentração, atenção, memória de curto e longo prazo, diminuição da velocidade na realização de tarefas, aumento dos índices de erros, maior dificuldade no planejamento e organização do trabalho, baixa da autoestima, problemas de articulação verbal, problemas de relacionamento, diminuição do interesse e o entusiasmo pelo trabalho, aumento no número de faltas, tendência a ignorar novas informações resolvendo os problemas de forma cada vez mais superficial, dentre uma série de outros fatores. Mostra-se claramente que os efeitos do estresse excessivo e contínuo não se limitam ao comprometimento da saúde física. Além de ter um efeito facilitador no desenvolvimento de inúmeras doenças, podem propiciar um prejuízo para a qualidade de vida e a produtividade do ser humano.

O estresse excessivo também apresenta em alguns casos, uma situação de risco para a sobrevivência das empresas, na medida em que eleva seus custos operacionais, através da queda de produtividade, dos acidentes de trabalho, do desperdício de material, do aumento do absenteísmo, e, principalmente, de gastos com assistência médica¹³.

França & Rodrigues, (2005)² complementam ao citar mais algumas destas consequências, como: atrasos constantes, greves, ociosidade, sabotagem, e vínculos empobrecidos.

Estresse ocupacional: seu reflexo em professores universitários

Lipp (1995)¹¹ aponta que tem sido observado um aumento nos índices de estresse no Brasil em determinadas classes da população, tais como: policiais militares, professores e bancários. Dando ênfase a profissão de professor universitário, Costa (2004)¹³ afirma que este vem extrapolando os limites de sua função, a transmissão de conhecimentos, recebendo outras funções e atribuições para preencher lacunas presentes nas instituições de ensino, como por exemplo, número insuficiente de profissionais da educação, falta de recursos educacionais, e o desafio de formar profissionais que, muitas vezes, vem para a universidade sem conhecimentos prévios necessários ou que correspondam de maneira insuficiente ao trabalho do professor.

Mosquera (1976 apud AYRES; BRITO; FEITOSA, 1999)¹² relata que os relacionamentos que ocorrem no ambiente acadêmico (professor-aluno e professor-administração) podem trazer diferentes climas para

as instituições. Conseqüentemente, a natureza de tais relacionamentos pode interferir no surgimento, ou não do estresse. Ele também ressalta que a profissão de professor, por si só, já traz um caráter administrativo, pois, este profissional realiza registros, utiliza materiais didáticos, aplica procedimentos de avaliação, tarefas estas que, entre outras coisas, também cabem à atividade administrativa.

Analisando o ensino superior, público e privado, como uma área complexa e que vem passando por transformações e aperfeiçoamentos constantes, principalmente em relação ao trabalho do professor, percebe-se que as condições de trabalho do docente tendem a mobilizar sua capacidade física, cognitiva e afetiva, exigindo do mesmo uma sobrecarga ou hiper-utilização de suas funções psicofisiológicas, deixando-o bastante vulnerável ao estresse¹³.

Considerando a exposição de professores universitários da cidade de Toledo-PR a fatores estressantes, o presente trabalho teve como objetivo realizar um estudo comparativo em relação à presença, ao nível de estresse, e sua sintomatologia junto a uma pequena amostra de docentes de uma IES pública e uma IES privada por meio do Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de LIPP (ISSL).

Durante a pesquisa buscou-se preservar a identidade dos docentes participantes e as informações coletadas foram utilizadas exclusivamente para fins do estudo proposto. Desde o primeiro contato foi esclarecido aos mesmos que havia sigilo em relação aos dados coletados e que todos teriam liberdade de aceitar ou não a participação da pesquisa.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa de campo foi realizada com uma amostra de 20 (vinte) sujeitos de ambos os sexos (Quadro 1), sendo estes 10 (dez) docentes atuantes em uma IES pública e 10 (dez) docentes atuantes em uma IES privada, de cursos aleatórios nas áreas de ciências humanas, exatas e biológicas. Os sujeitos da pesquisa atenderam ao critério de inclusão de ter entre 05 (cinco) e 10 (dez) anos de atuação como docente na respectiva instituição (Quadro 2).

