

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1513 - 1/4

A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE LABORAL NO ESTRESSE DO
TRABALHO DO PROFESSOR: UM ESTUDO DE ENFERMAGEMSilva, Charlione Aparecida Gomes da¹Gomes, Ana Caroline Rodrigues²Lisboa, Márcia Tereza Luz³

Esta pesquisa trata dos fatores desencadeantes de estresse e suas possíveis consequências na saúde do professor de ensino fundamental em uma escola pública no Rio de Janeiro. A pesquisa justifica-se por que tais fatores presentes no trabalho do professor são inerentes a sua profissão e podem trazer riscos à saúde. Além desses riscos e possíveis danos à saúde como o estresse pode também culminar em absenteísmo e estes profissionais podem ainda enfrentar problemas relacionados ao desempenho no seu trabalho. A atual condição do ambiente laboral não favorece a atividade de professor, ou seja: o espaço físico inadequado com salas de aula mal equipadas com instrumentos e suportes técnicos escassos ou quebrados, ventilação e iluminação ausentes ou insuficientes, superlotadas exigindo um volume de voz alto do professor. Esses fatores o tornam vulnerável podendo assim desencadear distúrbios na sua saúde, dentre eles o estresse. O estresse é definido como um problema mundial de saúde biopsicossocial, e tem sido estudado em pesquisas descritivas e funcionais, buscando suas causas e soluções, que são refletidas nas programações de prevenção e intervenção (Witter 2002, p.3). A definição clássica de estresse corresponde a “um estímulo físico, químico e emocional que provoca alterações no funcionamento do organismo, as quais, quando excessivas, podem provocar situações patológicas como hipertensão arterial, artrite e lesões miocárdicas. Assim utiliza-se a palavra estresse para significar os estímulos que agredem o organismo e, outras vezes, para referir-se aos sintomas que surgem nas

¹ Acadêmica do 6º período do curso de graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem Anna Nery/ Universidade Federal do Rio de Janeiro. Monitora do Programa Curricular Interdepartamental I. Email: charlione@gmail.com.br

² Acadêmica do 6º período do curso de graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem Anna Nery/ Universidade Federal do Rio de Janeiro. Bolsista PR-5. PIBEX - HESFA / UFRJ

³ Professor Associado do Departamento de Enfermagem Fundamental da Escola de Enfermagem Anna Nery/UFRJ. Doutora em Enfermagem.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza**Trabalho 1513 - 2/4**

peças sob a influência desse mal” (França e Rodrigues, 1999). A reação ao estresse é uma atitude biológica necessária para a adaptação a situações novas. Assim, na esfera da promoção da saúde, o estresse é desmistificado e clarificado na mente e costumes dos profissionais aqui estudados. Desta forma estabelecemos como objetivos: identificar os principais fatores que causam estresse nos professores; identificar a influência do ambiente para amenizar ou agravar o estresse e descrever as possíveis conseqüências do estresse na saúde deste profissional. O cenário escolhido foi o Centro Integrado de Educação Pública (CIEP) Pasqualine, fundado em 1991. Este CIEP está localizado no bairro de Santa Cruz no Rio de Janeiro. Os sujeitos da pesquisa foram dez professoras com faixa etária entre 26 a 49 anos. A pesquisa ocorreu nos meses de maio a julho de 2008. A coleta de dados se deu pela aplicação individual de um questionário, com perguntas abertas e fechadas cujos resultados foram apresentados em forma de quadros e tabelas simples. Houve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da EEAN/HESFA. Utilizou-se ainda um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), de acordo com a Resolução 196/96. Neste estudo, como resultado, foram identificados como possíveis fatores desencadeantes de estresse a baixa renda salarial uma vez que 80% das professoras possuíam renda mensal de 3 a 4 salários mínimos. Uma parcela significativa, 80%, acusou cansaço após o trabalho e 30% não conseguiam se desligar do trabalho durante o final de semana. Ainda 80% consideraram muito estressante a violência urbana em suas vidas. O número elevado de alunos, e as salas extensas foram também identificados como fatores de estresse, principalmente porque essas salas possuem paredes vazadas influenciando na acústica, assim os sons externos invadem o seu interior e acabam fazendo com que o professor force suas cordas vocais. Mencionaram também o ambiente com cores neutras (cinza e branco) podendo ocasionar tristeza, desânimo e estresse. O homem e o ambiente não podem ser considerados como elementos independentes, ao contrário, há uma interação entre eles, e considerando as sensações e percepções humanas, logo toda ação, reação e formas de agir são interferidas pelo ambiente. (MARCHI, RIBAS, 2001). Apontaram também a presença de competitividade entre os colegas de trabalho, a insatisfação com a remuneração que, segundo as docentes, é inferior ao

