

PETTO, Jefferson  
SANTOS, Guilherme Morais  
NONATO, James Batista  
SANTIAGO, Marcus Vinícius  
MOTA, Vitor da Silva  
NASCIMENTO, Weris Lany Carapiá do  
SANTOS, Alan Carlos Nery  
LADEIA, Ana Marice Teixeira

## **PERCEPÇÃO DE ESTRESSE EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR**

### **JEFFERSON PETTO**

Doutor. Professor dos cursos de Educação Física e Fisioterapia da Faculdade Social, BA, Brasil. Coordenador do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa Cardiovascular e Metabólica, Salvador, BA, Brasil. Professor Colaborador do Programa de Mestrado e Doutorado da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador, BA, Brasil.

### **GUILHERME MORAIS SANTOS**

Especialista. Ex-aluno do curso de Fisioterapia da Faculdade Social, BA, Brasil. Professor da Escola Qualitus de Pilates, Salvador, BA, Brasil

### **JAMES BATISTA NONATO**

Estudante. Curso de Educação Física da Faculdade Social, BA, Brasil. Pesquisador Júnior do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa Cardiovascular e Metabólica, Salvador, BA, Brasil.

### **MARCUS VINÍCIUS SANTIAGO**

Estudante. Curso de Educação Física da Faculdade Social, BA, Brasil. Pesquisador Júnior do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa Cardiovascular e Metabólica, Salvador, BA, Brasil.

### **VITOR DA SILVA MOTA**

Estudante. Curso de Educação Física da Faculdade Social, BA, Brasil. Pesquisador Júnior do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa Cardiovascular e Metabólica, Salvador, BA, Brasil.

### **WERIS LANY CARAPIÁ DO NASCIMENTO**

Estudante. Curso de Educação Física da Faculdade Social, BA, Brasil. Pesquisador Júnior do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa Cardiovascular e Metabólica, Salvador, BA, Brasil.

## ALAN CARLOS NERY DOS SANTOS

Mestre. Ex-aluno do curso de Fisioterapia da Faculdade Social, BA, Brasil. Professor do curso de Fisioterapia da UNIFACS, Salvador, BA, Brasil e da Faculdade Adventista, Cachoeira, BA, Brasil. Pesquisador Colaborador do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa Cardiovascular e Metabólica, Salvador, BA, Brasil.

## ANA MARICE TEIXEIRA LADEIA

Doutora. Coordenadora e Professora Adjunta do Programa de Mestrado e Doutorado da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador, BA, Brasil.

**RESUMO :** Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) é uma terminologia que tem sido largamente difundida nos últimos anos, já que o processo saúde-doença é também construído no trabalho. A sobrecarga emocional e física oriunda da atividade laboral podem desencadear distúrbios cardiovasculares e musculoesqueléticos. Os professores constituem um grupo, que devido a elevada jornada de trabalho e condições por vezes desfavoráveis, pode apresentar baixa QVT. **Objetivo:** Descrever a percepção subjetiva do estresse de professores do ensino superior em diferentes cursos. **Método:** Estudo descritivo e analítico de corte transversal, no qual foram avaliados 50 professores universitários de diferentes cursos de uma instituição privada da cidade de Salvador, BA, Brasil. Todos os voluntários responderam a um questionário e a Escala de Percepção Subjetiva do Estresse (EPSE). **Resultado:** Na comparação da pontuação da EPSE entre os cursos foi observada diferença somente entre os valores do curso de Psicologia ( $20\pm 9$ ) com os cursos de Administração ( $14\pm 7$ ), Direito ( $14\pm 5$ ), Fisioterapia ( $16\pm 4$ ) e Pedagogia ( $14\pm 6$ ) ( $p < 0,05$ ). Para as demais comparações não houve diferença entre as pontuações da EPSE ( $p > 0,05$ ). Os homens apresentaram EPSE maior que as mulheres ( $17\pm 5,3$  vs  $13\pm 5,5$ ) ( $p = 0,03$ ). Também houve correlação positiva moderada entre a EPSE e o gênero e entre a EPSE e as horas de aula semanais ( $p > 0,05$ ). **Conclusão:** Os resultados desse estudo apontam que docentes do ensino superior apresentam grau de estresse mais elevado que a da média da população.

