

ASPECTOS CONDICIONANTES DO ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE UMA INSTITUIÇÃO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO

Camila Aparecida da Silva¹
Stefânia Cristina de Souza Miranda¹
Ana Paula Marcolino²
camilasilva181818@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

RESUMO

O estresse é um tema que vem sendo muito investigado nas últimas décadas devido às suas implicações para a saúde das pessoas. No ambiente de trabalho, decorre de situações percebidas pelo indivíduo como ameaçadoras à necessidade de realização profissional e pessoal. Este estudo pode ser classificado como descritivo, com abordagem quantitativa e qualitativa. A pesquisa foi realizada por meio da aplicação de 2 questionários com questões abertas e fechadas direcionados aos professores participantes. Diante disso, o artigo foi elaborado com o propósito de identificar os principais fatores causadores de estresse ocupacional em 18 docentes da Escola Estadual Waldomiro Mendes de Almeida, localizada na cidade de Matipó, MG. Este estudo pretende contribuir para a reflexão sobre os efeitos do estresse em docentes, servindo de subsídio para a criação de medidas que visem solucionar o problema e trazer melhor qualidade de vida a essa classe. Os resultados evidenciados mostram que a principal fonte causadora de estresse ocupacional em professores seria falta de disciplina e motivação dos alunos. Para contribuir para tal exposto, se faz necessário favorecer a ajuda mútua entre diretores e professores e entre os colegas de trabalho a fim de promover a melhoria da disciplina além da prevenção de doenças relacionados ao estresse no trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: estresse ocupacional; professores; trabalho.

1. INTRODUÇÃO

O estresse no ambiente de trabalho, segundo Limongi-França e Rodrigues (2005) decorre de situações percebidas pelo indivíduo no ambiente como ameaçadoras à necessidade de realização profissional e pessoal, assim como à sua saúde física e mental, prejudicando relações desta com o trabalho e o ambiente. Para Dolan (2006), o estresse ocupacional “é visto como o processo em que a pessoa percebe e interpreta seu ambiente de trabalho em relação à sua capacidade de tolerá-lo”.

¹ Graduandas do 8º Período do curso de Enfermagem, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX

² Graduada em Enfermagem. Especialista em Docência do Ensino Superior. Professora da Faculdade Vértice - UNIVÉRTIX

Na atualidade é constantemente exigido dos profissionais das mais diversas áreas a execução de atividades complexas em um curto período de tempo, esse alto índice de exigência associado a outros fatores como as preocupações cotidianas e a ausência de atividades de lazer têm influência direta sobre sua saúde física e mental (SOUZA, SILVA, GALVÃO-COELHO, 2015).

Uma das principais características de uma saúde mental debilitada é o elevado índice de estresse. Vale ressaltar que situações emocionalmente desgastantes são extremamente corriqueiras, entretanto, não necessariamente provocam o estresse, este surge em decorrência de tensões acumulativas e de problemas não solucionados, os quais forçam a mente a manter um estado de constante atividade, podendo levar à exaustão (CUNHA, PALMIERI, CUNHA e CUNHA, 2016).

Sob o estado de estresse, são liberados no cérebro diversos hormônios como adrenalina e cortisol, estes aumentam o tempo pelo qual a mente permanece ativa, podendo inibir momentos de descanso. Além disso, o estado de estresse pode ocasionar manifestações físicas negativas como dores no peito, dispnéia, taquicardia, sudorese excessiva e intensa irritabilidade (PAULINO, PREZOTTO e CALIXTO, 2015).

Relacionado às atividades laborais, o estresse ocupacional é o desequilíbrio da homeostase causado pela realização de tarefas associadas ao trabalho. Os efeitos adversos causados por esse desequilíbrio são inconstantes e variam de pessoa para pessoa (SOUZA, SILVA e GALVÃO-COELHO, 2015).

Considerando a categoria docente, dentre as variáveis estressoras presentes na prática da profissão estão as más condições de trabalho, sobrecarga, desatualização da capacitação profissional, desvalorização e ausência de motivação aos professores, em especial os da rede pública de ensino (GOULART JÚNIOR e LIPP, 2011).

Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT), os professores estão entre as classes mais desgastantes no exercício de sua profissão e os fatores como: ausência de lazer, sedentarismo, tensão emocional e alto índice de exigência são fatores condicionantes à ocorrência do estresse (MACHADO, 2017).

