

RISCOS OCUPACIONAIS PSICOSSOCIAIS E SUA REPERCUSSÃO NA SAÚDE DE DOCENTES UNIVERSITÁRIOS

PSYCHOSOCIAL OCCUPATIONAL RISKS AND THEIR IMPACT ON THE HEALTH OF PROFESSORS

RIESGOS LABORALES PSICOSSOCIALES Y SU IMPACTO EN LA SALUD DE PROFESORES UNIVERSITARIOS

*Vânia Claudia Spoti Caran^I
Fabiana Cristina Taubert de Freitas^{II}
Liliana Amorim Alves^{III}
Luiz Jorge Pedrão^{IV}
Maria Lúcia do Carmo Cruz Robazzi^V*

RESUMO: Riscos ocupacionais psicossociais (ROP) são constituídos por um conjunto de fatores que alteram o bem-estar emocional dos trabalhadores. Objetivou-se identificar a existência de ROP no ambiente laboral de professores universitários e suas repercussões na saúde destes trabalhadores. Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, com dados coletados, em 2006, em uma universidade pública paulista. Constituíram-se sujeitos 54 docentes que responderam a um questionário com dados sociodemográficos, questões sobre as condições de trabalho, os ROP e suas repercussões em sua saúde. Os resultados evidenciaram que 51(94,4%) docentes admitiram a presença de ROP no trabalho, predominando a carga mental em 19(35%) sujeitos; 47(87%) admitiram que tais riscos afetavam a sua saúde, destacando-se o estresse apontado por 21(38,9%) sujeitos e a ansiedade por 9(16,7%) deles. Concluiu-se que os ROP estavam presentes no contexto acadêmico avaliado e foram percebidos como influenciadores na saúde destes docentes.

Palavras-chave: Riscos ocupacionais; saúde do trabalhador; saúde mental; docentes universitários.

ABSTRACT: Psychosocial occupational risks (POR) are integrated by a set of factors that affect the emotional well-being of workers. We aimed at identifying POR on the work environment of professors of a public university and its impact on the health of those workers. This is a cross-sectional, descriptive, and quantitative study conducted in 2006 at a public university in the state of São Paulo, Brazil. Fifty-four subjects were constituted out of the professors, who answered a questionnaire including demographic data, working conditions, POR, and POR impact on their health. Results showed that 51(94.4%) professors identified POR at work, with mental load in 19(35%) subjects; 47(87%) professors reported that such risks affect their health, with stress mentioned by 21(38.9%) professors and anxiety by 9(16.7%). Conclusions show the presence of POR in the academic context assessed and the perception of their impact on the health of those professors.

Keywords: Occupational risks; occupational health; mental health; academics.

RESUMEN: Riesgos laborales psicossociales (RLP) son constituídos por un conjunto de factores que afectan el bienestar emocional de los trabajadores. Tuvo como objetivo identificar la existencia de RLP en el ambiente de trabajo de profesores universitarios y su impacto en la salud de estos trabajadores. Este es un estudio transversal, descriptivo y cuantitativo, con datos recogidos, en 2006, en una universidad pública paulista - Brasil. Consistieron sujetos 54 profesores que respondieron a un cuestionario con datos sociodemográficos, preguntas sobre las condiciones de trabajo, los RLP y su impacto en su salud. Los resultados mostraron que el 51(94,4%) docentes han admitido la presencia de RLP en el trabajo, predominando la carga mental en 19(35%) de ellos, 47(87%) maestros admitieron que esos riesgos afectan a su salud, destacándose el estrés - 21 (38,9%) - y la ansiedad - 9(16,7%) - apuntados por los sujetos. Se concluyó que los RLP estuvieron presentes en el contexto académico evaluado y fueron percibidos como influyen en la salud de estos profesores.

Palabras clave: Riesgos ocupacionales; salud del trabajador; salud mental; docentes universitarios.

INTRODUÇÃO

Risco, palavra originária do latim *risicus*, significa dano ou fatalidade eventual e às vezes até previsível¹; faz-se presente em múltiplas situações e ambientes, incluindo-

se os laborais. Fatores ou agentes de risco ocupacional em contato com os trabalhadores em seu ambiente de trabalho podem provocar adoecimentos em decorrência da

^IAssistente Social. Mestre e Doutoranda pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: vccaran@usp.br.