**Palavra Chave:** Educação. Ensino. Saúde. Trabalho.

**ABSTRACT:** Quality of work at life (QWL) is a terminology that has been widely disseminated in the last years, since the health-disease process is also built at work. The emotional and physical overload from the labour activity can trigger cardiovascular and musculoskeletal disorders. Teachers are group that due to high working hours and conditions sometimes unfavorable, may have low QWL. However, few studies in this area were developed in Brazil, **Objective:** To describe the subjective perception of stress of college teachers in different courses and check whether there is correlation between EPSE with labour characteristics and the anthropometric study population. **Method:** Descriptive and analytical study of transversal cohort in which they were assessed 50 teacher college of different courses in a private institution in the city of Salvador, Bahia, Brazil. All volunteers have responded to a questionnaire and the subjective perception of stress (EPSE). **Result:** A comparison of the score of EPSE between courses, only difference was observed between the values of the psychology course ( $20\pm 9$ ) with administration ( $14\pm 7$ ), the men presents EPSE

Revista Diálogos Possíveis, Salvador, ano 15, número 1, p. 70-84, jan./jun. 2016

greater than women ( $17\pm 5.3$  vs  $13\pm 5.5$ ) ( $p=0.03$ ). There was also moderate positive correlation between and gender and between EPSE and the hours of class per week ( $p>0.05$ ). Conclusion: The results of this study indicate this college teachers have a higher degree of stress than the average population and hours worked per week seems to be a major aggravating this reality.

**Keyword:** Education. Teaching. Health. Work.

---

---

## INTRODUÇÃO

Qualidade de vida no trabalho (QVT) é uma forma de medir o bem estar psicossocial, físico, espiritual e moral de um indivíduo. É um termo que tem sido muito discutido na comunidade científica pelo fato das pessoas estarem buscando melhor qualidade de vida associada ao trabalho (FERNANDES et al., 2009).

No Brasil, são poucos os estudos que avaliaram a QVT entre docentes do ensino superior (LACAZ, 2000; MOREIRA et al., 2010; DE ARAÚJO, GRAÇA e ARAÚJO, 2003; DE ARAÚJO e DELCORIV, 2006). O estresse psíquico e emocional associado a função do professor podem acarretar disfunções como aumento da pressão arterial, musculoesqueléticas, posturas inadequadas e baixo nível de atividade física. (LACAZ, 2000; MOREIRA et al., 2010; DE ARAÚJO, GRAÇA, ARAÚJO, 2003; DE ARAÚJO e DELCORIV, 2006). De forma geral, os estudos apontam que as condições muitas vezes precárias de trabalho, baixos salários, postura inadequadas, jornada de trabalho elevada e múltiplos empregos podem gerar doenças crônicas não transmissíveis, como as cardiovasculares e musculoesqueléticas (MENEHINI, PAZ, LAUTERT, 2010; OLIVEIRA, 2010; SANTOS, 2012).

Segundo De Araújo e Delcoriv, (2006), as relações entre as condições de trabalho e a saúde dos professores têm merecido atenção da comunidade científica, sendo que, alguns estudos têm fortalecido a investigação e o diagnóstico de doenças ocupacionais nessa classe, em que a literatura ainda é escassa e frágil (LACAZ, 2000; MOREIRA et al., 2010). Portanto, o presente estudo objetiva descrever a percepção subjetiva do estresse de professores do ensino superior em diferentes cursos e verificar se existe correlação entre a Escala de Percepção Subjetiva do Estresse (EPSE) com as características laborais, clínicas e antropométricas da população estudada.

