Estresse e condições de trabalho: um estudo com docentes do curso de enfermagem da UEM, Estado do Paraná

Rosângela Christophoro* e Maria Angélica Pagliarini Waidman

Departamento de Enfermagem, Universidade Estadual de Maringá, Av. Colombo, 5790, 87020-900, Maringá, Paraná, Brasil.

*Autor para correspondência.

RESUMO. Este trabalho tem por objetivo verificar a relação das condições de trabalho com a presença do estresse ocupacional, quando o profissional é submetido a uma rotina constante. Trata-se de um estudo exploratório descritivo, de natureza qualitativa, que entrevistou 30 enfermeiros, docentes universitários, nos meses de maio a julho de 2000. Os dados mostraram que a maioria dos enfermeiros relataram estresse e atribuíram-no a várias razões: às condições de trabalho, à dupla ou tripla jornada, às questões financeiras e às pressões do trabalho como pós-graduação, competitividade e relacionamento interpessoal conflitante. Concluímos que as atividades desenvolvidas pelos profissionais em seu ambiente de trabalho contribuem para a presença de estresse, o que nos leva a refletir sobre a importância de se desenvolver na instituição um serviço de saúde que possa assistir esse trabalhador, para que não haja prejuízo de sua saúde física e mental, bem como o comprometimento de sua produtividade.

Palavras-chave: estresse ocupacional, estresse, estresse em enfermeiros docentes.

ABSTRACT. Stress and conditions of work: a study with nursing professors. This paper has the aim to study the relationship of working conditions with the occupational stress presence, when the professional is submitted to a constant routine. It is a descriptive exploratory qualitative study in which 30 nurses, university professors, were interviewed from May to July of 2000. Data showed that most of the nurses reported to be coping with stress and they attributed it to several reasons: working conditions, couple or triple working shifts, financial questions, besides other working pressures such as: Master's degree, conflicting competitiveness and interpersonal relationship. We concluded that the activities developed by the professionals in its work atmosphere contribute to the stress presence, leading us to reflect on the importance of developing some health service in order to improve those workers' health physically and mentally, as well as their productivity compromising.

Key words: occupational stress, stress, stress in nursing professors.

Introdução

Acredita-se que, neste momento, seja necessário discutir a respeito do que seja estresse. Cicco (1996), define estresse como “o resultado de uma reação que o nosso organismo tem quando estimulado por fatores externos desfavoráveis”. A palavra estresse tem origem no latim, passou a ser utilizado em inglês para designar “opressão, desconforto e adversidade” (Spielberger *apud* Lipp, 1996).

É comum utilizar-se a palavra estresse para definir diferentes sensações que temos no dia-a-dia como: “estou nervoso, estressado, cansado”, enfatizando a mesma vivência. E as denominações “tensão nervosa”, “cansaço” e “fadiga” são utilizadas

como sinônimo de estresse, para evidenciar situações de dificuldade, pressão e de desgaste físico e mental (Pinheiro e Estarque, 1999).

O motivo que provoca o conjunto de reações físicas e psicológicas é chamado de agente estressor.

Alguns autores têm classificado o estresse em dois tipos: o bom ou o ruim, podendo ter um efeito positivo ou negativo. O efeito positivo podemos demonstrar quando estamos em alerta, a concentração no que fazemos é melhor, os reflexos mais rápidos, pensamos mais depressa e, dependendo das condições do ambiente, podemos ser mais criativos e produtivos. O efeito negativo, por sua vez, processa-se quando reagimos por um tempo prolongado ao agente estressor, sentindo, quando esgotados, a capacidade de atenção e a

concentração diminuídas, havendo um esforço maior para manter a produtividade. Se o agente estressor continuar agindo e a situação não for resolvida, o corpo ainda que cansado continua reagindo e consumindo energia, ocasionando as doenças (Stress, 1999).

Outro aspecto importante a ressaltar é que existem duas fontes de estresse: as fontes internas e as fontes externas. As fontes internas compreendem agentes estressores que vêm do interior como: pensamentos, crenças, valores, características pessoais, comportamento, ansiedade, vulnerabilidade e modo de ver o mundo. Enquanto que as fontes externas vêm de fora do indivíduo como: acontecimentos da vida “nascer e o morrer”, sonho realizado, ou qualquer situação que possa interferir no seu corpo e na sua mente (Stress, 1999).

Estudos demonstraram que o estresse possui 3 fases: a fase de alerta, a fase de resistência e a fase de exaustão (Pinheiro e Estarque, 1999; Faquim, 1999; Lipp, 1996; Stress, 1999).