^{II}Fisioterapeuta. Mestre e Doutoranda pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: ftaubert@eerp.usp.br.

^{III}Mestre e Doutoranda pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: liliana@eerp.usp.br.

^{IV}Enfermeiro psiquiátrico. Professor Doutor Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: lujoje@eerp.usp.br.

^VEnfermeira do Trabalho. Professora Titular do Departamento de Enfermagem Geral e Especializada da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: avrmlccr@eerp.usp.br.

maneira como o trabalho é organizado e executado podendo potencializar condições acidentogênicas².

Os riscos são tradicionalmente classificados como químicos, físicos, biológicos e ergonômicos³, embora destaquem-se, também, os riscos ocupacionais psicossociais (ROP) que podem ser percebidos em situações em que há fatores como exigências do cargo, problemas nas relações interpessoais, na remuneração, na duração da jornada diária, no regime e no ritmo de trabalho, entre outros⁴. Quando presentes no cotidiano do trabalhador, tais riscos podem acarretar alterações a sua saúde, como neuroses, ansiedade intensa, distúrbios de sono, depressão, manifestações obsessivas, síndrome do esgotamento (*burnout*), falhas de desempenho, conflitos interpessoais, assédio moral e conflitos familiares, estresse e violência⁵, prejudicando não só o indivíduo, mas toda a sociedade em que este está inserido.

Um conjunto de trabalhadores que convive, cotidianamente, na presença de vários fatores de ROP é constituído pelos professores. Geralmente sua jornada é extensa, eles ministram aulas para discípulos que muitas vezes não se interessam em aprender; caso pertençam ao quadro de uma universidade, as múltiplas exigências implicam em realização de pesquisas, obtenção de fomentos, crescimento na carreira, orientações de alunos, entre outros. A competição por cargos, fomentos e publicações acaba tornando as relações interpessoais dificultadas. O contexto educacional pode gerar estresse em todos os que o partilham, resultante do próprio ambiente, das relações interpessoais e tarefas, não sendo um quadro fácil de pesquisar ou mesmo de intervir⁶.

A categoria docente é uma das mais expostas aos ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho, tais como tarefas extraclasse, reuniões e atividades adicionais, problemas com alunos que chegam até a ameaças verbais e físicas, pressão do tempo, entre outros, levando a repercussões na saúde física e mental e no desempenho profissional dos professores^{7,8}. Considerando as exigências do mundo competitivo, cobra-se do professor conhecimento em constante atualização e rápida adaptação aos valores sociais que se renovam a cada dia, entre outros. Além disso, a maioria das escolas não oferece condições suficientes para as práticas educacionais e formacionais exigidas, tanto em termos de materiais didáticos, quanto de recursos audiovisuais, e ainda de ambiente físico⁹.

Diante do exposto, decidiu-se realizar o presente estudo com o objetivo de identificar a existência de ROP no ambiente de trabalho de professores universitários de uma instituição pública e as repercussões na saúde desses trabalhadores.

REFERENCIAL TEÓRICO

A presença de riscos psicossociais nos ambientes laborais destaca-se pela sua influência no cotidiano dos trabalhadores que se manifesta, principal-

mente por este tipo de risco estar associado aos distúrbios físicos e psíquicos¹⁰.

A natureza do fator psicossocial é complexa e envolve questões relativas ao indivíduo, ao ambiente de trabalho e ao ambiente social. Entre os agentes/fatores psicossociais mais comumente relacionados ao trabalho estão: a falta de controle e de autonomia no trabalho, o trabalho monótono, a falta de apoio social de colegas, a insatisfação no trabalho, o tipo de personalidade, a alta concentração nas tarefas, as atitudes com relação à própria saúde e os distúrbios psicológicos¹⁰. Destacam-se também outros fatores pessoais e profissionais que favorecem o aparecimento dos ROP, tais como a falta de preparo e/ou capacitação, sobrecarga de papéis, longas horas no trabalho, conflito no trabalho em equipe e dificuldade para conciliar trabalho e família, além de problemas relacionados à remuneração, duração da jornada laboral e ritmo de trabalho^{4,5,11}.

