

---

# Estresse ocupacional de docentes do ensino superior

---

*Kely César Martins de Paiva  
Luiz Alex Silva Saraiva*

## RESUMO

As atividades docentes de nível superior têm passado por transformações que alteram tanto o seu significado para os professores como os aspectos relacionados à saúde dos indivíduos. Propôs-se, neste estudo, a analisar o docente de ensino superior em relação a variáveis de estresse ocupacional, ressaltando aspectos relativos a situação de trabalho e saúde mental. Procedeu-se a uma pesquisa de enfoques quantitativo e qualitativo, que abordou 170 professores de três instituições de ensino superior (um centro universitário privado, uma universidade confessional privada e uma universidade pública federal) situadas em Belo Horizonte. Os dados coletados, via questionários e entrevistas, indicam níveis de estresse ocupacional satisfatórios (baixos), independentemente do tipo de dedicação às atividades acadêmicas. Entretanto, há indícios de que tendem a confirmar o histórico de pesquisas sobre o tema, de níveis de estresse mais elevados do que os apresentados, o que compromete a saúde mental dos professores. Este estudo trata de uma categoria profissional pouco investigada no Brasil, aborda questões da atividade docente objetivando maior compreensão das suas variáveis e apresenta, no final, recomendações de cunho acadêmico tanto às instituições de ensino quanto aos professores.

**Palavras-chave:** professor, atividade docente, estresse, saúde mental.

## 1. INTRODUÇÃO

Presencia-se um momento delicado no mundo do trabalho, caracterizado, entre outros aspectos, por mudanças velozes que acarretam diversas consequências às pessoas, como um excesso de preocupação com a profissão, o que é observado em diferentes universos profissionais, como na área de publicidade (AUBERT, 1993), na de enfermagem (LUNARDI FILHO e MAZZILLI, 1996), em um centro de produção nuclear (DEJOURS e JAYET, 1994), na área de telefonia e na aviação de caça (DEJOURS, 1992) e em empresas sucroalcooleiras (SCOPINHO, 2000). As distintas exigências associadas às ativi-

Os autores agradecem o apoio recebido da FUNADESP, em parceria com o Centro Universitário Newton Paiva, por meio de seu Programa de Iniciação Científica.

Recebido em 26/maio/2003  
Aprovado em 11/novembro/2004

---

*Kely César Martins de Paiva*, Doutoranda e Mestre em Administração pelo Centro de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração da Universidade Federal de Minas Gerais (CEP 34000-000 — Nova Lima/MG, Brasil), é Pesquisadora do Núcleo de Relações de Trabalho e Tecnologias Gerenciais (NURTEG) da Universidade Federal de Minas Gerais e Professora em cursos de Graduação e Pós-Graduação da Faculdade Novos Horizontes e da Universidade FUMEC.  
E-mail: serra.bh@terra.com.br  
Endereço:  
Universidade Federal de Minas Gerais  
Alameda das Orquídeas, 690  
Bosque do Jambreiro  
34000-000 — Nova Lima — MG

*Luiz Alex Silva Saraiva*, Mestre em Administração pelo Centro de Pós-Graduação e Pesquisas em Administração da Universidade Federal de Minas Gerais, é Pesquisador do Núcleo de Estudos Organizacionais e Tecnologias de Gestão (NEOTEG) da Universidade Salvador (CEP 30575-360 — Belo Horizonte/MG, Brasil) e Vice-Diretor, Coordenador e Professor do Curso de Administração da Faculdade de Ciências Administrativas e Contábeis da Fundação Comunitária de Ensino Superior de Itabira (Funcesi).  
E-mail: lassaraiva@uol.com.br

dades profissionais podem acarretar uma queda na qualidade de vida emocional, aumentando a pressão psicológica, o que pode levar o indivíduo ao estresse. Em um trabalho clássico, Selye (1956) define o estresse como um conjunto de relações que o organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige esforço para adaptação. Dessa forma, pode-se, dependendo da pessoa, desenvolver problemas que variam de transtornos psicológicos e desânimo a sintomas físicos que desencadeiam doenças graves.

O meio profissional docente em geral, e superior em particular — foco deste trabalho —, seja pela variedade de seus componentes (ensino, pesquisa, extensão, orientação de alunos e funções administrativas), seja em função das pressões existentes, insere-se em um quadro de mudanças no qual as contingências ambientais (políticas, econômicas, sociais e culturais) e as demandas sobre determinadas tarefas têm alterado experiências de trabalho e seu significado, o que geralmente impacta a estrutura psíquica dos indivíduos (MILLER, 1991; 1992a; 1992b), fazendo da docência uma profissão de sofrimento (DEJOURS, 1992). O desgaste ocasionado pelas exigências dessa atividade traz conseqüências em termos de saúde para a maioria dos docentes.

Esteve (1989; 1995) identificou mudanças que trouxeram pressão aos professores e criaram condições para o desenvolvimento dos estudos sobre estresse na categoria, a saber: a transformação do papel dos agentes tradicionais de integração social; as crescentes contradições e exigências inerentes a esse papel; a inibição educativa de outros agentes de socialização; o desenvolvimento de fontes de informação alternativas à escola; as mudanças nas atitudes e expectativas da sociedade em torno do professor, do sistema educativo e da educação; a incerteza sobre os objetivos do sistema educacional e a longevidade ou utilidade do conhecimento; as mudanças dos conteúdos curriculares; a escassez de recursos materiais e as condições deficientes de trabalho; as mudanças nas relações entre professores e alunos; a fragmentação do trabalho do professor ou sua proletarianização (MILLER, 1991; 1992a; 1992b) e a deterioração da imagem e do valor social do professor. As tais mudanças somam-se questões como o apoio logístico.

Para Miller (1991), a massificação da relação professor-aluno é significativa (com a diminuição dos horários de atendimento extraclasse e aumento do número de alunos por sala) e justificável, tendo em vista as pressões por dedicação à pesquisa. É justamente esta última atividade que permite ao professor planejar, controlar ações e, fundamentalmente, aproximar-se do seu objeto de estudo e analisá-lo em contextos diversos. Além disso, proporciona mais recursos e *status* (MILLER, 1992a; 1992b). Porém, como afirmam Fukami (1996), Aldrich (1996), Gutek (1996) e Andre (1996), falta maior interação entre pesquisa e ensino, prevalecendo uma dicotomia entre essas atividades em virtude de níveis diferenciados de autonomia, inerentes à forma de produção requerida e permitida em cada uma delas.

Outros autores têm-se debruçado sobre outras faces dessa realidade. Frost e Taylor (1996) reuniram artigos relacionados às possibilidades de carreira que um professor universitário pode desenvolver e, em decorrência de suas opções, benefícios e ônus particulares. Além da carreira, outro ponto questionado é a remuneração, pois a diferença entre as remunerações dos acadêmicos e de outros profissionais com a mesma escolaridade tem afetado seriamente o moral do grupo e os processos de recrutamento e retenção de pessoal (MILLER, 1991). Em termos semelhantes, percebem-se diferenças entre as condições de trabalho de funcionários públicos e de empregados de empresas privadas de ensino, o que interfere no perfil e na imagem social da categoria (FIDALGO, 1996).

Seguindo essa lógica, a competitividade desenvolvida pelos centros do saber varia de forma considerável. Rodrigues (2001) avalia os impactos das mudanças ambientais nas instituições de ensino, questionando a forma como elas têm percebido e tratado o conhecimento em termos do valor econômico e social que personagens sociais lhe têm atribuído. Assim, as mãos do mercado, tanto o de ensino como o de trabalho, selecionam e marginalizam inevitável e indiscriminadamente. Fidalgo (1996) afirma que a concepção de entidade de ensino como empresa capitalista que deve apresentar resultados aponta para um real empobrecimento da atividade docente, o que é confirmado por Miller (1991; 1992a; 1992b). Esse autor conclui que processos similares aos que Braverman (1987) descreveu para o trabalho industrial estão acontecendo com o processo de trabalho acadêmico, pois funções cruciais dessa atividade vêm sendo alienadas do professor e gradualmente concentradas pelos gerentes acadêmicos, acarretando a perda do controle por parte dos docentes.

Ainda que o papel desses profissionais permaneça relevante, já que possuem um certo capital intelectual e são capazes de repassá-lo sem sua própria perda (STEWART, 1998), os divergentes interesses percebidos geram conflitos semelhantes aos de outras profissões e suas manifestações variam tanto em nível individual como social, impactando os resultados do trabalho. Como exemplos desses impactos, a literatura indica a apatia, a alienação, o *distress* e disfunções organizacionais como *absenteísmo*, *turnover*, atrasos, greves, sabotagem etc. (COOPER, SLOAN e WILLIAM, 1988; ARNOLD, COOPER e ROBERTSON, 1995; TRAVERS e COOPER, 1996).

Portanto, justifica-se um olhar mais atento à atividade docente e, dentro do escopo de um trabalho desta natureza, propor ações que minimizem as conseqüências negativas a ela inerentes. O objetivo deste trabalho é, portanto, analisar a atividade docente em seus elementos constitutivos e relacioná-la analiticamente à questão das doenças ocupacionais, em particular o estresse. Para tanto, pretende-se especificamente:

- identificar o perfil demográfico, profissional e em termos de saúde de professores das Instituições de Ensino Superior;
- mensurar as formas pelas quais o trabalho docente atua como fonte de pressão e/ou insatisfação;

- analisar a natureza do trabalho docente especialmente em relação à questão do estresse ocupacional;
- discutir a questão da centralidade do trabalho e seus múltiplos desdobramentos.