Quadro 1. Distribuição da amostragem de docentes em relação ao sexo na IES privada e IES pública.

Sexo	Docentes IES Privada		Docentes IES Pública	
	Frequência n10	%	Frequência n10	%
Feminino	07	70%	04	40%
Masculino	03	30%	06	60%

Fonte: Coleta direta de dados.

Quadro 2. Distribuição da amostragem de docentes da IES privada e IES pública em relação ao tempo de atuação na respectiva instituição.

Anos	Docentes IES Privada		Docentes IES Pública	
	Frequência n10	%	Frequência n10	%
05	01	10%	01	10%
06	01	10%	00	0%
07	02	20%	04	40%
08	04	40%	03	30%
09	02	20%	01	10%
10	00	0%	01	10%

Fonte: Coleta direta de dados.

Material: Inventário de sintomas de stress para adultos (ISSL)

Validado por Lipp e Guevara (1994) e padronizado por Lipp (2000), o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos (ISSL) é um instrumento composto de três quadros, cada um referindo-se a uma das fases do processo de estresse e permite avaliar os sintomas de estresse tanto ao nível cognitivo como ao nível somático, possibilitando ainda identificar a fase de estresse em que o indivíduo se encontra: alerta, resistência, quase exaustão e exaustão. (AFONSO, 2006)⁶

Durante a aplicação do inventário, os sujeitos foram orientados a assinalar os sintomas físicos e psicológicos relacionados ao estresse, experimentados nas últimas 24 horas (quadro 1), última semana (quadro 2) e último mês (quadro 3). Os dois primeiros quadros, compostos de 15 itens referem-se às fases de alerta e resistência respectivamente, e o terceiro quadro composto por 23 itens permite o diagnóstico do estresse já em fase de exaustão. A avaliação do ISSL é feita em termos das tabelas percentuais do teste.

Para a realização deste estudo, buscou-se extrair deste instrumento as seguintes informações: (1) a presença ou ausência de estresse entre os docentes, (2) fase do estresse em que encontram-se os sujeitos e (3) com relação a sintomatologia, observou-se a predominância de sintomas físicos, psicológicos ou ambos.

Termo de Consentimento Livre Esclarecido para o participante

O termo utilizado obedeceu às normas estabelecidas pelo comitê de ética em pesquisa envolvendo seres humanos (CEPEH) da Universidade Paranaense (UNIPAR), que segue as regulamentações da CONEP (Ministério da Saúde) e foi apresentado em duas vias sendo uma destinada ao participante que livremente concordou em fazer parte do estudo e outra destinada aos pesquisadores.

Procedimentos

Para a realização do estudo os pesquisadores *a priori*

entraram em contato com os diretores de duas IES na cidade de Toledo explicando-lhes sobre os objetivos e procedimentos da pesquisa. Após o consentimento e autorização da diretoria de ambas IES, deu-se início a pesquisa de campo.

Os docentes abordados aleatoriamente nos *Campi*, foram informados sobre o estudo em andamento e os devidos procedimentos para a realização deste. Realizada a checagem do critério de inclusão de ter entre 05 e 10 anos como professor na referida IES, os sujeitos eram convidados a participar da pesquisa.

Após o aceite, os docentes individualmente foram orientados a ler e assinar o termo de consentimento livre esclarecido, e devidamente recolhida à assinatura, o mesmo era dirigido a responder o ISSL. Por tratar-se de um instrumento de fácil aplicação e entendimento, a aplicação deu-se rapidamente, levando em média 07 minutos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Presença de estresse

A realização desta pesquisa revelou uma alta incidência em relação à presença de estresse nos docentes amostrados, (15 em 20 sujeitos), ou seja, 75% do total da amostra, havendo uma similaridade nos resultados obtidos nas diferentes Instituições de Ensino Superior. Constatou-se a existência de estresse em 80% da amostra avaliada na IES privada (08 em 10 sujeitos), e 70% da amostra na IES pública (07 em 10 sujeitos).

