

Docência e implicações ocasionadas pelo estresse na jornada de trabalho

Teaching and implications caused by stress in the workday

DOI:10.34117/bjdv8n5-136

Recebimento dos originais: 21/03/2022

Aceitação para publicação: 29/04/2022

Ricardo Ferreira

Mestrando em Ensino de Ciências em Educação
Instituição: Universidade Estadual da Paraíba
Endereço: Campina Grande – Paraíba
E-mail: mcta.ricardo@gmail.com

Rogério Silva de Vasconcelos

Mestre em Ensino de Ciências em Educação
Instituição: Universidade Estadual da Paraíba
Endereço: Campina Grande – Paraíba
E-mail: rogerio@gmail.com

Francisco Ferreira Dantas Filho

Professor Doutor do Departamento de Química
Instituição: DQ/CCT/UEPB
E-mail: dantasquimica@yahoo.com.br

Jacqueline Pereira Gomes

Doutoranda em Ensino de Química
Instituição: Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências e Educação
Matemática-PPGECM/UEPB
E-mail: jacquelinesolnet@gmail.com

José Sergio da Cunha

Mestre Ensino de Ciências em Educação
Instituição: Universidade Estadual da Paraíba
Endereço: Campina Grande - Paraíba
E-mail: cunhaclaudiasergio@yahoo.com.br

Zailton Frederico Beuttenmuller

Mestre Ensino de Ciências em Educação
Endereço: Av. Gov. Antonio da Silva Mariz, n.269, João Pessoa – Paraíba
E-mail: zailtonfb@gmail.com

RESUMO

Este artigo objetivou avaliar a presença de estresse entre professores universitários, e apresentar seus conhecimentos e consequências na vida educacional. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que foi realizada na Universidade Estadual, Campus I, Campina Grande, situada no Estado da Paraíba, a mesma contou com a colaboração de 30 professores. O instrumento de coleta de dados partiu da aplicação do Inventário de *Maslach Burnout*, que avaliava como o trabalhador vivencia o seu trabalho, é um

questionário com 20 perguntas objetivas inserida em uma escala do tipo Likert, a qual varia de 0 a 6. Os professores também foram convidados a responder duas questões discursivas sobre a Síndrome de Burnout. As questões que compuseram o roteiro foram elaboradas conforme o modelo de Sackmann, e para investigações de fenômenos psicossociais utilizou-se da análise de conteúdo de Bardin. Diante dos resultados obtidos, foi possível compreender que é necessário o esforço de reunir pesquisas, reflexões e experiências que, compartilhadas por atores de diferentes instituições e entidades, podem estimular a discussão e a construção de políticas públicas que considerem a saúde do trabalhador, incluindo seus aspectos biológicos e psicossociais, no processo de desenvolvimento econômico e social de nosso país. Perante as reflexões, deixadas com aplicação do instrumento de coleta de dados consideramos necessários novos estudos, que sejam capazes de romper com o silêncio diante das evidências do adoecimento docente e que, priorize ações em saúde do trabalhador e não retroceda à medicina do trabalho.

Palavras-chave: estresse, síndrome de burnout, saúde mental de professores.

ABSTRACT

This article aimed to evaluate the presence of stress among university professors, and to present their knowledge and consequences in educational life. This is a qualitative research, which was carried out at the State University, Campus I, Campina Grande, located in the State of Paraíba, it had the collaboration of 30 professors. The data collection instrument started from the application of the Maslach Burnout Inventory, which evaluated how the worker experiences his work, is a questionnaire with 20 objective questions inserted in a Likert-type scale, which varies from 0 to 6. They were also invited to answer two discursive questions about Burnout Syndrome. The questions that composed the script were prepared according to the Sackmann model, and for investigations of psychosocial phenomena, Bardin's content analysis was used. In view of the results obtained, it was possible to understand that it is necessary to put together research, reflections and experiences that, shared by actors from different institutions and entities, can stimulate the discussion and construction of public policies that consider the health of workers, including their biological and psychosocial aspects, in the process of economic and social development of our country. In view of the reflections left with the application of the data collection instrument, we consider that further studies are necessary, which are capable of breaking the silence in the face of evidence of teacher illness and that prioritize actions in worker health and do not go back to occupational medicine.