Diante disso, o artigo foi elaborado com o propósito de identificar os principais fatores causadores de estresse ocupacional em docentes da Escola Estadual Waldomiro Mendes de Almeida, localizada na cidade de Matipó, MG.

Este estudo pretende contribuir para a reflexão sobre os efeitos do estresse em docentes, servindo de subsídio para a criação de medidas que visem solucionar o problema e trazer melhor qualidade de vida a essa classe.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O estresse é um tema que vem sendo muito investigado nas últimas décadas devido às suas implicações para a saúde das pessoas (GOULART JÚNIOR e LIPP, 2011). Quando excessivo e contínuo, ele pode trazer sérios comprometimentos para a qualidade de vida do indivíduo em diversas instâncias. O local de trabalho é hoje o contexto no qual, muitas vezes, as pessoas passam a maior parte do tempo, mas este pode não apresentar, com frequência, condições favoráveis para a saúde física e psicológica do trabalhador.

O estresse é uma busca do organismo para enfrentar algo que ameaça a sua homeostase, isso ocorre quando o indivíduo se esbarra com situações extremas que o irritam, intimidam, despertam e o confundem. Ele depende da forma como o indivíduo vivencia os eventos do seu dia a dia, e da sua capacidade para enfrentá-los (SOUZA, SILVA e GALVÃO-COELHO, 2015).

O estresse específico do ambiente do trabalho é chamado de estresse ocupacional, quando presente de forma mais duradoura, é denominado síndrome de Burnout, esta resulta do estresse crônico dominante no ambiente de trabalho (FERREIRA, 2019).

A síndrome de Burnout, descrita como uma resposta emocional às situações crônicas de estresse provocadas por excessivas relações de trabalho e pela insatisfação dos profissionais que geram expectativas em relação ao seu desempenho profissional e acabam não alcançando o que foi esperado (MOREIRA, 2018).

O estresse é um fenômeno que pode estar presente em qualquer profissão, no entanto, conforme salientam Goulart Junior e Lipp (2011), determinadas profissões têm maior potencial para se relacionar a manifestações de estresse por expor o profissional a condições mais desgastantes, tanto físicas quanto emocionais. É o caso dos profissionais da educação, que apresentam inerentes às suas atividades, variáveis que podem afetar o seu bem-estar físico e psicológico, colaborando com o desenvolvimento do estresse.

A área da docência requer muita responsabilidade e envolvimento na sua realização, o que pode transformar-se em uma atividade cansativa e provocar

comprometimento da saúde mental, provocando sentimentos negativos como desânimo, impaciência, estresse, culpa e sentimento de fracasso frente às frustrações, causando efeitos no desempenho profissional (SILVA, 2016)

O convívio com os alunos é a base para o progresso da atividade docente e é fundamental no processo de ensino e aprendizagem. Professores que mantêm uma boa convivência com seus alunos são mais entusiasmados e admiram seu ambiente de trabalho. Entretanto, se o relacionamento não for aceitável, essa situação pode se tornar fonte de estresse, dificultando o desempenho de sua função (MESSIAS *et al.*, 2019).

A voz, o corpo e o psicológico são as principais ferramentas de trabalho dos educadores e para exercer suas funções, muitas vezes tendem a aumentar seu tom de voz nas turmas superlotadas, manifestando alterações vocais com maior frequência, favorecendo também o surgimento do estresse (ALBUQUERQUE, FACHINETTO e ZAZYCKI, 2019).

Quando a escola é razão de frustração para o docente, os resultados tendem a ser negativos visto que o profissional desiste, perde a alegria no que faz e pode até mesmo criar problemas como faltas ou comportamentos agressivos, pois seu trabalho perde a essência causando um total abandono em relação à sua realização (BARBOSA, 2017).

O professor necessita se sentir motivado para poder realizar seu trabalho com mais qualidade e eficiência. É necessário desenvolver ações que valorizem seu trabalho para maior empoderamento e melhor enfrentamento dessas situações causadoras do estresse, tendo um olhar diversificado para melhoria da qualidade de vida desses profissionais (LOPES, 2017).

É necessário investir em espaços coletivos de diálogos no ambiente de trabalho, onde professores tenham possibilidades de construir outros caminhos, realizando propostas de intervenção e enfrentamento aos fatores geradores do estresse (FRANCISCO e RAMOS, 2019).

