

Fatores que influenciam o *stress* dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu/MA

Factors that influence the stress of children's education teachers in the city of Buriticupu/MA

*Francisca Coutinho **Lindemberg Costa Júnior

Informações do artigo

Recebido em: 01/04/2020

Aprovado em: 17/11/2020

Palavras-chave:

Stress. Gestão escolar. Qualidade de vida.

Keywords:

Stress. School management. Quality of life.

Autores:

*Tecnólogo em Gestão Pública
– Instituto Federal do Maranhão
(Campus Buriticupu)
franci.couti@hotmail.com

**Docente titular do Instituto
Federal do Maranhão (Campus
Avançado Porto Franco); Mestre em
Administração.
lindemberg.junior@ifma.edu.br

Como citar este artigo:

COUTINHO, Francisca; COSTA JÚNIOR, Lindemberg. Fatores que influenciam o *stress* dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu/MA. **Competência**, Porto Alegre, v. 13, n. 2, dez. 2020.

Resumo

O objetivo da presente pesquisa é analisar quais variáveis influenciam o nível *stress* dos professores da educação infantil. Esta doença tem causado a vida dos trabalhadores sérios danos, em especial aos professores, sendo considerada uma das profissões mais estressantes do mundo. Utilizou-se metodologia quantitativa, de caráter descritivo e de corte transversal. Adotou-se o formulário *Typperform* como ferramenta de coleta de dados. A pesquisa aponta que tanto os professores da rede pública, quanto os professores da rede privada, sentem-se pressionados e estressados. Observou-se que as variáveis: carreira docente, comportamento/indisciplina dos alunos, pressão de tempo e excesso de trabalho, políticas indisciplinadas e o trabalho burocrático administrativo, são os fatores que mais contribuem para o *stress* dos professores. Em média, revela-se que as duas maiores fontes do *stress* desses profissionais são carreira docente e o comportamento/indisciplina dos alunos. Nas escolas privadas a única variável com maior média em comparação com as escolas públicas foi “comportamento indisciplina dos alunos”. Nesse sentido, observou-se que os docentes de escolas públicas se sentem mais pressionados e estressados que os docentes de escolas privadas.

Abstract

The objective of this research is to analyze which variables influence the stress level of teachers in children's education. This disease has caused serious damage to workers' lives, especially teachers, being considered one of the most stressful professions in the world. A quantitative, descriptive and cross-sectional methodology was used. The *Typperform* was adopted as a data collection tool. The research shows that both public school teachers and private school teachers feel pressured and stressed. It was observed that the variables: teaching career, student behavior / indiscipline, time pressure and overwork, inadequate undisciplinatory policies and administrative bureaucratic work, are the factors that most contribute to teachers' stress. On average, reveals that the two biggest sources of stress for these professionals are teaching career and students' behavior / indiscipline. In private schools, the only variable with the highest average compared to public schools was “student's undisciplined behavior”. In this sense, it was observed that public school teachers feel more pressured and stressed than private school teachers.

1 INTRODUÇÃO

Com o advento do século XXI, percebe-se que as mudanças no campo social são contínuas, em que a sociedade precisa ajustar-se a um novo ambiente (RESENDE, 2017). Nesse sentido, em razão das transformações pelas quais o mundo constantemente passa como o avanço da tecnologia e o processo da globalização, o mercado de trabalho exige que o trabalhador se adeque às novas evoluções e às múltiplas demandas, passando a interagir e acompanhar o processo de mudança (CALLES; SANTOS, 2017).

Atualmente, com as novas tecnologias e o mercado globalizado, o trabalhador é obrigado a competir em uma proporção mundial pelo emprego, e o sistema capitalista impõe a sociedade, em especial ao trabalhador, um sacrifício diário de sua vida pessoal (ALMEIDA *et al.*, 2017). Em consequência disso surgem grandes problemas de naturezas distintas nas áreas da vida humana, dentre as quais se podem mencionar: o tempo para família, lazer, atividade física ou mesmo o descanso, que são condições essenciais para uma vida mais saudável (MELGOSA; BORGES, 2018).

A busca incessante por melhores condições de vida e realizações pessoais tem levado um número significativo de pessoas a sacrificarem suas vidas trabalhando em mais de um emprego, a fim de suprir suas necessidades básicas (CECAGNO *et al.*, 2002). A intensificação do trabalho, muitas vezes em condições difíceis tem afetado a saúde física e mental dos trabalhadores, provocando uma queda na qualidade de vida (HIRATA, 2012).

Nesse contexto, estudos anteriores pesquisam a relação do *stress* com as atividades profissionais dos indivíduos. Devido à alta ocorrência no setor público, o *stress* ocupacional tem sido pesquisado em muitas profissões, como por exemplo, professores, profissionais de saúde, assistentes sociais, policiais militares entre outros (BALASSIANO; TAVARES; PIMENTA, 2011). Dantas *et al.* (2010) destacam que devido ao impacto laboral na saúde das pessoas, muitos autores têm se dedicado a estudar sobre a organização do trabalho, discutindo questões agregada a carga física e mental. Os autores acreditam que o peso sobre o corpo gera uma fonte de ansiedade que se transforma em fadiga e astenia, responsável pela diminuição ou perdas das forças físicas.

Lipp (2003) realizou pesquisa relacionando a atividade da docência com o *stress* profissional. Identificou-se que o professor faz parte de uma categoria mais estressante da atualidade. Segundo a autora, as crianças do maternal e jardim de infância possuem a pureza e a inocência que tornam satisfatório trabalhar com elas. Não obstante, devido a negligência de muitos pais pela excessiva tolerância e impaciência, as mesmas crianças puras e inocentes estão mal educadas e sem limites, passando aos professores a responsabilidade de educar os filhos.

Diante de tais circunstâncias, pergunta-se: que fatores têm contribuído para que os docentes adotem determinados

comportamentos inadequados? E qual a influência e as consequências do *stress* para seu trabalho e qualidade de vida? Diante disto, a presente pesquisa tem como objetivo analisar quais variáveis influenciam o nível de *stress* dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu/MA. Como objetivos específicos, busca avaliar o nível de *stress* dos docentes e sua influência no desempenho das atividades, bem como os fatores que geram o *stress* e sugerir possíveis estratégias que possibilitem uma melhor qualidade de vida em seu ambiente organizacional.

A pesquisa desse tema justifica-se pela forma negativa que essa doença ocupacional tem impactado a vida dos trabalhadores, bem como o seu desempenho em efetivar suas tarefas nas organizações (PASCHOAL; TAMAYO, 2004). Em relação ao papel do professor na educação infantil da rede pública, destaca-se que o referido setor é de relevância nacional devido a sua contribuição para a sociedade (BALASSIANO; TAVARES; COSTA, 2011).

O professor deve ser habilitado a cuidar de si para desenvolver uma melhor qualidade de vida, e a escola por sua vez deve criar espaço de humanização e prevenção de saúde, não se limitando a ações pedagógicas, mas possibilitando transformações individuais e sociais (ROCHA; FERNANDES, 2008).

