

Estresse ocupacional de docentes do ensino médio de instituições públicas

Occupational stress of high school teachers in public institutions

DOI:10.34117/bjdv7n3-640

Recebimento dos originais: 08/02/2021

Aceitação para publicação: 24/03/2021

Cláudia Kümmel Moreira

Mestre em Administração - Centro Universitário Unihorizontes
Universidade Federal de Viçosa
36570-900 Viçosa-MG
e-mail: claudiakummel@gmail.com

Luiz Carlos Honório

PhD em Administração - CEPEAD/FACE/UFMG e Birmingham Business School
Faculdade Universus Veritas de Belo Horizonte – Graduação em Psicologia
30350-190 – Belo Horizonte – Minas Gerais – Brasil
e-mai: lucahonorio@yahoo.com.br

RESUMO

O presente artigo procurou descrever e analisar os níveis de estresse ocupacional e suas manifestações nos docentes de ensino médio de escolas públicas no município de Viçosa – MG e identificar os fatores de estresse no trabalho, os principais sintomas e as estratégias de como lidar com o estresse ocupacional. Tratou-se de pesquisa descritiva, explicativa, com abordagem quantitativa e utilização da técnica survey com aplicação de questionário estruturado. As escalas utilizadas basearam-se no Modelo de Cooper, Sloan e Williams (1988), Honório (1998) e Zille (2005). Os resultados apresentaram maior significância quanto aos fatores de pressão no trabalho, na variável estrutura e no clima organizacional, e no desenvolvimento na carreira. Também evidenciaram maior predominância dos sintomas mentais sobre os físicos, como dores nos músculos do pescoço e dos ombros. Quanto às estratégias de combate ao estresse, as mais utilizadas pelos pesquisados foram o planejamento das atividades, o gozo de férias regulares e as conversas com os amigos. Acerca dos resultados obtidos, observou-se que os professores das instituições públicas estaduais apresentam maior fator de pressão comparados com os das escolas públicas federais e que as mulheres possuem maiores sintomas físicos e mentais que os homens.

Palavras-Chave: Estresse organizacional. Docentes do ensino médio. Estresse de docentes.

ABSTRACT

The present article sought to describe and analyze occupational stress levels and their manifestations in public high school teachers in the city of Viçosa - MG and to identify work stress factors, main symptoms and strategies to deal with occupational stress. . It was a descriptive, explanatory research, with quantitative approach and use of survey technique with application of structured questionnaire. The scales used were based on Cooper's Model, Sloan and Williams (1988), Honorio (1998) and Zille (2005). The results were more

significant regarding work pressure factors, the variable structure and organizational climate, and career development. They also showed a greater predominance of mental symptoms than physical ones, such as pain in the neck and shoulder muscles. As for strategies to combat stress, the most used by respondents were the planning of activities, the enjoyment of regular vacations and conversations with friends. Regarding the results obtained, it was observed that teachers of state public institutions have a higher pressure factor compared to those of federal public schools and that women have higher physical and mental symptoms than men.

Keywords: Organizational stress. High school teachers. Stress of teachers

1 INTRODUÇÃO

O estresse vem ganhando destaque tanto na esfera nacional como na internacional. Em 1973, foi criada a *International Stress Management Association (ISMA)*, nos Estados Unidos. Atualmente, a *ISMA* está representada em doze países: Alemanha, Austrália, Espanha, Estados Unidos, França, Holanda, Hong Kong, Índia, Inglaterra, Japão, Rússia e Brasil, e é a mais antiga associação para o gerenciamento do estresse e ainda a única com caráter internacional (ISMA - BR, 2019). O Brasil ficou em segundo lugar no *ranking* de maior nível de estresse, em média 70% da população sofre desse mal, sendo ultrapassado somente pelo Japão, de acordo com pesquisa da *ISMA Best Regards* (CORREIO, 2017). Vale ressaltar que o objetivo geral da *ISMA* é desenvolver o conhecimento científico a respeito do gerenciamento do estresse, tanto dentro quanto fora do ambiente laboral. Interessa a este estudo investigar e compreender o fenômeno dentro da organização.

O estresse é temática sempre atual, oriunda da diversidade do contexto social e das vulnerabilidades a que os trabalhadores estão sujeitos no processo laboral (PAPARELLI *et al.*, 2019). A questão do estresse é fenômeno mundial, com elevado impacto nas organizações, principalmente nos sistemas de ensino, pois compromete tanto a saúde dos docentes quanto a qualidade da educação. Estudos mostram as relações do estresse ocupacional com o desenvolvimento da carreira profissional dos docentes (SILVA, 2015; NUNES, 2017; PEREIRA, 2019).

O novo ambiente organizacional é percebido no início do século XXI, com necessidade de se adaptar a uma sociedade em constante transformação, com exigências, oportunidades, mercado e economia, guiados pela inovação e tecnologia (ALIANTE, 2018; CARLOTTO; CÂMARA; OLIVEIRA, 2019). Para Davel e Melo (2005), o contexto organizacional é demarcado por movimento de racionalização e modernização, sustentado por várias reestruturações orientadas para a flexibilização dos processos de produção e de organização do trabalho.

Cooper (2008) considera o estresse organizacional como estado decorrente da relação que o indivíduo estabelece com o seu trabalho. Para o autor, os fatores de estresse se manifestam no indivíduo, apresentando sintomas individuais, como doenças físicas e mentais e sintomas organizacionais, por meio de disfunções organizacionais. Ainda segundo o autor, o grau que os estressores prejudica o trabalhador depende de aspectos individuais, do contexto organizacional e da construção de estratégias para superar o estresse e as fontes estressoras. Portanto, existem categorias profissionais que têm maiores propensões ao estresse do que outras. A categoria dos docentes está entre as que se mostram favoráveis ao desenvolvimento do estresse ocupacional (RIBEIRO, 2015; SILVA, 2016; MENEZES *et al.*, 2019).

Este estudo pretende contribuir para a problematização do estresse em decorrência da diversidade de elementos que estão presentes no ambiente laboral dos docentes, como: sobrecarga de trabalho, condições estruturais e físicas, fatores econômicos e padronização de práticas organizacionais. Diante do exposto, questiona-se qual o nível de estresse no trabalho de professores do ensino médio e quais fatores de pressão predominam em sua função.