3. METODOLOGIA

A presente pesquisa pode ser considerada descritiva, a qual foi realizada por meio da aplicação de 2 questionários com questões abertas e fechadas direcionados aos professores da Escola Estadual Waldomiro Mendes de Almeida.

Segundo Rodrigues (2006, p. 89) a pesquisa descritiva é utilizada para descrição de fenômenos ou estabelecer relações entre variáveis à medida que estas se manifestam, podendo usar técnicas padronizadas de coletas de dados como o questionário e a observação sistemática.

Estudos retrospectivos realizados por Gerhardt e Silveira (2009) acerca dos métodos de pesquisa, fazem menção que a ênfase da pesquisa descritiva envolve usos de recursos e técnicas padronizadas para a coleta de dados tais como questionários, roteiros sistematizados, escalas, entre outros instrumentos, exigindo pré-requisitos do que o pesquisador deseja pesquisar, cujo objetivo consiste em não desviar do foco da pesquisa, podendo ser considerada como levantamento.

O universo de realização da pesquisa compreende uma Escola Estadual Pública, de administração Estatal, que conta com repasse de verbas governamentais.

A Escola em questão, se localiza na região da Zona da Mata mineira, no município de Matipó, tendo população estimada para 2017 de 18.604 habitantes. Sua principal fonte de renda é a agropecuária com maior destaque para a cafeicultura. Possui um distrito denominado Padre Fialho popularmente chamado de "Garimpo" (CNES/DATASUS, 2019; IBGE, 2017).

Para a entrevista foram aplicados dois questionários estruturados com questões abertas e fechadas aos professores atuantes na escola. Vale ressaltar que os questionários foram aplicados na própria unidade de trabalho dos profissionais a fim de não ocorrer interferências do fluxograma, em acordo com a presença destes.

Foram incluídos na pesquisa todos os profissionais que trabalham na Escola, que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimentos Livre e Esclarecido (TCLE), após informado. Foram adotados como critério de exclusão, os professores que se recusaram a participar da pesquisa ou não assinaram o TCLE, após informado. A amostra da referente pesquisa, se compõe de 18 professores da rede pública de ensino.

Os aspectos éticos foram baseados na Resolução 466/2012 que aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos (CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE, 2012).

A pesquisa foi realizada mediante autorização da diretora responsável pela Escola (administradora responsável), em concordância com os professores da instituição de ensino. Foi agendada uma reunião previamente com ambos, para que estes pudessem ser apresentados quanto à finalidade da pesquisa. Após leitura e

assinatura do Termo de Solicitação para Autorização da Pesquisa, a pesquisa teve sequenciamento mediante entrevista dos profissionais com prévia apresentação do objetivo da pesquisa e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Além disso, o pesquisador durante as entrevistas buscou proporcionar um ambiente tranquilo, privativo, para que os entrevistados pudessem relatar a realidade vivenciada no local, com o objetivo de assegurar o máximo de informações.

Dentro dessa linha de pesquisa, os benefícios estão diretamente correlacionados à melhoria e aperfeiçoamento na qualidade dos meios de trabalho, oportunizando identificar as lacunas e incoerências com aspectos humanísticos e posteriormente aos resultados, contribuir com ações para melhoria dos serviços oferecidos.

A presente pesquisa não acarretará quaisquer riscos aos pesquisados, por não envolver diretamente ou indiretamente manipulação do corpo, implicando apenas coleta de dados, seguindo os aspectos éticos já descritos anteriormente.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O estresse ocupacional pode ser conceituado como um processo no decorrer do qual as exigências de trabalho são percebidas como variáveis estressoras, gerando situações que transpõem o repertório de enfrentamento do indivíduo e resultando em inúmeras implicações negativas (PASCHOAL e TAMAYO, 2004).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2011), as doenças ocupacionais têm causas multifatoriais. Fatores ligados à organização do trabalho como exigência de produtividade, represálias, condições inadequadas de segurança e falta de acesso a treinamentos e orientações aos funcionários são consideradas estressores ocupacionais.

Ao se analisar o gênero dos entrevistados, 88,88% são do sexo feminino, e 11,11 % do sexo masculino, o que se corrobora com os estudos de Araújo et al. (2011) onde constataram maior frequência de professores no gênero feminino.

Com relação ao estado civil, 77,77% são casados, 11,11% solteiros e 11,11% marcaram a opção outros.