Nesse cenário, para alcançar o objetivo deste estudo levantou-se literatura científica acerca de *stress* ocupacional no ambiente escolar, síndrome do *burnout* e qualidade de vida no trabalho. Em seguida, realizou-se a caracterização da amostra, a análise dos dados com estatística descritiva e comparação das médias. Por fim, foram realizadas as considerações finais acerca do estudo.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O *STRESS* OCUPACIONAL: aspectos e conceitos

De acordo com Benke e Carvalho (2008), a palavra *stress* é de origem inglesa e surgiu em 1926, após ser observada a reação de pacientes que sofriam de várias patologias. Consoante os autores, essa reação foi nomeada de síndrome geral de adaptação, que mais tarde foi denominada como uma resposta não propriamente do corpo as exigências. Em 1936, Selye definiu o *stress* como sendo uma reação do organismo para adaptar-se a situações que exigiam mais do que o corpo podia suportar (SADIR; BIGNOTTO; LIPP, 2010). Benke e Carvalho (2008) declaram ainda que o *stress* possa ter origem de fatores internos e externos, segundo os autores, existem inúmeras situações que poderão levar o indivíduo a um estado de *stress*, isso dependerá de como esse indivíduo encarará as adversidades da vida.

Os estressores externos estão relacionados às situações vivenciadas no dia a dia e muito frequentemente ao excesso de trabalho, ocasionando assim um desgaste físico e emocional

(BALASSIANO; TAVARES; COSTA, 2011). Sendo assim, pode-se dizer que o *stress* é resultado de uma série de fatores ligados aos percalços da vida (DANTAS *et al.*, 2010). Bicho e Pereira (2007) afirmam que uma das principais preocupações das sociedades industrializadas, é o *stress*. Segundo o autor, o *stress* é um problema que evoluiu com a chegada da Revolução Industrial, sendo esta a responsável por minimizar a qualidade de vida.

Almeida *et al.* (2017) definem *stress* ocupacional como situações em que o indivíduo enxerga o ambiente ocupacional como uma fonte de ameaça a sua vida profissional, ao bem-estar físico, mental, relação com os colegas e dificuldades em atender as inúmeras demandas exigidas no ambiente de trabalho. De modo semelhante, Martins (2007) relaciona *stress* ocupacional como sendo um desequilíbrio em que a pessoa percebe, pois se sente incapaz de realizar determinadas tarefas provocadas por exigências de trabalho e limitações de suas capacidades.

Para Vieira, Guimarães e Martins (1999), o *stress* ocupacional é um assunto complexo com um conceito ainda indefinido, pois apesar de não ser um fenômeno novo, mas um campo em estudo, em consequência do aparecimento de algumas doenças como: hipertensão, úlcera e outras ligadas ao *stress* no trabalho. Não obstante, os autores fazem menção ao *stress* ocupacional como sendo um problema de aspecto negativo resultado da incapacidade do indivíduo de lidar com a pressão no trabalho, consequentemente, gerando um estado de descontentamento e problemas de saúde física e psicológica.

Resende (2017) diz que o *stress* ocupacional se tornou uma fonte de preocupação em consequência dos graves riscos para a saúde mental do indivíduo no ambiente de trabalho. Segundo a autora, apesar do *stress* possuir inúmeras definições por conta da discordância entre pesquisadores; todos concordam que há dois tipos de *stress*: o funcional e o disfuncional, que conforme a autora, foi caracterizado por *eustress* e *distress*, sendo o *eustress* uma reação do corpo a algo positivo, como: conquista e prazer, e o *distress* responsável pelas alterações físicas e psicológicas em virtude das constantes pressões sofrida pelo o indivíduo, podendo este causar danos à saúde.

Marques e Moraes (2007) referenciam alguns autores que de acordo com eles, desenvolveram um modelo de estudo do *stress* no qual engloba atributos organizacionais e individuais, seguindo as mesmas características do modelo que foi desenvolvido o *Occupational Stress Indicador* (OSI), a fim de identificar o *stress* nas organizações, incluindo questões de saúde física e mental.

Outro instrumento utilizado para medição e análise do *stress* em profissionais desenvolvido nos últimos anos, foi o Inventário de Sintomas de *Stress* (ISSL), que sugere um diagnóstico dos trabalhadores em três fases: alerta, resistência e exaustão (FÉLIX; MACHADO; SOUSA, 2017). Para Lipp (2003), a primeira fase do *stress*

o alerta - é considerada a fase positiva, que é quando o indivíduo se sente energizado por uma produção de adrenalina e uma sensação de realização plena. Segundo a autora, a segunda fase do *stress* que é a resistência - o indivíduo tenta lidar com os agentes estressores, para manter seu equilíbrio interno e quando não consegue, a sua resistência é quebrada passando automaticamente para terceira e última fase que é a exaustão; podendo nesta por sua vez ocorrer graves doenças como, por exemplo, enfarte, úlcera etc.

Ainda de acordo com a autora, em suas pesquisas recentemente realizadas no Laboratório de Estudos Psicofisiológicos do *Stress*, na Pontifícia Universidade Católica - PUC de Campinas identificou uma quarta fase do *stress*, que foi denominada quase-exaustão, que ocorre entre as fases de resistência e esgotamento. Contudo, segundo ela, o *stress* decorrente do trabalho nas últimas décadas, mesmo obtendo uma maior atenção, não foi suficiente para que pudesse minimizar seus efeitos.

Balassiano, Tavares, Pimenta, (2011) afirmam que o *stress* é uma doença que se tornou presente e está produzindo um elevado custo em relação a saúde e o bem-estar emocional do indivíduo, bem como para as organizações e sociedade. O *stress* ocupacional segundo ele tem sido debatido nos últimos anos devido à preocupação com as consequências dos efeitos negativos que a doença pode acarretar a saúde e o desempenho do trabalhador, quando este é percebido de forma contínua.

2.2 O STRESS OCUPACIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR

De acordo com Raimundo e Pinto (2006), a escola tem um papel privilegiado, além de ensinar novos conhecimentos para as crianças e adolescentes, trabalham também questões sociais. Segundo as autoras, esse aprendizado das relações interpessoais em algum momento implicará em eminentes conflitos com outros, e os mesmos devem aprender a lidar com o *stress* do convívio social.

O *stress* é uma doença que tem crescido cada vez mais nos ambientes ocupacionais, e por esse motivo, os estudos nessa área têm se desenvolvido visando o controle e sua prevenção (STEFANO; BONANATO; RAIFUR, 2013). Conforme os autores, os fatores que contribuem para o *stress* no ambiente escolar, pode ser devido suas condições, relações interpessoais envolvendo o trabalho, responsabilidades e realizações pessoais.

A relação *stress*/trabalho tornou-se banalizada e adverte-se quanto ao seu impacto na vida das pessoas, que pode tanto incentivá-las a perseguirem seus objetivos, como causar-lhes situações adversas (GOULART JÚNIOR; LIPP, 2011). Para Lipp (2003) o trabalho exerce um lugar essencial na vida das pessoas. Para a autora, quando o trabalho é motivo de satisfação, ele oferece prazer, contentamento e principalmente o bem-estar físico e

mental, pois do contrário, essa fonte de ocupação torna-se uma ameaça causando-lhes grande sofrimento.

De acordo com Barreto, Souza, Martins (2009), o grau de *stress* no Brasil tem crescido, chegando a mais de 50% em relação aos últimos 40 anos. Conforme o autor, a Organização Mundial da Saúde diz que o *stress* só é fonte de preocupação quando este ultrapassa o grau de sua exposição.