A primeira fase é a etapa inicial do estresse, é a fase de alerta, quando o organismo emite sinais de alerta como meio de proteção contra o agente estressor. Ela pode se manifestar de duas formas: “ataque” ou “fuga”. O indivíduo fica mais alerta e seu corpo com o metabolismo acelerado (Pinheiro e Estarque, 1999; Faquim, 1999; Lipp, 1996; Stress, 1999).

A segunda fase denominada de fase de resistência, consiste na continuidade da atuação do agente estressor sobre o indivíduo. O corpo passa do estado cansado para o desgastado devido ao grande consumo de energia utilizado. Nessa fase aparecem sinais de cansaço, enfraquecimento da resistência orgânica como: cefaléias, gripes entre outros. Se na fase de alerta o indivíduo conseguir ajustar-se aos efeitos do agente estressor, ficando mais alerta, atento e mais produtivo, na fase de resistência ocorre o contrário, há uma dificuldade de concentração e de memória, e uma diminuição na produtividade (Pinheiro e Estarque, 1999; Faquim, 1999; Lipp, 1996; Stress, 1999).

A terceira fase se dá pela persistência do agente estressor, é a fase da exaustão, a fase mais perigosa do estresse, quando o indivíduo não consegue resolver a situação que originou o estresse e continua reagindo a ele, e o organismo entra em exaustão ou seja, esgotamento. Há uma queda na imunidade e é quando surgem a maioria das doenças tais como: hipertensão, diabetes, distúrbios gastrintestinais, alteração de peso, depressão, ansiedade, alterações do sono, bruxismo, perda de dentes, envelhecimento

entre outros (Pinheiro e Estarque, 1999; Faquim, 1999; Lipp, 1996; Stress, 1999).

A escolha do tema teve início a partir do ingresso no Curso de Especialização em Enfermagem do Trabalho, e por estarmos vivendo um momento difícil no ambiente de trabalho como: excesso de trabalho; diversificadas atribuições assumidas; instabilidades nas relações interpessoais; estrutura organizacional da instituição, salários, satisfação no trabalho, oportunidades limitadas; falta de apoio entre outros. Pensamos na possibilidade de desenvolver um estudo sobre o estresse em docentes do Departamento de Enfermagem, do qual fazemos parte.

Estes enfermeiros voltados para o ensino superior de Enfermagem, além de ministrarem aulas, passam durante o ano letivo um razoável período - mais ou menos quatro meses - dentro de instituições de saúde (Hospitais, Unidades Básicas de Saúde, Clínicas entre outros), com o objetivo de supervisionar a prática/estágio de alunos, reunidos em grupos de no máximo seis, das diversas disciplinas existentes no curso de Enfermagem.

O local de estágio varia de acordo com o conteúdo de cada disciplina, da mesma forma que o número de grupos de alunos e a carga horária do professor que, no caso da população estudada é: mínima 7,5 h/a e a máxima 16h/a.

Nos últimos anos, a palavra estresse é muito utilizada por várias pessoas, sendo que muitos profissionais estão mais propensos que outros, como é o caso do professor universitário de enfermagem. A partir de nossa experiência, este apresenta vários sintomas de estresse levando-o a dificuldades em interagir com os outros, reduzindo a produção, aumentando o grau de insatisfação, desmotivando-se nas realizações pessoais e correndo o risco de adoecer.

O modo de viver do ser humano tornou-se muito diferente, quando comparado com algumas décadas atrás e isto se deve aos novos hábitos determinados pela sociedade os quais nem sempre, ao nos conduzirem para o avanço tecnológico, representam qualidade de vida.

Um aspecto importante a ressaltar é que os relacionamentos interpessoais, a afetividade e a saúde representam uma categoria de baixa relevância para o ser humano. Essa categoria embora não tenha muita importância para a sociedade, segundo Silva (1996) e Lipp (1996), é um dos fatores geradores de estresse.

Estudos demonstraram que o estresse e seus efeitos interferem não só nas conseqüências sobre o corpo e mente humana, mas também na qualidade de vida, afetando principalmente, a sua longevidade.

O termo qualidade de vida tem sido citado várias vezes por se tratar de um assunto muito especulado pelos estudiosos pelo fato de estar relacionado com as doenças do homem (Lipp, 1996). A presença de estresse constante no ser humano pode levá-lo ao *burnout*, ou seja, esgotamento e isso, segundo Covolan (1996), é demonstrado pela inabilidade em lidar com esta situação.