Nas próximas seções, sintetizam-se os conceitos e abordagens de estresse ocupacional adotados na pesquisa, assim como a metodologia utilizada. Em seguida, apresentam-se e analisam-se os dados coletados nas instituições pesquisadas, as principais considerações decorrentes e as recomendações cabíveis para a academia, as instituições de ensino e os docentes.

## 2. TRABALHO E DOENÇAS OCUPACIONAIS

As configurações contemporâneas do trabalho, mesmo em uma área como a educação superior, ainda se encontram relacionadas à visão oriunda da Revolução Industrial. De acordo com Corrêa e Saraiva (2000), embora haja tentativas de proposições alternativas ao modelo mecanicista de organização do processo de trabalho, são evidentes suas características no desenvolvimento da organização moderna, sendo boa parte da própria concepção associada ao taylorismo. Ao pressupor desgaste tanto físico quanto mental para o alcance de padrões aceitáveis de desempenho, esse modelo precisa incorporar o adoecimento como uma das variáveis envolvidas na análise do trabalho. Entre as possíveis doenças ligadas ao trabalho em geral está o estresse.

O conceito de estresse foi desenvolvido a partir das perspectivas de diversos autores, como Selye (1956; 1974), Goldberg (1978), Albrecht (1979), Cummings e Cooper (1979), Jamal (1990), Cooper, Sloan e William (1988), Arnold, Cooper e Robertson (1995) e Travers e Cooper (1996). Rio (1995) define o estresse como respostas específicas ou generalizadas de ajustamento que visam recuperar o equilíbrio e fornecer meios adequados para o enfrentamento das pressões que provocam o desajuste. Tais respostas podem envolver componentes comportamentais, afetivos, cognitivos e fisiológicos. Ladeira (1996) enfatiza o caráter relacional desse fenômeno (entre indivíduo e demandas do ambiente), sendo a necessidade de preservação individual a razão de todo o conjunto de reações do organismo ao meio. É no ambiente organizacional, quando associado a uma atividade profissional, que tal conceito adquire contornos mais expressivos.

### 2.1. O estresse ocupacional

No que se refere ao ambiente de trabalho, o estresse apresenta-se como uma tentativa de ajustamento entre o indivíduo e suas condições ocupacionais específicas, de maneira que o equilíbrio orgânico possa ser alcançado. Contudo deve haver clareza de que, no trabalho, o estresse precisa ser compreendido de forma mais ampla, como produto de processos sociais e políticos na sociedade (JAMES, 1997). Travers e Cooper

(1996) propõem uma síntese em torno do conceito de estresse ocupacional ao afirmar que os pesquisadores da área focalizam um dos três aspectos a seguir:

- estresse como variável dependente (uma resposta a um estímulo perturbador);
- estresse como variável independente (um estímulo externo);
- estresse como variável interveniente (uma abordagem interacionista que enfatiza a forma como os indivíduos percebem e reagem às situações).

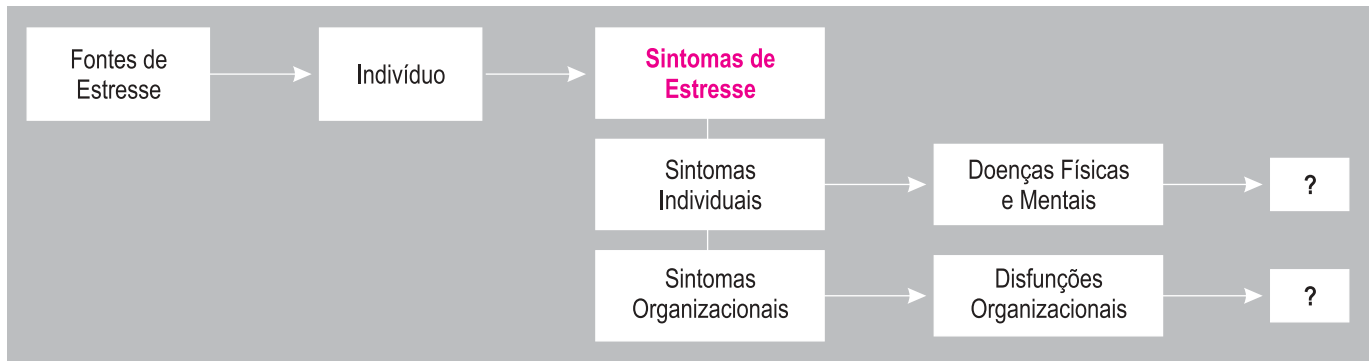
A visão do estresse como variável interveniente, como parte de um fenômeno dinâmico e de um processo complexo, que predomina nas pesquisas realizadas recentemente (TRAVERS e COOPER, 1996), é a adotada neste estudo. De acordo com Moraes e Kilimnik (1994), o fenômeno do estresse ocupacional pode ser avaliado em termos de quatro variáveis: fontes de pressão no trabalho; personalidade do indivíduo; **estratégias de combate** ao estresse desenvolvidas pelas pessoas; e sintomas físicos e mentais manifestos no processo. Para esses autores, as duas primeiras variáveis afetam sensivelmente as duas últimas, conforme será discutido a seguir.

#### 2.1.1. Fontes de pressão no trabalho

Com relação às fontes de pressão no trabalho, há seis categorias de agentes estressores: os fatores intrínsecos ao trabalho; o papel do indivíduo na organização; os relacionamentos interpessoais; a satisfação do trabalhador em termos de carreira e perspectivas futuras; o clima e a estrutura organizacionais; e a interface casa-trabalho do indivíduo (COOPER, SLOAN e WILLIAM, 1988; ARNOLD, COOPER e ROBERTSON, 1995; TRAVERS e COOPER, 1996). Para melhor compreensão desses aspectos, variáveis sociais, econômicas e políticas foram incluídas nos instrumentos de coleta de dados, conforme será detalhado na metodologia. Tais fontes de estresse são mediadas pelas características individuais das pessoas e pelas **estratégias de combate** por elas adotadas.

#### 2.1.2. Sintomas físicos e mentais de estresse

As fontes de pressão podem levar o indivíduo a manifestar sintomas de estresse, que dependerão de diferenças individuais tanto em termos de ajustamento de personalidade, maturidade e capacidade de respostas, quanto de estrutura física e cultural e do ambiente social. Tais sintomas mostram-se tanto em nível individual (aumento da pressão arterial, dores nos ombros e coluna, depressão, consumo de álcool, irritabilidade acentuada, alienação, apatia, ansiedade etc.), quanto organizacional (absenteísmo, rotatividade, dificuldades nas relações industriais, queda na qualidade e na produtividade etc.), podendo levar, respectivamente, ao desenvolvimento de patologias físicas e mentais (problemas de coração, úlceras, gastrites,



**Figura 1: Modelo Dinâmico do Estresse Ocupacional**

Fonte: Adaptada de Cooper, Sloan e William (1988, p.85); Arnold, Cooper e Robertson (1995, p.366); Travers e Cooper (1996, p.37).

esgotamento etc.) e de disfunções organizacionais (greves, acidentes, sabotagem etc.), conforme o Modelo Dinâmico do Estresse Ocupacional (figura 1) de Cooper, Sloan e William (1988), útil na identificação dos fatores de pressão e das estratégias de combate ao estresse adotadas pelos indivíduos.

### 2.1.3. Tipo de personalidade

A personalidade do indivíduo também influencia o aparecimento de sintomas físicos e mentais atribuídos ao estresse. Em uma mesma situação, as pessoas podem agir de formas diferentes devido a características de suas personalidades. Nesse sentido, Friedman e Rosenman (1974) propuseram duas categorias de personalidade: Tipo A, mais propensa ao estresse — pessoas impacientes, apressadas, competitivas, ansiosas, perfeccionistas, que levam a vida em ritmo acelerado e que se sentem culpadas quando descansam ou relaxam; Tipo B, referente a indivíduos que não sentem necessidade de impressionar terceiros, capazes de trabalhar sem agitação, de relaxar sem sentimento de culpa e de não padecer de impaciência ou do senso de urgência, sendo assim menos propensos ao estresse. Deve ser destacado que, no quadro atual, que combina volatilidade e velocidade crescentes, em muitas organizações desenvolve-se deliberadamente um senso a respeito de que “não são pessoas saudáveis e satisfeitas aquelas mais úteis e produtivas (...) e sim aquelas mais neuróticas e infelizes” (LIMA, 1988, p.76), o que enfatiza o valor dos **maníacos pelo trabalho** (MORGAN, 1996, p.302), os **matadores cool** (ENRIQUEZ, 2000), mais próximos da personalidade do Tipo A.

Outra característica de personalidade relevante é o **locus de controle**. Ao desenvolver esse conceito em um trabalho clássico, Rotter (1966) avaliou a extensão do controle que os indivíduos julgavam ter sobre determinadas situações e sua reação a elas. Pessoas que possuem um *locus* de controle interno acreditam que têm domínio sobre o que acontece e suas decisões e ações pessoais influenciam seus resultados, sendo assim menos susceptíveis ao estresse. Em contraste, pessoas categorizadas como de *locus* de controle externo são mais pro-

pensas ao estresse, pois se vêem pouco capazes de influenciar os fatos que as rodeiam, os quais são determinantes de seus resultados. No campo da educação, as pesquisas de Rotter (1966) associaram frequentemente os profissionais acadêmicos com *locus* de controle interno e sucesso profissional e grande motivação para realização.

