

ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES

XI INIC / VII EPG - UNIVAP 2008

Nancy Julieta Inocente e Patrícia de Oliveira S. Hardt

Universidade de Taubaté/Departamento de Administração, Endereço Rua Expedicionário Ernesto Pereira,s/.o unitau.com.br

Resumo- Este artigo traz uma revisão bibliográfica sobre o tema Estresse. Mostrando o que os autores pensam sobre o assunto. Traz também uma visão do Estresse Ocupacional em Professores. O estresse é utilizado denotando um desgaste físico e psíquico sofrido por estes profissionais. Muitos professores sentem-se impedidos de desempenhar sua atividade profissional satisfatoriamente devido a altos níveis de estresse. A sobrecarga de trabalho, a desvalorização profissional, a insatisfação salarial, problemas com a infra-estrutura, ritmo acelerado de trabalho, cobrança em relação à qualificação do trabalho para manter-se empregados são alguns aspectos encontrados na rotina destes profissionais que geralmente provocam estresse causando danos à saúde.

Palavras-chave: Estresse. Estresse Ocupacional. Professores. Sobrecarga no trabalho.

Área do Conhecimento: Biociências

Introdução

O Foi durante o século XVII que o termo estresse, de origem latina, foi utilizado para descrever o fenômeno composto de tensão-angústia-desconforto. Com o passar do tempo foi redefinido por vários autores. Lipp (1995) definiu estresse como uma reação do organismo, com componentes físicos e ou psicológicos, causada pelas alterações psicofisiológicas que ocorre, quando a pessoa se confronta com situações que amedronte, excite ou confunda.

O trabalho docente exige o cumprimento de metas a serem atingidas, muitas vezes com prazos determinados, o que torna a atividade profissional sobrecarregada e com um ritmo acelerado.

Conforme Lipp (2002) os professores referem-se a profissão docente como cansativa e estressante levando à frustração devido a uma grande carga de trabalho e pouca recompensa. Zaragoza (1999) chamou de mal-estar docente a sensação de mal-estar difuso. É uma combinação de fatores que podem conduzir os professores a um estado de ansiedade denominado esgotamento docente que afeta a sua personalidade. As causas mais freqüentes de estresse encontradas no exercício docente foram: sobrecarga de trabalho e conflitos com superiores e normas, a indisciplina dos alunos, a desvalorização profissional, baixos salários sentimento de desilusão, cansaço mental e nervosismo. As circunstâncias desfavoráveis geram um processo de insatisfação induzindo a sentimentos de indignidade, fracasso, impotência

e desejo de desistir. Para Gomes (2002) os professores utilizam o absenteísmo como um mecanismo de defesa contra a tensão derivada do exercício docente como uma forma de atingir um alívio para escapar das tensões acumuladas.

Metodologia

Desenvolveu-se uma pesquisa bibliográfica sobre o tema estresse e estresse ocupacional no profissional docente. Essa pesquisa foi feita em artigos publicados, bem como em livros sobre o tema citado.

Tabela 1- Pesquisas sobre Estresse

Fonte	Frequência	Freq. / Rel. (%)
Scielo	1065	5,88
Periódicos	3940	21,76
Teses	13100	72,36

Resultados

A partir dos conteúdos dos artigos, observou-se que em geral a profissão docente é tida como complexa e estressante. O professor vive em constante pressão no trabalho o que desencadeia o aparecimento de doenças tanto no aspecto físico quanto no psicológico, impedindo de exercer sua atividade profissional.

Discussão

Os profissionais docente percebem a existência do estresse como algo que os impedem de trabalhar de forma adequada. O estresse é resultado da dificuldade de enfrentar as fontes de pressão no trabalho que levam à problemas de saúde física e mental. Os fatores mais comuns encontrados como causadores de estresse foram: sobrecarga de trabalho, recursos inadequados, problemas na estrutura organizacional, cobrança em relação à qualificação e falta de reconhecimento da sociedade. Quando o trabalho perde o significado e não tem o reconhecimento da organização e da sociedade que pertence torna-se uma fonte de ameaças à integridade física e psicológica, culmina um significativo processo de sofrimento diagnosticado como estresse (MELEIRO,2002).

Conclusão

O estresse ocupacional pode ser um dos grandes causadores de enfermidades e afastamentos do exercício profissional. As enfermidades encontradas afetam o estado físico e psicológico dos profissionais pesquisados.

Referências

LIPP, M. O stress do professor. Ed. Papirus. Campinas. 2002.

LIPP, M. O estresse está dentro de você. São Paulo: Contexto 1995.

GOMES, L. Trabalho multifacetado do professor e a saúde entre limites.Dissertação (Mestrado). Escola Nacional de Saúde, Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro, 2002.

MELEIRO, A.M.A.S. O stress do professor. In. LIPP, M.N.O stress do professor. Campinas. São Paulo: Papirus,2002.

OLIVEIRA, M. G. Condições de trabalho, gênero e saúde: sofrimento e estresse. Um estudo de caso com os profissionais docentes do ensino superior privado de Belo Horizonte. Dissertação (Mestrado). Pontifca Universidade Católica de Minas Gerais,. Belo Horizonte. 2001.

ZARAGOZA, J. M. E. O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores. Tradução: Durley de Cravalho Cavicchic, 3ª ed. Bauru: Edusc, 1999.