

# Psicologia da Saúde: Teoria e Intervenção

Inea Giovana Silva Arioli  
(Organizadora)

 **Atena**  
Editora

Ano 2019

Inea Giovana Silva Arioli  
(Organizadora)

# Psicologia da Saúde: Teoria e Intervenção

Atena Editora  
2019

2019 by Atena Editora  
Copyright © da Atena Editora  
**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira  
**Diagramação e Edição de Arte:** Lorena Prestes  
**Revisão:** Os autores

**Conselho Editorial**

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília  
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista  
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

P974 Psicologia da saúde: teoria e intervenção [recurso eletrônico] /  
Organizadora Inea Giovana Silva Arioli. – Ponta Grossa (PR):  
Atena Editora, 2019.

Formato: PDF  
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader  
Modo de acesso: World Wide Web  
Inclui bibliografia  
ISBN 978-85-7247-170-1  
DOI 10.22533/at.ed.701191203

1. Psicologia clínica da saúde. I. Arioli, Inea Giovana Silva.

CDD 616.89

**Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422**

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de  
responsabilidade exclusiva dos autores.

2019

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos  
autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)

## APRESENTAÇÃO

O presente livro se propõe a debater temas instigantes no campo da Psicologia da Saúde, uma área relativamente recente, desenvolvida principalmente a partir da década de 1970. Segundo Almeida e Malagris (2011<sup>1</sup>) a Psicologia da Saúde configura-se na aplicação dos conhecimentos e das técnicas da Psicologia ao campo da saúde, com vistas a promoção e manutenção da saúde e a prevenção de doenças. No Brasil, com a ampliação do campo a partir das políticas públicas de saúde, aumentou o interesse dos profissionais e teóricos sobre essa área específica, trazendo consigo a necessidade de compreender o processo saúde/doença em uma dimensão psicossocial.

Existem divergências quanto à compreensão e conceituação da Psicologia da Saúde, que por sua vez traz consequências também para suas práticas, mas a importância de sua contribuição para o campo da Saúde é indubitável. Alves et al (2017<sup>2</sup>), afirmam que a compreensão dessa área deve ser de uma disciplina autônoma, mas essencialmente interdisciplinar, visto que se desenvolve sobre uma base multi e interdisciplinar, pois envolve saberes e práticas oriundas de outras disciplinas, como: a psicologia social e comunitária, a psicologia clínica, a saúde pública, a epidemiologia, a antropologia, a sociologia, a medicina, entre outras.

Várias temáticas importantes para o panorama atual no contexto da Psicologia da Saúde, tanto no Brasil como em Portugal, são abordadas neste livro, como: a dependência de álcool e outras drogas, a humanização da saúde, o autocuidado dos profissionais, o cuidado com o cuidador, estresse, qualidade de vida, saúde do idoso, saúde e gênero, entre outros. Os aspectos emocionais da Esclerose Múltipla, a Síndrome de Burnout e o Transtorno do Espectro Autista também são alvo de debate nessa obra, juntamente com temas importantes da Psicologia Clínica. Enfim, as próximas páginas propiciam a aproximação de vários debates atuais, que a seguir são apresentados em um pequeno guia para leitura.

O capítulo 01 debate um “Grupo de Acolhimento de Familiares em um Ambulatório de Dependência de Álcool e Outras Drogas: relato de experiência”. Destaca a contribuição da prática grupal na desconstrução das expectativas de “cura” dos familiares em relação à tarefa do Ambulatório e o deslocamento frequente da queixa sobre o outro (paciente) para reflexões sobre o próprio familiar no cotidiano do grupo.

“O estigma associado ao uso de drogas: etnografia a partir do trabalho de proximidade” (capítulo 02) relata uma experiência portuguesa de redução de danos, cujos resultados indicam transformações substanciais no que tange a adoção de práticas orientadas para a saúde. O estudo também explicita que as pessoas que usam drogas tendem a viver experiências de estigma em múltiplas esferas da sua existência e que a relação com as principais figuras de vinculação é marcada pelo

---

1 ALMEIDA, R.A.; MALAGRIS, L.E.N. A prática da Psicologia da Saúde. *Rev. SBPH* vol.14 n.2, Rio de Janeiro - Jul/Dez. 2011.

2 ALVES, R.; SANTOS, G.; FERREIRA, P.; COSTA, A.; COSTA, E. Atualidades sobre a Psicologia da Saúde e a Realidade Brasileira. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 18(2), 545-555. 2017.

sentimento de culpa.

Já o foco do capítulo 03 recai sobre “A humanização como fator de qualidade no internamento hospitalar”, na construção e validação do Questionário de Avaliação da Humanização nos Cuidados de Saúde (QAHCS), implementado nos serviços de Cirurgia e Ortopedia de um Hospital português. Os resultados obtidos nesse estudo indicam uma associação positiva entre a humanização dos cuidados hospitalares e a qualidade dos internamentos e atesta que a humanização é um fator de qualidade nos hospitais.

A saúde dos idosos é foco do debate no capítulo 04, que discute a “Dor crónica, ansiedade e depressão em doentes idosos”. O estudo, realizado na Unidade Multidisciplinar da Dor do Hospital Divino Espírito Santo (Açores, Portugal) teve como um dos objetivos analisar a relação entre dor, depressão e ansiedade e concluiu a existência de associação tanto entre dor e ansiedade como entre dor e depressão, explicitando que, tanto a ansiedade como a depressão interferem na disposição, relação com os outros e prazer de viver.

No capítulo 05, “A triagem psicológica: a qualidade da escuta e adesão ao tratamento”, o objetivo é discutir as expectativas relativas ao atendimento psicológico de inscitos em um serviço-escola de uma universidade, e de que maneira a compreensão dessas expectativas podem favorecer a adesão ao tratamento. A análise dos desdobramentos do processo de escuta e compreensão das expectativas dos sujeitos buscam revelar uma aproximação entre o que pode ser feito em psicoterapia e o que espera legitimamente o paciente em relação ao seu atendimento.

Em “Adaptação e validação da escala para avaliar as capacidades de autocuidado, para profissionais portugueses do contexto social” (capítulo 06) as autoras colocam em tela um tema de crescente importância: o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout. Teóricos argumentam que os recursos psicológicos e sociais, incluindo o autocuidado, podem proteger os indivíduos das consequências negativas do estresse, indicando que a prática do autocuidado também configura-se em fator de proteção relacionado com Burnout.

“Imagem corporal positiva em estudantes do Ensino Superior”, capítulo 07 deste livro, configura-se em um estudo quantitativo de caráter exploratório que tem como objetivo analisar possíveis relações, diferenças e preditores entre as preocupações com a forma corporal, a imagem corporal positiva e as características sociodemográficas de estudantes universitários de várias instituições do Ensino Superior em Portugal.

