

II INIC JÚNIOR

AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE STRESS DOS PROFESSORES DO COLÉGIO TÉCNICO “ANTÔNIO TEIXEIRA FERNANDES” – CTI - UNIVAP

Laís Canhoto Rothenberger¹, Pâmela Aparecida Goulart Cunha², Sheila Mara de Almeida Rocha³, Simone Del Rio Martiniano Ferreira⁴

^{1,2,3,4} Colégio Técnico Antônio Teixeira Fernandes, Patologia Clínica, Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP), Brasil, CEP 12245020, Fone: +55 12 3928 9822, Fax: +55 12 3942 6277

laiscanhoto@uol.com.br, pam-cunha@hotmail.com, smrocha@univap.br, sdelrio@univap.br.

RESUMO- O stress é uma reação emocional, física e cognitiva que o indivíduo tem para uma situação que lhe exige demais dele próprio. Nos dias atuais o stress é um fator emocional comum no homem. Um mínimo de stress é necessário, sua total ausência faz desaparecer a motivação, pois representa uma resposta útil do nosso organismo, como reação de alarme ou de defesa. Esse trabalho tem por objetivo avaliar o nível de stress dos professores do Colégio Técnico, e assim, desenvolver medidas que possam amenizar o mesmo. As principais causas de stress são problemas relacionados à família, trabalho e amigos. A nível individual, existe evidência teórica e empírica de que as situações de stress vividas na profissão professor levam a alterações fisiológicas, emocionais e comportamentais, as quais favorecem uma diminuição da saúde e do bem-estar dos professores. Para avaliar os professores, foi realizada uma pesquisa direcionada a sua saúde e profissão, levando em consideração os danos que o stress pode causar devido a não satisfação com a profissão ou com o desgaste causado pela mesma. Dos 38 professores entrevistados, 22 são do sexo masculino e 16 do sexo feminino, onde 82% estão satisfeitos com sua área de atuação; 29% se tivesse oportunidade mudaria de profissão; quanto ao estado emocional 63% reconhecem sintomas de irritação e agitação; 68% sentem-se preocupado; 65% sentem cansaço físico; 57% consideram-se estressados. Não é recente o reconhecimento de que as situações de trabalho podem interferir negativamente na saúde dos indivíduos. Se pensarmos nos custos que representam para as escolas estas situações, facilmente compreendemos que as repercussões do stress profissional não se restringem as situações vivenciadas pelos professores, como também incluem efeitos negativos para as escolas e para o sistema educacional.

Palavras-chave: Stress, professores

Área do Conhecimento: Ciências Biológicas