O termo *burnout* é originário da língua inglesa e procura designar algo que deixou de funcionar por exaustão de energia. Freudenberger e Richelson apud Covolan (1996), caracterizam o *burnout* como um estado de fadiga ou frustração, causado pela dedicação excessiva e prolongada a uma causa. A presença de estresse ou *burnout* em um ser humano pode interferir em sua saúde comprometendo assim sua qualidade de vida. Mas o que quer dizer o termo qualidade de vida? Silva (1996) a define como “o grau de satisfação do indivíduo com sua vida e o grau de controle que exerce sobre ela”

De fato, é importante afirmar que a qualidade de vida depende também das condições de trabalho, pois a maioria dos trabalhadores passam grande parte do tempo no trabalho. Sell (1995), vem confirmar nosso pensamento a esse respeito, quando refere que para que o indivíduo tenha qualidade de vida é necessário que tenha condições de trabalho. Segundo este autor, condição de trabalho é tudo aquilo que “engloba e que influencia o próprio trabalho. Isto inclui: o ambiente de trabalho, os meios de desenvolvê-lo, a organização da instituição, a alimentação, o transporte, as relações entre as pessoas e as relações entre produção e salário”.

Como a docência é uma atividade intelectual que exige do profissional constante busca de inovações, impostas pelo avanço técnico científico, este profissional está suscetível ao estresse, levando pesquisadores como Lipp (1996), a tê-los como objeto de pesquisa. Além disso, o docente de Enfermagem também apresenta em sua formação outra titulação: “enfermeiro”, cuja finalidade é assistir o cliente e o que o torna suscetível ao estresse pela configuração de sua profissão, que é lidar com situações extremas como a vida e a morte, simultaneamente, no seu cotidiano de trabalho.

Enquanto docentes universitárias envolvidas nessa rotina, há alguns anos, nos interessamos por essa problemática que o professor universitário de Enfermagem vivencia e isso nos impulsionou a realizar um estudo que pudesse verificar a relação das condições do trabalho com a presença do estresse ocupacional, comprometendo a saúde do profissional, quando submetido a uma rotina constante, no seu cotidiano de trabalho.

Material e métodos

Trata-se de um estudo exploratório descritivo de natureza social, no qual foram exploradas as condições de estresse e trabalho de enfermeiros docentes universitários. A pesquisa teve uma abordagem qualitativa, porque envolve a coleta e análise de dados sistemática de narrativos mais subjetivos através da análise descritiva dos fatores biopsicossociais do grupo de docentes e a relação com a presença de estresse. É do tipo descritivo, pois possui como principal objetivo o retrato preciso de situações do grupo entrevistado.

Esse estudo teve como população 30 docentes de ensino superior da área de Enfermagem, Departamento de Enfermagem (DEN) da Universidade Estadual de Maringá (UEM), Estado do Paraná, que tem a finalidade de promover o ensino, a pesquisa e a extensão de serviços à comunidade.

Como critério de inclusão, considerou-se a totalidade dos docentes do DEN, e como critério de exclusão, os professores que deixaram de responder o instrumento.

O Departamento é dividido em três áreas - Médico-Cirúrgica, Materno-Infantil e Saúde-Pública - cada uma delas compõe um rol de disciplinas. Estão lotados neste Departamento 47 enfermeiros - docentes, que estão distribuídos conforme sua especialidade. Vale ressaltar que do total de enfermeiros lotados neste Departamento há somente 5 docentes do sexo masculino, sendo que apenas dois responderam o instrumento.

Para a coleta de dados utilizou-se um instrumento contendo perguntas abertas, fornecidos em princípio, a todos os docentes em atividade na Instituição e aqueles que estavam em afastamento parcial, ou seja, que estavam atuando como docentes no momento e no ambiente de trabalho.

O instrumento foi validado por três mestres da área da saúde e, por se tratar de uma pesquisa que envolve seres humanos, foi respeitada a Portaria 196/96 do M.S. e as normas da Instituição, sendo o projeto encaminhado à PPG (Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação). Seguindo os trâmites legais, a PPG encaminhou-o à comissão de ética da referida Universidade, para que o estudo fosse regulamentado. A comissão emitiu parecer autorizando a realização do estudo.

O instrumento constava de três perguntas:

- O que você entende por estresse?
- Você se sente estressado(a) ? Se a resposta for sim, por quê?
- A que você atribui o seu estresse?

A coleta de dados foi realizada no período de maio à julho de 2000 por uma das pesquisadoras que, inicialmente, explicou a finalidade do estudo e, posteriormente, entregou o instrumento para ser respondido. Dessa forma, a pesquisa foi realizada no próprio local de trabalho, onde todos tiveram a liberdade de responder em sua própria sala.

Para a análise dos dados, utilizamos a técnica de análise de conteúdo, pelo fato dessa possibilitar a busca dos significados, a partir dos relatos dos entrevistados. A análise deu-se através da categorização das respostas emitidas pelos entrevistados.

A palavra categoria, refere-se a um conceito que abrange elementos ou aspectos com características comuns ou que se relacionam entre si. Nesse sentido, elas significam agrupar elementos, idéias ou expressões em torno de um conceito capaz de abranger tudo isso (Minayo *et al.*, 1996).