Já o capítulo 08: “Aproximações entre Psicologia da Saúde e homossexualidade” se propõe discutir contribuições para a Psicologia da Saúde a partir da aproximação com a diversidade sexual, com foco na homossexualidade. A pesquisa debate quatro eixos temáticos que explicitam a maneira pela qual a Psicologia da Saúde pode apropriar-se de categorias como gênero, orientação sexual, diversidade sexual, para gerar aquilo que se propõe: saúde.

No capítulo 09 realiza-se uma revisão de literatura (2003 a 2017), com vistas

a compreender as “Alterações emocionais do cuidador frente ao câncer infantil”. O texto evidencia o sofrimento do cuidador, no que tange as incertezas, experiências dolorosas, alterações na dinâmica familiar e social e medo da perda. Aponta para a importância dos profissionais de saúde neste contexto e para a necessidade de assistência psicológica e interdisciplinar com vistas a integralidade da atenção à saúde.

“Síndrome de Burnout em estudantes da faculdade de medicina da Universidade Internacional Três Fronteiras” é o capítulo 10 deste livro, que debate um problema de grande repercussão social em nossos dias e que afeta a população acadêmica. O referido estudo conclui que a maioria dos entrevistados apresentou esgotamento físico e mental.

O capítulo 11 versa sobre “Estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento psicológico de docentes do ensino superior de Goiânia” e relata um estudo que teve como objetivo identificar o nível de estresse ocupacional, os estressores e as estratégias de enfrentamento psicológico e correlacionar estresse e estratégias de enfrentamento psicológico de docentes do ensino superior. O estresse também é foco no capítulo 12, que segue “Explorando o impacto do estresse no consumo de álcool: uma revisão de literatura”. O estudo aponta que, a permissividade e incentivo de consumo de álcool na sociedade contemporânea, aliado ao aumento significativo do nível de estresse no cotidiano das pessoas podem configurar os contornos em um importante problema de saúde mental.

O capítulo 13 traz o relato de um delineamento experimental sobre o “Ensino com feedback instrucional em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA): efeitos sobre categorizar” e demonstra que, no ensino de repertórios de tatos e respostas de ouvinte simples, o feedback instrucional parece ter influência sobre o desenvolvimento de alguns repertórios de categorizar que não foram diretamente ensinados.

O tema do capítulo 14 é recorrente neste livro: “Síndrome de Burnout: doença ocupacional presente desde a formação até a atuação do médico especialista” pela atualidade e importância da discussão. O texto aponta para a vulnerabilidade do profissional médico no desenvolvimento desta síndrome, uma vez está submetido ao estresse emocional contínuo na atenção à saúde das pessoas.

O capítulo 15: “Qualidade de vida em doentes renais crônicos em hemodiálise: uma revisão da literatura” aponta para a necessidade de uma avaliação de qualidade de vida ampliada, de modo que haja uma interlocução das pesquisas quantitativas com qualitativas, na medida em que a avaliação da qualidade de vida tem sido um importante fator de medida na análise da efetividade das intervenções terapêuticas. A qualidade de vida é foco também do capítulo 16, que propõe a “Avaliação da qualidade de vida de pessoas com esclerose múltipla” e evidencia que as pessoas com maior tempo de diagnóstico tem uma percepção melhor da realidade da doença e adquirem maior manejo frente às diversas situações que envolvem a questão qualidade de vida.

Em “Envelhecimento positivo e longevidade avançada: contributos para a intervenção” (capítulo 17) são explicitadas as diretrizes gerais de um estudo de

centenários realizado na região metropolitana do Porto (Portugal), que destaca a importância de conhecer as percepções individuais dos centenários e a compreensão e mobilização de recursos psicológicos associados à adaptação para a saúde e bem-estar.

O capítulo 18, que encerra as discussões deste livro, busca fazer uma “Avaliação da espiritualidade em pessoas com esclerose múltipla” e validar uma escala de espiritualidade. Evidencia que as incertezas em relação ao prognóstico da doença levam a pessoa a desenvolver uma preocupação com o futuro, visto que muitos planos deverão ser modificados, exigindo o desenvolvimento de estratégias para o enfrentamento da doença.

Boa leitura!

## SUMÁRIO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>1</b>
GRUPO DE ACOLHIMENTO DE FAMILIARES EM UM AMBULATÓRIO DE DEPENDÊNCIA DE	
ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA.	
Isabel Bernardes Ferreira	
Helton Alves de Lima	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912031</b>	
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>15</b>
O ESTIGMA ASSOCIADO AO USO DE DROGAS ETNOGRAFIA A PARTIR DO TRABALHO DE	
PROXIMIDADE	
Ximene Rego	
Catarina Lameira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912032</b>	
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>27</b>
A HUMANIZAÇÃO COMO FATOR DE QUALIDADE NO INTERNAMENTO HOSPITALAR: UM ESTUDO	
DE CASO	
Helena Morgado Ribeiro	
Mariana Teixeira Baptista de Carvalho	
Estela Maria dos Santos Ramos Vilhena	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912033</b>	
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>44</b>
DOR CRÓNICA, ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM DOENTES IDOSOS	
Teresa Medeiros	
Osvaldo Silva	
Maria Teresa Flor-de-Lima	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912034</b>	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>62</b>
A TRIAGEM PSICOLÓGICA: A QUALIDADE DA ESCUTA E ADESÃO AO TRATAMENTO	
Rita Cerioni	
Eliana Herzberg	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912035</b>	
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	<b>79</b>
ADAPTAÇÃO E VALIDAÇÃO DA ESCALA PARA AVALIAR AS CAPACIDADES DE AUTOCUIDADO,	
PARA PROFISSIONAIS PORTUGUESES DO CONTEXTO SOCIAL	
Ana Berta Correia dos Santos Alves	
Susana Barros da Fonseca	
Lia João Pinho Araújo	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912036</b>	
<b>CAPÍTULO 7</b> .....	<b>94</b>
IMAGEM CORPORAL POSITIVA EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR	
José Carlos da Silva Mendes	
Maria Teresa Pires de Medeiros	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912037</b>	