Keywords: stress, burnout syndrome, teachers mental health.

1 INTRODUÇÃO

O estresse, atualmente, é um problema de saúde de várias etiologias e sua ocorrência é comum tanto no âmbito pessoal, interpessoal e profissional, afetando não apenas a saúde física do indivíduo, como também prejudicando a qualidade de vida e a produtividade do ser humano (SADIR; BIGNOTO; LIPP, 2010). A categoria de professores vem sendo apontada como uma das mais propensas ao estresse e Burnout.

Silva e Carlotto (2003), apontam que as responsabilidades e funções educacionais, faz dadocência uma tarefa complexa que exige deste profissional dedicação, investimento mental e desprendimento.

Diante das mudanças políticas e legais ocorridas desde o século XX em relação ao mundo do trabalho, tornou-se essencial aprofundar o debate sobre as múltiplas questões que envolvem a relação entre trabalho e saúde, na busca de ampliar o reconhecimento dessa relação, compreendendo os direitos dos trabalhadores e oportunizando reparos significativos nas situações de trabalho (BORSOI, 2007).

As atuais transformações no mundo do trabalho, advindas da reestruturação produtiva perpassada pela acumulação e produção flexível impactaram nas condições de trabalho e vida dos trabalhadores, e, sobretudo, incidindo sobre a saúde, que passam a ter sua capacidade laboral comprometida ao se submeterem em condições precárias de trabalho (SILVA; FERREIRA; ALMEIDA, 2019).

De acordo com Assunção e Belisário (2017), a Organização Mundial de Saúde (OMS) elegeu o decênio 2006-2016 como a década de valorização do trabalho. Desta forma, é oportuno que se discuta e investigue sobre o tema trabalho e sua relação com a saúde mental. Especificamente no contexto brasileiro, uma vez que, muita tem sido a produção recente sobre o processo de trabalho e as suas implicações na saúde mental da população (BARROS, MUNIZ; BRITO, 2019).

No Brasil, de acordo com a Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, existe um conjunto de atividades que se destina, por meio das ações de vigilância epidemiológica e sanitária, à promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, que objetiva a recuperação e reabilitação da saúde dos profissionais submetidos aos riscos advindos das condições de trabalho. No entanto, apesar da existência desta lei no Brasil, ainda são alarmantes os dados de doenças relacionadas ao trabalho.

Se tratando das escolas brasileiras, muitos profissionais da educação ainda sofrem com os investimentos governamentais relacionados: a compra de recursos materiais e didáticos, salas de aulas superlotadas, e relação professor-aluno. Além dessas situações, ainda podemos observar que existe uma inexpressiva participação desses profissionais nas políticas e no planejamento institucional, o trabalho realizado em casa (plano de aula, elaboração e correção de provas, etc.) e a preocupação em como fazer seu trabalho de forma eficiente.

Embora a relação trabalho e saúde tenha sido relatada desde a antiguidade, as primeiras abordagens formais desta relação tiveram início na Europa, no século XIX,

como criação da Medicina do Trabalho e a implantação dos serviços médicos dentro das empresas. Mas o interesse principal não era o de promover a saúde dos trabalhadores, mas, sim, o bom funcionamento dos processos de trabalho (LEON; ALMEIDA, 2011). Desse modo, o trabalhador passou a se deparar com situações vulneráveis dentro do trabalho, principalmente se tratando do estresse.

O estresse que ataca o homem contemporâneo, e, de modo específico o professor, pode ser considerado um dos maiores problemas dos tempos modernos. De acordo com Levi apud Zakabi (2004, p.2), o nível de estresse na população brasileira está 50% mais elevado do que há quarenta anos. A palavra estresse é aplicada em diferentes áreas do conhecimento e com conotações distintas, desde o estresse físico de uma peça mecânica até o estresse psicológico no ser humano. De acordo com Silva, Guido e Goulart (2018), o estresse pode ser considerado sinônimo de fadiga e cansaço.