Tanto as comparações entre os tipos A e B quanto a concepção de *locus* de controle encaixam-se num contínuo entre dois tipos contrastantes de personalidade. Elas não remetem à existência apenas dos dois tipos puros, mas sim a uma tendência entre dois pontos. Tendo em vista que o tipo de personalidade (A e B) e de *locus* de controle (interno ou externo) são características pessoais independentes entre si, sua associação tem desdobramentos decisivos nas estratégias de defesa e/ou combate contra o estresse adotadas pelos indivíduos.

### 2.1.4. Estratégias de defesa e/ou combate contra o estresse

Como estratégias de defesa e/ou combate contra o estresse entendem-se os esforços cognitivos e comportamentais dos indivíduos na tentativa de gerenciar o ambiente e as demandas internas bem como os conflitos que os possam estar afetando (ALDWIN, COYNE e LAZARUS, 1981). As estratégias podem ser também compreendidas como tentativas ativas e/ou passivas para responder, reduzir impactos ou mesmo eliminar ameaças (DEWE, 1992). De acordo com Dejours (1994, p.27), como o trabalhador é, “de certa maneira, desposuído de seu corpo físico e nervoso, domesticado e forçado a agir conforme a vontade de outro”, um dos fatores de descarga psíquica é a percepção que possui a respeito de si mesmo e da importância do seu trabalho. Quanto melhor, maior tende a ser a satisfação com as condições a ele colocadas. Em muitos casos, um contexto desfavorável termina sendo **percebido** como adequado a fim de que o trabalhador continue desfrutando de uma auto-imagem positiva, aceitável à sua condição humana, conforme observado por Saraiva (2001), que apresenta um depoimento em que um dos trabalhadores demonstrou grande entusiasmo ao descrever a importância e a com-

plexidade das suas atribuições profissionais. Seu local de trabalho, entretanto, desmentia objetivamente tal opinião, ou seja, a imagem que o trabalhador possuía a respeito de si mesmo e do seu trabalho era fruto de sua percepção, pois a atividade era monótona e repetitiva, só sendo complexa e desafiadora à medida que o trabalhador a percebia como tal.

A avaliação do estresse ocupacional deve, portanto, considerar os quatro aspectos mencionados. O levantamento e a análise desses fatores em conjunto possibilitam uma visão mais clara e ampla do fenômeno do estresse nas organizações.

## 2.2. Saúde mental

Várias têm sido as tentativas de compreensão dos efeitos do trabalho sobre a saúde mental dos trabalhadores. Essa discussão não é recente, tendo seu início logo após a II Guerra Mundial, na França, a partir de contribuições importantes da chamada **psiquiatria social** (LIMA, 1998). Embora a tendência na época fosse a de buscar causas individuais associadas a eventos externos ao trabalho, a fatores hereditários e a experiências da fase infantil e da vida familiar (SELIGMANN-SILVA, 1994), já se podem reconhecer nesse período elementos precursores da área que passou a ser denominada Psicopatologia do Trabalho.

As relações entre problemas de saúde e seus determinantes referem-se às características socioeconômicas e culturais de cada sociedade, o que, ao longo do tempo, trouxe a discussão sobre os efeitos do trabalho na saúde das pessoas. A causalidade dos distúrbios mentais é considerada ao mesmo tempo psíquica e social, mediada por reações orgânicas, sendo a prioridade dada aos processos concretos do cotidiano de cada sujeito, inserido numa estrutura social determinada (LIMA, 1998). Nesse sentido, Warr (1987) afirma que a sensação de bem-estar que advém do trabalho deve ser inicialmente entendida em termos de determinantes gerais de saúde mental. Entre tais fatores condicionantes estão: a oportunidade de controle pessoal sobre eventos e ações; a oportunidade de desenvolver e usar habilidades variadas; o ambiente gerador de desafios e metas diversificados e atingíveis; a transparência organizacional em termos de papéis e *feedback*; a disponibilidade de recursos materiais (**dinheiro**); a segurança física; a oportunidade de contatos interpessoais e relacionamentos; e a valorização da posição social. Na prática, esses fatores sobrepoem-se; porém, seu reconhecimento individual é substancial quando dos processos de mudança rumo a condições ambientais mais adequadas. Dessa forma, o conceito de saúde mental compreende bem-estar afetivo, competências variadas e em diversos campos, autonomia, aspiração (no sentido de um posicionamento mais assertivo e motivado ante a realidade) e a integração das anteriores numa equação que permita e promova um equilíbrio físico, mental e emocional (WARR, 1987).

Portanto, para compreender o adoecimento dos professores, deve-se, em primeiro lugar, resgatar a prática sensível do

homem como categoria central para a análise. Em outras palavras, deve-se atentar para o modo como o indivíduo realiza suas atividades no cotidiano de trabalho, já que, para realizá-las, o trabalhador desenvolve várias habilidades, conhecimentos e competências que se traduzem em determinadas formas de utilização do corpo, que por sua vez repercutem sobre a vida inteira dos indivíduos (LIMA, 1998). Assim, a especificidade do trabalho é um elemento central nessa discussão. É preciso compreender em que contexto o trabalho se realiza, quais seus determinantes, em síntese, o que caracteriza o trabalho realizado pelos sujeitos investigados. Compreendendo tal especificidade, melhoram-se as condições de entendimento dos impactos do trabalho docente sobre a saúde dos professores. Logo, uma visão mais clara e ampla do fenômeno do estresse nas organizações torna-se factível a partir do levantamento e da análise dos fatores explicitados em conjunto.

Nesse sentido, há que se ressaltar três contribuições. A primeira é de Esteve (1995), segundo o qual o mal-estar docente pode ser entendido como um conjunto de reações dos professores como grupo ocupacional desajustado em função das mudanças sociais. A soma do mal-estar e do esgotamento produzido pela acumulação de exigências repercute na personalidade dos docentes em pelo menos doze escalões que vale a pena serem listados: “sentimentos de desajustamento e insatisfação perante os problemas reais da prática do ensino, em aberta contradição com a imagem ideal do professor; pedidos de transferência, como forma de fugir de situações conflituosas; desenvolvimento de esquemas de inibição, como forma de cortar a implicação pessoal com o trabalho que se realiza; desejo manifesto de abandonar a docência (realizado ou não); absenteísmo laboral, como mecanismo para cortar a tensão acumulada; esgotamento, como conseqüência da tensão acumulada; estresse; ansiedade; depreciação do **eu** — autculpaabilização perante a incapacidade de ter sucesso no ensino; reações neuróticas; depressões; ansiedade, como estado permanente associado em termos de causa-efeito a diagnósticos de doença mental” (ESTEVE, 1995, p.113). Desses, pelo menos os três últimos reportam-se claramente à saúde mental, justificando os diversos mecanismos de defesa (inibição, rotina, absenteísmo etc.) que afetam negativamente a qualidade da educação, mas que, por outro lado, servem para aliviar as tensões inerentes à prática docente.

A segunda contribuição também versa sobre a especificidade do trabalho docente. Cox e Heames (2000) vêem o papel do acadêmico como multidimensional, pois inclui funções de tutoria, aconselhamento, investigação, pesquisa administrativo-burocrática, assessoramento, erudição e docência. A combinação dessa variedade de funções com as pressões externas resulta em confusão de papéis e sobrecarga, o que pode ser aliviado com revisão e realinhamento das atitudes e ações de outros envolvidos no processo, como os alunos, colegas e, obviamente, a própria instituição de ensino. A terceira e última contribuição é a de Codo (1999), ao realçar a questão do

*burnout* no contexto da educação no Brasil. Segundo Maslach e Jackson (1981), *burnout* é uma síndrome caracterizada por três aspectos básicos: exaustão emocional, despersonalização (distanciamento, indiferença) e falta de envolvimento pessoal no trabalho, geralmente resultante de estresse ou frustração prolongados. Esse conceito sofreu uma evolução e hoje leva em consideração não apenas o indivíduo que **desiste** de agir autonomamente sobre sua realidade, mas também a amplitude e a profundidade com que ele percebe e reage a tal realidade, mudando, assim, a natureza dos laços com que a ela se une.

Por fim, compreender o estresse, suas relações com a saúde mental e suas conseqüências na vida de professores de terceiro grau no Brasil não é uma tarefa simples ou fácil, mas há que se levar em conta um contexto e um conjunto de inter-relações, ambos complexos.

### 3. METODOLOGIA

A questão central deste estudo foi: Quais as diferenças entre professores de instituições públicas e privadas de ensino superior relacionadas às variáveis de estresse ocupacional? Para respondê-la, procedeu-se a uma pesquisa descritiva, de enfoques qualitativo e quantitativo: qualitativo, pois apoiou-se numa visão amplificada, num olhar diferenciado sobre a realidade investigada (DEMO, 2002), assim como se procurou obter entendimento de motivos e razões subjacentes a situações e fatos descritos pelos professores (RICHARDSON *et al.*, 1999; COZBY, 2003; TRIVIÑOS, 1987); e quantitativo, tendo em vista que se buscou identificar regularidades na amostra que possam ser estendidas à população (RICHARDSON *et al.*, 1999; COZBY, 2003; TRIVIÑOS, 1987), nesse caso de docentes de três instituições de ensino superior.