Para responder a esse questionamento, este estudo foi conduzido com o objetivo de descrever e analisar os níveis de estresse ocupacional e suas manifestações nos docentes do ensino médio de escolas públicas no município de Viçosa - MG, tendo em vista a perspectiva de Cooper, Sloan e Williams (1988). Mais especificadamente, identificar os fatores de estresse no trabalho, os principais sintomas relacionados ao estresse e as estratégias para lidar com o estresse ocupacional.

No âmbito acadêmico, este estudo se justifica por possibilitar a expansão de novas pesquisas na área, podendo significar alerta para as instituições de ensino, tendo em vista a importância do papel do professor na sociedade. Este estudo também poderá contribuir como advertência para a sociedade contemporânea em decorrência do estresse e da diversidade de várias circunstâncias que propiciam o estresse no ambiente do trabalho, como sobrecarga de trabalho, condições estruturais e físicas, fatores econômicos e padronização de práticas organizacionais, que refletem diretamente no exercício da docência.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Nesta seção serão abordados os conceitos e as bases do Estresse ocupacional - considerações gerais e conceituais; O Modelo de Cooper, Sloan e Williams; Estresse ocupacional na docência.

2.1 ESTRESSE OCUPACIONAL - CONSIDERAÇÕES GERAIS E CONCEITUAIS

Cooper (1998) definiu o estresse ocupacional como problema de natureza perceptiva, resultante da incapacidade de lidar com as fontes de pressão no trabalho, tendo como consequências problemas na saúde física, mental e na satisfação no trabalho, afetando o indivíduo e as organizações. Rossi, Quick e Perrewé (2009) definem que o estresse ocupacional pode ser considerado como uma reação prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho e destacam três dimensões mais importantes do estresse ocupacional: a exaustão, o ceticismo e o sentimento de ineficácia profissional. Essas três dimensões têm inter-relação estruturada no sentido de a exaustão, que ocorre em relação às exigências do meio ambiente, levar ao ceticismo, que, por sua vez, diminui a eficácia profissional. (ROSSI; QUICK; PERREWÉ, 2009).

O estresse organizacional, considerado como estado decorrente das relações que o indivíduo estabelece com o seu trabalho, tornou-se fonte importante de preocupação e estudo, pois pode provocar perturbações no bem-estar psicossocial do indivíduo, principalmente quando as demandas do ambiente ocupacional ultrapassam as capacidades físicas e, ou, psíquicas do indivíduo de lidar com elas (COOPER, 2008).

Segundo Tamayo (2008), o estresse no trabalho é consequência dos impactos provocados pelas constantes manifestações de tensão nos ambientes laborais, tais como situações de ameaça, fortes cargas de pressão, segurança, autoestima, convívio e condições de trabalho, ou seja, as situações antagônicas vivenciadas pelos trabalhadores no cotidiano. Já para as organizações, os impactos são: uso abusivo de álcool, drogas, insatisfação, falta de comprometimento, afastamento do trabalho e baixo índice de produtividade.

Nesta perspectiva, o estresse ocupacional pode ser resultado da relação de diversos fatores e das tensões geradas no ambiente de trabalho, relacionadas a ruídos, higiene do ambiente de trabalho, clima, espaço físico, iluminação, temperatura e sobrecarga de trabalho (PEREIRA; ZILLE, 2016). Entre os fatores citados, cabe ainda expor que as atividades profissionais nos últimos anos têm sofrido aumento da intensidade do ritmo de trabalho, por causa das exigências de cumprimento de determinações dos gestores do processo, o que aumenta o desgaste orgânico dos profissionais (FILHO; ARAUJO, 2015).

Neste contexto, Nodari *et al.* (2014) identificam que o estresse pode ser originado tanto de fontes estressoras internas quanto externas. As internas são desencadeadas pelo próprio indivíduo, de acordo com sua personalidade, estilo de vida e características pessoais, que dificultam sua relação com o outro e sua expressividade. Quanto às externas, variam de acordo com as reações do sujeito frente às circunstâncias do ambiente, como emprego, acidentes, dentre outras. A partir dessas situações estressantes, os reflexos são observados tanto no indivíduo quanto em suas relações no local de trabalho e na vida como um todo. Weber *et al.* (2015) pontuam que o estresse é fenômeno que pode estar presente em qualquer profissão, mas existem aquelas que, em razão da exposição do profissional a situações mais desgastantes, tanto físicas quanto emocionais, propiciam esse agravante. Para auxiliar na composição desta revisão de literatura, foi feita, com base no julgamento do pesquisador quanto à sintonia com a pesquisa aqui proposta, a qual se relaciona com o Modelo de Cooper, Sloan e Williams (1998), tratado na seção seguinte.

2.2 O MODELO DE COOPER, SLOAN E WILLIAMS

Cooper, Sloan e Williams (1988) acreditam que os agentes estressores estão presentes em qualquer ambiente de trabalho, todavia, o aparecimento do estresse depende dos tipos de agentes e da intensidade com que se manifestam, e está relacionado com o contexto organizacional e com a personalidade de cada indivíduo. Essa abordagem sobre o estresse também considera que, embora os indivíduos estejam sujeitos aos agentes estressores, é possível combatê-los por meio do autoconhecimento e da consequente mudança de comportamento e estilo de vida. O estresse apresenta duas tipologias, distresse e eustresse, distintas pela forma de manifestação. O distresse é também chamado o estresse da derrota, por representar o lado negativo; e o eustresse é considerado o estresse positivo, por estimular a superação e o prazer no indivíduo (PEREIRA; ZILLE, 2016).

Cooper, Sloan e Williams (1988) criaram um modelo teórico de referência para o estudo do estresse ocupacional, considerando que todas as ocupações profissionais possuem agentes estressores, que podem ser classificados de acordo com as seguintes categorias: fatores intrínsecos ao trabalho – aspectos que caracterizam a natureza e o conteúdo da tarefa; papel gerencial – supervisão e controle do trabalho; inter-relacionamento – nível de apoio e disponibilidade das pessoas para conviverem entre si, dentro e fora do trabalho; desenvolvimentos na carreira/realização – oportunidades que a organização oferece visando compensar, promover e valorizar o desempenho profissional; clima e estrutura organizacional – políticas e valores disseminados pela organização, a fim

de propiciar ambiente de trabalho saudável; e interface casa/trabalho – aspectos particulares da conciliação entre vida profissional e familiar do indivíduo.