A permanência dos fatores de riscos psicossociais no ambiente de trabalho é potencialmente comprometedor a bem-estar físico e mental dos trabalhadores, trazendo consequências para a sua saúde e, posteriormente, para o seu contexto laboral¹¹.

A contínua exposição do trabalhador aos ROP pode favorecer o aparecimento de transtornos mentais e comportamentais relacionados ao trabalho. Estes resultam não de fatores isolados, mas de contextos laborais em interação com o corpo e o aparato psíquico dos trabalhadores. As ações implicadas no ato de trabalhar podem atingir o corpo dos sujeitos, produzindo disfunções e lesões biológicas, mas também reações psíquicas às situações de trabalho patogênicas, além de poderem desencadear processos psicopatológicos especificamente relacionados às condições laborais vivenciadas pelo trabalhador¹².

Necessita-se que os riscos psicossociais sejam identificados e contextualizados para que medidas preventivas e/ou curativas permitam a sua eliminação/redução e que se construam futuros ambientes de trabalho mais saudáveis¹¹.

METODOLOGIA

Estudo transversal, descritivo, com abordagem quantitativa, desenvolvido, no ano de 2006, em uma instituição de ensino superior (IES), de caráter público, situada no interior do Estado de São Paulo.

Durante a realização da coleta de dados, naquele ano, 86 docentes pertenciam ao quadro organizacional da IES. A obtenção dos sujeitos da pesquisa ocorreu após o estabelecimento de alguns critérios. Foram incluídos: os que consentiram em participar do estudo, os que eram membros ativos da instituição exercendo a docência e, consequentemente, não aposentados, os que possuíam tempo institucional superior a três meses, os que não se encontravam afastados e os que entregaram o questionário de coleta de dados dentro do prazo estabelecido para

sua devolução. Obedecidos tais critérios, constituíram-se sujeitos 54 docentes (62,79% em relação ao total), sendo estes com formação acadêmica em distintas áreas do conhecimento, mas com predomínio na área da saúde.

Para a coleta de dados utilizou-se um questionário contendo perguntas sobre dados sociodemográficos, com intenção de caracterização dos sujeitos, acrescido de questões baseadas na literatura sobre as condições de trabalho dos professores e sobre os ROP e suas repercussões na saúde destes indivíduos.

O instrumento de coleta de dados original foi validado por sete docentes universitários especialistas em saúde do trabalhador, para averiguação de sua semântica, compreensão, lógica e adequabilidade. O instrumento final, ainda, foi aplicado a 10 professores de outra instituição de nível superior, pública, sendo que não houve dificuldades para a sua compreensão. Após esta etapa, foi julgado adequado para ser aplicado nos sujeitos da IES.

Durante o período de coleta de dados, os docentes eram abordados em sua sala, quando lhes era solicitada a colaboração para a concretização da pesquisa, sendo-lhes entregue o instrumento de coleta de dados. Após a aceitação do sujeito, marcava-se dia e horário para o recolhimento dos instrumentos e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado. Também

lhes foi oferecida a opção de entregarem-no assinado e o instrumento preenchido em local previamente combinado, em envelopes lacrados.

Após a codificação apropriada de cada uma das variáveis, elaborou-se um dicionário (*codebook*) bem como um banco de dados, empregando-se um aplicativo MS *Excel-XP*. O processo de digitação por dupla alimentação foi realizado mediante duas digitações independentes. A análise estatística uni e bivariada foi executada utilizando-se o Programa SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 14.0.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da IES sob o protocolo 00595/2005.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quanto ao perfil pessoal e profissional dos sujeitos investigados, 50(92%) eram do sexo feminino, 20(37%) com idade entre 40 e 49 anos, 35(64,8%) casados, 44(81,5%) formados na área de ensino da IES, 34(63%) com o cargo de professor doutor e 53(98,1%) com dedicação integral ao ensino e à pesquisa, 23(42,6%) trabalhavam de menos que um até 15 anos na instituição e 24(44,4%) encontravam-se na faixa salarial superior a 14 salários mínimos vigentes, conforme pode ser constatado na Tabela 1.