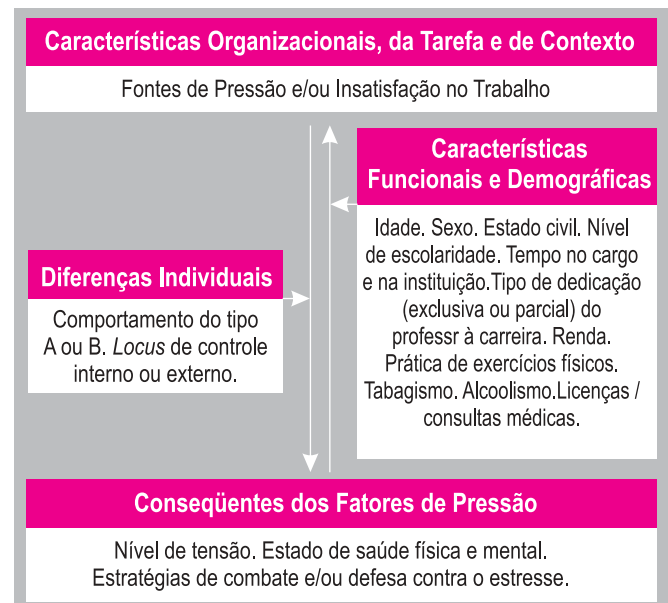
Vários instrumentos foram utilizados na coleta de dados: questionários, entrevistas, análise documental e observação direta durante o período de pesquisa (BRUYNE *et al.*, 1977). O questionário, instrumento básico, foi composto por uma versão reduzida do *Occupational Stress Indicator* (OSI — COOPER, SLOAN e WILLIAM, 1988) e por uma parte complementar, intitulada **Situação de Trabalho**, para levantar dados específicos da categoria profissional em questão. Os questionários foram constituídos por questões abertas e fechadas, adotando-se nestas últimas uma escala estruturada com opções de resposta em seis pontos (variação de 1 a 6). Além disso, foram feitas algumas entrevistas para auxiliar a interpretação dos dados.

Optou-se, a fim de poder trabalhar com dados comparáveis, com docentes de cursos comuns a três instituições de ensino superior localizadas na cidade de Belo Horizonte, Minas Gerais. Os dez cursos selecionados foram: Ciência da Informação/Computação, Comunicação, Direito, Fisioterapia, Geografia, História, Letras, Matemática, Pedagogia e Psicologia. O universo foi composto pelo total de docentes de cada um desses cursos por instituição. A amostra obedeceu ao critério não-probabilístico de amostragem por livre adesão, em

que indivíduos convidados a participar de uma pesquisa a ela aderem voluntariamente. No total, foram abordados 170 professores, dos quais 81 trabalham em um centro universitário privado, 40 em uma universidade confessional privada e 49 em uma universidade pública federal.

O tratamento dos dados quantitativos foi realizado por meio do *software* estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Testes de variância e análises de correlação foram feitos e todos os resultados foram considerados significativos a um nível de significância de 5% ( $p < 0,05$ ). As entrevistas semi-estruturadas, recursos metodológicos complementares, tiveram por objetivo reconstruir processos de ação e experiências relacionadas às funções que o docente-sujeito desempenha no seu dia-a-dia (QUIVY e CAMPENHOUDT, 1998; LAVILLE e DIONE, 1999). O roteiro inicial contemplava questões relacionadas à visão do papel do professor de uma maneira geral e também específica nas instituições investigadas, suas exigências, dificuldades e limitações, as relações com outros atores (colegas, alunos), conflitos e recompensas. No início de cada entrevista, dados demográficos do docente eram levantados. A duração média de cada uma foi de 45 minutos. Após transcritas, elas foram analisadas dando destaque para a fala dos entrevistados em relação à teoria, comumente usada em pesquisas dessa natureza.

No modelo teórico adotado, integraram-se as variáveis presentes no modelo de Estresse de Cooper, Sloan e William (1988) — adaptado por Moraes, Swan e Cooper (1993) — e, em virtude dos próprios fins da pesquisa, variáveis sociais, políticas e econômicas. A figura 2 ilustra o modelo hipotetizado na pesquisa.



**Figura 2: Modelo Hipotetizado e Adaptado para a Pesquisa**

Fonte: Adaptada de Cooper, Sloan e William (1988); Arnold, Cooper e Robertson (1995); Travers e Cooper (1996).

Este estudo adquire um certo caráter exploratório, com todas as limitações e restrições a ele pertinentes, já que se trata de uma iniciativa relativamente recente no País, a qual busca integrar aspectos teóricos e metodológicos de modelos distintos e peculiares à categoria profissional escolhida — professores universitários. Devem ser salientadas como limitações metodológicas algumas características próprias da atividade docente, como o período de provas, férias e reuniões departamentais, que afetaram a devolução dos questionários e, num segundo momento, a realização de entrevistas.

#### 4. RESULTADOS DA PESQUISA EMPÍRICA

São apresentados nesta seção os resultados da pesquisa em termos de dados demográficos e de indicadores de estresse ocupacional e de situação de trabalho, incluindo relatos das entrevistas feitas com os docentes.

##### 4.1. Identificação do perfil dos entrevistados

Predominaram, na amostra, professores do **sexo masculino** na instituição pública (57%) e na instituição confessional (58%), fato não observado na instituição privada (47%). Em termos de **faixa etária**, a maioria dos pesquisados nas instituições pública (45%) e confessional (43%) tem mais de 46 anos, enquanto na instituição privada (28%) tem entre 36 e 40 anos de idade. Quanto ao **estado civil**, a amostra é, em sua maioria, de docentes casados, sendo 51% na instituição pública, 49% na privada e 65% na confessional.

Em relação à **escolaridade**, há certa heterogeneidade: 53% dos professores da instituição pública são doutores, enquanto 18% dos docentes da confessional e 3% da privada possuem esse título. Sob outro ângulo, 90% dos pesquisados da primeira instituição e 60% da segunda são, no mínimo, mestres. Já na instituição privada, 85% possuem, no máximo, esse título.

No que diz respeito à **carreira**, a maior parte dos professores da instituição pública tem mais de oito anos de permanência na instituição (55%). Na instituição confessional 53% dos pesquisados têm mais de 12 anos, enquanto na privada 62% têm de 2 a 12 anos de casa. A maior proporção dos docentes da instituição privada (30%) está de 4 a 8 anos no mesmo cargo; já a maioria dos pesquisados da instituição confessional (40%) e na instituição pública (33%) está há mais de 12 anos no mesmo cargo. Comparando a **renda mensal bruta** (média) dos professores, percebeu-se uma faixa comum entre R\$ 2.000,01 e R\$ 4.000,00 em todas as instituições pesquisadas (pública, 63%; privada, 47%, confessional, 38%).

Em termos de prática de exercícios físicos, a maioria dos abordados pode ser categorizada como **sedentária**, já que não pratica um programa efetivo desse cunho com regularidade (43% na instituição pública, 57% na instituição privada e 60% na instituição confessional). Verificou-se que a maioria dos professores, em todas as instituições de ensino pesquisadas, é

**não-fumante**. Uma minoria indicou ser fumante (pública, 12%, privada, 24%; confessional, 18%). Uma considerável parte da amostra, em todos os grupos investigados, mencionou ter o hábito de ingerir **bebidas alcoólicas** (público, 47%; privado, 46%; confessional, 33%).

A maioria dos professores abordados em todas as instituições não tirou **licença médica** nos últimos três meses. Os percentuais de docentes que o fizeram somam 2%, 5% e 0% nos grupos público, privado e confessional, respectivamente. Por outro lado, o número de pesquisados que agendaram uma **consulta médica**, nos últimos três meses, foi muito semelhante nas instituições (29%, pública; 25%, privada; 25%, confessional).

Em termos de dados demográficos, as grandes diferenças entre os grupos relacionam-se, portanto, aos níveis de escolaridade, à carreira e à faixa etária.

##### 4.2. Análise dos dados — questionários

Com relação aos **fatores de pressão e/ou insatisfação no trabalho**, não se observou diferença significativa entre os entrevistados nas três instituições, em todas as variáveis consideradas, a saber: fatores intrínsecos ao trabalho; papel do indivíduo na organização; relacionamentos interpessoais; satisfação do trabalhador em termos de carreira e perspectivas; clima e estrutura organizacionais; e interface casa-trabalho. Os escores médios, considerados elevados, variaram entre 3,14 e 4,28. O nível de pressão e/ou insatisfação com o trabalho (NPIT), uma média aritmética dos fatores considerados, também não apresentou diferença significativa entre os grupos pesquisados. Observou-se que a maior proporção dos docentes mostrou níveis elevados de pressão e/ou insatisfação (52% dos abordados da instituição privada, 53% na confessional e 43% na pública).

Abre-se aqui um parêntese para os dados referentes à **situação de trabalho dos docentes**, que guardam uma íntima relação com sua saúde física, mental e social.

Um aspecto estudado foi o **relacionamento com sindicatos e entidades de classe**. Não houve discriminação, por parte dos professores, entre sindicatos e associações de classe. Para eles, essas entidades são semelhantes e defendem seus interesses da mesma forma. A maioria dos pesquisados em todas as instituições é filiada a associações de classe. O Sindicato dos Professores (Sinpro) foi o mais indicado nas instituições privada e confessional (43% e 75%, respectivamente), enquanto na instituição pública, com 53%, a mais indicada foi a Associação dos Professores Universitários de Belo Horizonte (APUBH-MG). A maioria dos profissionais pesquisados nas instituições privada (77%), pública (63%) e confessional (85%) demonstrou concordar com a maior parte das decisões tomadas no sindicato. Na instituição confessional, a maioria dos entrevistados (60%) viu como **bom-ótimo** o relacionamento da instituição com o sindicato, enquanto na instituição priva-

da esta relação é percebida por 30% dos abordados e, na pública, por 29% deles.