Investigações conduzidas entre docentes demonstram que o estresse é um fator que influencia diretamente o rendimento do professor, assim como a sua qualidade de vida, além de apontar diversas fontes potencialmente geradoras de estresse. Estudos em volta das causas e consequências do estresse na vida dos professores, são muito comuns na rotina diária laboral destes e tal fenômeno tem provocado muitas preocupações, pois ao observar os causadores temos os dias muito atarefados, a falta de vida, o número enorme de alunos em salas de aulas apertadas, com uma diversidade de problemas, dentre outros motivos provocadores deste elevado estresse.

O trabalho pode se transformar em um elemento nocivo à saúde e estar associada a condutas e condições que podem aumentar o risco para o adoecimento. Assim, estabelecer as relações entre os múltiplos agentes estressores e a percepção de estresse em professores universitários pode auxiliar a compreensão sobre quais aspectos devem ser considerados no controle dessas situações, daí se justifica a importância de mais estudos sobre o tema.

O estresse tem afetado a vida cotidiana de inúmeras pessoas nas últimas décadas, ao ponto de ser considerado um problema de saúde pública. Como doença ocupacional, a Síndrome de Burnout encontra-se presente entre várias categorias, afetando também à saúde de professores da educação básica ao ensino superior.

O estudo do Burnout ou desgaste profissional começa a tomar corpo com os artigos de Freudenberg (1974), em que o autor relata a experiência de exaustão de energia que experimentavam os voluntários e os profissionais em tarefas assistenciais e de ajuda, quando estes se sentiam sobrecarregados pelos problemas dos pacientes.

Na Califórnia, Maslach e Jackson (1981), começaram a trabalhar com este fenômeno psicológico e, após os resultados de suas investigações, conceituam o Burnout como uma resposta ao estresse ocupacional crônico que compreende a experiência de encontrar-se emocionalmente esgotado, o desenvolvimento de atitudes e sentimentos negativos para com as pessoas com as quais trabalha, bem como com o próprio papel profissional.

Uma das maneiras de avaliar o estresse consiste em observar o grau no qual o indivíduo percebe como estressantes as diferentes situações ocorridas ao longo da sua vida. Tal perspectiva propõe que a presença de eventos de vida potencialmente estressores não caracteriza, necessariamente, o fenômeno do estresse (LAZARUS, 1966).

Diante disso, essa pesquisa teve como objetivo avaliar a presença de estresse entre professores universitários, de modo a apresentar seus conhecimentos sobre essa síndrome e suas consequências para sua vida educacional.

2 PERCURSO METODOLÓGICO

O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa, uma vez que, com a abordagem qualitativa buscou-se conhecer a realidade social enquanto construção e atribuição social de significados. Outro fator importante é que foi dada ênfase no caráter processual e na reflexão, em que as condições de vida se tornam relevantes por meio de significados subjetivos. Além disso, é relevante destacar que o caráter comunicativo da realidade social permite que o refazer do processo de construção das realidades sociais torne-se ponto de partida da pesquisa (GUNTHER, 2006).

A pesquisa foi realizada no contexto da UEPB do Campus I com professores que atuam em tal instituição. A pesquisa contou com a colaboração de 30 professores com idades entre 37 e 52 anos, sendo 23 do sexo feminino e 7 do sexo masculino. Sendo, 24 doutores e 6 mestres, com tempo de serviço médio de 12 anos, com carga horária semanal de 40 horas.

O instrumento de coleta de dados partiu da aplicação do Inventário de Maslach Burnout. O modelo Maslach Burnout Inventory criado por Maslach e Jackson (1981), e validado no Brasil por Tamayo (2003). Por essa finalidade, o inventário avalia como o trabalhador vivencia seu trabalho. De outra forma, trata-se de um questionário com 20 itens, contendo perguntas compostas por uma escala do tipo Likert, a qual varia de 0 a 6. De acordo com as análises fatoriais do MBI encontrou-se a existência de três

dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional (MORENO-JIMENEZ, et al, 2002).

Os professores também foram convidados a responder duas questões discursivas sobre a Síndrome de Burnout.