## MÉTODOS

Estudo descritivo e analítico de corte transversal, no qual foram avaliados professores universitários, de ambos os sexos, que estivessem inseridos no ensino superior há pelo menos dois anos vinculados a Faculdade Social na cidade de Salvador, BA, Brasil. A pesquisa foi realizada entre os meses de Agosto e Dezembro de 2014 com professores dos cursos de Administração, Direito, Educação Física, Fisioterapia, Pedagogia e Psicologia.

Todos os docentes que se enquadraram nos critérios acima descritos foram convidados a participar do estudo, por meio de convite direto dos pesquisadores. Os professores que aceitaram participar foram informados sobre todos os passos da pesquisa e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido elaborado com base na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Ciência e Tecnologia de Salvador sob o protocolo 056/2013.

Os professores que voluntariamente se propuseram a participar da pesquisa preencheram um questionário semiestruturado elaborado pelos autores, contendo perguntas sobre idade, formação acadêmica e nível de graduação (especialista, mestre ou doutor), curso(s) no(s) qual(is) ministrava(m) aulas, horas aulas semanais, número de instituições em que exerciam a profissão, etnia autodeclarada e se tabagista ou não. Responderam juntamente com o questionário inicial outro questionário para identificá-los como ativos ou sedentários - o Questionário Internacional de Atividade Física – versão longa, desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde e pelo Centro de Controle e Prevenção de Doenças Norte-Americano (US DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, 1996). Esse questionário foi escolhido porque foi validado no Brasil (MATSUDO, et al., 2001), permite classificar o indivíduo de forma específica (sedentário, irregularmente ativo, ativo e muito ativo) e possibilita maior chance de comparações com outros estudos, já que apresenta aplicação mundial (US DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, 1996).

A todos os participantes também foi aplicada a escala de percepção subjetiva do estresse (EPSE) reduzida desenvolvida por Cohen, Karmack, Mermelstein (1983) e validada no Brasil por Luft et al., (2007). Nessa escala os autores propuseram a mensuração do estresse percebido em situações estressantes contendo 10 itens. Dos 10 itens, seis tratam de aspectos negativos (1, 2, 3, 6, 9 e 10) e quatro de aspectos positivos (4, 5, 7 e 8). Para obter o escore final, os quatro itens positivos devem ser inversamente pontuados e posteriormente todos os itens deverão ser somados. Os resultados podem variar de 0–40, sendo que, quanto maior a pontuação maior a percepção do estresse do indivíduo avaliado.

Os voluntários foram também submetidos a um exame físico que incluiu medida da pressão arterial sistêmica em repouso, massa corporal total e estatura, os dois últimos para cálculo do índice de massa corporal (IMC).

A pressão arterial foi mensurada utilizando um esfigmomanômetro digital modelo HEM-433INT da marca OMRON. Para mensuração da pressão arterial sistêmica foram seguidas as recomendações da VI Diretrizes Brasileira de Hipertensão elaborada pela Sociedade Brasileira de Cardiologia (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

A estatura foi medida com auxílio de estadiômetro profissional Sanny com precisão de 0,1cm, a medida foi executada com os sujeitos descalços e com os glúteos e ombros apoiados em encosto vertical. A massa corporal total foi mensurada balança digital com plataforma de vidro da marca Finlandek capacidade máxima de 150kg, aferida pelo INMETRO, com certificado próprio especificando margem de erro de  $\pm 100g$ .

O IMC foi calculado com as medidas de massa e altura, de acordo com a fórmula de Quetelet =  $\text{massa(kg)}/\text{altura}^2(\text{m})$ . Os valores de referência adotados para o IMC foram os preconizados pela IV Diretriz Brasileira Sobre Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia (XAVIER et al., 2007).

## **Análise dos Dados**

Os dados foram tabulados em planilhas do *Microsoft Excel*®, sendo estes expressos em médias e desvio padrão ou em frequência absoluta e porcentagem. Realizada a comparação entre os valores da EPSE entre gêneros utilizando o teste t de Student bidirecional para amostras independentes e ANOVA um critério com post-hoc de Tukey para comparação dos valores da EPSE entre os cursos.