A respeito do **relacionamento professor-instituição de ensino**, 71% dos professores pesquisados na instituição pública, 65% na instituição confessional e 52% na instituição privada nunca pensaram em se demitir, o que revela um envolvimento com as organizações nas quais trabalham. No que tange ao nível individual de influência nas decisões da organização, percebeu-se que 58% dos profissionais da instituição privada consideraram sua influência baixa, assim como 43% deles na instituição pública, e também 47% na instituição confessional. A maioria dos professores do setor privado (55%) informou que concorda com algumas decisões tomadas pela instituição, enquanto os percentuais são de 38% na instituição privada e 35% na confessional.

No que tange ao **relacionamento professor-partido político**, observou-se que 96% dos pesquisados no setor público, 90% daqueles da instituição confessional e 79% do setor privado não são filiados a nenhum partido. Independentemente de filiação, a maioria dos profissionais tem um posicionamento político de centro-esquerda à esquerda (74% na instituição privada, 73% na confessional e 86% na pública) e expressou sua simpatia para com o Partido dos Trabalhadores — PT (37%, 43% e 57%, respectivamente). Possivelmente os baixos níveis de filiação partidária se devam ao passado recente do país, com forte repressão política, principalmente nos meios acadêmicos.

Ao serem questionados acerca das **mudanças ambientais** (sociais, políticas, econômicas e culturais), a maior parte dos docentes abordados nas três instituições acredita que as tem acompanhado em nível elevado (78% na instituição privada, 75% na confessional e 82% na pública). Segundo 69% dos pesquisados da instituição privada, 80% da confessional e 76% da pública, a instituição tem acompanhado em grau razoável-considerável as mudanças no cenário mundial. Quanto à **interferência das mudanças na vida pessoal**, 47% dos professores na instituição privada, 53% da confessional e 45% da pública consideraram que percebem suas conseqüências tanto na sua vida pessoal, quanto na de seus amigos próximos. No que se diz respeito à **interferência das mudanças na vida financeira**, 49% dos docentes na instituição privada, 38% da confessional e 47% da pública acreditam perceber suas conseqüências tanto em sua vida financeira, quanto na de seus familiares e amigos próximos. A maior parte dos professores também apontou que percebe as **conseqüências das mudanças em sua vida profissional** como na de seus familiares e amigos próximos (47% na instituição privada, 38% na confessional e 27% na pública).

Em termos de **dedicação exclusiva à carreira acadêmica**, ou seja, às atividades de ensino, pesquisa, extensão, orientação de alunos e outras de cunho administrativo, a maioria dos professores pesquisados nas instituições pública e confessional (84% e 60%, respectivamente) afirmou dedicar-

se exclusivamente à carreira, enquanto, no setor privado, 61% dos docentes dedicam-se parcialmente à carreira acadêmica.

No que diz respeito ao **ensino**, 58% dos pesquisados na instituição privada e 55% da confessional lecionam mais de 12 horas-aula em cursos de **graduação**, enquanto 80% daqueles na instituição pública lecionam entre 4 e 12 horas-aula por semana nesses cursos. Da instituição privada, 4% dos professores pesquisados, 23% da confessional e 51% da pública ministram aulas em cursos de **pós-graduação**, apontando para diferenças sensíveis nesse tipo de atividade docente. Já os dados acerca de aulas em programas de **extensão** são mais homogêneos que o anterior: a maioria dos abordados nas três instituições não leciona nesse tipo de curso (90% na instituição privada, 93% na confessional e 84% na pública).

Com relação às atividades de **pesquisa acadêmica** financiadas por órgãos de fomento e/ou outras instituições, os resultados são heterogêneos. A maior parte dos professores da instituição privada (74%) e da confessional (68%) não participa de projetos de pesquisa, enquanto na instituição pública apenas 31% dos abordados encontram-se nessa situação. Dos pesquisados nesta última instituição, 47% dedicam mais de 8 horas-aula por semana às atividades de pesquisa. **Orientação de alunos** é uma atividade que 70% dos docentes da instituição privada, 50% da confessional e 18% da pública não realizam. Dos pesquisados, 21% na instituição privada, 40% na confessional e 61% no setor público dedicam até 8 horas-aula semanais a essa atividade.

**Atividades administrativas e/ou burocráticas** não são realizadas por 43% dos docentes da instituição privada, 45% da confessional e 14% da pública. Dos pesquisados, 22% na instituição privada e 18% na confessional dedicam mais de 12 horas-aula a essas atividades, enquanto, no setor público, 27% gastam de 8 a 12 horas-aula com essas tarefas. Os que indicaram gastar menos de 4 horas-aula com tais atividades totalizaram 15% dos abordados na instituição privada, 15% na confessional e 25% na pública.

Levantou-se também a participação dos docentes em **atividades extra-acadêmicas**, como aulas em outras instituições de ensino, emprego em empresa pública ou privada, atividades empresariais, consultoria, etc. Dos professores investigados, 15% da instituição privada, 33% da confessional e 43% da pública afirmam não se dedicar a atividades extras. Já 77% dos pesquisados da instituição pública, 60% da confessional e 39% da pública dedicam mais de 8 horas-aula por semana a esse tipo de atividade.

Convém ressaltar a **representatividade, em termos financeiros, das atividades de pesquisa e/ou extra-acadêmicas** para os professores. A maioria dos pesquisados das três instituições (44% da instituição privada, 53% da confessional e 63% da pública) indicou que tais atividades representam menos de 20% da sua renda bruta média mensal. Da instituição privada, 16% dos docentes, 20% da confessional e 16% da pública apontaram para uma participação entre 20% a 40% na sua renda.



Fechando o parêntese da situação de trabalho, dá-se continuidade à apresentação dos resultados, segundo o modelo de pesquisa adotado.

Em termos de tipo de **personalidade**, notou-se a predominância do tipo híbrido AB, tendendo a A, os quais somam 80% dos pesquisados na instituição privada, 80% na confessional e 88% na pública. No que diz respeito a **locus de controle**, a maioria apontou para um *locus* de controle interno (65% na instituição privada; 65% na confessional; e 69% na pública). Em ambas as tipologias, não houve diferenças significativas entre os grupos. A conjugação de personalidades AB-A, mais propensas ao estresse, e *locus* de controle interno, menos propenso, resultou numa maioria de pesquisados situados entre níveis médios de propensão ao estresse (45% na instituição privada; 55% na confessional e 76% na pública) e níveis elevados (27% na instituição privada; 29% na confessional e 20% na pública), à exceção na instituição privada, onde 28% apresentaram baixa propensão ao estresse.

Quanto a **sintomas mentais de estresse**, a maioria dos professores da instituição privada (87%), da pública (91%) e da confessional (83%) foram categorizados como calmos, com nível elevado de saúde mental. No que diz respeito a **sintomas físicos**, a maior proporção dos professores pesquisados nas três instituições apresentou um nível elevado de bem-estar físico, de saúde física (89% na instituição privada, 95% na confessional e 96% na pública).

Não obstante tais percentuais, as entrevistas levantaram dados que deram origem a outras considerações. A análise das entrevistas permitiu observar que vários dos entrevistados têm problemas que podem denotar um certo grau de comprometimento de sua saúde.

### 4.3. Um olhar qualitativo sobre os resultados — as entrevistas

As entrevistas aprofundam a perspectiva fornecida pelos indicadores quantitativos por permitirem a expressão de sentimentos, emoções e posicionamentos dos entrevistados sobre os assuntos tratados.

#### 4.3.1. Natureza do trabalho docente versus estresse ocupacional

Percebeu-se nas entrevistas que muitos docentes apresentam sintomas de estresse relacionados à natureza do trabalho que realizam. Entre esses distúrbios, destacam-se, inicialmente, problemas relativos ao sono. Dificuldade para dormir foi um aspecto relatado pela maioria dos professores durante as entrevistas, como nos depoimentos que se seguem:

- “Eu já tive muito mais insônia. Eu não tomo remédio de jeito nenhum, mas às vezes tenho insônia.” (Professor entrevistado)

- “Olha, atualmente tenho dormido bem, [...] meu sono já ficou muito comprometido. Dependendo da situação que eu estou passando, às vezes compromete sim, mas atualmente eu tenho me sentido meio cansada demais.” (Professora entrevistada)

O sono é um elemento importante para a recuperação do cansaço provocado pelo trabalho. Entretanto, passa a ser motivo de preocupação adicional, ou seja, exatamente por reconhecer a importância do repouso proporcionado pelo sono, o professor se vê obrigado a dormir, o que reforça a insônia e aumenta o cansaço, conforme se percebe a partir dos seguintes relatos:

- “Eu acho que é pelo cansaço, [...] eu estou sentindo que vou acabar me estressando. Eu tento dormir e não consigo, e eu gosto muito de dormir. Se deixar, eu durmo 12 horas por noite”. (Professor entrevistado)
- “Eu não sei precisar se tem seis meses, tem um ano, que eu ia até quatro horas da manhã acordada, ou dormia um primeiro sono e depois acordava e ‘vamos trabalhar a cabeça’. E eu não gosto de levantar, não. Mas, ir lá mesmo, trabalhar, aconteceu, nesse período, umas duas vezes só. [...] Eu acho que a noite é para dormir, eu fico lá pelejando; não sei, não sei nem se é correto, não é? Mas eu fico insistindo.” (Professora entrevistada)