<b>CAPÍTULO 8</b> .....	<b>108</b>
APROXIMAÇÕES ENTRE PSICOLOGIA DA SAÚDE E HOMOSSEXUALIDADE	
Adan Renê Pereira da Silva	
Iolete Ribeiro da Silva	
Suely Aparecida do Nascimento Mascarenhas	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912038</b>	
<b>CAPÍTULO 9</b> .....	<b>120</b>
ALTERAÇÕES EMOCIONAIS DO CUIDADOR FRENTE AO CÂNCER INFANTIL	
Liliane Maria da Silva Saraiva	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7011912039</b>	
<b>CAPÍTULO 10</b> .....	<b>133</b>
SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DA FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE INTERNACIONAL TRES FRONTERAS (UNINTER) CIUDAD DEL ESTE, PARAGUAI (2016)	
Deisy Yegros	
Pablo Casagrande	
Didier Mongelos	
Montserrat Giménez	
Amilcar Miño	
Ana Arevalos	
Elder Oliveira da Silva	
Suelen dos Santos Ferreira	
Pasionaria Rosa Ramos Ruiz Diaz	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120310</b>	
<b>CAPÍTULO 11</b> .....	<b>141</b>
ESTRESSE OCUPACIONAL E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO PSICOLÓGICO DE DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR DE GOIÂNIA	
Maurício Benício Valadão	
Sebastião Benício da Costa Neto	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120311</b>	
<b>CAPÍTULO 12</b> .....	<b>156</b>
EXPLORANDO O IMPACTO DO ESTRESSE NO CONSUMO DE ÁLCOOL: UMA REVISÃO DE LITERATURA.	
Isabel Bernardes	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120312</b>	
<b>CAPÍTULO 13</b> .....	<b>169</b>
ENSINO COM FEEDBACK INSTRUCIONAL EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): EFEITOS SOBRE CATEGORIZAR	
Daniel Carvalho de Matos	
Mônica Cristina Marques de Aragão	
Pollianna Galvão Soares de Matos	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120313</b>	
<b>CAPÍTULO 14</b> .....	<b>183</b>
SÍNDROME DE BURNOUT: DOENÇA OCUPACIONAL PRESENTE DESDE A FORMAÇÃO ATÉ A ATUAÇÃO DO MÉDICO ESPECIALISTA	
William Volino	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120314</b>	

<b>CAPÍTULO 15</b> .....	<b>192</b>
QUALIDADE DE VIDA EM DOENTES RENAIIS CRÔNICOS EM HEMODIÁLISE: UMA REVISÃO DA LITERATURA	
Fernanda Elisa Aymoré Ladaga	
Murilo dos Santos Moscheta	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120315</b>	
<b>CAPÍTULO 16</b> .....	<b>207</b>
AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM ESCLEROSE MÚLTIPLA	
Ana Maria Canzonieri	
Daniele Batista de Sousa	
Thais Mira Simandi	
Beatriz Maciel Sodre	
Lucas Felipe Ribeiro dos Santos	
Priscila da Silva Santos	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120316</b>	
<b>CAPÍTULO 17</b> .....	<b>213</b>
ENVELHECIMENTO POSITIVO E LONGEVIDADE AVANÇADA: CONTRIBUTOS PARA A INTERVENÇÃO	
Lia Araújo	
Oscar Ribeiro	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120317</b>	
<b>CAPÍTULO 18</b> .....	<b>221</b>
AVALIAÇÃO DA ESPIRITUALIDADE EM PESSOAS COM ESCLEROSE MÚLTIPLA	
Ana Maria Canzonieri	
Daniele Batista de Sousa	
Thais Mira Simandi	
Beatriz Maciel Sodre	
Lucas Felipe Ribeiro dos Santos	
Priscila da Silva Santos	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70119120318</b>	
<b>SOBRE A ORGANIZADORA</b> .....	<b>227</b>

## ESTRESSE OCUPACIONAL E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO PSICOLÓGICO DE DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR DE GOIÂNIA

**Maurício Benício Valadão**

Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Departamento de Psicologia, Goiânia-Go, Brasil

**Sebastião Benício da Costa Neto**

Universidade Federal de Goiás  
Goiânia-Go, Brasil

**RESUMO:** Este estudo teve por objetivo identificar o nível de estresse ocupacional, os estressores e as estratégias de enfrentamento psicológico e correlacionar estresse e estratégias de enfrentamento psicológico de docentes do ensino superior de uma instituição na cidade de Goiânia – Goiás. Participaram do estudo 64 docentes, aos quais foram aplicados a Escala de Estresse no Trabalho, de Paschoal e Tamayo (2004), e o Inventário de Estratégias de Coping, de Folkamn e Lazarus (1985), adaptado por Savóia, Santana e Meijas (1996). Os resultados apresentaram níveis baixo e médio de estresse ocupacional, e os estressores mais frequentes foram: tempo insuficiente para realizar o volume de trabalho; poucas perspectivas de crescimento na carreira; incômodo com a deficiência nos treinamentos; e irritação com as poucas informações sobre as decisões organizacionais. As estratégias de enfrentamento mais utilizadas foram: resolução de problemas; suporte social; fuga-esquiva; reavaliação positiva; e aceitação de

responsabilidade. Constatou-se também uma correlação positiva entre afastamento e estresse e fuga-esquiva e estresse. Concluiu-se que os docentes apresentam níveis baixo e moderado de estresse ocupacional; e, com relação às estratégias de enfrentamento, verificou-se que os esforços cognitivos e comportamentais adotados gerenciam o modo como os docentes percebem o que ocorrem ao seu redor.

**PALAVRAS-CHAVE:** Docentes. Ensino superior. Estratégias de enfrentamento psicológico. Estresse ocupacional.

**ABSTRACT:** This study aimed identifying the level of occupational stress, stressors and psychological coping strategies and correlate stress and psychological coping strategies of higher education teachers of an institution in the city of Goiânia – Goiás. Sixty-four teachers took part on of the study, to whom Occupational Stress Scale of Paschoal and Tamayo (2004) and Folkamn and Lazarus's Coping Strategies Inventory (1985), adapted by Savóia, Santana and Meijas (1996) were applied. The results presented low and medium levels of occupational stress, and the most frequent stressors were: insufficient time to achieve the workload; few prospects for career growth; anger with the deficiency in the trainings and irritation with the little information about organizational decisions.

The most used coping strategies were: problem solving; social support; escape-avoidance; positive reassessment; and acceptance of responsibility. There was also a positive correlation between withdrawal and stress and escape-avoidance and stress. It was concluded that teachers present low and moderate occupational stress; and regarding to coping strategies, it has been found that the cognitive and behavioral efforts adopted manage the way teachers perceive what is happening around them.

**KEYWORDS:** Coping. Higher education. Occupational Stress. Teachers.

## INTRODUÇÃO

O trabalho docente está sujeito a diversas transformações. Desse modo, alguns aspectos precisam ser considerados quando se busca compreender as condições de saúde dos professores. Dentre os aspectos mais negativamente impactantes, por vezes considerados estressores, encontram-se: baixos salários; materiais escassos; carga horária alta; tensão entre aluno-professor; e lideranças percebidas como de pouca ajuda para o desenvolvimento das pessoas (BENEVIDES *et al.*, 2003; LIMONGI-FRANÇA; RODRIGUES, 2014).

Além disso, no Brasil, as mudanças ocorridas nas políticas educacionais alteraram as relações de trabalho e, como consequência, a forma de gestão da educação superior e o trabalho docente, com impactos negativos nas condições de trabalho do professor e no seu *status* de valor perante a sociedade (CORAGGIO, 2000; ARAÚJO *et al.*, 2005).

A interação estabelecida entre as pessoas – por exemplo, entre os líderes e os liderados – neste cenário de novas relações e demandas educacionais no nível superior, pautadas por interesses econômicos mercantis (CORAGGIO, 2000; ARAÚJO *et al.*, 2005), contribui para a intensificação e/ou a manutenção de um estado contínuo de estresse.