TABELA 1: Distribuição de professores universitários segundo as características sociodemográficas e do trabalho. Instituição de Ensino Superior, Estado de São Paulo, 2006. (N=54)

Variáveis	f	%	Variáveis	f	%
Sexo			Cargo ocupado pelo Professor		
Masculino	4	7,4	Doutor	34	63,0
Feminino	50	92,6	Associado	10	18,5
Total	54	100,0	Titular	7	13,0
Faixa Etária (anos)			Assistente	3	5,5
60 ou mais	1	1,8	Total	54	100,0
50 – 59	19	35,2	Regime de trabalho		
40 – 49	20	37,0	DI ^(*)	53	98,1
30 – 39	11	20,4	TC ^(**)	1	01,9
20 – 29	2	3,7	Total	54	100,0
Sem resposta	1	1,8	Tempo de trabalho na Instituição (anos)		
Total	54	100,0	<1	11	20,4
Estado Civil			1 – 5	8	14,8
Casado	35	64,8	6 – 10	12	22,2
Solteiro	14	25,9	11 – 15	2	3,7
Divorciado	3	05,6	16 – 20	5	9,3
Outros	2	03,7	20 – 25	8	14,8
Total	54	100,0	26 – 30	4	7,4
Graduação			> 30	4	7,4
Na área do ensino da IES	44	81,5	Total	54	100,0
Outras ^(†)	10	18,5	Faixa salarial (SM)^(****)		
Total	54	100,0	6 – 8	2	3,7
Ano de formação (década)			9 – 11	8	14,8
1960	1	1,8	12 – 14	15	27,8
1970	19	35,2	> 14	24	44,4
1980	19	35,2	Sem resposta	5	9,3
1990	11	20,4	Total	54	100,0
2000	2	3,7			
Sem resposta	2	3,7			

^(†) Graduação em Pedagogia, Estatística, Psicologia, Ciências Sociais. ^(*) Dedicção Integral à Docência e a Pesquisa. ^(**) Turno Completo. ^(****) Salário Mínimo.

A universidade pública onde a IES se encontra vinculada exige, na admissão do professor, que ele apresente a titulação de doutor, o que explica a maioria dos docentes com este grau acadêmico. Como é pública, a entrada do professor é efetuada por meio de concurso, sendo que o corpo docente é estável, recebendo o salário integral destinado aos de dedicação exclusiva.

Os resultados apontaram que os ROP fazem-se presente no ambiente de trabalho do docente da universidade pública. Tais riscos podem se relacionar aos aspectos de organização, planejamento e gerenciamento do trabalho que podem levar ao estresse, sendo alguns deles: ambiguidade e conflito de papéis, falta de controle sobre o trabalho, relacionamento interpessoal insuficiente, sobrecarga e esquema de trabalho¹³.

Quanto à identificação dos ROP no ambiente de trabalho dos docentes na instituição investigada, foi-lhes também solicitado que exemplificassem os fatores de tais riscos. Em relação à existência de ROP na IES, 51 (94,4%) sujeitos admitiram a presença destes riscos, dos quais 19 (35%) destacaram a carga mental intensa, 12 (22,1%) a sobrecarga de trabalho, 7 (13%) o excesso de responsabilidades, 5 (9,2%) os problemas nas relações interpessoais, entre outros riscos, os quais podem ser constatados na Tabela 2.

TABELA 2: Distribuição de professores universitários segundo a existência de riscos ocupacionais psicossociais no seu ambiente de trabalho e suas descrições. Instituição de Ensino Superior, Estado de São Paulo, 2006.

Variáveis	f	%
Presença de riscos psicossociais		
Sim	51	94,4
Não	3	5,6
Total	54	100,0
Riscos ocupacionais psicossociais		
Carga mental intensa	19	35,0
Sobrecarga de trabalho	12	22,1
Responsabilidade / falta de planejamento	7	13,0
Relações interpessoais	5	9,2
Estresse	4	7,4
Pressão no trabalho	3	5,5
Tempo Insuficiente	1	1,8
Total	51	94,4

A carga mental foi o ROP mais informado, sendo-lhe agregada algumas características, tais como: exigência de tempo, dormir e acordar pensando na tarefa, competitividade, desrespeito, manipulação de informações, pressão mental, cobrança, descumprimento de agendas, excesso de reuniões, complexidade das tarefas e atividades simultâneas^{9,13,14}.