Aplicado também análise de correlação entre os valores da EPSE e outras variáveis sociodemográficas e antropométricas da população geral, utilizando o teste de *Pearson* para dados com distribuição paramétrica e *Spearman* para dados com distribuição não paramétrica.

Todas as análises foram realizadas no pacote estatístico BioEstat 5.0. Foram consideradas diferenças estatisticamente significantes quando  $p < 0,05$ .

## **RESULTADOS**

Dos 50 professores avaliados apenas nos cursos de Pedagogia e Psicologia, 25% e 16% respectivamente, eram doutores. Exceto em Direito e Psicologia, no qual a maioria era parda, a etnia predominante foi de brancos. A média de tempo de trabalho no ensino superior, para todos os cursos, foi de dois anos.

Curso	N	PAC	Idade (anos)*	Gênero	Instituições de Trabalho*	Fumantes	Sedentários
Administração	6	60%	40±3	M (50%)	3±1	0	1 (16%)
Direito	8	26%	36±6	M (75%)	2±0,8	0	5 (62%)
Educação Física	13	59%	38±7	M (75%)	3±0,7	0	2 (15%)
Fisioterapia	12	36%	38±8	M (66%)	3±1	1 (8%)	3 (25%)
Pedagogia	4	60%	52±10	M (25%)	3±0,5	0	2 (50%)
Psicologia	7	58%	44±10	M (29%)	2±1	4 (57%)	2 (28%)

A **Tabela I**, apresenta as características sociodemográficas da população avaliada em cada curso.

**Tabela 1.** Distribuição e características sociodemográficas da população por curso (n=50)

PAC - Porcentagem da amostra em relação ao número total de professores em cada curso; N – Número de professores que participaram da pesquisa. \*Descrita em Média e Desvio Padrão.

Observa-se predominância de professores do sexo masculino nos cursos de Direito, Educação Física e Fisioterapia. Destaca-se que o curso de Psicologia apresentou a maior porcentagem de fumantes (57%) e o curso de Direito a maior porcentagem de sedentários (62%) seguido de Pedagogia (50%). Nota-se também que exceto em Direito e Psicologia os professores dos outros cursos trabalhavam, em média, em três instituições.

Curso	EPSE	PAS (mmHg)	PAD (mmHg)	IMC (kg/m <sup>2</sup> )
Administração	14±7	134±12	84±9	27±4

Direito	14±5	128±15	77±8	26±3
Educação Física	19±7	130±15	81±15	28±2
Fisioterapia	16±4	112±14	72±7	24±2
Pedagogia	14±6	126±8	76±11	25±2
Psicologia	20±9	123±12	76±5	24±4

**Tabela 2.** Valores da EPSE, pressão arterial e índice de massa corporal por curso (n=50)

EPSE – Escala de percepção subjetiva do estresse; IMC – Índice de massa corporal; PAD – Pressão arterial diastólica; PAS – Pressão arterial sistólica.

A média e desvio padrão geral da EPSE foi de 16±5,6. Na **Tabela II**, estão descritos o resultado da EPSE, da pressão arterial e IMC por curso. Nela, observa-se que o maior valor da EPSE foi dos cursos de Educação Física e Psicologia, respectivamente com pontuação de 19 e 20.

Na comparação da pontuação da EPSE entre os cursos, foi observada diferença somente entre os valores do curso de Psicologia com os cursos de Administração (p=0,03), Direito (p=0,03), Fisioterapia (p=0,02) e Pedagogia (p=0,02). Para as demais comparações não houve diferença entre as pontuações da EPSE (p>0,05). Os valores da EPSE respectivamente para homens e mulheres foram de 17±5,3 vs 13±5,5, apresentando diferença significativa (p=0,03).