Lipp (1996) entende como estresse uma situação em que o organismo do indivíduo reage física e psicologicamente a situações que possam irritar, excitar, amedrontar, confundir e até deixar o indivíduo extremamente feliz.

Para Lazarus e Folkman (1984), o estresse, em uma perspectiva psicológica, é um conjunto orquestrado de defesas corpóreas contra várias formas de estímulos nocivos, isto é, contra qualquer evento que demande do ambiente interno ou externo, que taxee ou exceda as fontes de adaptação de um indivíduo ou sistema social. O estresse intenso, e até mesmo prolongado, pode ter impacto (físico e mental) negativo no indivíduo (COOPER; COOPER; EAKER, 1988).

Dentro da organização, o estresse pode variar de acordo com a situação. Assim sendo, é importante verificar o contexto organizacional no qual o colaborador está inserido. É sabido que as organizações buscam melhorar o desempenho e a produtividade dos trabalhadores, e essa busca pode ou não submetê-los a um novo

contrato psicológico e a um novo processo organizacional (MAFFIA; PEREIRA, 2014). Contudo, muitas vezes, tal movimento provoca uma situação estressante no trabalhador (COOPER; MARSHALL, 1976).

O estresse ocorrido dentro de uma organização é denominado estresse ocupacional. Segundo Paschoal e Tamayo (2004, p. 46), esse se caracteriza “como um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, os quais, ao exceder sua habilidade de enfrentamento, provocam no sujeito reações negativas”. Desse modo, faz-se necessário, em uma organização, avaliar quatro variáveis dentro do estresse ocupacional: as fontes de pressão; a personalidade de cada pessoa; e os sintomas físicos e psíquicos frente às situações ocorridas (MORAES; KILIMNIK, 1994). O estresse ocupacional pode acarretar danos na organização, principalmente por envolver afastamentos, *turnover*, redução de produtividade e aumento dos acidentes de trabalho (JEX *et al.*, 2012).

Como resposta ao estresse, os docentes utilizam distintas estratégias de enfrentamento psicológico ou *coping*, de acordo com a literatura anglo-saxônica. O conceito de enfrentamento psicológico é cada vez mais conhecido na área da Psicologia e tem sido compreendido com base em diversos contextos. Em geral, dentro de uma perspectiva cognitivista, é entendido como esforços comportamentais e cognitivos despendidos pelo indivíduo, a fim de amenizar as demandas que o estejam sobrecarregando (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

Nesse sentido, o objetivo comum das estratégias de enfrentamento é reduzir, eliminar ou readequar o estresse diante dos eventos que ocorrem na vida; no caso em particular, as condições de trabalho do docente universitário (LAZARUS; FOLKMAN, 1984; SEIDL; TRÓCCOLI; ZANNON, 2001). Cada docente utiliza recursos para se adaptar aos eventos identificados como estressantes, cabendo ressaltar que, se essas estratégias não forem efetivas, ele poderá entrar em fase de exaustão (MARRAS; VELOSO, 2012).

Portanto, é imprescindível compreender como os docentes do ensino superior percebem e lidam com o estresse no trabalho e as demandas utilizadas para enfrentar as situações estressoras, com vistas à elaboração de medidas de redução do estresse.

Assim, tomando em consideração o exposto, são levantadas as seguintes indagações: Qual o nível de estresse ocupacional do(a)s docentes do nível superior? Que estratégias de enfrentamento são por ele(a)s adotadas? Como o estresse ocupacional e o *coping* estão relacionados?

Diante dessas questões, este estudo tem por objetivo principal avaliar o grau de estresse do(a)s docentes do nível superior e as estratégias de enfrentamento psicológico por ele(a)s adotadas. Os objetivos específicos são: relacionar as características sociodemográficas dos participantes e dos seus principais estressores com o ambiente de trabalho; e compreender a correlação entre o estresse e as estratégias de enfrentamento psicológico.

## METODOLOGIA

### Tipo de Estudo

Trata-se de uma pesquisa de natureza descritiva e quantitativa, que tem como objetivo principal descrever as características ou fenômenos da população em estudo (DIEHL; TATIM, 2004; GIL, 2007; LOPES *et al.*, 2008).

### Participantes

Para esta pesquisa, foram selecionados docentes do ensino superior de uma instituição privada na cidade de Goiânia – Goiás. De 100 professores, 64 foram sorteados. A amostra foi composta de forma aleatória, por conveniência não randomizada. Escolheu-se para o cálculo um erro amostral de 5%, com desvio padrão (Z) de 1,645, com nível de confiança de 90%. Como a categoria é bastante conhecida, o nível de variação *Split* é 80/20. A participação ocorreu de acordo com a demanda, sendo as pesquisas com esses professores realizadas durante os intervalos das aulas. A amostra correspondeu a 64% do total dos docentes da instituição.

### Critérios de Inclusão

O docente deveria ser ativo na função há mais de doze meses e assinar o TCLE.

### Instrumentos

- Questionário Sociodemográfico, de Formação e de Experiência Profissional – constituído por 15 perguntas elaboradas pelo pesquisador, com base na revisão literária, contemplando os seguintes eixos: sexo; idade; estado civil; religião; escolaridade; dependentes; renda familiar; tempo de exercício da profissão docente; quantidade de instituições em que trabalha; existência de outro emprego além do trabalho docente; vínculo empregatício; e horas por semana dedicadas à docência.
- Escala de Estresse no Trabalho (EET), de Paschoal e Tamayo (2004) – constituída por 23 questões, com o objetivo de avaliar o estresse ocupacional, em formato Likert de cinco pontos: 1 (discordo totalmente); 2 (discordo); 3 (concordo em parte); 4 (concordo); e 5 (concordo totalmente). Os itens foram construídos com base na literatura sobre estressores organizacionais psicossociais, sendo que cada um reproduz o agente estressor e a reação a esse mesmo agente. Na pontuação dessa escala, quanto maior o escore, mais indicativo de estresse; quanto menor, menos indicativo de estresse. Na análise dos dados da escala, utiliza-se a estatística descritiva com o cálculo da média dos grupos dos docentes. Quando o valor é maior que 2,5 (média), há indicativo de médio estresse.

- Inventário de estratégias de *coping* de Folkman e Lazarus (1985), traduzido e adaptado por Savóia, Santana e Mejias (1996) – constituído por 66 questões para mensurar as estratégias utilizadas pelos docentes, com escala Likert de quatro pontos, distribuída da seguinte forma: 0 (não usei estratégia); 1 (usei um pouco); 2 (usei bastante); 3 (usei em grande quantidade). Os itens do inventário abordam estratégias que os indivíduos possam vir a utilizar quando se deparam com episódios estressantes.