O modelo de estresse ocupacional proposto pelos autores facilita a identificação dos fatores de pressão e das estratégias de combate ao estresse, adotadas pelos indivíduos. Este modelo já foi validado por diversos estudos internacionais e nacionais, como Moraes e Kilimnik (1994), Zille (2005), além de se adequar às condições de trabalho da categoria ocupacional, objeto deste estudo. Reflete, ainda, que as fontes de pressão estão no ambiente laboral e que os trabalhadores estão sujeitos aos sintomas do estresse, com manifestações individuais, provocando doenças que comprometem o desempenho individual e, conseqüentemente, refletem no desempenho organizacional.

Para Kilimnik *et al.* (2012), o estresse ocupacional provoca prejuízos para as organizações, por causa das perdas econômicas, pelo absenteísmo e rotatividade. Portanto, os gestores necessitam buscar estratégias de intervenção, seja com o foco na organização ou no trabalhador. Lazarus e Folkman (1984) consideram que existe processo dinâmico, cognitivo e consciente de avaliação contínua entre indivíduo e ambiente, e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos indivíduos, denominadas de *coping*, têm papel fundamental nas respostas do indivíduo diante dos estressores.

Portanto, o estresse vem sendo tema de debate e estudos na atualidade, alguns serão destacados com a utilização do Modelo de Cooper, Sloan e Williams (1988) que é objeto deste estudo e utilizado nas mais diversas atividades profissionais como: gerentes (PORTELA, 2011); médicos (KILIMNIK *et al.*, 2012); enfermeiros (CONTO, 2013); caixas bancários (PERES; HONÓRIO, 2015); e docentes (PEREIRA, 2019). Como dito na introdução do artigo, a categoria dos docentes foi escolhida para ser pesquisada.

2.3 ESTRESSE OCUPACIONAL NA DOCÊNCIA

Apesar de o estresse ser uma reação normal do organismo e indispensável para a sobrevivência humana, pode também resultar em inúmeras conseqüências negativas para a saúde e para a qualidade de vida do professor. Estudos evidenciam que o estresse no trabalho pode provocar diversas formas de adoecimento, que acabam aumentando o número de licenças médicas, queda de produtividade e dificuldades nos relacionamentos interpessoais (LIPP, 2012; PERES; HONÓRIO, 2015).

A situação atual do magistério brasileiro consiste em baixa remuneração e nas péssimas condições de trabalho, com desprestígio crescente na carreira, como conseqüência, afugenta as novas gerações do interesse pela carreira, causando o

decréscimo do número de alunos inscritos em licenciatura nos processos seletivos (VICENTINI; LUGLI, 2009). Para Mazon e Leite (2013), as dificuldades se acumulam para o educador que necessita se adequar às novas exigências que agenciam a aprendizagem de seus alunos como: jornadas de trabalho excessivas, pressões burocráticas de colegas e superiores, desobediência dos aprendizes, falta de consideração pelo trabalho, aborrecimento advindo das tarefas repetitivas, múltiplas demandas geradoras de contínua e crescente tensão, fatores ergonômicos como: desenho e conservação do mobiliário escolar, luminosidade deficiente das salas de aula, falta de isolamento acústico, elevado nível de ruído e de temperatura do recinto e limitações humanas. Neste sentido, a falta de motivação entre os docentes pode causar grande impacto na desestruturação geral do organismo (GOULART JR.; LIPP, 2011).

O estresse ocupacional na área de educação reporta-se a um conjunto de fatores de respostas e sentimentos negativos, aliados a alterações fisiológicas e bioquímicas, geralmente de caráter patogênico, que se configura em reflexos da atividade a partir da percepção de que as exigências profissionais se constituem ameaça à autoestima ou ao bem-estar, reforçando a necessidade de intervenções em suas condições de trabalho (ZILLE; CREMONEZI, 2013). Representa problema de natureza perceptiva, resultante da incapacidade de lidar com as fontes de pressão no trabalho, tendo, como consequências, problemas na saúde física, mental e na satisfação no trabalho, afetando não só o indivíduo, mas também as organizações (COOPER; KELLY, 1993).

3 METODOLOGIA

Trata-se de pesquisa descritiva e explicativa, cujo objetivo principal foi descrever e analisar elementos que pressionam professores que lecionam em instituições públicas do ensino médio, localizada na cidade de Viçosa – MG, e os predispõem ao estresse ocupacional. Quanto ao caráter explicativo, a pesquisa buscou correlacionar variáveis demográficas e ocupacionais com o estresse ocupacional.

Utilizou-se abordagem quantitativa com levantamento de campo, tipo *survey* (BABBIE, 2003), por meio do uso de técnica padronizada, ou seja, o questionário. A unidade de análise da pesquisa foi composta pelas escolas públicas de ensino médio em Viçosa – MG e os sujeitos são todos os professores que lecionam nessas escolas e se dispuseram a responder à pesquisa. Portanto, o processo de amostragem não foi probabilístico.

A coleta de dados foi por meio de questionário estruturado, para mensurar o estresse dos docentes de ensino médio, apoiado nos dados pessoais e na escala *Likert*, foi dividido em quatro seções: a primeira refere-se aos dados demográficos, ocupacionais e de hábitos de vida dos respondentes. A segunda seção avaliou a frequência com que os sentimentos se manifestam, de modo que fontes potenciais de pressão no trabalho, extraídas de Honório (1998), reduzida do Modelo de Cooper, Sloan e Williams (1988). A terceira seção avaliou a frequência com que determinadas sensações físicas e mentais foram experimentadas pelos respondentes. A quarta seção avaliou as estratégias utilizadas pelos pesquisados, para lidar com as fontes potenciais de pressão no trabalho. As escalas pertencentes às seções 3 e 4 foram extraídas de Zille (2005).

As respostas obtidas por meio de 79 questionários foram tabuladas e posteriormente elaboradas, utilizando-se o *Software Microsoft Excel 2010*, e as análises estatísticas, uni e bivariadas, foram realizadas por meio do *Software IBM SPSS Statistics*, versão 20.

4 DESCRIÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Esta seção tem por objetivo descrever e explicar o estresse ocupacional nas perspectivas das variáveis demográficas, ocupacionais e de hábitos de vida, assim como a análise uni e bivariadas das dimensões do estresse ocupacional dos docentes que lecionam para o ensino médio.