O cotidiano dos docentes na IES pública facilita o entendimento destes ROP. O ambiente universitário é complexo e competitivo; o corpo docente é constante-

mente cobrado quanto a diversas necessidades. Na educação, o processo de reestruturação produtiva apresenta novas demandas que impulsionam transformações na organização do trabalho. Para atendê-las, espera-se do professor a formação de um profissional flexível e polivalente. Entretanto, muitas vezes, as políticas educacionais são restritivas, com efeitos diretos no modo de execução das suas atividades e em sua própria saúde¹⁵.

O segundo ROP mais mencionado foi a sobrecarga de trabalho (22,1%) seguido do excesso de responsabilidades (13%), à qual foram agregados descritores como: mau planejamento da atividades, cobranças, responsabilidade, desgaste físico, mental e social, ruídos, desrespeito, desvalorização, desestímulo, fadiga, dificuldade de concentração e labirintite. As transformações na organização do trabalho docente como novas exigências e as competências requeridas modificam a atividade de ensinar e criam sobrecarga de trabalho¹⁶. Os fatores relacionados ao tempo e ao ritmo laboral, assim como os níveis de atenção e concentração exigidos para a realização das tarefas, combinados com o nível de pressão exercido pela organização do trabalho, podem gerar tensão, fadiga e esgotamento profissional ou *burnout*, favorecendo na determinação do sofrimento psíquico relacionado ao trabalho¹², estando a saúde mental dos professores fortemente associada ao conteúdo das atividades que realizam¹⁷.

Diante disso, faz-se necessário buscar na universidade o conciliamento entre a competição e a cooperação, emergindo uma identidade universal. Isso, certamente, irá propiciar uma visão do mundo em que os valores da competência individual não sufocem os da solidariedade e equidade¹⁸. Ressalta-se a importância na elaboração de estratégias para identificação e controle dos ROP presentes no ambiente laboral, assim como na propositura de intervenções voltadas para a modificação de estressores laborais, condições de trabalho, treinamento, autonomia no trabalho e nas relações interpessoais¹³.

Relações interpessoais constituíram-se em outro grupo de ROP apontados, agregadas a descritores como: competição, demanda de diversas ordens, atividades e informações excessivas que geram cansaço físico e emocional, divergências de opiniões, exigências de tempo e tarefas complexas. O processo de comunicação dentro do ambiente de trabalho é considerado fator importante na determinação da saúde mental¹². A qualidade das relações interpessoais é fator importante para determinar o potencial estressor, pois o relacionamento limitado e insuficiente com os supervisores, o conflito interpessoal, a falta de suporte social e a violência no trabalho são verificados como estressores psicossociais do ambiente de trabalho¹⁹.

Ambientes que impossibilitam a comunicação espontânea, a manifestação de insatisfações, as sugestões dos trabalhadores em relação à organização

ou ao trabalho desempenhado provocarão tensão e, por conseguinte, sofrimento e transtornos mentais¹², como os que foram mencionados nos resultados deste estudo. Por outro lado, sabe-se que o conflito no grupo de trabalho pode ser positivo, quando estimula a busca de soluções para o problema; todavia, caso a situação conflituosa seja contínua e ocorra a falta de coesão, poderá causar frustrações e favorecer o aparecimento de moléstias somáticas²⁰.

Quanto às alterações na saúde provocadas pelos ROP, 47 (87%) sujeitos admitiram que tais riscos afetam a sua saúde. A manifestação predominantemente apontada foi o estresse por 21 (38,9%) sujeitos, seguido do relato de 9 (16,7%) que destacaram a ansiedade, 6 (11,1%) – a insônia e dificuldades do sono, 5 (9,2%) – a cefaleia, entre outros problemas, os quais são apontados na Tabela 3.

TABELA 3: Distribuição de professores universitários segundo as alterações de saúde provocadas pelos riscos ocupacionais psicossociais. Instituição de Ensino Superior, Estado de São Paulo, 2006.