Quando questionados sobre o tempo de atuação como professores, 11,11% possuem de 4 a 6 anos de serviço, 5,55% possui de 1 a 3 anos e 83,33%, ou seja, a maioria disse que possuem mais de 6 anos de serviço; o que se corrobora no estudo de Silva, (2015) onde a grande maioria (78,8%), atua há mais de 6 anos como

professor na instituição, enquanto, 8,8% atuam na função de professor de 4 a 6 anos. Na faixa de 1 a 3 anos concentra-se o menor percentual, 5,3%. Com menos de 1 ano, têm-se 7,1% dos professores.

Quando questionados sobre sua titulação acadêmica maior, 16,66% afirmaram ter graduação, 11,11% possuir mestrado e 72,22% afirmaram possuir alguma especialização/ pós-graduação. Segundo Gatti (2012), nos últimos anos houve bastante incentivo para que os professores buscassem uma especialização ligada à área em que atuam. Atualmente boa parte dos professores possui, além da graduação, pelo menos uma especialização, porém poucos continuam seus estudos em nível de mestrado e doutorado.

Segundo Weber, L. N. D *et al.* (2015) a maior parte dos professores que atua no ensino fundamental e ensino médio possui, além da graduação, uma especialização ou mestrado; ou seja, o professor que possui uma menor formação atua em níveis de ensino menores ou iniciais.

Quando questionados se são fumantes, 94,44% afirmaram que não fazem o uso do tabaco e 5,56%, ou seja, um professor disse ser fumante, consumindo menos de 1 maço por dia, o que se compara ao estudo de Barbosa e Fonseca 2016, onde a prevalência de fumantes atuais foi de 4,4%. Porém, ao se comparar com outros estudos realizados no Brasil, os valores encontrados são inferiores aos observados entre professores da Educação Infantil e Ensino Fundamental das redes municipais de outras três cidades brasileiras: Ceballos e Santos encontraram prevalência de 9,9% de fumantes entre os 525 professores de uma cidade pernambucana; Fuesse Lorenz encontraram prevalência de 8,9% de tabagismo entre 451 professores de uma cidade paulista; e Santos e Marques observaram 14,1% de fumantes entre 414 professores de uma cidade gaúcha. E, ainda, uma pesquisa realizada entre 258 professores dos ensinos Fundamental e Médio de nove escolas estaduais em duas cidades do interior de São Paulo encontrou prevalência de 9,3% de fumantes.

Sobre o uso de bebidas alcoólicas, 55,55% declararam que fazem o uso, sendo este 1 a 2 vezes por semana e 44,44% afirmaram que não fazem o uso. Segundo Silva, (2015) em seu estudo, quanto ao consumo de bebida alcóolica, o comportamento é recorrente para 67% dos professores, o que se assemelha a este estudo, onde a maioria também afirma fazer o uso. Também em seu estudo, os índices mostraram que a maioria (85%) consome de 1 a 5 unidades por semana; 15,6%, de 6

a 15 unidades; e 3,9%, de 16 a 35 unidades, o que se diferencia desse experimento onde a taxa de consumo foi de 1 a 2 vezes por semana.

Quando foram questionados sobre possuírem algum problema de saúde atualmente, 88,88% afirmaram não possuir e 11,11% afirmaram possuir, sendo um desde os 20 anos de idade e o outro afirma ter hipertensão e enxaqueca esporadicamente.

Com relação à prática de atividades físicas com frequência, 27,77% afirmaram praticar exercícios físicos de 1 a 2 vezes por semana, 5,55% afirmaram praticar 5 a 6 vezes por semana, 11,11% afirmaram praticar 3 a 4 vezes por semana e 55,77% afirmaram não praticar nenhum tipo de exercício físico. A atividade física tem sido vista nos últimos tempos como um importante auxílio para prevenir e minimizar as doenças que, em decorrência das transformações da sociedade, tornam-se cada dia mais frequentes, como obesidade, hipertensão, estresse, entre outras.

A prática regular de atividade física proporciona benefícios diretos à saúde, desencadeando uma alta relação com a diminuição da gordura corporal, controle da pressão arterial e glicemia, além de melhorar quadros de estresse, melhorando a qualidade de vida dos praticantes (FERRAZ e MACHADO, 2009).

O trabalho é uma das fontes de satisfação de diversas necessidades humanas, como auto realização, manutenção de relações interpessoais e sobrevivência. Por outro lado, também pode ser fonte de adoecimento quando contém fatores de risco para a saúde e o trabalhador não dispõe de instrumental suficiente para se proteger destes riscos (CUNHA, PALMIERI e CUNHA, 2016).