A positividade do *stress* ajuda não somente o indivíduo nos desafios de alcançar seu objetivo, mas também a ultrapassar seus limites na busca de sua realização pessoal (GOULART JÚNIOR; LIPP, 2011). A despeito dessa temática, os autores salientam que no Brasil o interesse pelo assunto surgiu na década de 90, quando em uma escola particular de Natal, Rio Grande do Norte, docentes e discentes passaram por experiência de enfrentamento do *stress* (BARRETO; SOUZA; MARTINS, 2009).

O *stress* no contexto educativo tem despertado nos autores um maior interesse em termos de investigação, evidenciando a profissão do professor de natureza mais estressante (GOMES *et al.*, 2010). Sobre o ambiente escolar, Paula e Naves (2010) ressaltam que escola e professores têm assumido diferentes papéis na sociedade que vão além de suas responsabilidades, pois além das inúmeras exigências e novas demandas que lhes foram atribuídas, receberam ainda uma tarefa que até então pertencia à família. Segundo as autoras, diante desse quadro, escola e professores acumulam para si cada vez mais inquietações que vão gerar *stress* e consequentemente prejuízos a sua saúde e ao ensino.

O *stress* atinge pessoas de diferentes faixas etárias (LIPP, 2003). De acordo com a autora, com a criança não é diferente, pois ao ser inserida na escola, que é seu primeiro ambiente social, ela agrega os mais variados tipos de estressores, entre eles, a separação dos pais que exigirá da criança uma nova adaptação as novas pressões e exigências, levando-a a um desconforto e a quebra do seu equilíbrio.

Na visão dos autores Goulart Júnior e Lipp (2011), no ambiente escolar são refletidos os problemas vividos pela sociedade hoje, que dentre eles se destacam o uso de entorpecentes, vida sexual precoce, violência familiar, entre outros. Segundo os autores, a negligência dos pais em relação a educação das crianças e adolescentes é mais um problema vivenciado pela escola, e um fator que tem contribuído para a má conduta dos alunos em sala de aula, constringendo o professor a situações para a qual não foi orientado. Para eles, boa parte das escolas negligenciam a qualidade do seu trabalho e acaba causando o descontentamento e a desmotivação do professor.

Lipp (2003) afirma que além dos inúmeros fatores que contribui para o *stress* no meio acadêmico, alguns estão relacionados diretamente a forma como o gestor administra o ambiente

organizacional. Para ela, sua personalidade e a forma de liderar seus subordinados poderão gerar *stress* com consequências negativas para o professor, aluno e para o ensino. Outro fator que contribui para o *stress* na escola são as formas de trabalho que uma liderança exerce e sua influência nas relações interpessoais, organizacionais e pedagógicas no ambiente escolar (GOULART JÚNIOR; LIPP, 2011).

Nesse sentido, Paiva, Gomes e Helal (2015), afirmam que as mudanças de valores advindas da sociedade têm comprometido as escolas de ensino superior públicas e privadas, acarretando diversas consequências no seu ambiente de ensino, afetando diretamente o professor pelo não reconhecimento do seu trabalho e a sobrecarga dele. Machado *et al.* (2018) mencionam que nas escolas de ensino superior, as cobranças e obrigações fazem parte do cotidiano de professores e alunos e ressaltam as dificuldades encontradas pelos discentes em adaptarem-se as mudanças e situações que a formação profissional exige. Consoante a autora, diante das dificuldades de adaptação e obrigações no ambiente acadêmico, os discentes poderão desenvolver um alto grau de *stress*.

De modo semelhante, Goulart Júnior e Lipp (2011) afirmam que as grandes mudanças exigidas no ambiente escolar contribuem para o surgimento de fatores estressantes que podem dificultar a adaptação do estudante, comprometendo sua saúde física e psicológica, mais especificamente, o rendimento acadêmico. Ainda assim, Luz *et al.* (2009), ressaltam que a entrada no ensino superior é um momento importante na vida do estudante.

No estudo de Esteves-Ferreira, Santos e Rigolon (2014) foram realizadas pesquisas em escolas públicas e privadas, e foi constatado que os docentes da rede pública demonstraram insatisfação com as condições de trabalho, o desinteresse dos alunos e o baixo salário. Contudo, segundo os autores, os professores gostam da sua profissão e vivem na expectativa de ter o seu trabalho reconhecido. Já na rede privada, ele afirma que os docentes tendem a questionar o excesso de cobrança apesar da suficiência de sua produtividade.

Mesmo com atribuições semelhantes, os docentes das escolas públicas e privadas possuem vivências e práticas diferenciadas devido seus aspectos contextuais e institucionais (CARLOTTO; CÂMARA, 2008). Na visão de Lipp (2003), em muitas das escolas públicas e privadas não são oferecidas condições de trabalho e ferramentas necessárias para os professores desenvolverem suas atividades. A autora afirma ainda que os docentes sentem-se insatisfeitos, desmotivados, sem perspectiva de crescimento e desestimulados, passando a ver o ambiente de trabalho e suas atividades como um fardo pesado e como consequência, prejuízos no exercício das atividades, decepção e problemas na saúde física e mental. Na revisão da literatura identificaram-se estudos que analisam a forma que o *stress* influencia na vida do profissional da educação (REISA; GOMES; SIMÕES, 2018). Neste sentido, apresenta-

se o Quadro 1 com a intenção de exibir os construtos que analisam essa variável.

Quadro 1: Construtos encontrados na literatura

CONSTRUTOS	CARACTERÍSTICAS
Comportamentos inadequados/indisciplina dos alunos	O quanto o mau comportamento dos discentes pode influenciar no <i>stress</i> do docente
Políticas disciplinares inadequadas	O quanto à ineficiência das políticas disciplinares pode influenciar no <i>stress</i> do docente
Pressões de tempo/excesso de trabalho	O quanto uma alta carga horária pode influenciar no <i>stress</i> do docente
Diferentes capacidades e motivações dos alunos	O quanto à falta de comprometimento dos pais e dos discentes podem influenciar no <i>stress</i> do docente
Carreira docente	O quanto à falta de reconhecimento da carreira pode influenciar no <i>stress</i> do docente
Trabalho burocrático	O quanto trabalho burocrático pode influenciar no <i>stress</i> do docente

Fonte: Reisa et al. (2018)

As políticas indisciplinadas inadequadas são também um fator de *stress* de acordo com a literatura. Para os docentes, essa é uma variável que apesar de uma escala menor, contribui para um trabalho estressante (REISA; GOMES; SIMÃES, 2018). As políticas públicas educacionais são desenvolvidas no ambiente escolar através do PP- Projeto Pedagógico que define a forma e os métodos a serem trabalhados através dos princípios, estratégias de ação, atividades e os projetos que serão desenvolvidos para o processo de ensino e aprendizagem (GOULART JÚNIOR; LIPP, 2011).

Possivelmente, uma das razões para a ineficiência das políticas públicas nas escolas, esteja relacionada à falta de preparo do corpo docente para lidar com situações adversas, como por exemplo, a indisciplina e mau comportamento dos alunos que poderá contribuir para a preocupação e *stress* dos docentes (CARLOTTO, 2012).