Variáveis	f	%
Os ROP afetam a saúde		
Sim	47	87,0
Não	3	5,6
Sem resposta	4	7,4
Total	54	100,0
Alterações à saúde		
Estresse	21	38,9
Ansiedade	9	16,7
Insônia/dificuldades do sono	6	11,1
Cefaleia	5	9,2
Depressão	4	7,4
Hipertensão e taquicardia	2	3,7
Total	47	87,0

O estresse foi a alteração na saúde mais mencionada pelos docentes e agregada às seguintes manifestações: depressão, ansiedade, mau humor, insônia, fadiga, irritabilidade, alteração da glicose, cefaleia, dispneia, desânimo, desconfiança, cansaço físico e mental, alterações da pressão e taquicardia. Como o local de trabalho é muitas vezes o fator gerador do estresse há chances de se desenvolverem doenças cardiovasculares e outros sintomas, tais como sono com interrupção, fadiga e alteração na pressão arterial, o que auxilia no entendimento de alguns dos sintomas descritos pelos sujeitos deste estudo²¹.

Pode apresentar-se como resultante da incapacidade de lidar com as fontes de pressão no trabalho, como no caso do estresse ocupacional, que provoca problemas na saúde física e mental do indivíduo, alterando sua satisfação no trabalho e comprometendo o sujeito e a organização²².

Constituindo-se em um problema para os trabalhadores, para a organização em que trabalham e para a sociedade, o estresse laboral está aumentando. Pode acontecer em qualquer setor e empresas de todas as dimensões e afetar os trabalhadores de diferentes níveis. Quando existe elevada carga de comprometimento à saúde mental ou cognitiva na exigência pelo cumprimento do trabalho, sobre um clima organizacional considerável e sem serem cometidos erros, o estresse é estabelecido⁵. Se o estressor é eliminado ou controlado, o organismo se restabelece e o processo do estresse termina. Caso contrário, se a tensão se prolongar e não houver uma adaptação, o sistema imunológico é comprometido, podendo ocorrer doenças ou mesmo a morte. Entretanto, como o estresse apresenta várias causas e afeta diretamente as pessoas, não é possível estabelecer uma forma única de preveni-lo e combatê-lo²³.

Em decorrência do estresse, o indivíduo pode ser acometido pela síndrome de *burnout* também conhecida como síndrome do esgotamento profissional^{12,24}. A associação professor-estresse é amplamente constatada e verbalizada no contexto educacional e relaciona-se às variáveis do meio acadêmico, de fora da escola e do professor. O impacto desta negativa associação influi na sua saúde, no seu desempenho e na qualidade do processo ensino-aprendizagem²⁵.

Os docentes permitem controlar algumas questões inerentes à saúde em seu labor, mas o controle disto parece não poupá-los das demandas globais a que estão submetidos, como tarefas extra-classe, extensa jornada de trabalho, cumprimento de tarefa com prazo curto de tempo e múltiplos empregos, levando a alterações em sua saúde¹⁷.

A respeito do cansaço há o *burnout*; pessoas que estão mais expostas à fadiga/estafa profissional são as particularmente dinâmicas e propensas aos papéis de liderança ou de grande responsabilidade, que muito se empenham para alcançar metas, exigindo muito de si mesmas. Estudos estão sendo realizados a este respeito com médicos, enfermeiros, assistentes sociais e professores²⁶.

Professores são líderes, formadores de opinião, assumem grande responsabilidade pela formação dos alunos, pela orientação das atividades científicas, exigem demasiadamente de si mesmos ao prepararem suas aulas, ao apresentarem seus estudos em eventos científicos, entre outras situações. O modo como até então vem sendo descrito o trabalho dos docentes facilita o entendimento da presença do estresse agregado aos fatores citados anteriormente. A competição, as assessorias, consultorias, atividades de graduação e pós-graduação, os prazos curtos e excesso de atividades facilitam a ocorrência do estresse e manifestações a ele agregadas, o que explica e justifica os achados do presente estudo.

A ansiedade foi apontada por 9 (16,7%) sujeitos, os quais a associaram com desmotivação, gastrite,

irritabilidade, estresse, insônia, pouca tolerância, nervosismo, cefaleia, tristeza, desânimo, angústia, falta de criatividade, insatisfação, cansaço, falta de concentração, insegurança, indisposição, alterações da memória e hábitos alimentares, pressão, isolamento, diarreia, resfriados frequentes, taquicardia e dor de estômago. Este é um quadro sintomatológico do estresse e ocorre dependendo da fase em que ele se encontra²⁷. É uma fase em que a tensão excede o limite do gerenciável e a resistência física e emocional começa a ser quebrada. Há momentos em que se consegue pensar lucidamente, tomar decisões e trabalhar, porém estes momentos de funcionamento normal se intercalam com momentos de total desconforto. A pessoa experimenta um quadro de desestabilidade emocional e doenças começam a surgir nesta etapa²⁸.

