



22º Congresso de Stress da ISMA-BR  
(International Stress Management Association)

24º Fórum Internacional de Qualidade  
de Vida no Trabalho

14º Encontro Nacional de Qualidade  
de Vida na Segurança Pública

14º Encontro Nacional de Qualidade  
de Vida no Serviço Público



## NÍVEL DE ESTRESSE DOS PROFESSORES EM UMA ESCOLA MUNICIPAL DE NATAL/RN DURANTE A PANDEMIA.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO NORTE - IFRN

Karyne Ketylly Moura<sup>1</sup>; Larissa Praxedes Grangeiro<sup>2</sup>; Andressa lima da silva<sup>3</sup>; Tailor Alves Cabral<sup>4</sup>.

### INTRODUÇÃO

A pandemia gerada pela COVID-19 impactou a vida da população em geral, e o isolamento adotado como medida preventiva exigiu mudanças bruscas na rotina da educação. A adaptação dos professores ao novo cenário de ensino remoto emergencial resultou em um desgaste físico e mental dos docentes devido à pressão e ao estresse no trabalho, o que culminou no adoecimento deles, principalmente em relação à saúde mental (DE OLIVEIRA et al., 2021). Diante do exposto, essa pesquisa possui como principal objetivo investigar o nível de estresse dos professores em uma escola municipal de Natal/RN durante o ensino remoto emergencial, conhecer o gênero mais exposto e os principais fatores, a partir de uma análise quantitativa dos desses profissionais submetidos ao estresse.

### METODOLOGIA

O instrumento de pesquisa aplicado foi um formulário no Google Forms com 19 perguntas, sendo 9 sobre dados sociodemográficos e 10 questões da Escala de Percepção de Estresse (EPS-10), a respeito dos sentimentos e pensamentos do participante durante o ensino remoto. A pesquisa contou com a participação de 31 docentes, cuja parcela principal é do sexo feminino (93,8%), com idade entre 31 a 49 anos (51,6%), casadas (74,2%) e com filhos (80,6%), renda mensal de 4 a 6 salários mínimos (45,2%), mais de um vínculo empregatício (74,2%) e com especialização (80,6%). As respostas mais frequentes do questionário EPS-10 receberam um escore, e a soma de todos os itens é a medida do nível de estresse percebido dos docentes desta escola, o qual foi de 20 pontos. Os resultados podem variar de 0 a 40: quanto maior a pontuação, maior a percepção do estresse (Reis, Hino & Añez, 2010).

### RESULTADOS E DISCUSSÕES

O escore total de estresse percebido nos docentes desta escola foi de 20 pontos, o que resulta em um nível moderado de estresse apresentado pelos docentes durante o período remoto emergencial. A tabela 1 mostra as respostas mais frequentes e o somatório dos escores da EPS-10.

	Respostas mais frequentes	Valor	Porcentagem dos participantes
1	Às vezes	2	54,8%
2	Às vezes	2	54,8%
3	Muito Frequente	4	38,7%
4	Às vezes	2	35,5%
5	Às vezes	2	38,7%
6	Às vezes	2	45,2%
7	Muito frequente	0	41,9%
8	Pouco frequente	1	41,9%
9	Pouco frequente	3	38,7%
10	Às vezes	2	41,9%
	<b>TOTAL</b>		<b>20 PONTOS</b>

Os resultados obtidos através da análise do nível de estresse apontam que a maioria dos profissionais ficaram aborrecidos por algo que aconteceu inesperadamente no trabalho (54,8%) e que todos eles se sentiram, em algum momento, incapazes de controlar coisas importantes na sua vida profissional. Além disso, observa-se que todos os docentes que participaram da pesquisa se sentiram nervosos ou estressados no trabalho, e 41,9% dos professores, inseguros quanto aos aspectos da sua vida profissional.

### CONCLUSÃO

Portanto, conclui-se que o escore total de estresse percebido nos docentes desta escola durante o período de ensino remoto emergencial teve média superior aos escores normativos de estresse percebido da população americana e da população de professores do Sul do Brasil. Entretanto, este nível é inferior ao de outras carreiras e grupos de indivíduos, tais como policiais, médicos, enfermeiros e bancários.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. DE OLIVEIRA, E. C.; SANTOS, V. M. dos. Saúde mental docente em tempos de pandemia. Encontro Internacional de Formação de Professores e Fórum Permanente de Inovação Educacional, [S. l.], v. 1, n. 12, 2021. Disponível em: <<https://eventos.set.edu.br/enfope/article/view/15364>>. Acesso em: 6 mar. 2022.
2. REIS, R. S., HINO, A. A. F., Añez, C. R. R. (2010). Perceived Stress Scale: Reliability and Validity Study in Brazil. Journal of Health Psychology, ;15 (1), 107-114.