Segundo Afonso (2006) a indisciplina tornou-se um grande desafio para os professores. Para o autor, a dificuldade está relacionada aos problemas da sociedade que têm refletido na escola devido à clientela e seus diferentes níveis sociais. Na sua visão, a escola não está preparada para lidar com alunos apáticos, desinteressados e nada dispostos a cumprir regras. Gomes et al. (2010) afirmam que não é novidade que a indisciplina dos alunos dificulta o trabalho docente, uma vez que outros estudos já comprovaram a dificuldade da relação professor/aluno. Para os autores, a indisciplina é a maior causa dos problemas enfrentados pelos professores, ocasionando o *stress*.

De acordo com os mesmos autores, essa variável, foi citada por cerca de 60% a 70% dos entrevistados como um fator

bastante estressante. Segundo eles, os professores sentem muitas dificuldades quando se trata das políticas disciplinares inadequadas, pois para eles as sanções disciplinares são inadequadas. Correia, Gomes e Moreira (2010) observaram que uma das razões para o elevado nível de *stress* nos docentes se refere à ineficiência das sanções disciplinares, que segundo os autores explica a situação negativa já confirmada por outros estudos.

2.3 SÍNDROME DO BURNOUT

Nomeada pelo psicólogo Freudenberg na década de 1970, a palavra *burnout* foi descrita por ele como sendo uma síndrome desencadeada pela fadiga e desapontamento de grandes expectativas fracassadas (PAIVA; GOMES; HELAL, 2015). Conforme as percepções de Paiva e colaboradores, o *burnout* está diretamente relacionado ao mundo do trabalho e da incompatibilidade dos anseios do indivíduo e sua realidade, fazendo com que esse indivíduo perca o sentido e o entusiasmo pelo trabalho e pelas coisas.

Segundo Carlotto e Palazzo (2006), no Brasil o estudo sobre essa síndrome ainda é tímido, principalmente a sua relação com o *stress*. De acordo com Lipp (2003), o *burnout* é uma espécie de *stress* ocupacional crônico, resultado de uma sensação de fracasso e um estado de cansaço físico, mental e emocional, associado a esperança de grandes realizações. Segundo a autora, quando essa esperança é frustrada, a pessoa poderá desenvolver o *burnout*, especialmente os idealistas que têm o desejo de ajudar os outros e ser reconhecido por seu trabalho.

Hespanhol (2005) corrobora sugerindo que o *burnout* pode ser adquirido mediante o estado prolongado do *stress* ocupacional, levando o indivíduo a um desgaste tanto físico quanto emocional, sobrecarregando-o de uma sensação de pouca utilidade. O *burnout* afeta principalmente pessoas que trabalham nas áreas da saúde, social, justiça e educação, ou seja, pessoas que interagem por tempo razoável com outrem (PAIVA; GOMES; HELAL, 2015).

Schlögl e Morita (2017) declaram que não se pode falar de *burnout* sem antes falar de *stress*, pois de acordo com os autores, o *stress* é tudo que agride e desafia o organismo obrigando-o a uma adaptação para se recuperar, do contrário o *stress* tende a elevar-se e gerar o *burnout*. Segundo eles, a partir daí a pessoa desenvolve a síndrome decorrente da inabilidade de adaptar-se ao ambiente e suas condições.

Carlotto e Palazzo (2006) acrescentam que o *burnout* é um fenômeno que está ligado aos fatores de ordem social, familiar pessoal e mais especificamente, ocupacional. De acordo com as autoras, no contexto educacional, o *burnout* tem afetado diretamente a saúde dos docentes, e como consequência, o ambiente escolar e os objetivos pedagógicos, levando os

profissionais a um estado de incapacidade e insensibilidade. Esses problemas têm contribuído para ausência no trabalho, pedidos de licenças e desejo de abandonar a profissão (LIPP, 2003).

O *burnout* é um distúrbio mental que nos últimos tempos tem levado pessoas a se afastarem do trabalho por um período de tempo cada vez maior, causado pela insatisfação no trabalho, fadiga crônica, ansiedade entre outros (ANDRADE; CARDOSO, 2012). De acordo com os autores, o *burnout* poderá levar o indivíduo a desenvolver problemas de comportamentos, e a má adaptação desse indivíduo ao ambiente ocupacional leva ao surgimento desse transtorno que se desenvolve quando já não há forças físicas e mentais, devido a um trabalho com um alto grau de *stress*.

Silva *et al.* (2013) afirmam que a síndrome do *burnout* é uma junção de fatores individuais e organizacionais, resultado de um *stress* duradouro oriundos de fatores estressantes causados por uma longa exposição aos estressores. Carlotto (2002) descreve em poucas palavras sua concepção do *burnout*, como sendo um tipo de *stress* decorrente do trabalho que envolve atenção, dedicação ininterrupta e emoção. Segundo a autora, a definição mais aceita do *burnout* foi descrita por Maslach e colaboradores fundamentados na perspectiva social e psicológica em três distintas dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no ambiente ocupacional.

Ainda de acordo com Carlotto (2002), Maslach definiu a exaustão emocional, como a inexistência ou pouca disposição e motivação para o trabalho, misturada a um sentimento de cansaço e vazio; a despersonalização, a pessoa tende a ficar apática e insensível a outras e ao ambiente organizacional; e por fim, a baixa realização pessoal no ambiente ocupacional, causando a diminuição da realização no trabalho. Nesse sentido, segundo a autora, o trabalhador faz uma autoavaliação de si mesmo e de forma negativa, sente-se infeliz, incapaz e descontente no trabalho.

Portanto, a síndrome do *burnout* se desenvolve individualmente, e seu desenvolvimento é um processo lento, podendo levar anos ou décadas para o seu aparecimento, que acontece de maneira gradativa e cumulativa e a evolução dessa síndrome com o passar do tempo aumentará a sua gravidade (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa tem como objetivo analisar quais variáveis influenciam o nível de *stress* dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu/MA. Para alcançar o objetivo a que se propôs foi utilizada metodologia descritiva, quantitativa e de corte transversal. Ressalta-se que a coleta de dados se estendeu durante os meses de outubro, novembro e dezembro de 2018.

Para garantir a eficácia dos dados coletados utilizou-se o formulário eletrônico *Typetform* como ferramenta de coleta de dados. Baseado nos construtos de Reisa, Gomes e Simões (2018), o questionário foi replicado aos respondentes por redes sociais e *chats* como *Whatsapp*, *Messenger*, *Facebook* e correio eletrônico.

O questionário é composto por 20 perguntas, que correspondem a 6 construtos. Inseriu-se também uma pergunta controle com a intenção de identificar se o respondente é professor (a) da educação infantil na cidade de Buriticupu. Inseriu-se ainda 5 questões sociodemográficas para identificar gênero, idade, estado civil, escolaridade e há quanto tempo o respondente leciona na educação infantil. Em relação aos construtos, os mesmos são: comportamento inadequado/ indisciplina dos alunos; pressões de tempo e excesso de trabalho; diferentes capacidades/motivações dos alunos; carreira docente; trabalho burocrático / administrativo; políticas disciplinares inadequadas (REISA; GOMES; SIMÕES, 2018). Apresenta-se o questionário conforme mostra o Quadro 2).