## Procedimento

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob numeração 47317615.6.0000.0037 e parecer nº 1.280.794. Após o consentimento da instituição, o pesquisador entrou em contato, pessoalmente, no horário do intervalo, com cada docente, a fim de lhes explicar os objetivos da pesquisa e o processo de coleta de dados, que ocorreria individualmente. No mesmo encontro, os participantes foram consultados sobre a escolha do melhor local para a realização da pesquisa: se na instituição ou em local a ser definido por cada um deles. Do total dos docentes, 62 preferiram responder aos questionários na instituição de ensino, durante o intervalo das aulas; dois professores optaram por respondê-los fora do ambiente do trabalho. Nesse caso, o pesquisador se deslocou até o local combinado, sem ônus para o pesquisado. Na oportunidade, eles foram devidamente esclarecidos sobre o caráter estritamente acadêmico da pesquisa e sobre todos os itens do TCLE. Não houve dúvidas por parte dos docentes durante o preenchimento de todos os instrumentos.

A coleta dos dados foi realizada nos meses de outubro e novembro de 2015. Para análise dos dados, foram utilizados os *softwares Excel 2013* e o pacote estatístico SPSS Statistics 23.0, para Windows.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Perfil Sociodemográfico dos Docentes

De acordo com a Tabela 3, a maioria dos docentes é do sexo feminino (57,8%); tem de 30 a 39 anos de idade (53,1%); 68,8% são casados ou vivem com companheiro; e 40,6% são católicos. No que se refere à escolaridade dos docentes da instituição, observa-se que 73,4% são especialistas; 25%, mestres; e 1,6%, doutor. Com relação à renda, apenas 4,7% dos docentes ganham menos de R\$ 1.000,00; 3,1%, de R\$ 1.000,00 a R\$ 1.999,00; 39,1%, de R\$ 2.000 a R\$ 3.999,00; 37,5%, de R\$ 4.000 a R\$ 7.999; e 15,6%, acima de R\$ 8.000,00. A renda dos participantes é, em média, compatível com o valor hora-aula praticado por outras instituições de ensino superior em Goiás; porém, inferior ao valor pago a outras profissões. Demais dados sociodemográficos são apresentados na Tabela 3 (LIANG, 2003; LIMARINO, 2005; SINPRO, 2016).

Questão	f	%
<b>Sexo</b>		
Masculino	27	42,2
Feminino	37	57,8
<b>Idade</b>		
20 a 29	6	9,4
30 a 39	34	53,1
40 a 49	21	32,8
Acima de 50	3	4,7
<b>Estado Civil</b>		
Solteiro	13	20,3
Casado(a)/Vive com companheiro(a)	44	68,8
Divorciado(a)	7	10,9
<b>Religião</b>		
Católica	26	40,6
Evangélica	12	18,7
Espírita	11	17,2
Outros	4	6,3
Não tenho religião	11	17,2
<b>Escolaridade</b>		
Especialização	47	73,4
Mestrado	16	25,0
Doutorado	1	1,6
<b>Dependentes</b>		
Sim	32	50,00
Não	32	50,00
<b>Nº de Dependentes</b>		
1 a 2 dependentes	28	43,8
3 dependentes	4	6,3
<b>Renda Docente</b>		
Menos de 1.000	3	4,7
De 1.000 a 1.999	2	3,1
De 2.000 a 3.999	25	39,1
De 4.000 a 7.999	24	37,5
Acima de 8.000	10	15,6
<b>Tempo Trabalho</b>		
1 ano a 4 anos e 11 meses	43	67,2
5 anos a 7 anos e 11 meses	11	17,2
Acima de 8 anos	10	15,6
<b>Vínculo Empregatício</b>		
CLT – Carteira Assinada	34	53,1
Horista/CLT – Carteira Assinada	30	46,9
<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tabela 3 – Perfil sociodemográfico de docentes do ensino superior de Goiânia (n = 64)

No que se refere ao tempo de serviço na instituição de ensino (Tabela 3), observa-se que a maior parte da amostra trabalha na instituição entre 1 e 4 anos e 11



meses. Verifica-se, ainda, que 53,1% são celetistas, com carteira assinada, e 46,9% são horistas, também com carteira assinada. Isso ocorre devido à diferenciação na contratação para ministrar aula nos cursos, sejam estes bacharelados ou tecnológicos. Durante o preenchimento dessa pergunta no questionário, muitos docentes relataram que se sentem inseguros em relação a esse vínculo, principalmente os horistas, pois não sabem ao certo a quantidade de horas-aula que ministrarão no semestre posterior, impossibilitando-os de fazer algum planejamento que compreenda a compra de um determinado bem.

## Estressores e Estresse

Com relação aos estressores organizacionais, estes podem ser físicos ou psicossociais. Os primeiros referem-se a barulhos, ao ambiente da empresa, ao local onde ela está inserida, entre outros. Os segundos, por sua vez, dizem respeito aos relacionamentos no trabalho, à autonomia, ao crescimento profissional, ao controle, etc. (PASCHOAL; TAMAYO, 2004). Assim, a EET classifica os estressores físicos e psicossociais segundo a pontuação média do estresse, a saber: baixo (1,00 a 2,00); médio (2,01 a 3,00); e alto (3,01 a 5,00). Ao analisar os 23 itens da escala, obteve-se um Alpha de Cronbach 0,913. Field (2009) defende que, para uma escala se tornar aceitável, deve-se obter um valor acima de 0,7. Nota-se, portanto, que esse instrumento encontra-se em parâmetro superior ao defendido por esse autor.

Na Tabela 4, podem ser observados os agentes estressores, apresentados como alto estressor e médio estressor. A análise do estresse dos docentes baseou-se na média geral das perguntas, na média dos indivíduos e na média geral de cada indivíduo.

Variáveis	Mé- dia	DP
22. O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho deixa-me nervoso.	3,28	1,22
16. As poucas perspectivas de crescimento na carreira têm me deixado angustiado.	3,25	1,29
13. Tenho me sentido incomodado com a deficiência nos treinamentos para capacitação profissional.	3,16	1,10
5. Sinto-me irritado com a deficiência na divulgação de informações sobre decisões organizacionais.	3,00	1,15
2. O tipo de controle existente em meu trabalho me irrita.	2,97	1,18
3. A falta de autonomia na execução do meu trabalho tem sido desgastante.	2,77	1,21
15. Fico irritado por ser pouco valorizado por meus superiores.	2,73	1,34
12. Fico irritado com discriminação/favoritismo no meu ambiente de trabalho.	2,72	1,16
1. A forma como as tarefas são distribuídas em minha área tem me deixado nervoso.	2,64	0,88
10. Fico de mau humor por ter que trabalhar durante muitas horas seguidas.	2,58	1,12
6. Sinto-me incomodado com a falta de informações sobre minhas tarefas de trabalho.	2,53	0,97
9. Sinto-me incomodado por ter que realizar tarefas que estão além de minha capacidade.	2,33	1,15
20. Tenho estado nervoso por meu superior me dar ordens contraditórias.	2,27	1,14