As questões que compuseram o roteiro foram elaboradas de acordo com o modelo de Sackmann (1992), para investigações de fenômenos psicossociais. Gil-Monte (2005), também utilizou o mesmo modelo em estudos de Burnout: Conhecimento sobre o fenômeno (definição e nível de conhecimento); Componentes descritivos (sintomas, sinais e critérios que, segundo os participantes, indicam que uma pessoa desenvolveu ou está desenvolvendo Burnout); Conhecimento axiomático (desencadeantes da Síndrome de Burnout); Atribuições analítico-causais (descrição do processo de Burnout); Atribuições causais-normativas (possíveis medidas e/ou recomendações para melhorar a situação e prevenir a Síndrome de Burnout). Estas se constituíram em categorias definidas a priori (Bardin, 1980), elaboradas a partir de palavras-chave contidas nas próprias perguntas.

O processo de aplicação aconteceu de maneira individual, em que cada professor foi abordado pelos pesquisadores, explicando-lhes os objetivos da pesquisa e o caráter confidencial de suas respostas. Após a livre concordância em participar, cada professor foi direcionado para um ambiente tranquilo e reservado onde foi entregue o questionário para ser respondido.

Em todo o processo de coleta e de análise de dados foram adotadas as questões éticas que envolvem as pesquisas com seres humanos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados serão apresentados conforme as respostas apresentadas pelos participantes ao instrumento de coleta de dados, de modo fiel e ético com as respostas atribuídas.

3.1 ESTRESSE E BURNOUT ENTRE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

A Tabela 1 apresenta a distribuição dos professores universitários na escala de Burnout. Para isso, os professores atribuíram valores na escala entre 0 e 6 (Nunca = 0; uma vez ao ano ou menos = 1, uma vez ao mês ou menos = 2, algumas vezes ao mês = 3, uma vez por semana = 4, Algumas vezes por semana = 5 e Todos os dias = 6.

Tabela 1: Distribuição dos professores universitários na escala de Burnout

COM QUAL FREQUÊNCIA ESTES EVENTOS OCORREM	0	1	2	3	4	5	6
Sinto-me esgotado/a emocionalmente em relação ao meu trabalho.		1		5	14	3	7
Sinto-me cansado/a ao final de um dia de trabalho.		2	4	9	13	2	
Quando me levanto pela manhã e vou enfrentar outra jornada de trabalho sinto-me cansado/a.				8	15	7	
Posso entender com facilidade o que sentem meus alunos.		2		7	7	9	5
Creio que trato alguns alunos como se fossem objetos impessoais.		9	1	8	12		
Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.			5	9	12	2	2
Lido de forma eficaz com os problemas dos alunos.				6	12	12	
Meu trabalho deixa-me exausto/a.				9	20	1	
Sinto que influencio positivamente a vida dos alunos através do meu trabalho.				9	16	5	
Tenho me tornado mais insensível com as pessoas desde que exerço este trabalho			2	8	9	9	2
Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja-me endurecendo emocionalmente		2	2	7	8	9	2
Sinto-me com muita vitalidade				6	14	9	1
Sinto-me frustrado/a em meu trabalho.				8	19	2	1
Sinto que estou trabalhando excessivamente.				9		19	2
Não me preocupo realmente com o que ocorre com alguns alunos que ensino.		9	9	9	2	1	
Trabalhar diretamente com pessoas causa-me estresse.			6	7	14	3	
Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para os meus alunos.		3	7	8	12		
Sinto-me estimulado/a depois de trabalhar em contato com os alunos.		3		9	16	2	
Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.		5	6	9	6	1	3
Sinto que atingi o limite de minhas possibilidades.		3	9	9	4	3	2
Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.		9	1	2	11	4	3
Sinto que os alunos me culpam por alguns de seus problemas.		9		9	12		

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Neste sentido, os docentes formam uma categoria especialmente exposta aos riscos psicossociais. Estes defrontam-se com desencadeantes de estresse próprios da organização acadêmica e escolar e com situações nas quais se desequilibram as expectativas individuais do profissional e a realidade do trabalho diário. Ante esta situação, é possível o recurso a estratégias de enfrentamento não adaptativas que vão esgotando seus recursos emocionais (MOREN et al, 2004) levando-os ao deterioramentopessoal e profissional.

Como nas demais profissões assistenciais, o Burnout nos professores não aparece de forma brusca, mas constitui a fase final de um processo contínuo que vai se gestando e que se identifica com sinais tais como sensação de inadequação ao posto de trabalho, sensação de falta de recursos para afrontar o labor de professor, sentimento de carcer da

formação necessária, diminuição da capacidade para a resolução dos problemas, carência de tempo suficiente, etc.