Dessa tabela destaca-se também que as médias dos valores de pressão arterial sistólica e diastólica, se encontram dentro dos limites de normalidade para medidas de consultório como preconiza a VI Diretriz Brasileira de Hipertensão da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010). Também nota-se que o IMC dos cursos de Administração, Direito e Educação Física estão acima dos valores considerados normais para a média de idade segundo a IV Diretriz Brasileira sobre Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose (XAVIER et al., 2007).

Cruzamentos	Coefficiente de Correlação (rs)	Valor de p
EPSE e HTS	0,43	0,04*
EPSE e NIT	0,35	0,09
EPSE e GAF	0,13	0,54
EPSE e Idade	0,03	0,85
EPSE e Gênero	0,41	0,03*
EPSE e PAS	0,02	0,92
EPSE e PAD	0,06	0,87
EPSE e IMC	0,23	0,12

**Tabela 3.** Análise de correlação entre a EPES com as variáveis sociodemográficas da população geral (n=50) EPSE – Escala de percepção subjetiva do estresse; GAF – Grau de atividade física; HTS – Horas de trabalho semanal; IMC – Índice de massa corporal; NIT – Número de instituições de trabalho; PAD – Pressão arterial diastólica; PAS – Pressão arterial sistólica. \* Teste de correlação de Pearson.

Corroborando com o resultado da comparação da EPSE entre os gêneros, observa-se na Tabela III, que houve correlação positiva moderada entre a EPSE e o gênero. Além do gênero, outra correlação moderada e positiva foi detectada entre a EPSE e as horas de aula semanais.

## DISCUSSÃO

Apesar do universo pequeno, maior limitação deste estudo, os resultados obtidos são interessantes e possibilitam boas inferências que serão apresentadas e discutidas abaixo.

A média geral da EPSE da amostra avaliada neste estudo (Tabela II) foi maior que a observada no estudo de validação da escala no Brasil, realizada com idosos, que foi de 14,5 (LUFT et al., 2007) sendo, também maior que a da versão original de Cohen et al., (1983), que foi de 13. Veja, que os cursos de Psicologia e Educação Física, especialmente o de Psicologia, que apresentou a EPSE maior que os demais cursos com exceção ao de Educação Física, ficaram com média bem acima desses dois estudos, Luft et al., (2007), e Cohen, Karmack e Mermelsteinm, (1983). Esses resultados sugerem que professores universitários brasileiros estão em sobrecarga psicolaboral e social, maior que a média da população.



Segundo Moreira et al., (2010), a remuneração insuficiente, o desprestígio social, o acúmulo de funções, as condições de trabalho desfavoráveis e a elevada carga horária de trabalho, aliados a relação ruim com a direção da instituição ou com a coordenação de curso e com seus pares e problemas relacionados as condições de infraestrutura e de segurança nas escolas, faculdades e universidades são os motivos que promovem esse quadro de elevado estresse entre professores universitários. Em outro estudo Moreira et al., (2010), apontam que o tempo de docência acentua os pontos negativos da profissão causando ainda mais estresse entre os docentes. Na amostra avaliada neste estudo, o tempo de docência foi baixo (2 anos), sendo esse, um fator de viés de seleção, possivelmente interferido nos resultados do estudo. Portanto, possivelmente a pontuação da EPSE seria ainda maior, caso os professores avaliados tivessem maior tempo de docência no ensino superior.