19. A falta de compreensão sobre minhas responsabilidades neste trabalho tem causado irritação.	2,25	0,95
17. Tenho me sentido incomodado por trabalhar em tarefas abaixo do meu nível de habilidade.	2,25	0,94
7. A falta de comunicação entre mim e meus colegas de trabalho deixa-me irritado.	2,20	0,96
11. Sinto-me incomodado com a comunicação existente entre mim e meu superior.	2,11	0,97
23. Fico incomodado por meu superior evitar me incumbir de responsabilidades importantes.	2,16	0,93
18. A competição no meu trabalho tem me deixado de mau humor.	2,03	0,95
21. Sinto-me irritado por meu superior encobrir meu trabalho bem feito diante de outras pessoas.	2,02	1,06
<b>Total</b>	<b>1,91</b>	<b>0,63</b>

Tabela 4 – Média das variáveis estressoras (média e alta pontuação) de docentes do ensino superior de Goiânia (n = 64)

Estressores dependem da percepção de cada indivíduo. Assim, por meio da avaliação dos participantes, os estressores “O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho deixa-me nervoso”, “As poucas perspectivas de crescimento na carreira têm me deixado angustiado”, “Tenho me sentido incomodado com a deficiência nos treinamentos para capacitação profissional” merecem atenção especial da instituição, pois esses promovem estresse nos docentes, visto que são os que apresentam médias mais altas entre os participantes. O estressor “Sinto-me irritado com a deficiência na divulgação de informações sobre decisões organizacionais” está praticamente dentro do limite entre médio e alto estresse, devendo também receber atenção da instituição. Nesses escores com médias altas, verifica-se apenas a existência de estressores psicossociais, corroborando a teoria de Paschoal e Tamayo (2004) e Cooper, Cooper e Eaker (1988).

Conforme Tabela 4, dentre os médios, os estressores com as maiores pontuações foram: “O tipo de controle existente em meu trabalho me irrita”; “A falta de autonomia na execução do meu trabalho tem sido desgastante”; “Fico irritado por ser pouco valorizado por meus superiores”, “Fico irritado com discriminação/favoritismo no meu ambiente de trabalho”; e “A forma como as tarefas são distribuídas em minha área tem me deixado nervoso”. Esses também carecem de atenção, pois apresentam pontuações entre média e alta. Por meio da análise dos itens “O tipo de controle existente em meu trabalho me irrita” e “A falta de autonomia na execução do meu trabalho tem sido desgastante”, entende-se que, provavelmente, há uma conduta autoritária do líder/gestor, isto é, este centraliza o poder, não havendo participação do grupo. Esse tipo de conduta é designado de estilo autocrático do líder, o que eleva a tensão e a frustração entre os colaboradores (MAXIMIANO, 2000; CHIAVENATO, 2003). Tais estressores também corroboram o estudo de Kalimo, Mostafa e Cooper (1988), evidenciando que as principais causas de estresse no trabalho são: poucas exigências do cargo; desejos frustrados; e ascensão de cargo ou promoções.

A Tabela 5 apresenta os estressores com baixa pontuação, ou seja, que

potencialmente produzem baixo estresse. Nota-se que os docentes não são destratados pelos seus superiores na frente de outros colegas e que existe uma confiança do superior no trabalho desempenhado pelos professores, além de uma boa relação entre eles, pois não se sentem isolados na organização.

Variáveis	Média	DP
14. Fico de mau humor por me sentir isolado na organização.	1,91	0,95
4. Tenho me sentido incomodado com a falta de confiança de meu superior sobre meu trabalho.	1,78	1,04
8. Sinto-me incomodado por meu superior tratar-me mal na frente de colegas de trabalho.	1,73	1,22
<b>Total</b>	<b>1,80</b>	<b>1,07</b>

Tabela 5 – Média das variáveis estressoras (baixa pontuação) de docentes do ensino superior de Goiânia (n = 64)

Importa destacar que, no ambiente de trabalho dos docentes pesquisados, existe predominância de eventos que são percebidos como estressores em baixa e média intensidade. Mesmo percebendo um evento como estressor alto, o docente pode não apresentar nível alto de estresse laboral, pois utiliza estratégias adaptativas de enfrentamento, o que leva, por conseguinte, a um ambiente organizacional mais saudável (RIBEIRO *et al.*, 2015).

A Tabela 6 mostra a classificação do nível de estresse no trabalho dos docentes que participaram deste estudo. A identificação desses níveis de estresse ocorreu mediante uma normatização para o grupo, por meio do *software* estatístico SPSS e das médias dos indivíduos. Assim, é considerado baixo nível de estresse quando a pontuação média estiver entre 1,00 a 2,00; médio nível de estresse, entre 2,01 a 3,00; e alto nível de estresse, entre 3,01 a 5,00.

	F	%
BAIXO	16	25,0
MÉDIO	38	59,4
ALTO	10	15,6
<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100,0</b>

Tabela 6 – Nível de estresse no trabalho de docentes do ensino superior de Goiânia (n = 64)

Conforme demonstrado na Tabela 6, 25% dos docentes apresentam baixo nível de estresse, e 15,6%, alto nível. Os resultados do indicador do nível de estresse apontam que a maioria dos docentes (59,4%) apresenta nível médio de estresse no trabalho. Esse resultado é bastante preocupante, haja vista que as fontes de tensão excessiva interferem no estado psicofisiológico do profissional, desenvolvendo alguns sintomas, como nervosismo e oscilação de humor. A ocorrência de estresse em nível

médio indica manifestações de estresse. Como consequência disso, pode haver queda de produtividade do docente (ZILLE, 2005). Diante dessa situação, a instituição deve intervir, a fim de minimizar os efeitos do estresse no trabalho, mediante programas de qualidade de vida e melhora do ambiente organizacional.

## Estratégias de Enfrentamento

Cada docente lança mão de estratégias de enfrentamento – *coping* – para controle e adaptação frente às situações estressantes. Se as estratégias não forem eficazes, ele poderá agravar sua condição, evoluindo para a exaustão, com a permanência do estressor (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

A Tabela 7 demonstra os valores da consistência interna dos oito fatores de *coping*.

Fatores do Inventário de Estratégias	Quantidade de Itens	Alfa de Cronbach
Afastamento	7	0,44
Autocontrole	5	0,45
Resolução de Problemas	4	0,54
Suporte Social	6	0,60
Fuga-esquiva	2	0,60
Confronto	6	0,63
Aceitação de Responsabilidade	7	0,77
Reavaliação Positiva	9	0,78

Tabela 7 – Consistência interna dos 8 fatores de *coping* de docentes do ensino superior de Goiânia (n = 64)

Observa-se nessa tabela que seis fatores do Inventário de Estratégias apresentaram Alfa de *Cronbach* abaixo de 0,70: confronto; afastamento; autocontrole; suporte social, fuga-esquiva; e resolução de problemas. Esses números são similares aos apresentados na validação e adaptação da escala no Brasil. Posteriormente, realizou-se a medida da consistência interna de todos os 66 itens do inventário, totalizando um Alpha de *Cronbach* de 0,909. O fato de a consistência interna de cada fator ser menor que 0,70 não afeta o resultado dessa escala, uma vez que o instrumento é preciso e válido para os estudos de estratégias de *coping*, segue padrões comumente aceitos em Psicologia e, quando se trata de construto psicológico, tais valores são esperados, considerando a diversidade do que está sendo aferido e a quantidade da amostra, que é menor do que os itens da escala (SAVÓIA; SANTANA; MEJIAS, 1996; FIELD, 2009).