O episódio estressante gera a ansiedade e as consequências sobre o organismo podem ser mais intensas, levando ao desgaste progressivo e, às vezes, ao esgotamento, o que compromete a performance do trabalhador¹³. Alguns dos sintomas relatados pelos depoentes são físicos e decorrentes de ansiedade. Além disso, outros também são semelhantes aos anteriores, associados ao estresse. Como já foi descrito, a sobrecarga de trabalho e a carga mental favoreceram o aparecimento de várias manifestações incluindo a ansiedade. Com excesso de atividades, atividades simultâneas e pouco tempo para realizá-las, os docentes tornam-se irritados, desanimados, insatisfeitos, cansados, desconcentrados, indispostos, apresentando alterações de memória, insônias e dores variadas.

Estudo exploratório com professores indicou que seus sintomas predominantes foram de natureza psicológica, como irritabilidade, pensar constantemente em um só assunto e sensibilidade emotiva. Na área física, os sintomas mais presentes foram: cansaço constante, sensação de desgaste físico constante e problemas com a memória²⁹.

Cefaleia também foi outra alteração apontada pelos entrevistados, agregada a outras descrições, como: dores nas costas, angústias, desânimos, dor epigástrica, adoecimentos em geral, depressão, auto estima diminuída, desgaste físico e psicossocial, choro, irritabilidade e dores localizadas. Tais manifestações podem ser consideradas psicossomáticas, pois acontecem no corpo todas as manifestações das alterações psíquicas vivenciadas pelos sujeitos¹². Ainda foram mencionadas as manifestações do tipo: depressão ocasional, mau humor, desconfiança, adoecimento variado físico e mental, problemas de pele, candidíase, infecção urinária e disfunção mandibular.

Estudo transversal entre professores de Vitória da Conquista (Bahia) verificou que entre as queixas de saúde apresentadas por eles destacaram-se: cansaço mental, dor nos braços e ombros, dor nas costas, formigamento nas pernas, dor na garganta e rouquidão. Os professores indicaram como aspectos negativos para trabalho o ritmo acelerado, posição inadequada do corpo, atividade rápida e contínua, longos períodos de concentração

numa mesma tarefa e distúrbios psíquicos menores, estando associada ao trabalho repetitivo, ao volume excessivo e ao ritmo acelerado de trabalho, a intensa concentração em uma mesma tarefa e tempo insuficiente para a realização de outras³⁰.

Muitas destas manifestações apresentadas já foram descritas tanto em relação ao estresse, como em relação à ansiedade, insônia e cefaleia e elas são indicativas da existência de riscos psicossociais no ambiente de trabalho.

CONCLUSÃO

Os principais agentes de ROP mencionados por professores universitários foram sobrecarga, principalmente mental, estresse, pressão, relações interpessoais conflituosas e falta de planejamento. Os ROP foram entendidos como influenciadores na saúde dos docentes e as principais alterações apontadas foram: estresse, ansiedade, insônia/dificuldades de sono, cefaleia/gastrite e outras manifestações. O estudo evidenciou que a universidade pública pesquisada está propiciando desgastes na saúde destes profissionais, ou seja, o modo como até então vem sendo descrito o trabalho dos docentes facilita o entendimento da presença do estresse agregado aos diversos fatores como depressão, mau humor, irritabilidade, cansaço e fadiga. A competição, as assessorias, consultorias, atividades de graduação e pós-graduação, os prazos curtos e excesso de atividades facilitam a ocorrência do estresse e as manifestações a ele agregadas, o que explica e justifica os achados do presente estudo. É importante enfatizar que devem ser aplicadas estratégias para identificação e controle dos ROP presentes no ambiente laboral e intervenções devem ser propostas, voltadas para a redução de estressores laborais, melhoria das condições de trabalho, treinamento, autonomia no trabalho e nas relações interpessoais.