O Burnout do docente se caracterizaria por uma exaustão dos recursos emocionais próprios, em que são comuns atitudes negativas e de distanciamento para com os alunos e a valorização negativa de seu papel profissional.

Objetivamente manifesta-se da seguinte maneira:

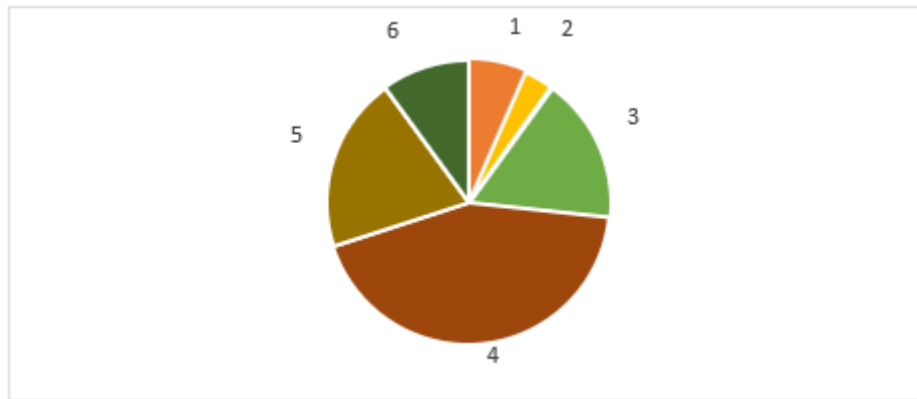
- *Exaustão emocional*: os professores, depois de uma interação intensiva com os alunos, denotam desgaste de suas energias emocionais e advertem que não podem trabalhar com a mesma dedicação e energia que apresentavam no princípio de suas carreiras. Esta dimensão manifesta-se através do esgotamento de recursos emocionais próprios; o docente sente que não pode dar mais de si mesmo em nível emocional.

- *Despersonalização*: manifesta-se através de atitudes negativas como o tratamento depreciativo, atitudes frias e distantes e/ou desconexão dos problemas dos estudantes. Esta dimensão pode entender-se como um modo de enfrentamento à exaustão emocional que experimenta o professor.

- *Falta de realização pessoal no trabalho*: produz-se uma valoração negativa do próprio papel profissional. Os professores, desgastados profissionalmente, sentem-se insatisfeitos com seu trabalho, o que os leva a revelar sentimentos de ineficácia no desenvolvimento de seu trabalho (MORENO-JIMENEZ, et al., 2002).

Na Figura 1, é possível verificar a distribuição geral dos professores em Burnout. Do total de professores, 1% da amostra afirmou que pelo menos uma vez ao ano ou menos, apresentou as características de Burnout; 3% Uma vez ao mês ou menos; 1% algumas vezes ao mês; 43% Uma vez por semana; 20% Algumas vezes por semana e 10% Todos os dias da semana apresentam as características. Cabe destacar que mais e 70% dos professores encontram-se apresentando os itens em sua maioria com frequência da última semana.

Figura 1: Percentual de professores e Síndrome de Burnout



Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Codo e Vasques-Menezes (1999), em seus estudos afirmaram que atualmente a síndrome de Burnout se apresenta como uma epidemia organizacional predominante na educação e no sistema de saúde, atingindo não só professores e médicos, mas o conjunto de profissionais envolvidos com estas entidades.

Na medida em que passa a ser entendido que a síndrome de Burnout é um processo, identificando suas etapas e estressores mais importantes, pode-se entender ações que permitam prevenir ou amenizar a síndrome. Esse assunto, apesar de ser um tema da atualidade, é desconhecido por muitos estudantes pois esses, muitas vezes, não conhecem a sua importância e, conseqüentemente, o quanto ela tem comprometido o rendimento no ensino superior.

3.2 OPINIÃO DOS PROFESSORES SOBRE CAUSAS DA SÍNDROME DE BURNOUT

O trabalho é fonte de realização pessoal, mas também de sofrimento psíquico e causa de estresse. Dentre as várias categorias laborais afetadas, o professor tem sido apontado pelos estudos como um dos grupos mais afetados. No que diz respeito à saúde do professor, a problemática se dá em relação ao cenário educacional e estão presentes no trabalho desse profissional aspectos potencialmente estressores, tais como baixos salários e carga horária excessiva.