4.1 ANÁLISE DESCRITIVA DAS VARIÁVEIS DEMOGRÁFICAS, OCUPACIONAIS E DE HÁBITOS DE VIDA

A pesquisa mostra que dentre os 79 entrevistados, 32 (40,5%) pertencem ao sexo masculino e 47 (59,5%) ao sexo feminino, com maior concentração na faixa etária acima de 46 anos (35,44%), além disso, observa-se que a maior proporção de entrevistados do sexo masculino, em relação ao sexo feminino, encontra-se nas faixas etárias de 26 a 30 anos e acima de 46 anos, e, para essa última faixa etária, o número de pessoas do sexo masculino é expressivamente maior. Foi possível perceber, portanto, diminuição no número de homens ingressando neste mercado de trabalho ao longo dos anos.

Em relação ao estado civil é possível observar que 48,1% dos entrevistados são casados; 44,3% são solteiros; 6,3% são separados; e 1,3% são viúvos. Já em relação ao número de filhos, aproximadamente 50% dos entrevistados não possuem filhos, enquanto 26,6% possuem um filho; 20,3% possuem dois filhos; e apenas 3,8% possuem três filhos.

Quanto ao tipo de instituição na qual os entrevistados estão alocados, 78,48% pertencem a instituições públicas estaduais, enquanto 21,52% pertencem a instituições públicas federais. No que tange ao grau de escolaridade dos entrevistados, percebe-se que a maioria possui graduação ou alguma titulação superior (98,7 %). Denota-se, também, que, dentre os profissionais pertencentes a instituições públicas federais, a menor titulação observada é o Mestrado. Além disso, dentre os profissionais das instituições públicas federais, a titulação de maior concentração é o Doutorado Completo, representando 64,7% desta classe e 13,9% do total de entrevistados.

Em relação ao tempo de trabalho, 45% dos entrevistados estão há menos de cinco anos em suas respectivas instituições, destes, 19% estão há menos de um ano. No entanto, também há entrevistados (27,7%) com tempo de trabalho superior a 16 anos. Quanto às horas de trabalho, nota-se que a maioria dos pesquisados (82,3%) realiza jornada entre 20 e 40 horas semanais. Evidenciou diferença entre o tipo de instituição, de modo que aqueles que trabalham em escolhas públicas federais possuem, em sua maioria, carga horária de até 40 horas aulas semanais (53% dentro da mesma classe ou 11,4% em relação ao total).

Os resultados apresentam que 67,09% dos entrevistados, às vezes, realizam algum tipo de trabalho durante os sábados, domingos e feriados. No entanto, chama a atenção que, aproximadamente 25% dos entrevistados, sendo 85% deles pertencentes às instituições públicas estaduais, realizam trabalhos, nesses dias, com frequência ou sempre.

Quanto ao hábito de fumar, os resultados mostraram que 88,61% dos entrevistados não apresentam este hábito. Dentre os 11,39% fumantes, 6,3% atestam que fumam até 10 cigarros por dia; 2,5% fumam de 11 a 20 cigarros por dia; e apenas 1,3% relataram fumar mais de 20 cigarros por dia. Já em relação ao hábito de ingerir bebidas alcoólicas, 74,68 % dos pesquisados apresentam este hábito, 62% relataram consumir às vezes ou raramente, não apresentando significância quando comparados por sexo ou pelo tipo de instituição. Por fim, em relação ao hábito de ir ao médico, a maior parte dos entrevistados realiza consultas com periodicidade de seis meses (17,7%) e um ano (63,3%).

4.2 ANÁLISE UNIVARIADA DAS DIMENSÕES DO ESTRESSE OCUPACIONAL

O objetivo desta análise é comparar as variáveis relacionadas às dimensões do estresse ocupacional, como os fatores associados à pressão no trabalho, os sintomas físicos e mentais e, por fim, às estratégias de combate ao estresse ocupacional. O exame de confiabilidade dessas dimensões foi concebido por meio do coeficiente de consistência interna, conhecido como Alfa de *Cronbach*. Conforme pode ser observado na Tabela 1, em

relação às questões vinculadas aos fatores de pressão no trabalho, o alfa de Cronbach calculado foi superior a 0,61, atestando sua confiabilidade.

Tabela 1 – Dimensões de pressão no trabalho

Dimensão	Alfa de Cronbach
Interface Casa e Trabalho	0,80
Estrutura e Clima Organizacional	0,79
Desenvolvimento na Carreira	0,78
Papel Gerencial	0,75
Fatores Intrínsecos ao Trabalho	0,69
Inter-relacionamento	0,61

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Já para as questões relacionadas aos sintomas físicos e mentais, os valores de alfa de Cronbach foram de (0,87) e (0,93), respectivamente, e às estratégias de combate ao estresse ocupacional, (0,90), também confirmando a confiabilidade da análise.

4.2.1 Análise dos fatores de pressão no trabalho

A escala de fatores de pressão decorrente do trabalho foi do tipo *Likert* de cinco pontos, o valor 3,0 foi considerado escore médio ou mediano. Uma vez que o grau de pressão nesta escala gradua-se de “Não me pressiona nada” para “É uma fonte de pressão muito forte para mim”, significa dizer que as variáveis que apresentaram escores acima de 3,0 indicam uma situação de pressão elevada; entre 2,0 a 3,0 (inclusivos), uma situação de pressão leve ou intermediária; e abaixo de 2,0, ausência de pressão. Foi utilizada a média e a mediana como medida de tendência central e medida de dispersão, o desvio-padrão e o intervalo interquartil (P₂₅ e P₇₅).

Quanto à definição de quais testes estatísticos seriam adequados para o tratamento das amostras, realizou-se análise de normalidade para todos os fatores, por meio do teste de *Kolmogorov-Smirnov*. Foi observado que nenhum dos fatores em todas as dimensões do estresse ocupacional possui distribuição normal, portanto, para a análise de diferenças entre os fatores em cada dimensão do estresse ocupacional foi utilizado o teste de *Friedman* (Tabela 2).

