

Excesso de trabalho é causa de estresse

Pesquisa realizada pelo programa de Pós-graduação em Psicologia da Unisinos para o Sinpro/RS, Sinpro-Caxias e a Fetea/Sul mostra que a sobrecarga de trabalho e as atividades extraclasse, entre outros fatores, estão comprometendo a saúde dos docentes do ensino privado no estado

► Da redação

extraclasse@sinprors.org.br

O acúmulo de trabalho, a multiplicação de tarefas burocráticas impossíveis de serem cumpridas dentro da carga horária contratada, salas de aula superlotadas, incapacidade dos alunos de respeitar limites e a crescente demanda de atividades extraclasse e *on-line* são fatores de estresse e comprometimento da saúde dos docentes do ensino privado gaúcho.

O alerta sintetiza os resultados da pesquisa *Avaliação do nível de estresse em professores do ensino privado do RS*, desenvolvida entre outubro de 2011 e janeiro deste ano pela Pós-graduação em Psicologia da Unisinos para o Sinpro/RS, Sinpro/Caxias e a Fetea/Sul. “A prevalência de estresse na amostra estudada foi de 58,4%, com predominância na fase de resistência (50,5%) e os sintomas que mais se destacaram foram o cansaço excessivo

e a tensão muscular. Esses dados indicam que um índice significativo da amostra estudada apresenta estresse, com expressivos prejuízos à saúde do professor em decorrência desse quadro”, explica a coordenadora da pesquisa, Janine Kieling Monteiro, professora do Departamento de Pós-graduação em Psicologia da Unisinos.

O trabalho teve colaboração de Carolina Lisboa, também docente do PPG em Psicologia, e participação da mestrandia Patrícia Dalagasperina e das alunas Fernanda Haas e Maríndia de Quadros. O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unisinos e atende às exigências éticas contempladas na Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde e na Resolução do Conselho Federal de Psicologia 016/2000.

A investigação do nível de estresse a que é submetida a categoria considerou os resultados da pesquisa realizada pelo Diesat em 2009 sobre as condições de trabalho e a saúde dos professores. Naquele levantamento, feito por meio de

1.680 questionários e análise de 230 entrevistas, foi constatado que 35% dos professores vivenciam problemas relacionados ao estresse e 47% se sentem esgotados e abaixo de constante pressão.

Na atual pesquisa houve a participação de 202 professores. De acordo com a coordenadora da sondagem, o número de pesquisados se justifica pela sua qualificação em relação ao universo do ensino privado e ao perfil desses professores. Eles atuam na Educação Infantil, nos níveis Fundamental e Médio e na Educação Superior (graduação e pós-graduação) em Caxias do Sul, Passo Fundo, Santa Maria, Pelotas, Porto Alegre, Canoas e São Leopoldo. Esses municípios foram focados pela pesquisa por serem os principais centros urbanos do estado. Os participantes têm entre 25 e 70 anos de idade, sendo a maioria mulheres (64,9%), e 36% cumprem carga horária semanal de 20 a 40 horas. A maioria dos professores (52%) desenvolve suas atividades em uma única instituição e (71,4%) não possuem outra atividade remunerada.

Medidas preventivas e valorização docente

“Chama a atenção o alto índice de estresse entre os professores na comparação com outros estudos e com diferentes categorias profissionais. Entre os professores, além do alto índice de estresse, constatamos uma incidência de Síndrome de Burnout (esgotamento profissional) em 16,8% dos entrevistados, enquanto que entre policiais militares e bancários, por exemplo, o índice tem sido de 47%”, compara a pesquisadora. O estresse relacionado ao trabalho é classificado em quatro fases: alerta, resistência, pré-exaustão e exaustão, sendo que a maioria dos entrevistados (50,5%) se identifica com o estágio de resistência ao estresse. “Essa fase do estresse não é a mais grave, pois apesar do desgaste físico e emocional que acarreta, é possível de ser revertido com políticas preventivas”, completa Janine.

A pesquisa destaca que os índices de estresse e de burnout encontrados na amostra estudada são superiores a alguns estudos apresentados na literatura e podem ser encarados como um alerta para que as escolas invistam em intervenções voltadas para a saúde dos professores. “As condições de trabalho dos professores do ensino privado necessitam de melhorias, pois a saúde dos professores encontra-se ameaçada pelos altos índices de estresse e burnout apresentados por este grupo profissional”.

Os principais aspectos apontados como fato-

res de estresse foram sobrecarga de atividades extraclasse, o excesso de atividades e os prazos estabelecidos para executar as atividades. As atividades extraclasse citadas como mais estressantes foram a preparação de aulas e de provas, as correções de provas e a elaboração de pareceres e relatórios. Além disto, na pesquisa qualitativa foi destacado pelos participantes que existe uma exigência de atividades que não é proporcional ao número de horas pagas. Estes dados indicam a necessidade de se pensar em novas estratégias para diminuir o excesso de atividades do professor. “Uma alternativa seria reduzir essa carga muito grande de tarefas impossível de ser desenvolvida no horário de trabalho e que gera mais trabalho extraclasse”, sinaliza Janine.

Além de demonstrar que as mulheres apresentaram significativamente mais estresse e burnout do que os homens, a pesquisa apontou que os professores que atuam no Ensino Fundamental e Médio foram os que mais apresentaram o quadro de estresse e Síndrome de Burnout. “Além de demonstrar a necessidade de maior atenção às profissionais mulheres, esses dados apontam problemas nos níveis de ensino em que há maior incidência de falta de limite e de respeito aos professores por parte dos alunos, além do excesso de alunos por turma”, observa.

Trabalhos preventivos a exemplo de treina-

mentos de capacitação dos docentes para o exercício saudável da profissão, com abordagens de temas como saúde e qualidade de vida e manejo de estresse ocupacional, são outra alternativa apontada por especialistas e referida na pesquisa.

Para o diretor do Sinpro/RS, Sani Cardon, a sondagem reitera as reivindicações dos professores do ensino privado e as políticas desenvolvidas pelo Sindicato. “A pesquisa ressalta a necessidade de redução do número de turmas por docente, a redução do número de alunos por turma e a contratação de mais professores e profissionais técnicos administrativos para auxiliar nos trabalhos burocráticos e de apoio como medidas eficazes para a melhoria na qualidade de vida dos professores, bem como a valorização do trabalho dos professores dentro das instituições”, reforça. Segundo o dirigente, a pesquisa foi encaminhada ao Ministério Público do Trabalho, que vem intermediando as negociações com relação ao direito que os professores têm ao descanso, e ao Sinepe/RS (Sindicato patronal), para que seja considerada a reivindicação específica da pauta de Negociação Coletiva 2012 de um terço da carga horária para a preparação de aulas. “É urgente a implementação de políticas para evitar que essa situação de estresse dos professores se agrave e tenha consequências ainda mais graves para a categoria. A desconexão do trabalho tem que ser respeitada”, alerta.