Quadro 2: Questionário utilizado para coletar dados

CONSTRUTOS	NÍVEL DE STRESS
Comportamento inadequado / indisciplina dos alunos;	1. Mau comportamento contínuo de alguns alunos 2. Mau comportamento dos alunos em geral 3. Alunos barulhentos 4. Problemas de comportamento difícil 5. Comportamento indecente/descarado dos alunos 6. Nível de barulho bastante elevado
Pressões de tempo e excesso de trabalho;	7. Falta de tempo para cumprir os programas 8. Falta de tempo para fornecer apoio individual aos alunos 9. Demasiado trabalho para fazer
Diferentes capacidades / motivações dos alunos;	10. Falta de iniciativa e vontade de trabalhar pelos alunos 11. Pais que não auxiliam na motivação dos alunos 12. Pais que demonstram falta de interesse com a educação dos filhos
Carreira docente;	13. Falta de reconhecimento por um bom ensino
Trabalho burocrático / administrativo;	14. Demasiado trabalho burocrático 15. Turmas grandes 16. Ausência de material didático e livros
Políticas disciplinares inadequadas;	17. Existência de sanções disciplinares pouco adequadas 18. Turmas difíceis 19. Política disciplinar inadequada da escola 20. Falta de aceitação da autoridade do professor

Fonte: Reisa *et al.* (2018)

Todas as questões, com exceção da pergunta controle e das variáveis sociodemográficas foram respondidas por meio da escala de Likert onde 1 (um) é igual a baixo *stress* e 5 (cinco) alto *stress*. Obteve-se uma amostra de 107 respondentes válidos (professores de creches e pré-escola do município de Buriticupu/MA). Nesse contexto, com a intenção de responder ao problema de pesquisa, realizou-se a caracterização da amostra e análises sobre a estatística descritiva.

4 ANÁLISE DE DADOS

4.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

Com o objetivo de analisar quais variáveis influenciam o nível de *stress* dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu/MA, obteve-se um total de 107 respostas. Desse total, 90 questionários referem-se a professores de escolas públicas e 17 questionários relacionam-se a professores de escolas privadas. Nesse contexto dividiu-se a amostra coletada conforme Tabela 1.

Tabela 1: Características da amostra dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu/MA

GÊNERO	ESCOLAS PÚBLICAS		ESCOLAS PRIVADAS	
	N°	%	N°	%
Masculino	13	14,45	0	0
Feminino	77	85,55	17	100
Total	90	100,00	17	100,00
IDADE	N°	%	N°	%
18 a 25 anos	25	27,77	11	64,70
26 a 35 anos	41	45,55	3	17,64
36 a 45 anos	20	22,22	3	17,64
46 a 55 anos	4	4,44	0	0
56 anos ou mais	0	0	0	0
Total	90	100,00	17	100,00
ESCOLARIDADE	N°	%	N°	%
Ensino Médio (Magistério)	43	47,77	3	17,64
Ensino Superior Incompleto	22	24,44	7	41,17
Ensino Superior Completo	12	13,33	4	23,52
Pós-Graduação	12	13,33	3	17,64
Mestrado/Doutorado	1	1,11	0	0
Total	90	100,00	17	100,00
ESTADO CIVIL	N°	%	N°	%
Solteiro	39	43,33	14	82,35
Casado	38	42,22	3	17,64
Divorciado/Separado	5	5,55	0	0
Viúvo	0	0	0	0
União Estável	8	8,88	0	0
Total	90	100,00	17	100,00
QUANTO TEMPO LECIONA	N°	%	N°	%
Menos de 1 ano	2	2,22	0	0
1 a 2 anos	28	31,11	7	41,17
3 a 4 anos	26	28,88	3	17,64
5 a 6 anos	20	22,22	1	5,88
7 anos ou mais	14	15,55	6	35,29
Total	90	100,00	17	100,00

Fonte: Dados da pesquisa

De acordo com a amostra pesquisada na Tabela 1 observa-se que nas escolas públicas poucos docentes são do sexo masculino (14,45%), enquanto que a grande maioria dos entrevistados são professores do sexo feminino (85,55%). Observa-se também na análise das escolas privadas que 100% dos professores entrevistados são do sexo feminino. Diante desse quadro, sugere-se que as mulheres são maioria tanto nas escolas públicas como nas escolas privadas. Observa-se ainda que na amostra coletada não há nenhum professor do sexo masculino nas escolas privadas.

No estudo de *Martins et al. (2014)*, realizado com professores da educação infantil, concordando com essa pesquisa, dos 196 respondentes, 195 eram mulheres. *Brito, Nascimento e Silva (2019)* atribuem algumas razões para ausência do homem no magistério.

De acordo com os autores, algumas dessas razões são os fatores sociais que contribuem negativamente sobre o homem gostar de criança, a questões de pedofilia ou mesmo a possibilidade de tratá-las de forma brutal.

Contribuindo com a discussão, *Böhm e Campos (2013)*, citam que a ausência do homem no magistério começou ainda com o advento da industrialização, e que até então o magistério era universo masculino. Os autores reforçam que as mulheres eram ensinadas apenas a lê, escrever, a religiosidade e as prendas do lar. E com o processo da Revolução Industrial o homem abandonou a docência, contribuindo para a feminização do magistério. *Monteiro e Altmann (2014)* corroboram com essa afirmação, porém os autores sugerem que a educação infantil é um campo de atuação possível tanto para homens como para mulheres.

Em relação à idade dos docentes, é notável a jovialidade dos professores, que segundo a os dados coletados têm entre 26 a 35 anos de idade (45,55%) nas escolas públicas e 18 a 25 anos (64,70%) nas escolas privadas. Portanto, sugere-se que a maioria dos professores da Educação Infantil de Buriticupu são jovens que estão iniciando a carreira profissional docente.

No que tange ao grau de escolaridade dos docentes, a pesquisa mostrou que nas escolas públicas a maioria dos entrevistados possui apenas o Ensino Médio na modalidade Magistério (47,77%), e na escola privada os profissionais estão terminando o curso superior (41,17%). Possivelmente, os professores municipais por serem servidores públicos acomodaram-se com a estabilidade e não buscaram melhores qualificações profissionais, diferente dos professores das escolas particulares.

A respeito do estado civil dos docentes, tanto nas escolas públicas (43,33%), como nas escolas privadas (82,35%), os entrevistados declararam ser solteiros. Sugere-se que essa variável está associada ao fato da baixa idade dos respondentes. Por fim, de acordo com os dados da Tabela 1, (31,11%) dos professores de escolas públicas e (41,17%) dos professores de escolas privadas, têm entre 1 a 2 anos de exercício da função docente. Conclui-se que o tempo de exercício dos docentes da educação infantil de Buriticupu é relativamente baixa, confirmando que os profissionais estão há pouco tempo exercendo a função docente.

4.2 ESTATÍSTICA DESCRITIVA

Os construtos utilizados na pesquisa (*REISA; GOMES; SIMÃES, 2018*) são analisados confrontando o painel A com o painel B, onde respectivamente estão representados os respondentes que afirmaram lecionar em escolas públicas e os docentes que afirmaram lecionar em escolas privadas. As variáveis são comportamento inadequado / indisciplina dos alunos; pressões de tempo e excesso de trabalho; diferentes capacidades / motivações

dos alunos; carreira docente; trabalho burocrático / administrativo; e políticas indisciplinadas inadequadas. Na estatística descritiva geral analisa-se a média, desvio padrão, mínimo, quartil 1, mediana, quartil 3, e máximo dos respectivos construtos.