Artigos da década de 1990 e 2000, realizados no Brasil e em outros países, mostram que a crescente concorrência entre as instituições de ensino superior tem aumentado as exigências impostas aos professores. Resultados e indicadores são cobrados insistentemente. Presença em reuniões, produção científica, cursos de atualização, uso de novas metodologias de ensino, elaboração e correção semestral de provas (média de 30 questões por disciplina), a quase obrigatoriedade do uso das novas tecnologias e outras tantas atividades ditas necessárias, tem massivamente assoberbado a jornada laboral dos professores e acentuado sua percepção de estresse no trabalho (KEUNG-FAI, 1996; KOUSTELIOS, 2001; CROSSMAN e HARRIS, 2006). Cada vez com menos autonomia e condições salútares de trabalho, os docentes, muitas vezes se obrigam a jornadas de trabalho muito maiores que as devidamente remuneradas, para satisfazer as exigências a que são submetidos (CRUZ e LEMOS, 2005). No entanto, um contraponto central é observado nesse processo – as novas demandas impostas pelas instituições de ensino aos professores não se traduzem em resultados positivos. O Ministério da Educação Brasileira, desde de 2004, instituiu o Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE), para avaliar a evolução e o conhecimento geral e específico dos estudantes egressos do ensino superior de diferentes cursos e áreas. Ao contrário do que se esperava com a implementação dessas novas demandas laborais aos professores, as notas desses alunos, de um ciclo para outro (3 anos), mostram que na maioria das instituições de ensino superior privadas da Bahia, por exemplo, não existe crescimento das notas. Pelo contrário, a maioria das instituições flutuam entre um desempenho ruim para médio e de médio para ruim.

Nesse ponto, aventasse a ideia de que essas novas demandas não trazem benefícios reais a educação. Sabendo, que a qualidade dos professores impacta diretamente no

Revista Diálogos Possíveis, Salvador, ano 15, número 1, p. 70-84, jan./jun. 2016

conhecimento dos discentes (PETTO, et al., 2016), tais demandas deveriam ser repensadas. Se governo, sociedade e instituições educacionais almejam uma educação de qualidade é necessário que o nível de estresse a que os professores estão submetidos, diminua. Isso porque, vários estudos realizados no Brasil, mostram que os sintomas mais comuns do estresse laboral dos professores são: cansaço crônico, perda de energia, dores de cabeça, irritabilidade e ansiedade, que por sua vez, causa decréscimo no desempenho profissional, conflitos familiares e apatia, além de ausências do trabalho (SERVILHA, 2012; COSTA, 2005; DELCOR et al., 2004; GASPARINI, BARRETO e ASSUNÇÃO, 2005). Portanto, professores com nível de estresse maior estarão menos motivados e serão menos capazes de realizar com eficiência seu trabalho, o que implica diretamente no aprendizado dos discentes. E esse é um processo que se retroalimenta positivamente, já que, o somatório da desmotivação e o excesso de trabalho podem resultar no desinteresse e na fadiga que retroalimenta o estresse físico e psicológico. Um agravante a ser citado, é quando a necessidade financeira leva o docente a negligenciar essa fadiga, esse estresse e os distúrbios funcionais apresentados pelo corpo, resultando em danos físicos, psíquicos e sociais mais intensos e difíceis de serem revertidos.

Neste trabalho também foi identificado que a EPSE foi maior nos homens, sendo isso, ratificado pela análise de correlação (Tabela III). No entanto, no estudo de Luft et al., (2007), o valor da EPES para homens, foi menor que o de mulheres, contrapondo-se ao que se observou no presente estudo. Ressaltasse também que o valor da EPSE de idosos com ensino superior (12,5) no estudo Luft et al., (2007), foi menor que a média individual dos cursos avaliados no presente estudo.

Outro resultado interessante a ser destacado e comentado deste estudo, foi a correlação positiva das horas de trabalho com a EPSE. Quanto maior a jornada de trabalho semanal maior o estresse. E isso parece independe da quantidade de instituições nas quais os indivíduos trabalham já que não foi identificada correlação entre o número de instituições de trabalho com a EPES. No entanto, em outros trabalhos foi visto que isso influencia na percepção de estresse dos professores (OZAN, 2009; BOTH, NASCIMENTO e BORGATTO, 2008). Isso pode ser um erro tipo 2, no qual na verdade existe significância na análise mas, por algum viés não se observa a significância. Possivelmente a amostra pequena deste estudo seja o viés que interferiu causando o erro tipo 2.