Tabela 2 – Avaliação dos escores referentes às dimensões de pressão na amostra total

Fatores de pressão	Resultados		
	Media	P-valor	Conclusão
i. Estrutura e Clima Organizacional	2,78	< 0,000**	i = ii > iii = iv = v = vi
ii. Desenvolvimento na Carreira	2,73		

iii. Interface Casa e Trabalho	2,53
iv. Inter-relacionamento	2,49
v. Fatores Intrínsecos ao Trabalho	2,48
vi. Papel Gerencial	2,29

- Probabilidades de significância (p-valor) referem-se ao teste de *Friedman*.

- Os valores de p-valor em negrito indicam diferenças significativas. Nível de confiança de 99,0% (p-valor < 0.01).

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

É possível inferir que há diferença estatística entre os diferentes fatores de pressão, a 1% de significância. Os fatores puderam ser agrupados em dois grupos, em relação à pressão, de modo que a “estrutura e o clima organizacional” e o “desenvolvimento na carreira” representam os fatores de maior impacto no estresse do indivíduo, e fatores como “interface casa e trabalho”, “inter-relacionamento”, “fatores intrínsecos ao trabalho” e o “papel gerencial”, também influenciam o estresse do indivíduo, porém de forma mais branda. Este resultado corrobora com os estudos de Zille e Cremonezi (2013), evidenciando a necessidade de intervenções no ambiente de trabalho dos docentes. Tais informações podem ser melhores observadas na Tabela 3, na qual é realizada uma caracterização da amostra total em relação aos fatores de pressão no trabalho.

Tabela 3 – Caracterização da amostra total, segundo as dimensões de pressão no trabalho

Dimensões de pressão no trabalho	Medidas descritivas				
	Média	D.P	P25	Mediana	P75
i. Estrutura e Clima Organizacional	2,78	0,95	2,00	2,86	3,37
ii. Desenvolvimento na Carreira	2,73	0,86	2,11	2,78	3,00
iii. Interface Casa e Trabalho	2,53	0,86	1,75	2,57	3,25
iv. Inter-relacionamento	2,49	0,77	1,80	2,40	3,00
v. Fatores Intrínsecos ao Trabalho	2,48	0,69	2,00	2,56	2,94
vi. Papel Gerencial	2,29	0,82	1,67	2,33	2,83

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Quanto à “Estrutura e clima organizacional”, com escore de 2,78, o fato de se ter “recursos insuficientes para trabalhar” e a “falta de comunicação e consulta durante decisões importantes” são fatores de elevado impacto sobre o estresse do profissional, como relatado no estudo de Vicentini e Lugli (2009). Além disso, os demais fatores, como lidar com a política da instituição, discriminação e favoritismo encobertos, o “clima” de trabalho que percebo na instituição, algumas características da estrutura da organização na qual trabalho e conflito entre meus valores e os da instituição, merecem destaque, pois

apresentam médias superiores a 2,43, podendo ser considerados de impacto intermediário e leve.

Para o fator “Desenvolvimento na Carreira”, com escore 2,73, a “falta de possibilidades de avanço na carreira” e o “nível do salário” são os que representam as maiores fontes de estresse para os participantes. Os demais fatores exercem influência intermediária ou leve, sendo o fator “ser promovido além de minhas capacidades”, o de menor impacto. Essa realidade corrobora com o estudo de Aliante (2018), afetando a motivação dos docentes e propiciando o favorecimento de aumento do nível de estresse e surgimento de sintomas físicos e mentais, assunto da próxima subseção.

4.2.2 Análise dos sintomas físicos e mentais

Quanto às questões envolvendo sintomas físicos e mentais promovidos pelo estresse ocupacional, utilizando o teste de *Kolmogorov-Smirnov*, foi observado que não seguiram distribuição normal, portanto, para os sintomas físicos e mentais foi utilizado o teste de *Friedman* (Tabela 4).

Tabela 4 – Avaliação dos escores referentes aos sintomas na amostra total

Sintomas	Resultados		
	Média	P-valor	Conclusão
Mentais	2,69	< 0,000*	Mentais > Físicos
Físicos	2,23		

- Probabilidades de significância (p-valor) referem-se ao teste de *Friedman*.

- Os valores de p-valor em negrito indicam diferenças significativas.

* nível de confiança de 99,0% (p-valor < 0.01)

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

É possível inferir que há diferença estatística entre os tipos de sintomas, a 1% de significância, e que os sintomas mentais são aqueles que possuem maior influência sobre o estresse do indivíduo. No entanto, conforme pode ser constatado na Tabela 5, por meio da caracterização da amostra total em relação aos tipos de sintomas, nenhum dos tipos de sintomas apresentou escore médio superior a 3,0, ou seja, fatores de baixa frequência, podendo ser classificados como de associação leve ou intermediária ao estresse dos indivíduos entrevistados.

Tabela 5 – Caracterização da amostra total segundo o tipo de sintoma

Interface casa e trabalho	Medidas descritivas				
	Média	D.P	P25	Mediana	P75
Mentais	2,69	0,96	1,75	2,50	3,38
Físicos	2,23	0,65	1,80	2,13	2,60

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Em análise mais detalhada, em que cada tipo de sintoma foi caracterizado separadamente, pode-se deduzir que o tipo de sintoma físico de maior frequência foram as dores nos músculos do pescoço e dos ombros, obtendo escore médio igual a 3,10. Outros sintomas como fadiga, comer mais do que o usual, dores de cabeça, insônia, indisposição gástrica e respiração ofegante, também foram relatados pelos entrevistados, porém com frequência mais baixa. Esses resultados também foram apontados por Ribeiro (2015).

Já em relação aos sintomas mentais, a “ansiedade” é aquela que exerce maior frequência em relação ao estresse ocupacional dos pesquisados, com escore médio de 3,37. Todos os demais sintomas mentais também foram apontados com frequência intermediária ou baixa, com exceção da “sensação de pânico”, que obteve escore médio igual a 1,87, aparentando não ter relação com o estresse ocupacional dos indivíduos entrevistados. A seguir, destacam-se as estratégias utilizadas pelos docentes com a finalidade de enfrentamento e minimização dos efeitos do estresse.

4.2.3 Análise das estratégias de combate ao estresse ocupacional

Assim como nas demais dimensões do estresse ocupacional, a escala para as estratégias de combate ao estresse ocupacional também foi do tipo *Likert* de cinco pontos, e o valor 3,0 foi considerado escore de frequência média. Para sintetizar as informações desta escala, pode ser observado na Tabela 6, em que o escore médio para este indicador foi de 3,49.