Em alguns casos, o professor estende o período de vigília, por não conseguir desligar-se de atividades intelectuais:

- “O problema é dormir, [...] geralmente eu durmo tarde, [...] quer dizer, leva um tempo para relaxar. Quando vai chegando a noite, eu acho que tenho que ler jornal, que eu tenho que assistir a um filme, eu tenho de conversar um pouco em casa. [...] Geralmente faço o contrário: eu converso, quando vai ficando todo mundo cansado, eu vou pegar o jornal para ler, vou assistir a um filme, eu sempre durmo muito tarde. Também, quando chego a dormir, é uma pedra; não, não penso em nada, não. A dificuldade é conseguir, assim, relaxar, esvaziar a cabeça para poder dormir.” (Professor entrevistado)

Nesses casos, o uso de medicamentos para dormir se torna uma alternativa viável:

- “Eu tenho um indutor do sono, porque não dou conta; é uma coisa que eu não consigo resolver, [...] de jeito nenhum, nem com homeopatia, [...] tem que ser remédio alopatóico.” (Professora entrevistada)

A dificuldade de concentração e os lapsos de memória são outros problemas enfrentados pelos docentes. Muitos se queixam de esquecimentos constantes, conforme descrito a seguir:

- “Tem acontecido isso [esquecimento], principalmente agora mais para o final do semestre. [...] Parece que o cansaço vai acumulando, mas não é uma coisa [...] que acontece com muita frequência, não, que eu sou muito atenta, minha agenda é toda anotadinha. Mas já aconteceu, até a análise mesmo, eu faço análise, outro dia, eu perdi a (risos) a hora do analisista.” (Professora entrevistada)
- “Tenho [problemas de esquecimento], mas nada assim que eu consideraria significativo. Mas acontece sobretudo quando a semana já correu. Às vezes, uma pessoa me fala assim: ‘Você poderia ver isso assim e assim pra mim’ ou ‘trazer tal referência’, que às vezes aluno pede uma. Eu falo: ‘Pode deixar que eu levo’. Às vezes, eu anoto e, às vezes, eu nem olho a coisa e apaga mesmo, esquece. Não é para esquecer, mas esqueço de olhar. Às vezes, não sei onde está o roteiro, anoto numa folha de caderno.” (Professor entrevistado)

O medo de ser mal avaliado, seja por alunos, seja por colegas, seja por superiores, é uma preocupação de alguns dos entrevistados, o que indica dificuldade em lidar com críticas:

- “Por exemplo, entregar um plano de curso, uma bibliografia e receber uma crítica, [...] até uma sugestão, não era propriamente uma crítica, no início da carreira, aquilo já causava aquela preocupação, desestabilizava, [...] você ficava extremamente preocupada em saber realmente o que eles estavam querendo, pensando.” (Professora entrevistada)

#### 4.3.2. O trabalho e sua centralidade — perigos, possibilidades e alternativas

Questões como redução do lazer e da vida social e familiar mostraram-se relacionadas com a atividade profissional. Muitos dos entrevistados assinalaram que não têm tempo ou mesmo disposição para sair. Em alguns casos, as atividades sociais chegam a ser percebidas como obrigações. Este é o único motivo que faz com que o professor se dedique a elas:

- “O trabalho vem em primeiro lugar. [...] Se eu tenho um compromisso de trabalho [...] e outro compromisso social, por exemplo, da minha família, se for de pessoa mais próxima, eu até deixo de cumprir esse compromisso de trabalho, mas eu vou obrigada, porque a obrigação maior é com a família. Mas afeta muito, porque eu estou constantemente adiando coisas, deixando de fazer coisas.” (Professora entrevistada)

É interessante perceber que o isolamento profissional dos indivíduos como **unidades produtivas autônomas**, premissa presente na organização taylorista do processo de trabalho (BRAVERMAN, 1987), continua a apresentar ecos — desta vez, sociais — no que se refere aos docentes. A forma indivi-

dualizada pela qual o trabalho se encontra organizado sobrecarrega-os de uma maneira tal durante a jornada semanal, que tudo o que desejam nos momentos de folga é simplesmente descansar, ainda que para isso tenham que enfraquecer laços afetivos ou despender menos tempo para a família:

- “Eu tenho tão pouco tempo livre, então, já tive, já desenvolvi *hobby* regularmente. Mas atualmente eu aproveito para resolver problemas da família, por exemplo. Domingo, você não tem aquelas chamadas obrigações sociais, entre aspas, que é, por exemplo, um almoço ou um jantar, ou um encontro, ou uma visita, seja lá o que for. Uma boa parte do tempo é gasta assim, é para fazer compras para meus filhos, sabe? E para levar para fazer compra, esse tipo de coisa. Mas sempre, assim que eu tenho um tempo livre, uma coisa que me dá muito prazer é ir ao cinema, eu gosto muito. E encontrar, assim, amigo para conversar, sabe? Mas, tendo uma oportunidade de marcar e de aceitar convite, eu aceito, mas não tenho conseguido, não tenho conseguido, de uns anos pra cá, assim, cultivar *hobby*, fazer as coisas de uma forma sistemática, assim, eu não tenho. Já tive.” (Professor entrevistado)

Contudo, começa a notar-se a necessidade de maior atenção para as condições geradoras de doenças, não apenas físicas, mas sobretudo mentais (LIMA, 1995) que afligem os professores, conforme o seguinte depoimento:

- “Eu acredito que muitas pessoas chegam a ter problemas de pressão, de estômago, esse tipo de coisa. Eu acho que está muito relacionado a um estresse, quer dizer, problemas que tem no trabalho, que deve colocar, deve não, coloca dificuldades pra pessoa se alimentar, etc. [...] Eu pedi férias-prêmio que vão começar agora em junho, exatamente para dar uma relaxada, para ver se consigo dar uma mudada nisso. [...] A impressão que eu tenho é que, se eu continuar nesse ritmo, eu vou ter problema, sim, de saúde, claro que eu vou ter. Porque fumando muito, dormindo pouco, isso tudo interfere. [...] Isso é uma coisa, é difícil a gente tentar subverter uma tendência... Muito complicado... Mas era isso, quer dizer, que realmente eu percebo que não só eu, mas muitos de nós aqui estamos num ritmo perigoso, com poucas possibilidades de reverter.” (Professor entrevistado)

Deve-se ressaltar, todavia, que, apesar de o trabalho ser visto como muito cansativo, desgastante, há, entre a maioria dos entrevistados, grande satisfação em ser professor. Esse fato representa uma compensação para os efeitos negativos gerados pelo trabalho:

- “É uma atividade que absorve muito, exige muito tempo e [...] muita energia, o fato de a gente ter de se dividir várias vezes para dar conta de várias atividades. Eu acho que também fisicamente isso exige muito [...]. Fisicamente é desgas-

tante, mentalmente também, né? Apesar de todo o prazer, satisfação que a gente tira disso, também é desgastante, né?” (Professora entrevistada)

No caso específico dos professores da instituição pública, a identificação com a própria instituição é também vista como aspecto positivo e que contribui para amenizar os impactos do trabalho sobre a saúde, tanto física quanto mental, o que confirma os argumentos de Pimenta (1999) sobre a questão da identificação dos empregados com a organização:

- “Na verdade, eu tenho um apreço enorme por ela ... [instituição pública]. Eu sinto um orgulho muito grande a respeito dessas, dessa estrutura que foi criada de apoio às atividades de pesquisa, ensino e extensão. Eu admiro profundamente e sinto um orgulho muito grande das taxas, dos coeficientes acadêmicos de produção. Isso eu acho muito interessante, me orgulho bastante.” (Professor entrevistado)

Deve-se observar que, apesar de os distúrbios levantados variarem em grau e em frequência com que são encontrados entre os professores, são suficientes para inferir que a atividade docente, embora seja idealizada por muitos, gera problemas de natureza mental e física. Retornando aos dados quantitativos, contabilizou-se um baixo **nível de estresse** (média aritmética entre escores de saúde mental e de saúde física) tanto na instituição privada (87%), como na confessional (83%) e na pública (91%). Apenas na instituição privada e na pública foram encontrados docentes com elevado nível de estresse (3% e 2% dos abordados, respectivamente). Ressalte-se que os níveis elevados de bem-estar físico indicados contribuíram decisivamente para a redução dos níveis de estresse em geral.

Entre as **estratégias de combate e/ou defesa contra o estresse**, identificaram-se os atos de distrair-se com outras atividades extratrabalho, racionalizar os eventos do ambiente, gerenciar o tempo e apoiar-se socialmente. Tais estratégias não apresentaram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos avaliados, com escores médios entre 3,67 e 4,52. Com isso, pode-se dizer que elas são utilizadas de forma semelhante e em igual proporção nas três instituições pesquisadas.

## 5. CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

O objetivo neste trabalho foi analisar a atividade docente em seus elementos constitutivos e relacioná-la analiticamente à questão das doenças ocupacionais, em particular, o estresse. Independentemente do tipo de dedicação às atividades acadêmicas, foram encontrados níveis considerados baixos de estresse nos grupos. Não foram constatadas correlações estatisticamente significativas entre tipo de dedicação à carreira acadêmica (parcial ou exclusiva) e nível de estresse, e entre sintomas mentais de estresse e tipo de dedicação. Esses fatos apontam para novas investigações e revisão dos instrumentos de pesquisa.