Interessante notar, que os resultados não apontam correlação entre o grau de atividade física (sedentário ou ativo) com a EPSE. Era de se esperar que o exercício físico fosse um atenuador do estresse, já que existem estudos que mostram que o exercício físico é um

Revista Diálogos Possíveis, Salvador, ano 15, número 1, p. 70-84, jan./jun. 2016

importante controlador do estresse (DE ARAÚJO, MELLO e LEITE, 2007). A porcentagem de sedentários nos cursos de Administração, Educação Física, Fisioterapia e Psicologia é menor a que se verifica em outras regiões brasileiras, como São Paulo. Já o curso de Pedagogia apresenta porcentagem similar de sedentários e o curso de Direito uma porcentagem maior que a média Brasileira (MATSUDO et al., 2002).

Os valores da pressão arterial médios de cada curso ficaram dentro dos valores considerados normais e não foi observada correlação da EPSE com os valores de pressão. No entanto, é de se ressaltar que a Diretrizes de Hipertensão relata que o estresse é sim importante fator desencadeante de hipertensão arterial sistêmica sendo que no estudo de Delcor et al., (2004), o estresse se correlacionou positivamente com os valores de pressão arterial (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2010).

Não houve também correlação entre a EPSE e a idade e o IMC (Tabela III). Observa-se que os cursos de Fisioterapia, Pedagogia e Psicologia apresentaram o IMC dentro de um limite normal (eutróficos). Nos demais cursos, Administração, Direito e Educação Física o IMC ficou acima do limite considerado normal, sendo, estes classificados com sobrepeso. Algumas pesquisas têm apontado associação da QVT com enfermidades crônicas não transmissíveis como obesidade, hipertensão arterial, doença arterial coronariana e acidente vascular encefálico (COSTA. et al., 2012; GASPARINI et al., 2005). Neste estudo o que observou-se foi a prevalência mais elevada de sobrepeso mas, não de outras enfermidades.

Diante do que aqui foi exposto e discutido fica a ideia de que é necessário o aprofundamento de pesquisas sobre a manifestação do estresse associado a atividade laboral entre docentes do ensino superior, principalmente em instituições privadas, a fim de auxiliar na compreensão e na elucidação de alguns problemas enfrentados por essa categoria e melhorar a qualidade da educação no Brasil. Para tanto é necessário investimento em processos que visem minimizar o estresse laboral e aumentar à satisfação e o bem-estar dos docentes em seu ambiente de trabalho.

## **CONCLUSÃO**

Os resultados deste estudo indicam que os professores de ensino superior apresentam percepção do estresse elevada que se associa principalmente as horas de trabalho semanal.

Estes resultados apontam para real e atual necessidade de se repensar a sobrecarga de trabalho imposta aos professores, isso, com o intuito de melhorar a qualidade de vida no trabalho e conseqüentemente o desempenho e produtividade docente.

## REFERÊNCIAS

BOTH, Jorge; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; BORGATTO, Adriano Ferreti. Percepção da qualidade de vida no trabalho ao longo da carreira docente. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 10, n. 4, p. 372-378, 2008.

COHEN, Sheldon; KAMARCK, Tom; MERMELSTEIN, Robin. A global measure of perceived stress. **Journal of health and social behavior**, p. 385-396, 1983.

COSTA, Efraim Carlos et al. Percepções sobre o estresse entre professores universitários. **Rev. RENE**, v. 6, n. 3, p. 39-47, 2005.

CROSSMAN, Alf; HARRIS, Penelope. Job satisfaction of secondary school teachers. **Educational Management Administration & Leadership**, v. 34, n. 1, p. 29-46, 2006.

CRUZ, Roberto Moraes; LEMOS, Jadir Camargo. Atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde. **Motrivivência**, n. 24, p. 59-80, 2005.