Tabela 2: Estatística Descritiva Geral

Painel A – Professores de escolas públicas							
Variáveis	Média	DP	Min	Quartil1	Mdn	Quartil3	Máx.
Comportamento/Indisciplina	4,01	0,74	1,50	3,83	4,17	4,50	5,00
Pressão e excesso de trabalho	3,39	1,21	1,00	2,66	3,67	4,33	5,00
Capacidades/Motivações	3,73	0,93	1,00	3,33	4,00	4,33	5,00
Carreira docente	4,07	1,27	1,00	3,25	5,00	5,00	5,00
Trabalho burocrático/Adm.	3,73	1,05	1,00	3,00	4,00	4,66	5,00
Políticas ind. inadequadas	3,58	0,98	1,25	3,00	3,75	4,25	5,00

Painel B – Professores de escolas particulares							
Variáveis	Média	DP	Min	Quartil1	Mdn	Quartil3	Máx.
Comportamento/Indisciplina	4,23	0,26	3,83	4	4,17	4,5	4,5
Pressão e excesso de trabalho	2,90	0,43	2,33	2,66	2,67	3,33	3,67
Capacidades/Motivações	3,35	0,86	2,00	3,33	3,67	3,66	5,00
Carreira docente	3,76	1,25	2,00	3,00	3,00	5,00	5,00
Trabalho burocrático/Adm.	3,10	0,99	1,33	2,66	3,33	3,66	5,00
Políticas ind. inadequadas	3,44	0,46	2,75	3,25	3,25	3,75	4,50

Fonte: Dados da pesquisa

Observa-se em média que os professores das escolas públicas se sentem desvalorizados por não terem o devido reconhecimento do seu trabalho, ou seja, ser professor na escola pública não é um fator motivacional. Carreira docente (M=4,07). O segundo fator que em média contribui para o *stress* dos professores é o comportamento/indisciplina dos alunos que está relacionado ao mau comportamento e a desobediência (M= 4,01). Rosi (2003) sugere em sua pesquisa que os elementos mais estressantes para os professores das escolas públicas são: instabilidade no emprego, salário, e cuidado com as crianças.

Em relação às variáveis das escolas particulares, percebe-se que houve uma inversão dos fatores de *stress*, em relação às escolas públicas, onde o fator em média mais estressante para os professores dessas escolas é o comportamento /indisciplina dos alunos (M= 4,23), enquanto que a carreira docente é o segundo fator em média mais estressante (M=3,76). Os dados sugerem que apesar de em menor escala, a carreira docente também é fator estressante para esses profissionais. Rosi (2003) aponta que os professores das escolas privadas acham estressantes variáveis como relacionamento com a família, salário e espaço físico.

Observando a segunda menor média das escolas públicas (M= 3,39) e privadas (M= 2,90), nota-se que a pressão por excesso de trabalho, mesmo em escala menor também contribui para o *stress* dos docentes de ambas as escolas. Outro fator da segunda menor média que desencadeia o *stress* dos docentes nas escolas públicas

são as políticas indisciplinadas inadequadas (M= 3,58). Ao contrário dos docentes das escolas públicas, o outro fator da segunda menor média que contribui para o *stress* dos docentes das escolas privadas é o trabalho burocrático/ administrativo (M= 3,10).

A pressão por excesso de trabalho, segundo os resultados obtidos nesse estudo, apesar de em menor média, foi indicada pelos docentes como um fator estressante. Gerado pelo excesso de tarefas, a pressão por excesso de trabalho contribui para uma sobrecarga que leva o docente a um estado de desgaste, cansaço físico e mental (SANTINI; NETO, 2005). A sobrecarga de trabalho e a multiplicidade dos papéis são fatores que contribuem para o esgotamento profissional dos docentes, pois devido ao excesso de atividades, esses profissionais muitas vezes sentem-se obrigados a levar trabalho para casa (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Com base nos resultados apresentados na Tabela 1, observa-se que professores de ambas as escolas são alvos de *stress*. Observa-se também que entre as variáveis analisadas, os fatores que mais contribuem em maior ou menor média para o *stress* desses profissionais são praticamente os mesmos, apenas com uma diferença de ordem e proporção.

Nesse sentido, baseando-se nos dados da pesquisa, sugere-se que os fatores que mais contribuem para o *stress* dos professores das escolas públicas são: carreira docente; comportamento/indisciplina; pressão de tempo e excesso de trabalho e políticas indisciplinadas inadequadas. Enquanto que os professores das escolas privadas apontaram o comportamento/indisciplina, carreira docente, pressão de tempo e excesso de trabalho, e o trabalho burocrático administrativo.

Os resultados da presente pesquisa corroboram com os achados de Gomes *et al.* (2012). Os autores apontam os mesmos fatores como os que mais causam *stress* nos docentes, com uma diferença apenas na variável pressão e excesso de trabalho, que deu lugar a diferentes capacidades e motivações.

Weber *et al.* (2015), apontam em sua pesquisa que o fator mais estressante é as relações interpessoais no ambiente escolar, as variáveis mais percebidas como fontes de *stress* pelos professores foram a indisciplina e motivação dos alunos, seguida da ajuda mútua do chefe. Segundo as autoras, tanto as relações entre professor/aluno ou professor/diretor, são fatores que carecem de uma atenção e que o relacionamento interpessoal seja uma variável a se considerar em estudos.

Na literatura, a carreira docente é apontada pelos docentes como estressante, levando o profissional a perda de energia, e com isso a sensação de cansaço (ESTEVES-FERREIRA; SANTOS; RIGOLON, 2014). Diante dessa situação, muitas vezes o professor não consegue alcançar seus objetivos (CARLOTTO; CÂMARA, 2008). Concordando com esse pensamento, Gomes *et al.* (2012)

declaram que a carreira docente é um fator que abrange sensações de exaustão física e emocional. Por essa razão o docente passa por um processo em que a satisfação profissional sofre um declínio, causando efeitos negativos sobre os estudantes e ao próprio sistema de ensino (GOULART JÚNIOR; LIPP, 2011).

Com o objetivo de comparar a diferença das médias analisa-se na Tabela 3 se os construtos (REISA; GOMES; SIMÃES, 2018) comportam-se de maneira igual ou diferente em ambas as amostras. Nesse contexto, utilizou-se concomitantemente o teste *t-Student* com intervalo de confiança de 95%.

Tabela 3: Diferença de médias da amostra referente a avaliações de docentes das escolas públicas e privadas

Variáveis	ESC. PÚBL.		ESC. PRIV.		Diferença de médias	
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	E. Pub. E. Priv.	P-valor
Comportamento/Indiscip.	4,01	0,74	4,23	0,26	-0,22	0,23
Pressão e exc.trabalho	3,39	1,21	2,90	0,43	0,49	0,10
Capacidades/Motivações	3,73	0,93	3,35	0,86	0,38	0,13
Carreira docente	4,07	1,27	3,76	1,25	0,31	0,36
Trab. burocrático/Adm.	3,73	1,05	3,10	0,99	0,63	0,02**
Políticas ind. inadequadas	3,58	0,98	3,44	0,46	0,14	0,56

Observando os dados da Tabela 3 percebe-se que das seis variáveis estudadas, apenas a variável comportamento/indisciplina obteve maior média em relação ao *stress* nas escolas privadas. Isso significa dizer que em média os professores de escolas públicas se sentem mais pressionados e estressados comparados aos professores de escolas privadas.