Entretanto, devem ser ressaltados quatro fatos que, associados, levam a questionar os níveis de estresse encontrados nos pesquisados: a maioria enfrenta níveis consideráveis de pressão e/ou insatisfação no trabalho; a maioria está propensa ao estresse; é elevado o número de estratégias de combate e/ou defesa contra o estresse adotadas; os depoimentos são contraditórios nas entrevistas. Esses fatos indicam níveis de estresse mais elevados que os informados, o que confirma o histórico de pesquisas sobre o tema e, em especial, nessa categoria profissional (PAIVA, 1999; PAIVA e MARQUES, 1999), em que há uma certa **reserva** dos pesquisados em responder às questões sobre sintomas mentais e físicos de estresse. Alguns comportamentos observados durante a fase de coleta de dados, tanto via questionários (recusa em preencher, lentidão em divulgar ou em permitir a realização da pesquisa em unidade de ensino etc.), quanto nas entrevistas (não comparecimento na data e/ou horário agendados, adiamento etc.), reforçam essa percepção.

Entre os professores de todas as instituições, constatou-se que a profissão tem trazido fortes impactos em suas vidas, tanto no ambiente de trabalho, quanto fora dele. Codo (1986) assinala que as relações de trabalho determinam o comportamento do homem, suas expectativas, projetos para o futuro, linguagem e afeto. Dessa forma, cada gesto, palavra, reflexão e fantasia trazem a marca indiscutível de sua classe social, ou melhor, do lugar que o indivíduo ocupa no sistema produtivo. Embora este autor reconheça que no trabalho está a possibilidade de realização do homem, dependendo das características que tal trabalho assume, vários podem ser os distúrbios por ele gerados, abrindo possibilidades para reações extremas como o *burnout*. Nesse sentido, Codo (1999) apresenta dados instigantes na área de educação, corroborados pelas informações aqui apresentadas.

Percebeu-se que os professores se identificam com as instituições de ensino em que trabalham. Alguns entrevistados justificam esse posicionamento como decorrência da configuração atual do mercado global de trabalho, com oferta de emprego em grau reduzido e uma oferta de profissionais não-especializados suficientemente com a titulação exigida dos professores, além das novas exigências do Ministério da Educação e Cultura, o que pode transformar-se em exigências abusivas de qualidade nas instituições de ensino, com elevação de níveis de controle e pressão sobre os docentes. A titulação, aliás, exerce pressão nas instituições, devido às dificuldades impostas à contratação (concurso público, processos internos) e à formação (recursos para pesquisa, estruturação dos cursos de pós-graduação e reconhecimento pelo MEC e por órgãos de fomento) de pessoal.

Por fim, este estudo trata de uma categoria profissional pouco investigada no país, abordando questões da atividade docente de maneira sistemática. O comportamento de determinadas variáveis indicadas no modelo de pesquisa, como a escolaridade, a remuneração, o tipo de personalidade e o tipo

de dedicação à carreira acadêmica, corroborou certas características e fatos pertinentes aos professores, considerados em poucos estudos disponíveis. O mesmo se pode dizer da relação entre estresse e saúde mental de docentes de terceiro grau. Esses fatos representam avanços não apenas de cunho metodológico, em termos de forma e profundidade em que foram abordados, mas também em termos conceituais, na medida em que esclarecem relações e aprofundam seu conhecimento em determinada parte de uma categoria profissional. Por outro lado, isso constitui uma das limitações do estudo, pois a pesquisa foi feita com professores de três instituições de ensino superior, em uma mesma localidade, o que reduz a possibilidade de se efetuarem generalizações para a categoria profissional como um todo, isto é, o professor no Brasil. Porém, percebe-se que algumas transposições são possíveis, daí as recomendações que se seguem.

Com o intuito não só de aperfeiçoar os modelos e instrumentos de pesquisa, mas também aprofundar as considerações realizadas no presente estudo, outras investigações poderiam ser realizadas nessa categoria profissional considerando-se, por exemplo, as diferenças e similaridades encontradas em outros estudos de natureza semelhante (HUMPHREY e HUMPHREY, 1986; TRAVERS e COOPER, 1996; CODO, 1999; PAIVA, 1999). Quanto às instituições pesquisadas, recomenda-se revisão e reconstrução de suas relações de trabalho com os docentes, no sentido de aumentar os vínculos com (e entre) os professores, alunos, associações de classe e sindicatos, assim como rever suas políticas de remuneração e incentivo à pesquisa, especialmente

levando em conta os argumentos de Lima (1995) de que cuidar da saúde organizacional é ao mesmo tempo uma necessidade econômica e social porque garante a estabilidade social, a produtividade e a competitividade.

Aos docentes, recomenda-se buscar a integração com os colegas e com associações de classe e sindicatos; praticar atividades físicas regulares para diminuir o sedentarismo encontrado e, dessa forma, diminuir a propensão ao estresse, no que diz respeito à saúde física (outros departamentos das instituições de ensino poderiam ser acionados neste sentido, como Educação Física e Fisioterapia); alimentar-se de forma nutritivamente equilibrada; descansar e dormir adequadamente, promovendo uma revitalização diária e evitando a fadiga (HUMPHREY e HUMPHREY, 1986); iniciar uma reeducação psicológica, que propicie uma modificação no comportamento, principalmente daqueles indivíduos com personalidade do tipo A; e, desenvolver **novas** estratégias de combate e/ou de defesa contra o estresse, focalizando prioritariamente as atividades acadêmicas e promovendo mudanças estruturais, as quais resultem em uma real diminuição dos níveis de pressão e de insatisfação no trabalho, assim como dos impactos negativos dele decorrentes.

Em um quadro em que o trabalho se apresenta cada vez mais como (des)estruturante da vida social, um olhar mais atento à questão da saúde associada à atividade profissional faz-se não apenas necessário, mas imprescindível para compreender um pouco mais as distintas facetas do trabalho na atual fase do desenvolvimento humano. ♦

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALBRECHT, K. *Stress and the manager*. New Jersey: Prentice-Hall, 1979.
- ALDRICH, H.E. My career as a teacher: promise, failure, redemption. In: FROST, P.J.; ANDRE, R. (Ed.). *Researchers hooked on teaching*. Thousand Oaks: Sage, 1996.
- ALDWIN, C.; COYNE, J.C.; LAZARUS, R.S. Depression and coping in stressful episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, Washington, v.90, n.5, p.439-447, Sept./Oct. 1981.
- ANDRE, R. If it's not teaching and research, what is it? In: FROST, P.J.; ANDRE, R. (Ed.). *Researchers hooked on teaching*. Thousand Oaks: Sage, 1996.
- ARNOLD, J.; COOPER, C.L.; ROBERTSON, I. *Work psychology*. London: Pitman, 1995.
- AUBERT, N. A neurose profissional. *Revista de Administração de Empresas (RAE-FGV)*, São Paulo, v.33, n.1, p.84-105, jan./fev. 1993.
- BRAVERMAN, H. *Trabalho e capital monopolista*. 3.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1987.
- BRUYNE, P. et al. *Dinâmica da pesquisa em ciências sociais*. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1977.
- CODO, W. Relações de trabalho e transformação social. In: LANE, S.T.M.; CODO, W. (Org.). *Psicologia social: o homem em movimento*. São Paulo: Brasiliense, 1986.
- \_\_\_\_\_. (Coord.). *Educação*. Petrópolis: Vozes; Brasília: CNTE/UnB-LPT, 1999.
- COOPER, C.L.; SLOAN, S.; WILLIAM, S. *Occupational stress indicator*. London: Windsor, 1988.
- CORRÊA, M.L.; SARAIVA, L.A.S. Organização do processo de trabalho. In: FIDALGO, F.; MACHADO, L. (Org.). *Dicionário da educação profissional*. Belo Horizonte: NETE/FAE/UFMG, 2000.
- COZBY, P. C. *Métodos de pesquisa em ciências do comportamento*. São Paulo: Atlas, 2003.
- COX, S.; HEAMES, R. *Cómo enfrentar el malestar docente*. Barcelona: Octaedro, 2000.
- CUMMINGS, T.G.; COOPER, C.L. A cybernetic framework for the study of occupational stress. *Human Relations*, London, v.32, i.5, p.395-417, May 1979.