Estes resultados são condizentes às idéias de Costa (2004)¹³, Lipp (1995)¹¹ e Lipp (2001)⁴ referidas no presente trabalho, que apontam o professor universitário de instituições públicas e privadas como um profissional bastante suscetível ao estresse em função de uma série de fatores contextuais e inerentes a sua profissão, pois mesmo inferindo a existência de uma série de fatores institucionais distintos entre as duas instituições, os índices de presença de estresse foram elevados e bastante similares em ambas.

Fases do estresse

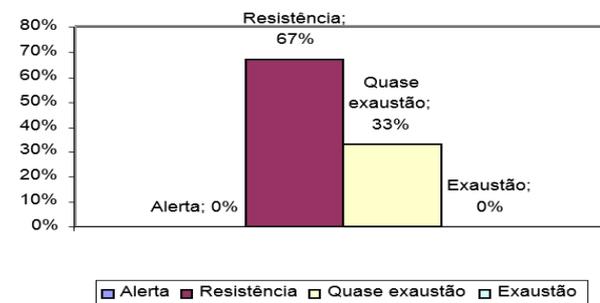


Figura 1. Amostragem de docentes com estresse nas IES pública e privada, distribuídos de acordo com as fases do ISSL (alerta, resistência, quase exaustão e exaustão). Fonte: Coleta direta de dados.

Em relação às fases do estresse apresentadas no ISSL (alerta, resistência, quase exaustão e exaustão), observa-se na figura 1, que entre os docentes avaliados que apresentaram quadro de estresse em ambas IES (15 sujeitos), 67% destes encontravam-se na fase de resistência e 33% na fase de quase exaustão. Cabe aqui ressaltar que nenhum dos sujeitos da amostra que apresentaram estresse se enquadraram na fase de alerta, considerada menos crítica e fase de exaustão, mais crítica.

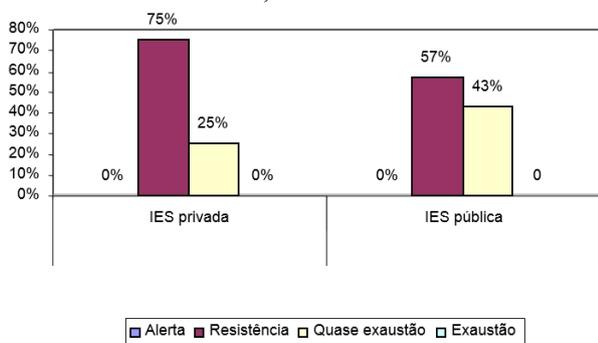


Figura 2. Comparativo entre os docentes amostrados com estresse na IES privada e IES pública, distribuídos de acordo com as fases do ISSL em que os mesmos se encontram (alerta, resistência, quase exaustão e exaustão). **Fonte:** Coleta direta de dados.

Pode-se observar na figura 2 que dos 80% de docentes amostrados com estresse na IES privada (08 sujeitos), 75% destes estavam na fase de resistência e 25% na fase de quase-exaustão. No que diz respeito à IES pública, dos 70% amostrados com estresse (07 sujeitos), estes índices foram de 57% na fase de resistência e 43% na fase de quase-exaustão.

Este alto índice (IES privada: 75% e IES pública: 57%) relacionado à fase de resistência do estresse, nos docentes participantes da pesquisa, demonstra o provável impacto negativo que grande parte destes profissionais vem sofrendo, pois, conforme Lipp (2000)⁹, nesta fase, o indivíduo automaticamente utiliza energia adaptativa para se reequilibrar, havendo geralmente, sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, não sendo identificada pelo indivíduo como uma situação de estresse excessivo.