A Tabela 8 descreve as médias dos fatores de *coping*. O fator resolução de problemas (M = 1,33, DP = 0,668) foi o mais utilizado pelos docentes da instituição de

ensino, seguido de suporte social ( $M = 1,28$ ,  $DP = 0,628$ ), fuga-esquiva ( $M = 1,23$ ,  $DP = 0,868$ ) e reavaliação positiva ( $M = 1,20$ ,  $DP = 0,622$ ). O fator confronto ( $M = 0,42$ ,  $DP = 0,498$ ) foi o menos utilizado pelos docentes.

Fatores	Média	Desvio Padrão
Resolução de Problemas	1,33	0,66
Suporte Social	1,28	0,62
Fuga-esquiva	1,23	0,86
Reavaliação Positiva	1,20	0,62
Aceitação de Responsabilidade	1,17	0,65
Autocontrole	1,08	0,57
Afastamento	0,58	0,49
Confronto	0,42	0,49

Tabela 8 – Média dos fatores de *coping* de docentes do ensino superior de Goiânia ( $n = 64$ )

De acordo com a Tabela 8, o fator resolução de problemas alcançou a maior média entre os docentes ( $M = 1,33$ ;  $DP = 0,66$ ). Para Lazarus e Folkman (1984), resolução de problemas significa definir o que está acontecendo, enumerar ações e implementar um plano de ação. Isso evidencia que o indivíduo pode modificar o ambiente onde está inserido e minimizar os fatores de estresse. Assim, ter a resolução de problemas como um fator que se destaca, demonstra que os docentes enfrentam de forma positiva as demandas do trabalho.

O segundo fator mais utilizado pelos docentes foi o suporte social ( $M = 1,28$ ;  $DP = 0,62$ ). Seidl, Tróccoli e Zannon (2001) consideram o suporte social como uma das estratégias de enfrentamento mais buscadas para lidar com as situações estressoras. Silveira, Enumo e Batista (2014) verificaram que os professores que estavam com estresse buscavam também o suporte social para enfrentar os estressores percebidos; portanto, esse fator está sendo efetivo para os docentes enfrentarem o estresse. Pietrukowicz (2001) afirma que o suporte social envolve apoio afetivo e emocional, o que contribui significativamente para o bem-estar do indivíduo; de forma preventiva, realiza a manutenção da saúde.

O fator confronto ( $M = 0,42$ ;  $DP = 0,49$ ) obteve a menor média entre as estratégias. Isso corrobora os dados dos docentes que se encaixam em médio e alto estresse, pois os indivíduos que mais se confrontam com a demanda estressora apresentam maior tendência em se sentirem fora do controle da situação, aumentando significativamente o estresse (SERRA, 1999).

A Tabela 9 descreve a correlação entre o estresse dos docentes e os fatores das estratégias de enfrentamento utilizadas por eles. Para avaliar a correlação entre as variáveis (*coping* e estresse), utilizou-se o coeficiente de Pearson. Realizou-se também a correlação dos fatores entre si, com o objetivo de verificar a validade convergente, que, nesse caso, resultou em correlação significativa.

Estratégias Categoria		Estresse Categoria
Confronto	r	0,127
	p	0,317
Afastamento	r	0,325**
	p	0,009
Autocontrole	r	0,108
	p	0,396
Suporte Social	r	0,107
	p	0,401
Aceitação de Responsabilidade	r	-0,265
	p	0,034
Fuga-esquiva	r	0,357**
	p	0,004
Resolução de Problemas	r	-0,076
	p	0,551
Reavaliação Positiva	r	-0,272
	p	0,029

Tabela 9 – Correlação estresse e estratégias de enfrentamento de docentes do ensino superior de Goiânia (n = 64)

\*\*Correlação Significativa com  $p < 0,05$  ou \*correlação significativa com  $p < 0,01$ .

Observa-se que há uma correlação positiva entre afastamento e estresse, bem como fuga-esquiva e estresse. Isso significa que, quanto mais o indivíduo se afasta dos problemas, maior é o estresse; e quanto mais foge ou se esquiva do estressor presente, maior o estresse vivenciado. A literatura é clara ao evidenciar que, quanto maior o afastamento do docente das situações que o oprimem, mais permanente se torna a vivência do estresse (SANTOS; CARDOSO, 2010), e, não raras as vezes, com efeitos nocivos em sua saúde física e mental, o que influi na qualidade de vida relacionada ao trabalho.

## CONCLUSÃO

O trabalho docente no ensino superior é acompanhado de pressões externas e internas, decorrentes da atual ordem capitalista e mercantil e das transformações culturais em curso na sociedade. A reinvenção desse profissional, para que se transforme e atenda às novas exigências do mercado, da sociedade, do aluno e das instituições em geral, provoca uma fragmentação na forma como ele deva se inserir na atual configuração do ensino superior privado (ESTEVE, 1989; MILLER, 1991).

Os principais agentes estressores identificados – o tempo insuficiente para realizar o volume de trabalho; as perspectivas de crescimento na carreira; o incômodo com a deficiência nos treinamentos; e a fraca divulgação de informações organizacionais – mostram que a instituição de ensino precisa intervir em seus processos de desenvolvimento de pessoas, com ênfase em pautas tradicionais. Isso requer reflexão

e ações políticas contínuas, por exemplo: planos de cargos e salários; treinamentos dos docentes; e verificação das formas como são realizadas a comunicação interna na instituição de ensino superior.