Além do exposto, perguntou-se aos professores se eles conhecem a Síndrome de Burnout. Se sim, pedimos que eles abordassem um pouco a respeito sobre suas características e como prevenir.

Dos 30 professores, 3 disseram que nunca havia ouvido falar sobre Síndrome de Burnout, o que equivale a 10% da amostra. Os demais disseram que sim. As principais respostas estão apresentadas a seguir:

Sim. Síndrome de Burnout é um desgaste que prejudica os aspectos físicos e emocionais da pessoa, levando a um esgotamento profissional. Acredito que seja um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade.

Professor 6

Acho que é uma doença originada pelo excesso de atividades que leva a uma condição de exaustão em que a pessoa não consegue fazer nem as atividades mais simples. **Professora 15**

A Síndrome de Bournout acomete muitos professores em virtude da especificidade de trabalho executado, desde lidar diretamente com seres humanos, muitas vezes em processo de maturidade, condições precárias de trabalho, ambiente hostil e "meritocracia" vinculadas diretamente a laços afetivos de gestores. A mente não suporta a existência e visibilidade de tamanha falta de respeito e reciprocidade com colegas e seus orientandos, assim, vem a exaustão, não apenas emocional, como também física refletida por dores musculares. É preciso grande preparação espiritual na tentativa de evitar o absenteísmo. **Professora 18**

Sim, conheço! Trata-se de uma doença, um estado de esgotamento profissional que acaba provocando exaustão física e mental do trabalhador que é submetido a um ambiente de competitividade e excesso de trabalho. Quanto à prevenção, é importante que o profissional conheça seus deveres e direitos para que não se deixe ser explorado. Por vezes é difícil ter um ambiente de trabalho que respeite a condição do trabalhador, então cabe a cada um buscar não se cobrar em demasia, fazer somente o que está ao seu alcance e o que lhe compete em sua função. Também acho importante nunca procrastinar e procurar fazer, sempre que possível, alguma atividade que cause relaxamento ou prazer, e manter isto como uma válvula de escape.

Professora 26

Na medida em que se entende o significado da Síndrome, identifica-se suas dimensões, causas e consequências, pode-se ainda elaborar ações que permitam intervir e prevenir o surgimento do Burnout no campo de atuação do profissional.

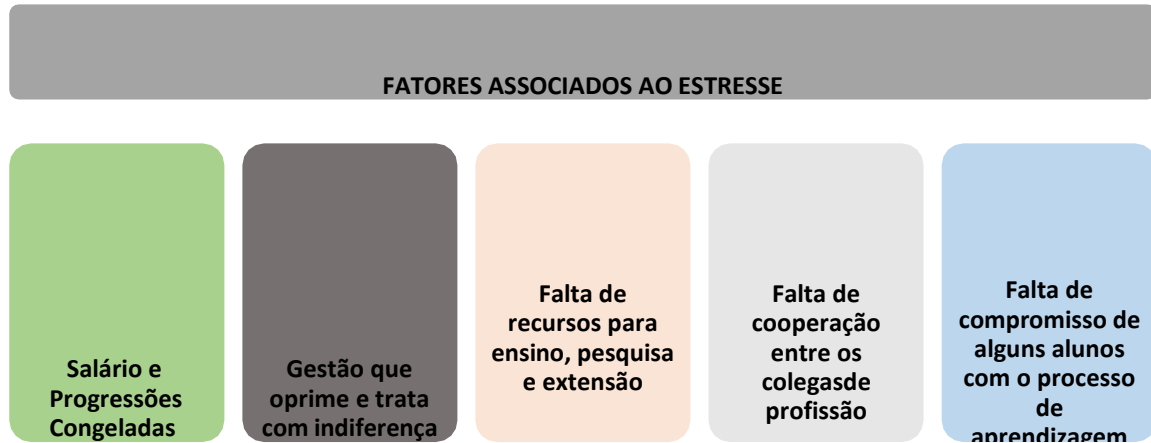
Jardim, Silva-Filho e Ramos (2004), define a síndrome de Esgotamento profissional como um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. Tem sido descrita como resultante da vivência profissional em um contexto de relações complexas, envolvendo a representação que a pessoa tem de si e dos outros.