Embora os resultados revelem um índice superior em relação à existência de estresse (80% da amostra) e a fase de resistência (75% da amostra com estresse) nos docentes da IES privada, os impactos negativos tendem a ser mais significativos na IES pública, uma vez que dos 70% (07 sujeitos) amostrados que apresentaram estresse nesta instituição, 43% destes (03 sujeitos) encontravam-se na fase de quase-exaustão, sobre 25% (02 sujeitos) do total de 80% (08 sujeitos) da amostra com estresse na IES privada.

A fase de quase-exaustão é considerada mais grave, visto que se caracteriza como um momento de grande efeito do estresse sob o indivíduo, havendo uma forte dificuldade de se adaptar aos agentes estressores. (LIPP, 2000)⁹. Ainda de acordo com a autora, nesta fase é co-

mo o aparecimento de doenças, tais como herpes simples, psoríase, picos de hipertensão e diabetes, nos indivíduos geneticamente predispostos.

Sintomatologia do estresse

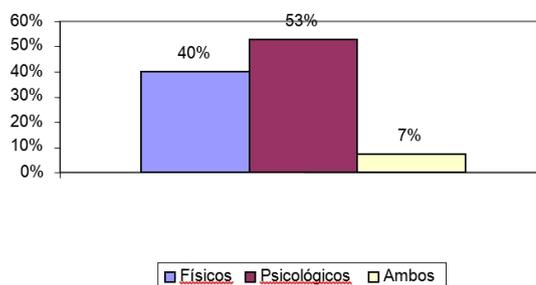


Figura 3. Docentes amostrados que apresentaram estresse em ambas IES, classificados distribuídos de acordo com a predominância de sintomas. **Fonte:** Coleta direta de dados.

Referente à sintomatologia, observa-se na figura 3 que dos docentes amostrados que apresentaram estresse, (15 sujeitos em ambas IES), destes, 53% apresentam predominância de sintomas psicológicos, 40% predominância de sintomas físicos e 7% indicaram predominância de ambos os sintomas.

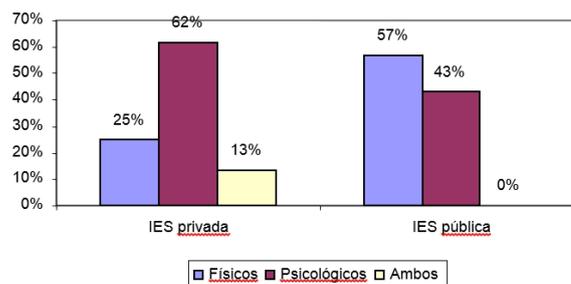


Figura 4. Comparativo entre os docentes amostrados com estresse na IES privada e IES pública, distribuídos de acordo à predominância de sintomas. **Fonte:** Coleta direta de dados.

A figura 4 demonstra que na IES privada, onde 80% dos docentes amostrados apresentaram o quadro de estresse, a predominância de sintomas psicológicos foi de 62%, contra 25% de sintomas físicos e 13% de ambos os sintomas. Já na IES pública, dos 70% da amostra de docentes com estresse, destes, 57% revelaram predominância de sintomas físicos contra 43% de sintomas psicológicos.

Embora haja prevalência dos sintomas psicológicos sobre os físicos no total da amostra com estresse, conforme revela a figura 3, em termos comparativos, os dados apresentados indicam para diferentes formas de manifestações do estresse em professores das instituições distintas, visto que na IES pública os sintomas físicos se sobrepõem aos sintomas psicológicos e na IES privada ocorre o oposto.

4. CONCLUSÃO

Por meio da presente pesquisa, observou-se um índi-

ce bastante elevado em relação à presença de estresse na amostra de docentes em ambas as instituições, demonstrando que, mesmo em instituições distintas (IES pública e IES privada), este profissional encontra-se bastante suscetível ao estresse.