Quando os professores foram questionados como se sentem em relação a algumas situações, a resposta de ambos não foi satisfatória. Em relação: "Se o trabalho parece sempre aumentar, e você se vê cada vez mais obrigado a correr realizando mais tarefas em menos tempo" 11,11% responderam que quase sempre realizam este tipo de solução, 44,44% responderam algumas vezes, e 38,88% responderam que frequentemente usam este tipo de solução. Segundo a Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes (2000), a segunda causa de afastamento do trabalho, no Brasil, é uma doença ocupacional. Estressores ocupacionais estão frequentemente ligados à organização do trabalho, como pressão para produtividade.

Em relação a não conseguirem se desligar do trabalho em momentos de descanso, 44,44%, afirmaram que algumas vezes não conseguem se desligar, 16,66% disseram que raramente conseguem se desligar, 22,22% afirmaram que

frequentemente conseguem se desligar, 5,55% disse que mesmo em momentos de descanso nunca conseguem se desligar do trabalho e 11,11 % afirmaram quase sempre conseguir. Segundo Chan (2003) diversos estudos realizados nos últimos anos têm mostrado que ensinar é altamente estressante. Cerca de um terço dos professores pesquisados apresentavam sinais de estresse e Burnout entre os principais problemas de saúde, não conseguindo se desligar da vida profissional quando não estavam atuando.

A Tabela 1 nos mostra os índices de porcentagem quando questionados se a indisciplina dos alunos tem os sobrecarregado em sala de aula.

Tabela1:

Indisciplina dos alunos	%
Frequentemente	27,77%
Quase sempre	5,55%
Raramente	5,55%
Algumas vezes	61,11%
Total	100%

Fonte: Autores (2019)

Segundos as informações apresentadas, 27,77% afirmaram que frequentemente os sobrecarregam, 5,55% que quase sempre os sobrecarregam, 5,55% que raramente isso acontece e 61,11%, afirmaram que algumas vezes a indisciplina os sobrecarregam. Estudos de Weber, L. N. D *et al* (2015), revelam que a fonte de estresse mais percebida pelos professores encontra-se na indisciplina dos alunos e falta de interesse pela escola. De acordo com Gomes, Montenegro e Peixoto (2010) das dez principais fontes de estresse apontadas em seu estudo, oito dizem respeito aos problemas de comportamento dos alunos e duas às questões disciplinares.

De acordo com o estudo, outra questão abordada com fonte de estresse seria a tomada de decisões relacionadas ao trabalho do professor, sem a participação dos mesmos, visto que 44,44% dos professores pesquisados disseram que raramente isso ocorre, 22,22% afirmaram que nunca ocorre, 11,11% que frequentemente ocorre, e 22,22% disseram que algumas vezes isso ocorre.

Levando em consideração os impactos emocionais causados por problemas com indisciplina de estudantes, 44,44% afirmaram que algumas vezes sofrem com esse tipo de impacto, 38,88% que raramente identificam este impacto, 5,55% que nunca identificaram, 5,55% que frequentemente identificaram e 5,55% que quase sempre identificam esse tipo de impacto causado. Segundo Silva, (2015) a indisciplina dos alunos foi a principal fonte de tensão no trabalho identificado na sua pesquisa. Para Collie, Shapka e Perry (2012), as percepções dos professores sobre a motivação e o comportamento dos alunos causam significativa tensão e insatisfação no trabalho, contribuindo para os elevados níveis elevados de estresse identificados.

Quando foram questionados sobre o salário que recebem não condizer com as atividades que realizam, causando indignação, 11,11% afirmaram que quase sempre ficam indignados, 11,11% que nunca ficam indignados, 11,11% que raramente ficam indignados, 33,33% que frequentemente ficam indignados e 33,33% que algumas vezes ficam indignados. Segundo Silva, (2015) em seu estudo, quando perguntado aos professores se estavam satisfeitos com o salário, apenas 35% dos entrevistados responderam afirmativamente e acreditam que está de acordo com as exigências do cargo. Outros 65% disseram que não estão satisfeitos com os salários.