Tabela 6 – Caracterização da amostra total segundo as estratégias de combate ao estresse

Estratégias de combate ao estresse	Medidas descritivas				
	Média	D.P	P25	Mediana	P75
Indicador	3,49	1,16	3,0	4,0	4,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Analisando separadamente cada estratégia de combate ao estresse, observou-se que os participantes da pesquisa utilizam, com frequência relativamente alta, de diversas estratégias, com destaque para o “planejamento das atividades”, o “gozo de férias

regulares” e “conversas com os amigos”. Por outro lado, a estratégia de se “procurar apoio social sempre que possível”, foi a estratégia de menor frequência, sendo a única com escore médio inferior a 3,0. Os resultados destacaram estratégias individuais e coletivas, corroborando com os estudos de Cooper, Sloan e Williams (1998) e Pereira (2019).

4.3 ANÁLISE BIVARIADA DAS DIMENSÕES DO ESTRESSE OCUPACIONAL

Neste estudo, a análise bivariada foi utilizada com o objetivo de buscar correlações entre os dados demográficos, ocupacionais e de hábitos de vida, como gênero, faixa etária, escolaridade, setor de trabalho, tempo de trabalho, horas semanais de trabalho e o uso de bebida alcoólica; e as dimensões do estresse ocupacional como os fatores de pressão, os tipos de sintomas e as estratégias de combate ao estresse. Como este estudo não apresentou distribuição normal para a comparação dos fatores de pressão no trabalho *versus* os dados demográficos, ocupacionais e hábitos de vida, foi utilizado o teste de *Kruskall Wallis* para comparação entre mais de um fator (faixa etária, formação acadêmica, tempo de trabalho na instituição, horas semanais de trabalho), e o teste de *Mann-Whitney* para comparações pareadas (gênero, tipo de instituição e consumo de bebida alcoólica), a 5% de significância ($p < 0,05$).

4.3.1 Fatores de estresse organizacional *versus* dados demográficos, ocupacionais e hábitos de vida

No teste de *Mann-Whitney*, a 5% de significância, não são observadas correlações significativas entre os fatores de pressão no trabalho e o gênero, faixa etária, formação acadêmica, tempo de trabalho na instituição, o total de horas aulas semanais e o consumo de bebida alcoólica dos indivíduos participantes do estudo. Contudo, denota-se correlação significativa entre o fator “Desenvolvimento na Carreira” e o tipo de instituição, conforme demonstra a Tabela 7.

Tabela 7 – Avaliação referentes fatores de pressão estratificados por tipo de instituição

Fatores de pressão	Tipo de Instituição	Média	D.P	Significância
Fatores Intrínsecos ao Trabalho	Pública Estadual	2,50	0,73	0,680
	Pública Federal	2,46	0,52	
Papel Gerencial	Pública Estadual	2,31	0,87	0,706
	Pública Federal	2,19	0,59	
Inter-relacionamento	Pública Estadual	2,30	0,84	0,399
	Pública Federal	2,53	0,46	

Desenvolvimento na Carreira	Pública Estadual	2,84	0,90	0,017 *
	Pública Federal	2,33	0,57	
Estrutura e Clima Organizacional	Pública Estadual	2,80	0,99	0,685
	Pública Federal	2,71	0,82	
Interface Casa e Trabalho	Pública Estadual	2,47	0,91	0,802
	Pública Federal	2,58	0,66	

- As probabilidades de significância referem-se ao teste de *Mann-Whitney* para amostras independentes.
- Os valores de significância em negrito indicam diferenças significativas de confiança de 95% (*) ou 99% (**).

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Neste caso, constata-se que, para os pesquisados pertencentes à rede pública estadual, o fator desenvolvimento na carreira possui maior influência na promoção do estresse ocupacional do que para os indivíduos alocados em instituições públicas federais. Esta diferença pode ser atribuída aos planos de carreiras a que estão submetidos os docentes da esfera estadual e federal, regidos por lei específica de cada esfera de atuação. A seguir, verifica-se a relação de sintomas de estresse com os dados demográficos, ocupacionais e hábitos de vida.

4.3.2 Tipo de sintomas *versus* dados demográficos, ocupacionais e hábitos de vida

Conforme apresentado na Tabela 8, pelo teste de *Mann-Whitney*, a 5% de significância, observa-se correlação significativa entre os tipos de sintomas físicos e mentais e o sexo dos pesquisados. Os indivíduos do sexo feminino aparentam ser mais afetados por sintomas físicos e mentais do que indivíduos do sexo masculino, como o estudo de Pereira (2019).

Tabela 8 – Avaliação dos escores referentes aos sintomas e estratificados por sexo

Sintomas	Gênero	Média	D.P	Significância
Sintomas Físicos	Masculino	2,04	0,62	0,031 *
	Feminino	2,36	0,64	
Sintomas Mentais	Masculino	2,42	0,98	0,014 *
	Feminino	2,89	0,91	

- As probabilidades de significância referem-se ao teste de *Mann-Whitney* para amostras independentes.
- Os valores de significância em negrito indicam diferenças significativas de confiança de 95%.

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Porém, não foram observadas correlações significativas entre os tipos de sintomas com: faixa etária, formação acadêmica, tempo de trabalho na instituição, total de horas semanais trabalhadas, consumo de bebida alcoólica. Entretanto, observa-se correlação significativa entre os sintomas mentais e o tipo de instituição. Neste caso, constata-se que

indivíduos de instituições públicas estaduais relatam sentir maior influência dos sintomas mentais do que indivíduos vinculados a instituições públicas federais. Por outro lado, não se observa correlação significativa entre os sintomas físicos e o tipo de instituição (Tabela 9).

Tabela 9 – Avaliação referentes aos sintomas e estratificados por tipo de instituição

Sintomas	Tipo de Instituição	Média	D.P	Significância
Sintomas Físicos	Pública Estadual	2,30	0,68	0,091
	Pública Federal	1,97	0,45	
Sintomas Mentais	Pública Estadual	2,82	0,99	0,036 *
	Pública Federal	2,27	0,71	

- Os valores de significância em negrito indicam diferenças significativas confiança de 95% (*) ou 99% (**).