- DEJOURS, C. *A loucura do trabalho*. 5.ed. São Paulo: Cortez/Oboé, 1992.
- \_\_\_\_\_. A carga psíquica do trabalho. In: DEJOURS, C.; ABDOUCHELI, E.; JAYET, C. *Psicodinâmica do trabalho*. São Paulo: Atlas, 1994.
- DEJOURS, C.; JAYET, C. Psicopatologia do trabalho e organização real do trabalho em uma indústria de processo — metodologia aplicada a um caso. In: DEJOURS, C.; ABDOUCHELI, E.; JAYET, C. *Psicodinâmica do trabalho*. São Paulo: Atlas, 1994.
- DEMO, P. *Complexidade e aprendizagem*. São Paulo: Atlas, 2002.
- DEWE, P.J. Applying the concept of appraisal to work stressors: some exploratory analysis. *Human Relations*, London, v.45, n.2, p.143-164, Feb. 1992.
- ENRIQUEZ, E. O indivíduo preso na armadilha da estrutura estratégica. In: PRESTES MOTTA, F.C.; FREITAS, M.E. (Org.). *Vida psíquica e organização*. São Paulo: FGV, 2000.
- ESTEVE, J.M. Teacher burnout and teacher stress. In: COLE, M.; WALKER, S. (Ed.). *Teaching and stress*. Milton Keynes: Open University Press, 1989.
- \_\_\_\_\_. Mudanças sociais e função docente. In: NOVOA, A. (Org.). *Profissão professor*. Porto: Porto Editora, 1995.
- FIDALGO, F.S. Trabalho e carreira docente: contribuições teórico-metodológicas. *Trabalho e Educação*, Belo Horizonte, NETE/FAE/UFMG, n.0, p.95-109, jul./dez. 1996.
- FRIEDMAN, M.D.; ROSENMAN, R.H. *Type A behavior and your heart*. New York: Knopf, 1974.
- FROST, P. J.; TAYLOR, M.S. *Rhythms of academic life*. Thousand Oaks: Sage, 1996.
- FUKAMI, C.V. Struggling with balance. In: FROST, P.J.; ANDRE, R. (Ed.). *Researchers hooked on teaching*. Thousand Oaks: Sage, 1996.
- GOLDBERG, P. *A saúde dos executivos*. Rio de Janeiro: Guanabara, 1978.
- GUTTEK, B.A. Teaching and research: a puzzling dichotomy. In: FROST, P.J.; ANDRE, R. (Ed.). *Researchers hooked on teaching*. Thousand Oaks: Sage, 1996.
- HUMPHREY, J.H.; HUMPHREY, J.N. *Coping with stress in teaching*. New York: AMS Press, 1986.
- JAMAL, M. Relationship of job stress and type A-behavior to employee's job satisfaction, organizational commitment, psychosomatic health problems and turnover motivation. *Human Relations*, London, v.43, n.18, p.727-738, Aug. 1990.
- JAMES, K. *Beyond individual stress management programmes: towards an organisational system approach*. Cranfield: The Cranfield School of Management Papers Series, 1997.
- LADEIRA, M.B. O processo de stress ocupacional e a psicopatologia do trabalho. *Revista de Administração da Universidade de São Paulo (RAUSP)*, São Paulo, v.31, n.1, p.64-74, jan./mar. 1996.
- LAVILLE, C.; DIONE, J. *A construção do saber*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul; Belo Horizonte: UFMG, 1999.
- LIMA, M.E.A. O significado do trabalho humano. In: CARVALHO, A.O. (Org.). *Administração contemporânea: algumas reflexões*. Belo Horizonte: UFMG, 1988.
- \_\_\_\_\_. *Os equívocos da excelência*. Petrópolis: Vozes, 1995.
- \_\_\_\_\_. A psicopatologia do trabalho: origens e desenvolvimentos recentes na França. *Psicologia, Ciência e Profissão*, Brasília, ano 18, n.2, p.10-15, abr./jun. 1998.
- LUNARDI FILHO, W.D.; MAZZILLI, C. O processo de trabalho na área de enfermagem: uma abordagem psicanalítica. *Revista de Administração da Universidade de São Paulo (RAUSP)*, São Paulo, v.31, n.3, p. 63-71, jul./set. 1996.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, Hoboken, v.2, n.2, p.99-113, Apr. 1981.
- MILLER, H. Academics and their labour process. In: SMITH, C.; KNIGHTS, D.; WILLMOTT, H. (Ed.). *White-collar work. the non-manual labour process*. London: Macmillan, 1991.
- \_\_\_\_\_. *The state of the academic profession*. Birmingham: The University of Aston in Birmingham, 1992a.
- \_\_\_\_\_. *States and economies and the changing labour process of academics*. Australia, Canada and the United Kingdom, Birmingham: The University of Aston in Birmingham, 1992b.
- MORAES, L.F.R.; KILIMNIK, Z.M. *Comprometimento organizacional, qualidade de vida e estresse no trabalho: uma abordagem de diagnóstico comparativo*. Belo Horizonte: FACE/UFMG, 1994. Mimeografado.
- MORAES, L.F.R.; SWAN, J. A.; COOPER, C. L. A study of occupational stress among government collar workers in Brazil using the occupational stress indicator. *Stress Medicine*, Washington, v.9, n.1, p.91-104, Jan./Mar. 1993.
- MORGAN, G. *Imagens da organização*. São Paulo: Atlas, 1996.
- PAIVA, K.C.M. Qualidade de vida no trabalho e estresse de profissionais docentes. 1999. Dissertação (Mestrado em Administração) — Faculdade de Ciências Econômicas da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.
- PAIVA, K.C.M.; MARQUES, A.L. Qualidade de vida, estresse e situação de trabalho de profissionais docentes: uma comparação entre o público e o privado. In: ENCONTRO ANUAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA EM ADMINISTRAÇÃO, 23., 1999, Foz de Iguaçu.

- Anais... Foz do Iguaçu: ANPAD, 1999.
- PIMENTA, S.M. A estratégia da gestão na nova ordem das empresas. In: PIMENTA, S.M. *Recursos humanos: uma dimensão estratégica*. Belo Horizonte: UFMG/FACE/CEPEAD, 1999.
- QUIVY, R.; CAMPENHOUDT, L.V. *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva, 1998.
- RICHARDSON, R.J. *et al. Pesquisa social: métodos e técnicas*. São Paulo: Atlas, 1999.
- RIO, R.P. *O fascínio do stress*. Belo Horizonte: Del Rey, 1995.
- RODRIGUES, S.B. De fábricas a lojas de conhecimento: as universidades e a desconstrução do conhecimento sem cliente. In: FLEURY, M.T.L.; OLIVEIRA JR., M.M. (Org.). *Gestão estratégica do conhecimento*. São Paulo: Atlas, 2001.
- ROTTER, J.B. Generalized expectations for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs General and Applied*, Washington, v.80, n.1, p.1-28, 1966.
- SARAIVA, L.A.S. *Discursos e práticas de gestão em uma empresa do setor têxtil de Minas Gerais*. 2001. Dissertação (Mestrado em Administração) — Faculdade de Ciências Econômicas da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.
- SCOPINHO, R.A. Qualidade total, saúde e trabalho: uma análise em empresas sucroalcooleiras paulistas. *Revista de Administração Contemporânea (ANPAD)*, Curitiba, v.4, n.1, p.93-112, jan./abr. 2000.
- SELIGMANN-SILVA, E. *Desgaste mental no trabalho dominado*. Rio de Janeiro: UFRJ/Cortez, 1994.
- SELYE, H. *The stress of life*. New York: McGraw-Hill, 1956.
- \_\_\_\_\_. *Stress without distress*. Philadelphia: New American Library, 1974.
- STEWART, T.A. *Capital intelectual*. Rio de Janeiro: Campus, 1998.
- TRAVERS, C.J.; COOPER, C.L. *Teachers under pressure*. London: Routledge, 1996.
- TRIVIÑOS, A.N. *Introdução à pesquisa em ciências sociais*. São Paulo: Atlas, 1987.
- WARR, P.B. *Work, unemployment and mental health*. Oxford: Clarendon, 1987.

### Occupational stress of higher education teachers

Academic activities have passed for deep transformations, which change their meanings to the teachers, and also teachers' health. In this study, our goal is to analyze professors' activities in relation to occupational stress variables, emphasizing work situation and mental health. Our research and has a quantitative and qualitative approach. It embraced 170 professors from three different kind of educational institutions: a federal public, a catholic, and in a private one, all of them located at Belo Horizonte (Brazil). The collected data through a structured questionnaire associated to complementary non structured interviews scripts, show satisfactory occupational levels (low scores), no matter kind of dedication to academic activities. However, we found facts that indicate higher stress levels among our sample, what confirms other studies' results about this theme what compromises mental health of teachers. This study is relevant because it refers to a professional category poorly studied in Brazil. It also discusses issues from teaching activity trying a better understanding of its variables. Finally, we present recommendations to the academy, to the professors and to the universities to improve health level at educational institutions.

**Uniterms:** teacher, teaching activities, stress, mental health.

### Stress ocupacional de profesores de la enseñanza superior

Las actividades académicas han pasado por cambios profundos que afectan tanto su significado para los profesores como los aspectos relacionados con la salud de los individuos. En este estudio, la meta es analizar las actividades de los profesores en lo referente a variables de stress ocupacional, poniendo de relieve la situación de trabajo y la salud mental. La investigación tiene enfoques cuantitativo y cualitativo. Se entrevistaron a 170 profesores de tres instituciones de enseñanza superior (un centro universitario privado, una universidad confesional privada y una universidad pública federal) ubicadas en Belo Horizonte (Brasil). Los datos recogidos, por medio de cuestionarios y entrevistas, demuestran niveles de stress ocupacional satisfactorios (bajos), independientemente del tipo de dedicación a las actividades académicas. Sin embargo, hay indicios que tienden a confirmar los resultados de otros estudios sobre el tema: niveles de stress más altos que los que se presentaron, lo que compromete la salud mental de los profesores. Este estudio trata de una categoría profesional poco estudiada en Brasil; discute también cuestiones concernientes a la actividad de enseñanza, buscando la mejor comprensión de sus variables, y presenta, al final, recomendaciones de carácter académico a las instituciones de enseñanza y a los profesores.

**Palabras clave:** profesor, actividades de enseñanza, stress, salud mental.