Em relação à diferença de médias, pode-se afirmar com 95% de confiança que a única variável que professores de escolas públicas pensam diferente dos professores de escolas privadas é o trabalho burocrático/administrativo. Nesse sentido, os docentes de escolas públicas sentem-se em média (M=3,73) muito mais estressados em realizar o trabalho burocrático/administrativo que os de docentes escolas privadas (M=3,10).

Semelhantemente a esses dados, Gomes *et al.* (2006) declaram que dos vários fatores que estão associados ao *stress* do professor, estão as variáveis comportamento/indisciplina e o trabalho burocrático/administrativo. Segundo o autor, esses resultados foram apontados por mais da metade dos entrevistados como geradores de maior pressão.

Sobre o trabalho burocrático administrativo, os autores (REISA; GOMES; SIMÃES, 2018), ressaltam que esta variável está relacionada ao que o professor desenvolve fora da sala de aula, tais como: planejamento, elaboração e correção de atividades, preenchimento de diários, reuniões com pais entre outros. De acordo com Weber *et al.* (2015), em razão das séries iniciais exigirem um maior número

de tarefas administrativas, essa variável contém um nível elevado de atividades burocráticas, e por esse motivo, é um fator que está relacionado ao *stress* do professor brasileiro.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou analisar quais variáveis influenciam o nível de *stress* dos professores da educação infantil da cidade de Buriticupu-MA. Verificou-se que os fatores que influenciam os docentes a adotarem determinados comportamentos inadequados estão relacionados às seguintes variáveis: carreira docente, comportamento/indisciplina dos alunos, pressão de tempo e excesso de trabalho, políticas indisciplinadas inadequadas e o trabalho burocrático administrativo.

Entre essas variáveis, observou-se que a carreira docente e o comportamento/indisciplina dos alunos são as maiores fontes de *stress* para os professores de ambas as escolas (públicas e privadas). Percebeu-se ainda, que tanto os professores de escolas públicas, quanto de escolas privadas, sentem-se cansados, sobrecarregados e estressados. Sugere-se que para melhoria na qualidade de vida e no trabalho dos docentes, a gestão escolar: Avalie e revise as políticas públicas nas escolas; faça parceria escola/família; desenvolva estratégias para prevenção primária do *stress* e realize programas relacionados à saúde preventiva dos professores.

Como contribuição teórica, este estudo acrescenta à literatura científica informações sobre gestão escolar, *stress* e síndrome de *burnout*. Nesse sentido, espera-se que os resultados encontrados possam contribuir para a melhoria da gestão escolar, qualidade do ensino e minimização do *stress*.

Consoante as informações mencionadas na presente pesquisa, acredita-se que as mesmas poderão de forma significativa auxiliar os gestores escolares a lidarem com situações adversas, perceber as fontes de *stress* e promover estratégias para combater as variáveis responsáveis pelo *stress*.

Desta forma, a gestão escolar pode evitar que seu estado (*stress*) se prolongue e passe a uma nova fase que é o *burnout*. Com isso, anela-se que os professores sejam mais bem assistidos, para que haja uma melhor qualidade do ensino, e possam desenvolver suas atividades profissionais com mais eficiência.

Reconhecem-se as limitações deste estudo, entre as quais cita-se, por exemplo, que este resultado pode não refletir a realidade de outras cidades, pois a pesquisa foi limitada apenas ao município de Buriticupu. Outra limitação é o fato de que as escolas participantes da pesquisa são apenas da zona urbana.

Para melhor e maior ampliação desse estudo sugere-se a realização de pesquisa nas quais se faça a inclusão e comparação

da visão de professores de escolas infantis da zona rural. Sugere-se ainda um estudo comparativo entre professores do ensino médio público e privado, o que possibilitará uma melhor compreensão do *stress* no âmbito educacional e suas formas de prevenção.

Referências

AFONSO, Sérgio António Moreira. A indisciplina e a escola. 2006. Dissertação (Mestrado em Administração e Planificação da Educação) - Universidade Portucalense, Porto, 2006.

ALMEIDA, Damiana Machado de *et al.* Avaliação do estresse ocupacional no cotidiano de policiais militares do Rio Grande do Sul. **Revista Organizações em Contexto**, v. 13, n. 26, p. 215-238, 2017.

ANDRADE, Patrícia Santos de; CARDOSO, Telma Abdalla de Oliveira. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, v. 21, p. 129-140, 2012.

BALASSIANO, Moises; TAVARES, Elaine; PIMENTA, Roberto da Costa. Estresse ocupacional na administração pública brasileira: quais os fatores impactantes?. **Revista de Administração Pública-RAP**, v. 45, n. 3, p. 751-774, 2011.

BARRETO, M. A.; SOUZA, T.; MARTINS, J. D. M. Docência universitária: condições de trabalho, estresse e estratégias de enfrentamento. **Revista de Estudos de Administração**, v. 9, n. 19, p. 121-143, 2009.

BENKE, Mara Regina Pagnussat; CARVALHO, Élcio. Estresse x qualidade de vida nas organizações: um estudo teórico. **Revista Objetiva**, v. 8, n. 7, p. 151-60, 2008.

BICHO, Leandro Manuel Dias; PEREIRA, Susete Rodrigues. Stress ocupacional. **Stress Ocupacional. Instituto Politécnico de Coimbra, Departamento de Engenharia Civil, Portugal**, 2007. Disponível em: http://www.academia.edu/download/33188736/Stress_Ocupacional.pdf. Acesso em: 12 out. 2019.

BÖHM, Bianca Camacho Almeida; CAMPOS, Míria Izabel. Atuação de professores homens na educação básica: um estado da arte sobre a produção acadêmica. **Horizontes-Revista de Educação**, v. 1, n. 1, p. 59-72, 2013.

BRITO, Andrieli; NASCIMENTO, Fernanda Carolline; SILVA, Monique. A escassez da figura masculina na docência da Educação Infantil e Anos Iniciais do Ensino Fundamental. **Revista Communitas**, v. 2, n. 4, p. 307-330, 2018.

CALLES, Ana Carolina do Nascimento; SANTOS, Joyce Annenberg Araújo dos. A avaliação do nível de estresse e a consequência sobre a variabilidade da frequência cardíaca em docentes. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS**, v. 3, n. 3, p. 215, 2017.

CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de burnout e o trabalho docente. **Psicologia em estudo**, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002.

_____. **Síndrome de Burnout em professores: avaliação, fatores associados e intervenção**. Porto: LivPsic, 2012.

_____; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores de escolas públicas e privadas. **Psicol. educ.**, São Paulo, n. 26, p. 29-46, jun. 2008.

_____; PALAZZO, Lílian dos Santos. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, p. 1017-1026, 2006.

CECAGNO, Diana *et al.* Qualidade de vida e o trabalho sob a ótica do enfermeiro. **Cogitare Enfermagem**, v. 7, n. 2, 2002.