Em relação às fases do estresse, a maioria dos sujeitos avaliados, de ambas as instituições e que apresentaram estresse, se enquadraram na fase de resistência. Porém, na IES pública observou-se um índice significativamente maior em relação a sujeitos avaliados que se enquadraram na fase de quase-exaustão, sendo esta uma fase onde o estresse acarreta em maiores prejuízos para o sujeito.

Os sintomas indicadores de estresse assinalados pelos sujeitos da pesquisa foram bastante variados, porém constatou-se a prevalência de sintomas psicológicos na amostra da IES privada e prevalência de sintomas físicos na IES pública. Estes dados são significativos e podem fornecer dados para outros estudos direcionados às formas de manifestação de sintomas do estresse em indivíduos sob diferentes contingências.

Os argumentos até aqui expostos sugerem a necessidade de atenção para com a saúde e melhores condições de trabalho da população estudada, constituindo alternativas para um melhor gerenciamento do estresse nos ambientes de ambas as instituições de ensino superior, assim como para trabalhos preventivos em relação à problemática.

Embora o presente trabalho tenha se utilizado de uma pequena amostra de docentes atuantes em IES pública e privada, os resultados obtidos revelam dados importantes que poderão subsidiar novas pesquisas e futuras ações de intervenção visando à prevenção e controle do estresse entre docentes, a fim de promover a saúde e qualidade de vida no ambiente acadêmico.

REFERÊNCIAS

- [1] Witter GP. Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicologia Escolar e Educacional*. Campinas, v.7, n.1, jun. 2003. [acesso em 21 jun. 2013] Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-85572003000100004&script=sci_abstract&tlang=pt
- [2] França ACL, Rodrigues AL. *Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2005.
- [3] Grandjean E. *Manual de ergonomia: adaptando o trabalho ao homem*. 5 ed. Porto Alegre: Bookman, 2005.
- [4] Lipp MEN. *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas: Papyrus, 2001.
- [5] Lipp MN, *et al.* *Como Enfrentar o Stress*. São Paulo: Ícone, 1991.
- [6] Afonso F. *Stress e TOC: um estudo exploratório*. 2006. 63f. Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade Católica, Campinas, 2006. [acesso em 01 jun. 2013] Disponível em: <http://livros01.livrosgratis.com.br/cp000516.pdf>
- [7] Lipp MEN, Tanganelli MS. *Stress e qualidade de vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: diferenças entre homens e mulheres*. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. Porto Alegre. 2002; 15(3). [acesso em 21 jun. 2013] Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v15n3/a08v15n3.pdf>
- [8] Ballone GJ. *Estresse – Introdução*. Internet. Revisto em 2008. [acesso em 05 jun. 2013] Disponível em: <http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=11>
- [9] Lipp MEN. *Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adulto de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.
- [10] Urbano MFG. *Stress e qualidade de vida dos pais de crianças com leucemia e os stress da criança*. 2004. 113f. Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade de Campinas – São Paulo, 2003.
- [11] Lipp MEN, Rocha JC. *Stress, hipertensão e qualidade de vida*. Campinas: Papyrus, 1995.
- [12] Ayres KV, Brito SMO, Feitosa AC. *Stress ocupacional no ambiente acadêmico universitário: um estudo em professores universitários com cargos de chefia intermediária*. 1999. [acesso em 20 ago. 2013] Disponível em: http://www.anpad.org.br/diversos/trabalhos/EnANPAD/ena_npad_1999/RH/1999_RH22.pdf
- [13] Costa CWGS. *Fatores estressores no ambiente de trabalho docente: uma investigação em uma universidade privada*. 2004. 112f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal, 2006. [acesso em 20. Ago. 2013] Disponível em: <http://repositorio.ufm.br:8080/jspui/bitstream/1/11058/1/CarolineWGSC%20.pdf>
- [14] Lipp MEN, Guevara AJH. *Validação empírica do inventário de sintomas de stress*. *Estudos em Psicologia*. Campinas. 1994; 11(3):43-49.