Questionados sobre estratégias pessoais utilizadas para lidar com o estresse cotidiano, 33,33% responderam que promovem momentos em família. Outras respostas como: ler livros, ver filmes, viajar e realizar atividades físicas também foram citadas. De acordo com Baptista e Dantas, (2002) quando o indivíduo pratica exercícios físicos, fortalece seu corpo e reage de forma mais calma às respostas causadas pelo estresse. Isso ocorre devido à adaptação da frequência cardíaca, pressão arterial e hormônios ao esforço físico. Além disso, pode influenciar positivamente em algumas variáveis como autocontrole, interação social, distração ou interrupção da rotina, melhora na aptidão cerebral.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em uma abordagem significativa, considera-se que este estudo contribuiu para ampliar e aprofundar os estudos relativos aos docentes, sobretudo aqueles que lecionam em instituições públicas. Foi possível também perceber que existe um número significativo de professores com quadro de estresse e que estas manifestações vêm repercutindo nos indivíduos e na instituição.

A fonte de estresse mais percebida pelos professores encontra-se na indisciplina e na falta de motivação dos alunos; promovendo nestes, sentimentos de frustração e indignação. Favorecer a ajuda mútua entre diretores e professores e entre os colegas de trabalho pode contribuir para a melhoria da disciplina além da prevenção de doenças relacionados ao estresse no trabalho.

De forma geral, espera-se, que os resultados desse estudo estimulem cada vez mais pesquisas futuras a trabalharem de forma preventiva nas possíveis fontes de estresse causadas aos professores, sendo que estes participam de maneira marcante no desenvolvimento humano.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, Flávia Michelle Pereira; FACHINETTO, Maribel Renata; ZAZYCKI, Sabrina Pereira. **Saúde Física, Vocal e Emocional de Professores da Rede Pública de Santa Rosa/RS**. In: 6º Congresso Internacional em Saúde. 2019.

ALMEIDA, Elizabeth Guzzo de; SILVINO, Flávia Felipe. **Abordagem qualitativa e suas possibilidades de aplicação em pesquisas na Linguística Aplicada**. Belo Horizonte, 2010. 14p.

ARAÚJO, Arthur Leite de. **Estresse ocupacional e burnout: um estudo com professores de um curso de graduação em enfermagem de uma instituição privada em Minas Gerais**. 2011, 124f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Administração Mestrado, Faculdade Novos Horizontes.

BARBOSA, Irecê. O Burnout e suas implicações no ensino de ciências. **Revista Areté Revista Amazônica de Ensino de Ciências**, v. 1, n. 1, p. 33-43, 2017.

BARBOSA, Rose Elizabeth Cabral; FONSECA, Giovanni Campos. Prevalência de tabagismo entre professores da Educação Básica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.35, n. 1, p.15, 2019.

Baptista, Marcio Rodrigues; DANTAS, Estélio Henrique Martin. Yoga no controle de stress. **Fitness & Performance Journal**, v.1, n.1, p.12-20, 2002.

CARAYON, Pascale; SMITH, Michael J.; HAIMS, Marla. C. Workorganization, job stress, andwork-relatedmusculoskeletaldisorders. **HumanFactors: The JournaloftheHumanFactorsandErgonomicsSociety**, v. 41, n. 4, p. 644-663, dez. 1999.

CHAN, David. W. Hardinessand its role in the stress-burnoutrelationshipamongprospectiveChineseteachers in Hong Kong. **TeachingandTeacherEducation**, v. 19, n.4, p. 381-395, 2003.

COLLIE, Rebecca. J.; SHAPKA, Jennifer D.; PERRY, Nancy. E. SchoolClimateand Social–Emotional Learning: PredictingTeacher Stress, JobSatisfaction, andTeachingEfficacy. **JournalofEducationalPsychology**, v. 104, n. 4, p. 1189-1204. 2012.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. **Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012.**

CUNHA, NorivalCarvalho; PALMIERI, Tatiane Marinho dos Reis; CUNHA, Thais Naiane Barcelos; CUNHA, Nathália Barcelos. Estresse dentro das organizações de trabalho. **Revista Getec**, v. 5, n. 9, p. 1-17, 2016.

SILVA, Flávia Cristina da; SIMONETTO, Kátia Cardoso Campos. Análise de Produções Científicas sobre a Saúde Mental do Professor na Educação. **Pedagogia em Foco**, v. 11, n. 5, p. 95-108, 2016.

DOLAN, S. L. **Estresse, autoestima, saúde e trabalho**. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2006.