CORREIA, Tânia; GOMES, António Rui; MOREIRA, Susana Maria do Nascimento Horta. Stresse ocupacional em professores do Ensino Básico: um estudo sobre as diferenças pessoais e profissionais. In: SIMPÓSIO NACIONAL DE INVESTIGAÇÃO EM PSICOLOGIA, 10., 2010, Braga. **Anais [...]**. Lisboa: Associação Portuguesa de Psicologia, 2010. p.1477-1493.

DANTAS, Marilda Aparecida *et al.* Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicologia: teoria e prática**, v. 12, n. 3, p. 66-77, 2010.

ESTEVES-FERREIRA, Alberto Abrantes; SANTOS, Douglas Elias; RIGOLON, Rafael Gustavo. Avaliação comparativa dos sintomas da síndrome de burnout em professores de escolas públicas e privadas. **Revista Brasileira de Educação**, v. 19, n. 59, p. 987-1002, 2014.

FÉLIX, Debora Brasileiro; MACHADO, Diego de Queiroz; SOUSA, Elaine Freitas de. Análise dos níveis de estresse no ambiente hospitalar: um estudo com profissionais da área de enfermagem. **Revista de Carreiras e Pessoas (ReCaPe)**, v. 7, n. 2, 2017.

GOMES, António Rui *et al.* Problemas e desafios no exercício da actividade docente: um estudo sobre o stresse, "burnout", saúde física e satisfação profissional em professores do 3º ciclo e ensino secundário. **Revista Portuguesa de Educação**, v. 19, n. 1, p. 67-93, 2006.

GOMES, António Rui *et al.* Stress ocupacional e alteração do Estatuto da Carreira Docente português. **Educação e Pesquisa**, v. 38, n. 2, p. 357-371, 2012.

GOMES, António Rui *et al.* Stress ocupacional no ensino: um estudo com professores dos 3º ciclo e ensino secundário. **Psicologia & Sociedade**, v. 22, n. 3, p. 587-597, 2010.

GOULART JÚNIOR, Edward; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Estilo de liderança e stress: uma pesquisa em escolas estaduais de ensino fundamental. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, p. 265-283, 2011.

HESPAHOL, Alberto. Burnout e stress ocupacional. **Revista Portuguesa de Psicossomática**, v. 7, n. 1-2, 2005.

HIRATA, Helena. Tendências recentes da precarização social e do trabalho: Brasil, França, Japão. **Caderno crh**, v. 24, n. 1, 2012.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **Stress do Professor**. São Paulo: Papirus Editora, 2003.

LUZ, Adriana *et al.* Stress e percepção do rendimento académico no aluno do ensino superior. In: CONGRESSO INTERNACIONAL GALEGO-PORTUGUÊS DE PSICOPEDAGOGIA, 10., 2009, Braga. **Anais [...]**. Braga: Universidade do Minho, 2009. p. 4663-4669.

MACHADO, Patrícia Inez da Silva *et al.* Estressores: um estudo com discentes do curso de direito de uma faculdade particular paranaense. **Revista de Carreiras e Pessoas (ReCaPe)**, v. 8, n. 1, 2018.

MARQUES, António Luiz; MORAES, Lúcio Flávio Renault de. Um estudo sobre a percepção de eficácia de treinamento e suas relações com a qualidade. **Revista de Negócios**, v. 9, n. 3, 2007.

MARTINS, Maria das Graças Teles. Sintomas de stress em professores brasileiros. **Revista Lusófona de Educação**, n. 10, p. 109-128, 2007.

MARTINS, Maria de Fátima Duarte *et al.* O trabalho das docentes da educação infantil e o mal-estar docente: o impacto dos aspectos psicossociais no adoecimento. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 17, n. 2, p. 281-289, 2014.

MELGOSA, Julián; BORGES, Michelson. **O Poder da Esperança**. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2018.

MONTEIRO, Mariana Kubilius; ALTMANN, Helena. Homens na educação infantil: olhares de suspeita e tentativas de segregação. **Cadernos de pesquisa**, v. 44, n. 153, p. 720-741, 2014.

PAIVA, Kely César Martins de; GOMES, Maria Ângela do Nascimento; HELAL, Diogo Henrique. Estresse ocupacional e síndrome de burnout: proposição de um modelo integrativo e perspectivas de pesquisa junto a docentes do ensino superior. **Gestão & Planejamento-G&P**, v. 16, n. 3, 2015.

PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de psicologia**, v. 9, n. 1, p. 45-52, 2004.

PAULA, Andréia Cristina Rezende Rodrigues de; NAVES, Marisa Lomônaco de Paula. O estresse e o bem-estar docente. **Boletim Técnico do Senac**, v. 36, n. 1, p. 61-71, 2010.

RAIMUNDO, Raquel Catarina Proença; PINTO, Maria Alexandra Penedo Marques. Stress e estratégias de coping em crianças e adolescentes em contexto escolar. **Aletheia**, n. 24, p. 9-19, 2006.

REISA, Silvi Borges; GOMES, António Rui; SIMÕES, Clara. Stress e burnout em professores: importância dos processos de avaliação cognitiva. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 19, n. 2, p. 208-221, 2018.

RESENDE, Aline Marcelina. Estresse Ocupacional: um Estudo com Gestores de uma Empresa Mineira de Logística de Transportes. **Revista Administração em Diálogo-RAD**, v. 19, n. 1, p. 112-137, 2017.

ROCHA, Vera Maria da; FERNANDES, Marcos Henrique. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 57, n. 1, p. 23-27, jan./mar. 2008.

ROSI, Kátia Regina Bazzano da Silva. O "stress" do educador infantil: sintomas e fontes. 2003. 108 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Católica "Dom Bosco", Campo Grande, 2003.

SADIR, Maria Angélica; BIGNOTTO, Márcia Maria; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. **Paideia**, v. 20, n. 45, p. 73-81, 2010.

SANTINI, Joarez; NETO, Vicente Molina. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 3, p. 209-222, 2005.

SANTOS, Michele Goulart; SIEGEL, R. Qualidade de vida no trabalho. **O Papel do Capital Humano nas Organizações Atuais**, v. 22, 2003. Disponível em: <http://www.cft.com.br/word/Qualidade%20de%20Vida%20no%20Trabalho/MicheleGoulart.doc>. Acesso em: 12 out. 2019.

SCHLÖGL, Karl Escobar; MORITA, Ana Beatriz Pinto da Silva. Estresse e síndrome de burnout. **Revista Eletrônica de Enfermagem do Vale do Paraíba**, v. 1, n. 7, 2017.

SILVA, Joilson Pereira da *et al.* Estresse e burnout em professores. **Revista Fórum Identidades**, v. 3, p. 75-83, 2013.

STEFANO, Silvio Roberto; BONANATO, Flavia Marcela; RAIFUR, Léo. Estresse em funcionários de uma instituição de ensino superior: diferenças entre gênero. **Revista Economia & Gestão**, v. 13, n. 31, p. 73-92, 2013.

VIEIRA, Lucélia Chiavegato; GUIMARÃES, Liliana A. M.; MARTINS, D. O estresse ocupacional em enfermeiros. **Série saúde mental e trabalho**, v. 1, p. 129-149, 1999.

WEBER, Lidia Natalia Dobrianskyj *et al.* O estresse no trabalho do professor. **Imagens da educação**, v. 5, n. 3, p. 40-52, 2015.