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Pode-se inferir e relacionar que os fatores de estresse organizacional estão interligados aos sintomas apresentados nos docentes do ensino médio de escola pública estadual e federal, sendo o desenvolvimento na carreira um dos propensores, levando os professores da rede estadual a experimentar sentimento de insatisfação e falta de valorização profissional. A seguir serão apresentadas as estratégias de combate ao estresse em relação aos dados demográficos ocupacionais e hábitos de vida.

4.3.3 Estratégias de combate ao estresse ocupacional *versus* dados demográficos, ocupacionais e hábitos de vida

Ao realizar o teste de *Mann-Whitney*, a 5% de significância, não foram observadas correlações significativas entre as estratégias de combate ao estresse ocupacional com: gênero, formação acadêmica, tipo de instituição, tempo de trabalho na instituição, total de horas aulas semanais lecionadas e o hábito de consumir bebida alcoólica, pelos indivíduos participantes do estudo. Contudo, de acordo com a Tabela 10, a 5% de significância, observa-se correlação significativa entre as estratégias de combate ao estresse ocupacional e a faixa etária dos indivíduos pesquisados. Constata-se que indivíduos com faixa etária de 41 a 45 anos diferem, significativamente, dos indivíduos de 31 a 35 anos em relação ao envolvimento em estratégias de combate ao estresse ocupacional. As demais faixas etárias não apresentaram diferenças si.

Tabela 10 – Avaliação dos escores referentes às estratégias de combate ao estresse ocupacional estratificado por faixa etária

Indicador	Faixa etária	Média	D.P	Significância
Estratégias de combate ao estresse ocupacional	Até 25 anos	3,07	0,00	0,045 *
	De 26 a 30 anos	3,47	0,62	
	De 31 a 35 anos	3,89	0,44	
	De 36 a 40 anos	3,25	0,39	
	De 41 a 45 anos	2,85	1,11	
	Acima de 46 anos	3,56	0,74	

- As probabilidades de significância referem-se ao teste de *Kruskall Wallis* para amostras independentes.

- Os valores de significância em negrito indicam diferenças significativas de confiança de 95%.

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Os resultados ilustram que as pessoas mais jovens (até 40 anos) fazem maior uso de estratégias, comparadas com as pessoas mais seniores (acima de 40 anos).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo procurou descrever e analisar os níveis de estresse ocupacional e suas manifestações nos docentes do ensino médio de escolas públicas no município de Viçosa – MG. Buscou-se identificar os fatores de estresse no trabalho, os principais sintomas relacionados ao estresse e as estratégias para lidar com o estresse ocupacional.

Os resultados mostraram que os fatores de pressão no trabalho que apresentaram maior impacto no estresse dos indivíduos pesquisados foram a “estrutura e o clima organizacional” e o “desenvolvimento na carreira” e fatores como “interface casa e trabalho”, “inter-relacionamento”, “fatores intrínsecos ao trabalho” e o “papel gerencial”, também influenciam o estresse do indivíduo, porém de forma mais branda.

Quanto aos sintomas relacionados ao estresse, os mentais tiveram predominância sobre os físicos. Os sintomas de maior predominância foram as dores nos músculos do pescoço e dos ombros e entre os sintomas mentais houve predominância da ansiedade. Quanto às estratégias de combate ao estresse, as mais utilizadas pelos pesquisados foram o planejamento das atividades, o gozo de férias regulares e as conversas com os amigos.

Em relação aos fatores de estresse organizacional *versus* dados demográficos, ocupacionais e hábitos de vida, notou-se que o fator desenvolvimento na carreira, para os pesquisados pertencentes à rede pública estadual, possui maior influência na promoção do estresse ocupacional do que para os indivíduos alocados em instituições públicas federais. Já em relação aos sintomas físicos e mentais, indivíduos do sexo feminino aparentam ser mais afetados que indivíduos do sexo masculino e os indivíduos de instituições públicas

estaduais relatam sentir maior influência dos sintomas mentais do que indivíduos vinculados a instituições públicas federais. Ao analisar as estratégias de combate ao estresse, observou-se significância quanto à faixa etária dos pesquisados de 41 a 45 anos em relação aos indivíduos de 31 a 35 anos.

Este estudo contribuiu com a academia para ampliação das pesquisas sobre o estresse ocupacional na realidade dos docentes do ensino médio em instituições públicas, tanto na esfera estadual como federal. Os resultados contribuíram, também, para que as instituições propiciem estratégias para a minoração dos impactos do estresse na vida de seus profissionais, que prestam serviço de grande relevância social.

Como limitação do estudo aponta-se que os respondentes são do município de Viçosa, não abrangendo demais escolas da região. Como sugestão de pesquisas futuras, indica-se ampliar o estudo para abrangência regional ou estadual e também a possibilidade de se estudar como o estresse afeta o comprometimento organizacional.

REFERÊNCIAS

- ALIANTE, G. **Síndrome de Burnout e trabalho**: um estudo junto à professores moçambicanos do ensino fundamental das escolas da rede pública na cidade de Nampula. 2018. 131 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social e Institucional) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2018.
- BABBIE, E. **Métodos de pesquisa de survey**. Belo Horizonte: UFMG, 2003.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G.; OLVEIRA, M. E. T. Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais. **Revista Brasileira de Educação**, v. 24, p. 1-18, Ago., 2019.
- CONTO, F. **Estresse laboral e suas implicações no processo de cuidar e do autocuidado da equipe de enfermagem**. 2013. 172 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Programa Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.
- COOPER, C.L.; KELLY, M. Occupational stress in head teachers: a national UK study. **British Journal of Educational Psychology**, Edinburg, v. 63, p. 130-143, 1993.
- COOPER, C. **Theories of organizational stress**. New York: Oxford University Press, 1998.
- COOPER, C. L. A natureza mutante do trabalho: o novo contrato psicológico e os estressores associados. In: ROSSI, A. M.; PERREWÉ, P. L.; SAUTER, S. L. (Orgs.). **Stress e qualidade de vida no trabalho**: perspectivas atuais da saúde ocupacional. São Paulo: Atlas, 2008.
- COOPER, C.; SLOAN, S.; WILLIAMS, S. **Occupational stress indicator management guide**. London: Thorbay Press, 1988.
- CORREIO. **Brasil é o segundo país do mundo mais estressado, aponta ranking**. 2017. Disponível em: <https://www.correio24horas.com.br/noticia/nid/brasil-e-o-segundo-pais-do-mundo-mais-estressado-aponta-ranking/>. Acesso em: 30 out. 2019.
- DAVEL, E.; MELO, M. C. O. L. (Orgs.) **Gerência em ação**: singularidades e dilemas do trabalho gerencial. Rio de Janeiro: Ed. FGV, 2005.
- FILHO, A.M.; ARAUJO, T. M. Estresse ocupacional e saúde mental dos profissionais do centro de especialidades médicas de Aracaju. **Revista trabalho e Educação**, v.13, n. 1, p. 177- 199, 2015.
- GOULART JUNIOR, E.; LIPP, M. E. N. Estilo de liderança e estresse: uma pesquisa em escolas estaduais de ensino fundamental. **Revista brasileira de política e administração da educação**, v. 27, n. 2, p. 153-360, 2011.
- INTERNATIONAL STRESS MANAGEMENT ASSOCIATION – ISMA. **Nossa história**. 2019. Disponível em: <<http://www.ismabrasil.com.br/quem-somos> >. Acesso em: 30 out. 2019.
- KILIMNIK, Z. M.; BICALHO, R. F. S.; OLIVEIRA, L. C. V.; MUCCI, C. B. M. R. Análise do estresse, fatores de pressão do trabalho e comprometimento com a carreira: um