Os resultados deste estudo apontaram para níveis baixos e moderado de estresse ocupacional, e a sua crescente vivência com estressores de naturezas distintas. Assim sendo, faz-se necessário inserir, de forma preventiva e proativa, a questão da saúde do trabalhador no debate regular, no seio universitário e nas estratégias de gestão do sistema educativo, inclusive para que sejam realizadas intervenções na implementação/consolidação de programas de qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, T. M. et al. Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 29, n. 1, p. 6, 2005. Disponível em: <[http://inseer.ibict.br/rbsp/index.php/rbsp/article/viewFile/108/pdf\\_528](http://inseer.ibict.br/rbsp/index.php/rbsp/article/viewFile/108/pdf_528)>. Acesso em: 10 jan. 2016.
- BENEVIDES, A. M. et al. Sintomas de estresse em educadores brasileiros. **Aletheia**, n. 17/18, p. 63-72, 2003. Disponível em: <<http://www.academia.edu/download/30334399/115013455007.pdf>>. Acesso em: 15 fev. 2016.
- CHIAVENATO, I. **Introdução à Administração**. 8. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.
- COOPER, C. L.; COOPER, R. D.; EAKER, L. H. **Living with stress**. London: Peguin Books, 1988.
- COOPER, C. L.; MARSHALL, J. Occupational sources of stress: A review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. **Journal of Occupational Psychology**, v. 49, n. 1, p. 11-28, 1976. Disponível em: <<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.2044-8325.1976.tb00325.x/full>>. Acesso em: 09 jan. 2016.
- CORAGGIO, J. L. **Da economia dos setores populares à economia do trabalho**. Economia dos setores populares: entre a realidade e a utopia. Petrópolis: Vozes, 2000.
- DIEHL, A.; TATIM, D. **Pesquisa em ciências sociais aplicadas: métodos e técnicas**. São Paulo: Pearson Brasil, 2004.
- ESTEVE, J. M. Teacher burnout and teacher stress. In: COLE, M.; WALKER, S. (Ed.). **Teaching and stress**. Open University Press, 1989
- FIELD, A. **Descobrendo a estatística usando o SPSS**. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2007.
- JEX, S. M. et al. Stress e eficácia dos funcionários. In: ROSSI, A. M.; PERREWÉ, P.; MEURS, J. A. (Orgs.). **Stress e qualidade de vida no trabalho: perspectivas atuais da saúde ocupacional**. São Paulo: Atlas, 2012.
- KALIMO, R.; MOSTAFA, E.; COOPER, C. **Los factores psicosociales en el trabajo y su relación con la salud**. OMS, 1988.
- LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal and coping**. New York: Springer, 1984.

- LIANG, X. Remuneração dos professores em 12 países da América Latina: como se compara a remuneração dos professores com a de outras profissões; o que determina, e quem são os professores. **Documentos PREAL**, Washington, n. 27, p. 1-38, 2003. Disponível em: <[http://www.preal.org/BibliotecaN.asp?Pagina=3&Id\\_Carpeta=64&Camino=63IPrealPublicaciones/64IPREAL Documentos](http://www.preal.org/BibliotecaN.asp?Pagina=3&Id_Carpeta=64&Camino=63IPrealPublicaciones/64IPREAL Documentos)>. Acesso em: 15 jan. 2016.
- LIMARINO, W. **Are teachers well paid in Latin America and Caribbean?** Relative wages and structure of returns of teacher. Incentives to improve teaching: lessons from Latin America. Washington: The World Bank, 2005.
- LIMONGI-FRANÇA, A. C.; RODRIGUES, A. L. Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática. In: **Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas, 2014.
- LIPP, M. **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco**. São Paulo: Papyrus, 1996.
- LOPES, L. et al. **Estatística geral**. Caderno didático. Santa Maria: Editora Santa Maria UFSM, 2008.
- MAFFIA, L. N.; PEREIRA, L. Z. Stress at Work: a Study With Public Managers of State of Minas Gerais. **REAd. Revista Eletrônica de Administração**, Porto Alegre, v. 20, n. 3, p. 658-680, 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141323112014000300658&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141323112014000300658&script=sci_arttext&tlng=pt)>. Acesso em: 10 jan. 2016.
- MARRAS, J.; VELOSO, H. **Estresse ocupacional**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.
- MAXIMIANO, A. C. **Introdução à administração**. São Paulo: Editora Atlas, 2000.
- MILLER, H. Academics and their labour process. In: SMITH, C.; KNIGHTS, D.; WILLMOTT, H. (Ed.). **White-collar work: the nonmanual labour process**. London: Palgrave Macmillan, 1991.
- MORAES, L. F. R.; KILIMNIK, Z. M. **Comprometimento organizacional, qualidade de vida e stress no trabalho: uma abordagem de diagnóstico comparativo**. Belo Horizonte: Cepead/Face/UFMG, 1994.
- PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 45-52, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/epsic/v9n1/22380.pdf>>. Acesso em: 09 jan. 2016.
- PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Construção e validação da escala de bem-estar no trabalho. **Avaliação Psicológica**, v. 7, n. 1, p. 11-22, 2008. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S167704712008000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167704712008000100004)>. Acesso em: 18 fev. 2016.
- PIETRUKOWICZ, M. C. **Apoio social e religião: uma forma de enfrentamento dos problemas de saúde**. 2001. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Escoa Nacional de Saúde Pública, Rio de Janeiro, 2001. Disponível em: <<http://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/4610>>. Acesso em: 09 set. 2015.
- RIBEIRO, R. et al. Estratégias de enfrentamento dos enfermeiros em serviço hospitalar de emergência. **Acta Paul. Enferm**, v. 28, n. 3, p. 216-223, 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v28n3/1982-0194-ape-28-03-0216.pdf>>. Acesso em: 02 nov. 2016.
- SANTOS, A. F.; CARDOSO, C. L. Profissionais de saúde mental: estresse, enfrentamento e qualidade de vida. **Rev. Psic. Teor. Pesq.**, Brasília, v. 26, n. 3, p. 543-548, set. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010237722010000300017&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010237722010000300017&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 28 abr. 2016.
- SAVÓIA, M.; SANTANA, P.; MEJIAS, N. Adaptação do inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o português. **Psicologia USP**, v. 7, n. 1-2, p. 183-201, 1996. Disponível em:



<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1678-51771996000100009&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1678-51771996000100009&script=sci_arttext&tlng=en)>. Acesso em: 08 maio 2015.

SEIDL, E. M. F.; TRÓCCOLI, B. T.; ZANNON, C. M. L. C. Análise fatorial de uma medida de estratégias de enfrentamento. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 17, n. 3, p. 225-234, 2001.

SERRA, A. **O stress na vida de todos os dias**. Coimbra: Gráfica de Coimbra, 1999.

SILVEIRA, K.; ENUMO, S. R.; BATISTA, E. Indicadores de estresse e estratégias de enfrentamento em professores de ensino multisseriado. **ABRAPEE**, v. 18, n. 3, p. 457, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pee/v18n3/1413-8557-pee-18-03-0457.pdf>>. Acesso em: 25 jan. 2016.

SINPRO. **Calcule seu salário**. 2016. Disponível em: <<http://sinprogoias.org.br/direitos/salario/#calculadora>>. Acesso em: 02 fev. 2016.

SNYDER, C. R.; LOPEZ, S. J. **Oxford handbook of positive psychology**. Oxford University Press, 2009.

ZILLE, L. P. **Novas perspectivas para a abordagem do estresse ocupacional em gerentes**: estudo em organizações brasileiras de setores diversos. Belo Horizonte: CEPEAD/UFMG, 2005.

Agência Brasileira do ISBN  
ISBN 978-85-7247-170-1