O trabalhador antes era muito envolvido afetivamente com seus pacientes ou como trabalho em si, desgasta-se em um dado momento desiste, perde a energia ou “queima completamente”. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, desinteressa-se e qualquer esforço lhe parece inútil.

Na presente pesquisa também buscou-se saber quais os fatores que os professores percebem em seu trabalho, caso existam, que lhes provocam estresse ou

desgaste físico ou mental. Pedimos para que eles escrevessem em ordem crescente começando do fator mais estressante, o resultado encontra-se exposto a seguir:

Figura 2: Fatores associados ao Estresse segundo professores universitários



Fonte: Dados da pesquisa, 2019

De modo geral, há uma tendência em se considerar o estresse ocupacional como um processo estressores-respostas, já que este consiste no enfoque mais completo e engloba aquele baseado nos estressores e o baseado nas respostas. Apesar das peculiaridades de cada tipo de definição e de modelos existentes para explicar o estresse ocupacional, tem-se constatado um consenso entre os estudiosos da área de que as percepções dos indivíduos são mediadoras do impacto do ambiente de trabalho sobre o indivíduo; para algo na organização ser um estressor, ele precisa ser percebido como tal pelo empregado.

De acordo com Oliveira e Freitas (2014), o Brasil, o trabalho de práticas educacionais se difere de outros países por sua situação, gerando maior desgaste dos profissionais, porque as condições de trabalho dos docentes brasileiros não são tão boas, quanto à dos docentes europeus e americanos, sendo assim apontadas como geradoras de adoecimento físico e psicológico.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesse sentido, e a partir de pesquisas desenvolvidas considera-se que a Síndrome de Burnout traz implicações para a saúde física e mental do trabalhador comprometendo sua qualidade de vida, considerada, portanto, como uma questão de saúde pública. Assim, observa-se que a Síndrome do Esgotamento Profissional, como também é conhecida o Burnout, implica em grandes custos clínicos, organizacionais e pessoais.

Torna-se necessário o esforço de reunir pesquisas, reflexões e experiências que, compartilhadas por atores de diferentes instituições e entidades, possam estimular a discussão e a construção de políticas públicas que levem em consideração a Saúde do Trabalhador, incluindo seus aspectos biológicos e psicossociais, no processo de desenvolvimento econômico e social de nosso país.

Diante de tais reflexões consideramos necessários novos estudos, que não silenciem a realidade tanto do processo saúde/adoecimento, como da falta de gestão acerca dele, bem como que discutam uma nova forma de gestão, que também quebre o silêncio diante das evidências do adoecimento docente e que, de fato, priorize ações em saúde do trabalhador e não retroceda à medicina do trabalho.

Em que pese se tenha encontrado produções sugerindo fortes evidências de adoecimento e poucas que apontam a gestão de saúde pública nesse campo, faz-se necessário destacar as limitações que permeiam este estudo

Assim, sugere-se novos estudos analíticos que fortaleçam o conhecimento sobre essas relações, entendendo que intervir sobre o estresse poderá reduzir suas influências na vida dos estudantes e trabalhadores. Da mesma forma, visto que o estresse interfere na qualidade de vida e saúde das pessoas, é importante que as pesquisas proponham intervenções para auxiliar no gerenciamento dos estressores e, assim, minimizar os seus efeitos negativos em nível individual, profissional e social.

REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, A. Á.; BELISÁRIO, S. A. **Condições de trabalho e saúde dos trabalhadores da saúde**. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva, Belo Horizonte, 2007.

BARDIN, L. (1980). **Análise de conteúdo**. Lisboa, Portugal: Edições 70.

BARROS, M. E. B. de; MUNIZ, H. P., BRITO; J. M. **A saúde do trabalhador da educação: a experiência de constituição de Cosates como dispositivo de intervenção numa rede municipal de ensino**. Cadernos De Psicologia Social Do Trabalho, 22(1), 15-28, 2019. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v22i1p15-28pe>

BORSOI, Izabel Cristina Ferreira. **Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental**. Psicologia & Sociedade, Belo Horizonte, v. 19, p. 103-111, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-71822007000400014>>.