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1513 - 3/4

que seria considerada justa e o cansaço causado pela dupla jornada de trabalho. A segunda jornada de trabalho acontece devido à baixa renda salarial. Esse conjunto de fatores tem desencadeado algumas conseqüências danosas à saúde destas trabalhadoras, e citaram: cansaço/ exaustão que é caracterizado por fadiga intensa; insônia; desânimo; choro sem razão aparente; distúrbios alimentares; dores no corpo; algum tipo de infecção; esquecimento; estresse; irritabilidade e/ou “chateação”. Estes sintomas apresentados caracterizam a Síndrome de Burnout, que é definida como uma condição de sofrimento psíquico, que está relacionada ao trabalho e apresenta relação direta com alterações fisiológicas decorrentes do estresse. Todos estes fatores podem gerar ainda implicações socioeconômicas como abandono da especialidade, queda da produtividade e absenteísmo. (Viera et al, 2006). Desta forma concluímos que sendo a profissão de professor uma das mais importantes e necessárias para o desenvolvimento de um país, esses profissionais deveriam estar em melhores condições de trabalho, e para que isso ocorra são necessárias transformações que devem vir tanto dos gestores, provendo melhor remuneração e melhorias no ambiente de trabalho, quanto dos próprios trabalhadores reivindicando melhores condições e organização do seu trabalho. Sendo assim é necessário que ocorram mudanças no ambiente, no processo e na organização do trabalho, visto que não é possível acabar com estresse e sim realizar transformações para amenizá-lo ou transformá-lo em algo positivo que ajude no estímulo ao trabalho. Existem diversas formas de realizar essas mudanças, como a utilização das cores nas salas de aula. Segundo Kwallek (1996) se a cor for corretamente aplicada, interage positivamente, se for inadequada pode provocar cansaço visual, desconforto e estimular o estresse, dentre outras possíveis conseqüências. Seria importante também a realização de um planejamento mais específico das salas de aula, visando melhorias na acústica, equipamentos auxiliares, como microfones em salas extensas, e salários que não os levem em busca de uma segunda jornada de trabalho, para que assim houvesse redução do número de trabalhadores adoecidos e exaustos. Portanto acreditamos que se mudanças como estas fossem realizadas neste ambiente de trabalho este

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 1513 - 4/4

profissional teria uma melhor qualidade de vida em consequência da diminuição do estresse.

Descritores: Enfermagem; Estresse, Trabalhador.

Referências bibliográficas:

FRANÇA, A. C.L.; RODRIGUES, A. L.; **Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática**. São Paulo; Atlas; 1999. Disponível em: [www. bases.bireme.br](http://www.bases.bireme.br). Acesso em: 25 de maio vde 2008

WITTER, G. P.; **Professor-estresse: análise de produção científica**. [2003]. Disponível em: http://scielo.bvs-psi.org.br/sciel.php?pid=S1413-85572003000100004&script=sci_arttext. Acesso em: 10 de Abril de 2008

BUCASIO, E.; FIGUEIRA, I.; JARDIM, S.; MARTINS, D.; PEREIRA, A.M.B.; RAMOS, A.; VIEIRA, I. **Burnout na clínica psiquiátrica: relato de um caso**. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-81082006000300015&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 25 Maio 2008.

RIBAS, V. G e. MARCHI, S.R. **Influence of the Color in the Environment, 2001**. Disponível em: http://www.tamanduaesign.com.br/tc/aula_10/Artigo_INFLUENCIA%20DA%20COR%20NOS%20AMBIENTES.doc. Acesso em: 26 de maio de 2008.

KWALLEK, N. et al. **Color Research And Application**. New York: J&S ,v.21,n.6, p.448-458,1999.

MORTON, Jill. **Color & Accident Matters**, 2000, disponível em: em 18/12/2000. Disponível em: <http://www.colormatters.com> Acesso em: 26/05/2008