estudo com médicos de uma unidade de pronto atendimento de Belo Horizonte, Minas Gerais. **Revista Gestão e Planejamento**, Salvador, v. 12, n. 3, p. 668-693, set./dez. 2012.

LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. **Stress appraisal and coping**. New York: Springer Publishing Company, 1984. 456 p.

LIPP, M.N. **O stress do professor**. 7 ed. Campinas, SP: Papyrus, 2012.

MAZON, C. C. X.; LEITE, L. P. O mal-estar docente em gestores escolares. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 65, n. 2, p. 304-318, 2013.

MENEZES, T.; CAVALCANTE, D. R.; MONTEIRO, J. S.; BRUNO, J. N.; SILVA, K. R.; ALVES, M. C. Fatores de Estresse Laboral no Trabalho Docente: Uma Revisão Sistemática de Dados. **NANBIQUARA - Revista Científica do Centro Universitário Fametro**, v. 1, n. 01, p. 42 – 52, 2019.

MORAES, L. F. R.; KILIMNIK, Z. M.; O atual estado da arte da qualidade de vida no Brasil. In: ENCONTRO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA EM ADMINISTRAÇÃO, 18., 1994, Curitiba. **Anais...** Curitiba: ANPAD, 1994.

NODARI, N. L.; FLOR, S. R. A.; RIBEIRO, A. S.; HAYASIDA, N. M. A.; CARVALHO G. J. R. Estresse, conceitos, manifestações e avaliação em saúde: revisão de literatura. **Revista Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 2, n. 1, p. 61-74, maio 2014.

NUNES, M. S. **Estresse ocupacional**: estudo com professores do ensino superior de uma instituição privada na Região do Vale do Aço, MG. 2017. 107 f. Dissertação (Mestrado Administração) – Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte. 2017.

PAPARELLI, R.; ALMEIDA, T. B.; SILVA, D. L. D.; MORGADO, L. P. Adoecimento bancário: construção de estratégias individuais e coletivas para o enfrentamento do desgaste mental relacionado ao trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 44, e. 21, May 30, 2019.

PEREIRA, J. G. **Estresse ocupacional**: estudo com professores de uma universidade federal localizada no interior de Minas Gerais. 2019. 131 f. Dissertação (Mestrado Administração) – Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte. 2019.

PEREIRA, L. Z; ZILLE, G.P. O estresse no trabalho: uma análise teórica dos seus conceitos e interrelações. **Revista eletrônica Gestão e Sociedade**, v.4, n.7, p. 414-434, 2016.

PERES, R. S.; HONÓRIO, L. C. Estresse ocupacional e o trabalho do caixa: um estudo em grandes instituições bancárias localizadas em Belo Horizonte. In: ENCONTRO DO ANPAD, 39., 2015, Belo Horizonte. **Anais...** Belo Horizonte, 13 a 16 de setembro de 2015.

PORTELA, R. R. **Estresse ocupacional**: estudo com gerentes de cooperativas do Sistema Unimed no interior mineiro. 2011. 115 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Programa de Pós-Graduação em Administração, Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte, 2011.

RIBEIRO, T. A. **Estresse em professores do ensino fundamental**: estudo em uma escola social no sul do estado de Minas Gerais. (2015). 115 f. Dissertação (Mestrado em Administração), Centro Universitário Unihorizontes, Belo Horizonte. 2015.

ROSSI, A M.; QUICK, J. C. PERREWÉ, P. L. org. - **Stress e qualidade de vida no trabalho: o positivo e o negativo.** – São Paulo: Atlas, 2009.

SILVA, J. G. **Estresse Ocupacional e Enfrentamento no Trabalho:** um estudo com docentes da rede pública de ensino fundamental do 1º ao 5º ano do município de Imperatriz (MA). 2016. 97 f. Dissertação (Mestrado em Administração) da Universidade de Taubaté, 2016.

SILVA, S. L. **Estresse ocupacional em professores:** estudo no Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia de Minas Gerais. 2015. 134 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte. 2015.

TAMAYO, A. **Estresse e cultura organizacional.** São Paulo: All Books, 2008.

VICENTINI; P. P.; LUGLI, R. G. **História da profissão docente no Brasil:** Representações em disputa. São Paulo: Cortez, 2009.

WEBER, L. N. D.; LEITE, C. R.; STASIAK, G. R.; SANTOS, C. A.S.; FORTESKI, R. O. Estresse no trabalho do professor. **Imagens da Educação**, v. 5, n. 3, p. 40-52, 2015.

ZILLE, L. P. **Novas perspectivas para a abordagem do estresse ocupacional em gerentes:** estudo em organizações brasileiras de setores diversos. 2005. 253 f. (Tese de Doutorado). FACE, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte. 2005.

ZILLE, L. P.; CREMONEZI, A. M. Estresse no trabalho: Estudo com professores da Rede Pública Estadual de Minas Gerais. **REUNA**, Belo Horizonte - MG, Brasil, v.18, n.4, p. 111-128, out./dez. 2013.