DE ARAÚJO BERENGUER, Flávia; DE AMORIM LINS E SILVA, Dayse; CORDEIRO DE CARVALHO, Celina. Influência da posição ortostática na ocorrência de sintomas e sinais clínicos de venopatias de membros inferiores em trabalhadores de uma gráfica na cidade do Recife-PE. **Revista Brasileira Saúde Ocupacional**, v. 36, n. 123, 2011.

DE ARAÚJO, Sônia Regina Cassiano; DE MELLO, Marco Túlio; LEITE, José Roberto. Transtornos de ansiedade e exercício. **Revista Brasileira Psiquiatria**, v. 29, n. 2, p. 164-71, 2007.

DE ARAÚJO, Tânia Maria; GRAÇA, Cláudia Cerqueira; ARAÚJO, Edna. Estresse ocupacional e saúde: contribuições do Modelo Demanda-Controlle. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 8, n. 4, p. 991-1003, 2003.

DE ARAÚJO, Tânia Maria; DELCORIV, Núria Serre. Associação entre distúrbios psíquicos e aspectos psicossociais do trabalho de professores. **Revista Saúde Pública**, v. 40, n. 5, p. 818-26, 2006.

DE OLIVEIRA, Katya Luciane; DOS SANTOS, Luana Minharo. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, v. 12, n. 25, 2010.

DE RESENDE MOREIRA, Hudson et al. Qualidade de vida do trabalhador docente em Educação Física do estado do Paraná, Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 12, n. 6, p. 435-442, 2010.

DELCOR, Núria Serre et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 20, n. 1, p. 187-196, 2004.

FERNANDES, Rita de Cássia Pereira et al. Interactions between physical and psychosocial demands of work associated to low back pain. **Revista de Saúde Pública**, v. 43, n. 2, p. 326-334, 2009.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005.

KEUNG-FAI, JW. Job Satisfaction of Hong Kong Secondary School Teachers. **Education Journal**. 1996, vol.24, n.2.

KOUSTELIOS, Athanasios D. Personal characteristics and job satisfaction of Greek teachers. **International journal of educational management**, v. 15, n. 7, p. 354-358, 2001.

LACAZ, Francisco Antônio de Castro. Qualidade de vida no trabalho e saúde/doença. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2000.

LUFT, Caroline Di Bernardi et al. Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. 4, p. 606-615, 2007.

MATSUDO, Sandra et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, v. 6, n. 2, p. 05-18, 2001.

MATSUDO, Sandra Mahecha et al. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 4, p. 41-50, 2002.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto and Contexto Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. 225, 2011.

MOREIRA, Hudson de Resende et al. Qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida individual de professores de Educação Física ao longo da carreira docente. **Motriz, revista de educação física**. (Impressa), v. 16, n. 4, p. 900-912, 2010.

OZAN, Mukadder Boydak. A study on primary school teacher burnout levels: the Northern Cyprus Case. **Education**, v. 129, n. 4, p. 692, 2009.

PETTO, Jefferson. et al. Importância da qualidade da formação acadêmica no tratamento da insuficiência venosa. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 29, n.1, pp.31-36, 2016.

SANTOS, Ana Lucia Padrão dos et al. Educação física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas. **Saúde e Sociedade**, v. 21, n. 1, p. 181-192, 2012.

SERVILHA, Emilse Aparecida Merlin. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. **Revista de Ciências Médicas**, v. 14, n. 1, 2012.

Sociedade Brasileira de Cardiologia; Sociedade Brasileira de Hipertensão; Sociedade Brasileira de Nefrologia. VI Diretrizes brasileiras de hipertensão. *Arq Bras Cardiol*. 2010; 95(supl.1):1-51. Erratum in: **Arquivos Brasileiros Cardiologia**, v. 95, n.4, pp.553, 2010.

US Department of Health and Human Services. Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. Division of Nutrition and Physical Activity. [Internet]. Physical activity and health: a report of the Surgeon General. **Executive Summary**. 1996.

XAVIER, H. T. et al. V Diretriz brasileira de dislipidemias e prevenção da aterosclerose. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 101, n. 4, p. 1-20, 2013.