REFERÊNCIAS

1. Bulhões I. Riscos do trabalho de enfermagem. Rio de Janeiro: Folha Carioca; 1998.
2. Assunção AA. Uma Contribuição ao debate sobre as relações saúde e trabalho. *Ciênc saúde coletiva*. 2003; 8:1005-18.
3. Brasil. Portaria nº 3.214 de 08 de junho de 1978 NR-5. Comissão Interna de Prevenção de Acidentes. In: *Segurança e Medicina do Trabalho*. 29ª ed. São Paulo: Atlas; 1995.
4. Glima DMR, Rocha LE, Batista ML, Mendonça MG. Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre o nexo com trabalho e o diagnóstico com base na prática. *Cad Saúde Pública* 2001;17:607-16.
5. Agência Europeia Para a Segurança e a Saúde do Trabalho. Como enfrentar riscos psicossociais e reduzir o estresse no trabalho. Cartilha Informativa 3. Espanha: AESST; 2003.
6. Witter GP. Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicol esc educ*. 2003; 17(1):33-46.

7. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced Burnout. *J Occup Behav.* 1981; 2:99-113.
8. Capel SA. The incidence of and influences on stress and burnout in secondary school teachers. *Br J Educ Psychol.* 1987; 57: 279-88.
9. Oiticica MLGR, Gomes MLBO. O estresse do professor acentuado pelas condições acústicas na sala de aula. *Rev Produção On Line.* 2004; 4(4):1-8.
10. Magnago TSBS, Lisboa MTL, Griep RH. Estresse, aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios musculoesqueléticos em trabalhadores de enfermagem. *Rev enferm UERJ.* 2009; 17:118-23.
11. Camelo SHH, Angerami ELS. Riscos psicossociais relacionados ao trabalho das equipes de saúde da família: percepções dos profissionais. *Rev enferm UERJ.* 2007; 15:502-7.
12. Ministério da Saúde (Br). Doenças relacionadas ao trabalho. Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde. Normas e Manuais Técnicos, nº 114. Brasília (DF): 2001.
13. Camelo SHH, Angerami ELS. Riscos psicossociais no trabalho que podem levar ao estresse: uma análise da literatura. *Ciênc Cuid Saúde.* 2008; 7(2):232-40.
14. Lemos JC. Cargas psíquicas no trabalho e processos de saúde em professores universitários [tese de doutorado]. Florianópolis (SC): Universidade Federal de Santa Catarina; 2005.
15. Oliveira DA. Reformas educacionais na América Latina e os trabalhadores docentes. Belo Horizonte (MG): Autêntica; 2003.
16. Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2006; 22(12):2679-91.
17. Reis EJFB, Carvalho FM, Araújo TM, Porto LA, Silvany Neto AM. Trabalho e distúrbios psíquicos em professores da rede municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2005; 21(5):1480-90.
18. Marcovitch J. A universidade impossível. São Paulo: Futura; 1998.
19. Cox T, Rial-González E. Work-related stress: the european picture. European Agency for Safety and Health at Work. 2002; 5:4-6.
20. Spíndola T. Mulher, mãe e... trabalhadora de enfermagem. *Rev esc enferm USP.* 2000; 34:354-61.
21. Couto HA, Vieira FLH, Lima EG. Estresse ocupacional e hipertensão arterial sistêmica. *Rev Bras Hipertens.* 2007; 14(2):112-5.
22. Stacciarini JM, Tróccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latino-Am Enfermagem.* 2001; 9(2):17-25.
23. Costa M, Accioly JRH, Oliveira J, Maia E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Rev Panam Salud Públ.* 2007; 21(4):217-22.
24. Carlotto MS. A síndrome de burnout e o trabalho docente. *Psicol Estud.* 2002; 7(1):21-9.
25. Witter GP. Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicol Escolar Educac.* 2003; 7(1):33-46.
26. Carlotto MS, Palazzo LS. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad Saúde Pública.* 2006; 22(5):1017-26.
27. Sorato MT, Marcomin FE. O stress do professor universitário. *Saúde Rev.* 2007; 9(21):33-9.
28. Lipp MEN. Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL). São Paulo: Casa do Psicólogo; 2002.
29. Martins MGT. Sintomas de stress em professores das primeiras séries do ensino fundamental: um estudo exploratório. *Rev Lusóf Educação.* 2005; 6:222-3.
30. Delcor NS, Araújo TM, Reis EJFB, Porto LA, Carvalho FM, Oliveira e Silva M, et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da conquista, Bahia, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2004; 20:187-96.