FERRAZ, C. R. A. **Percepção de suporte social e bem-estar no trabalho: um estudo com professores**. 2009. 82f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

FERREIRA, Tânia Aparecida Leite. O Burnot Entre Professores Em Ajustamento Funcional Na Escola Pública Estadual. Curvelo/Minas Gerais. **Revista Científica de Iniciación a la Investigación**, v. 3, n. 1, 2018.

FRANCISCO, Deise Juliana; RAMOS, Mylena Carla Almeida Tenório. “O QUE TENHO A COMEMORAR?”: a saúde mental de professores da Educação Básica de Garanhuns/PE. **PLURAIS-Revista Multidisciplinar**, v. 3, n. 3, p. 58-78, 2018.

GATTI, BernardeteA. Reconhecimento social e as políticas de carreira docente na educação básica. **Cadernos de Pesquisa**, v. 42, n.145, p. 88-111, 2012.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo (Org.). **Métodos de Pesquisa**. Curso de Graduação Tecnológica Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural. Universidade Aberta do Brasil – Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009, 120p.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5.ed. São Paulo: Atlas, p.184, 2010.

Gomes, Antônio Rui; MONTENEGRO, Nuno, PEIXOTO, Ana Maria Baptista da Costa;Peixoto, Ana Rita Baptista da Costa. Stresse ocupacional no ensino: um estudo com professores do 3º ciclo e ensino secundário. **Psicologia & Sociedade**, v.22, n.3, p. 587-597,2010.

GOULART JÚNIOR, Edward; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Estilo de liderança e stress: uma pesquisa em escolas estaduais de ensino fundamental. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, v. 27, n. 2, p. 265-283, mai/ago, 2011.

KOGA, Gustavo Kendy Camargo et al. Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. **Caderno Saúde Coletiva**, v.23 n.3, p. 268-275, 2015.

LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Estresse e trabalho: uma abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas, 2005.

LIPP, M. E. N. **Stress e o turbilhão da raiva**. São Paulo: Caso do Psicólogo, 2005.

LOPES, Rita de Cássia Soares. A relação professor aluno e o processo ensino aprendizagem. **Dia a dia e educação**, v. 9, p. 1-28, 2017.

MACHADO, Luciana CristinaG. **Rastreamento de transtornos mentais comuns entre professores da rede municipal de ensino, Uberlândia, Minas Gerais**. 57 f. Dissertação (Pós-Graduação Mestrado Profissional em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador) - Universidade Federal de Uberlândia, Instituto de Geografia (PPGAT), Uberlândia, 2017.

MESSIAS, Inalda Maria de Oliveira *et al.* A síndrome de burnout em professores de uma escola pública em Petrolina-PE/Burnoutsyndrome in teachersof a publicschool in Petrolina-PE. **BrazilianJournalofDevelopment**, v. 5, n. 5, p. 3856-3866, 2019.

MOREIRA, Danielle Lima et al. Síndrome de Burnout: Estudo com Professores da Rede Pública da Cidade de Farroupilha no Rio Grande do Sul. **Revista Gestão & Conexões**, v. 6, n. 1, p. 40-63, 2018.

OMS; **Organização Mundial da Saúde**,2011.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos em Psicologia**. Natal, v.9, n.1, Jan/Abril. 2004.

PAULINO, Célia Aparecida; PREZOTTO, Andrea Oriani; CALIXTO, Rosilene Farias. Associação entre estresse, depressão e tontura: uma breve revisão. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, v. 1, n. 1, p. 33-45, 2015.

SILVA, Sarah Lopes. Estresse ocupacional em professores: estudo no Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia de Minas Gerais, 2015. Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado Acadêmico em Administração da Faculdade Novos Horizontes. Belo Horizonte, 2015.

SOUZA, Maria Bernardete Cordeiro de; SILVA, Hélderes Peregrino A.; GALVÃO-COELHO, Nicole Leite. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 20, n. 1, p. 2-11. Jan./março 2015.

TOSTES, Maiza Vaz; ALBUQUERQUE, Guilherme Souza Cavalcanti de; SOUZA, Marcelo José de; PETTERLE, Ricardo Rasmussen. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, v. 42, p. 87-99, 2018.

WEBER, Lidia Natalia Dobrianskyj; LEITE, Célio Rodrigues; STASIAK Gisele Regina; SANTOS, Cristiani Aparecida da Silva; FORTESK, Rosina. O estresse no trabalho do professor. **Imagens da Educação**, v. 5, n. 3, p. 40-52, 2015.