CODO, W. **Um diagnóstico integrado do trabalho com ênfase em saúde mental**. In: Jaques, M. G.; Codo, W. (orgs). *Saúde mental e trabalho: leituras*. Petrópolis: Vozes, 2003.

FREUDENBERGER, H. J. (1974). Staff burnout. , 30(1), 159-165. **Journal of Social Issues**

GIL-MONTE, P. R. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo ("Burnout")*: Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. Madrid: Pirámide.

GÜNTHER, H. **Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão?**. Psicologia: Teoria e Pesquisa [online]. 2006, v. 22, n. 2 [Acessado 19 Abril 2020] , pp. 201-209. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-37722006000200010>>. Epub 13 Nov 2006. ISSN 1806-3446. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722006000200010>.

JARDIM, S. R., SILVA FILHO, J. F. & RAMOS, A. (2004). O diagnóstico de *burnout* na atenção em saúde mental dos trabalhadores. In R. Araújo, M. F. Alberto, M. Y. Neves & M. Athayde (orgs.), **Cenários do trabalho: subjetividade, movimento e enigma** (pp. 73-87). Rio de Janeiro: DP&A.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. **Stress: Appraisal, and Coping**. New York: Springer Publishing Company;1984.

LEON, E.B.; ALMEIDA, A.R. **Breve histórico da saúde ocupacional**. Revista Negócios e Tecnologia da Informação, Curitiba, v. 2, n. 1, p. 2 - 7, ago./dez. 2011.

LEVY, G. C. T. M.; SOBRINHO, F. P. N.; SOUZA, C. A. A., **Síndrome de Burnout em professores da rede pública**. Produção. São Paulo, v. 19, p. 458-465, 2009.

MACHADO, W. de L. et al. **Dimensionalidade da escala de estresse percebido (Perceived Stress Scale, PSS-10) em uma amostra de professores**. Psicologia: Reflexão e Crítica [online]. 2014, v. 27, n. 1 [Acessado 6 Fevereiro 2020], pp. 38-43.

MASLACH, C., & Jackson, S. E. **MBI: Maslach burnout inventory: manual**. Consulting Psychologists Press. Palo Alto, 1981.

MORENO-JIMENEZ, B. et al. **A avaliação do Burnout em professores.** Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI-ED. *Psicologia em Estudo* [online]. 2002, v. 7, n. 1 [Acessado 6 Fevereiro 2020], pp. 11-19. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004>>. Epub 13 Dez 2004. ISSN 1807-0329. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004>.

MORENO-JIMENEZ, B. et al. **A avaliação do Burnout em professores.** Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI-ED. *Psicologia em Estudo* [online]. 2002, v. 7, n. 1 [Acessado 6 Fevereiro 2020], pp. 11-19. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004>>. Epub 13 Dez 2004. ISSN 1807-0329. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004>.

OLIVEIRA, Gicileide Ferreira; FREITAS, Lêda Gonçalves. **Prazer e sofrimento no trabalho de professores dos anos finais do ensino fundamental em uma escola pública do Distrito Federal.** 2014. 115f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Escola de Saúde e Medicina, Programa de Pós-graduação em Psicologia, Universidade Católica de Brasília, 2014.

SADIR, M. A.; BIGNOTTO, M. M.; LIPP, M. E. N. **Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais.** *Paideia*, v.20, n.45, p.73-81, 2010.

SACKMANN, S. A. (1992). **Culture and subcultures: An analysis of organizational knowledge.** *Administrative Science Quarterly*, 37(1), 140-161.

SILVA, G. N., CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública.** *Psicologia escolar e educacional*. São Paulo, v. 7, p.145-153, 2003.

SILVA, J. P. C. da; FERREIRA, L. dos S.; ALMEIDA, B. de L. F. de. **Os impactos das atuais condições de trabalho na saúde do trabalhador: o trabalho sob a nova organização e o adoecimento dos trabalhadores e das trabalhadoras atendidos no Cerest/JP.** *J. of Develop.*, Curitiba, v. 5, n. 11, p. 23206-23220, 2019.

SILVA, R.M., GOULART, C.T., GUIDO, L.A. **Evolução histórica do conceito de estresse.** *Rev. Cient. Sena Aires*. 2018; 7(2): 148-56.