As categorias surgem a partir de significações (temáticas), com a finalidade de classificar os dados. A categorização dos dados é uma operação de classificação de elementos que fazem parte de um conjunto, por diferenciação e por reagrupamento, segundo o gênero (analogia) e estas categorias são rubricas ou classes, as quais reúnem um grupo de elementos com agrupamento destes, efetuado em razão dos caracteres comuns (Bardin, 1979).

As unidades temáticas surgiram com o agrupamento de respostas obtidas a partir das categorias levantadas, estabelecendo as percepções e relatos dos entrevistados referentes a suas atividades no local de trabalho.

Neste estudo optou-se em desmembrar cada pergunta do instrumento em três segmentos: estresse relacionado ao trabalho, ao organismo e ao indivíduo. Os dados obtidos, foram reagrupados em forma de unidades temáticas. Porém, neste artigo, apresentaremos apenas o estresse relacionado ao trabalho, que foi obtido nas respostas às três perguntas do instrumento.

Resultados e discussão

Buscou-se compreender a relação dos profissionais com o trabalho e como ocorre a relação destes com os seus companheiros e conseqüentemente com a instituição, ao desenvolverem sua atividade laboral.

O estresse na visão dos enfermeiros - docentes

O trabalho docente é de natureza predominantemente intelectual, se considerarmos somente no campo intelectual. Se, porém o situarmos em nível específico da saúde, como é o

caso dos entrevistados desse estudo, então ele passa a fazer parte do grupo de atividade que, atua, predominantemente, na esfera intelectual. Paralelamente, apresenta uma parcela de esforço físico, devido às condições de prática do trabalho docente e isto é também descrito por Mauro (1997), quando fala do estresse em profissionais de saúde.

Analizando a pergunta: o que você entende por estresse? Percebemos que os docentes a associam com as condições do ambiente em que vive e nele inclui-se o trabalho.

Considerando os resultados obtidos, verificamos que 7 profissionais responderam que o estresse é o cansaço extremo, devido ao ambiente de trabalho em que vivemos, fadiga generalizada por sobrecarga de trabalho; seguido por 7 docentes que caracterizaram o estresse como a excitação e/ou angústia provocadas por situações inesperadas ou constantes pressões/tensões/acúmulo de atividades; os relacionamentos interpessoais difíceis e familiar respondidos por 2 docentes; sociedade competitiva, custo de vida mais difícil apenas 1 respondeu; e, finalmente, 1 profissional respondeu que o trabalho acarreta pressão intelectual.

...“Sensação de cansaço, que nos faz render muito menos que desejamos”.

As pressões/tensões e acúmulo de atividades provocados por situações inesperadas levam à excitação e/ou à angústia, pelo fato de ser o trabalho um gerador de recursos que determina de uma forma particular a satisfação das necessidades. Entretanto, o ser humano não trabalha só pelo salário que recebe, mas pelos resultados que colhe por intermédio de seus esforços. Sell (1995), ressalta que trabalho é tudo que a pessoa faz para manter e desenvolver a si mesmo e também a sociedade, dentro de limites estabelecidos pela cultura, crença e valores da população.

... “Ao anoitecer, a idéia de ter que concluir determinadas atividades leva a uma irritabilidade e impaciência” .

...“Um estado de tensão, ansiedade com sintomas físicos, provocados por conflitos pessoais, profissionais e de sobrevivência”.

Outro fator gerador de estresse, segundo os entrevistados, é o relacionamento interpessoal e familiar. Isso nos leva a pensar que, de fato, um dos maiores problemas encontrados no âmbito do trabalho é, sem dúvida, o relacionamento, pois não é fácil compreender as diferenças do outro, mesmo porque cada ser é único. Atualmente, profissionais preocupados com esse aspecto, têm-se empenhado em enfatizar que um ambiente de trabalho agradável, onde o bom humor impera, faz com que os

trabalhadores produzam mais, pelo fato de que o sorriso traz para a instituição e/ou empresa um agradável bem-estar.

...“Situação de fadiga mental, ocasionada por diversos fatores da vida moderna (excesso de trabalho, pressão intelectual, relacionamentos interpessoais difíceis, entre outros), que pode gerar distúrbios biológicos”.

É importante observar que a definição do termo estresse apresentada pelos profissionais, se aproxima de alguns autores como por exemplo (Cicco, 1996; Pinheiro e Estarque, 1999; Faquim, 1999; Lipp, 1996)

O estresse na vida dos enfermeiros - docentes

Dando continuidade à análise dos resultados deste estudo, constatou-se que, na segunda pergunta do instrumento: Você se sente estressado? Por quê? Dos 30 entrevistados: 12 docentes responderam que sim, se sentem estressados, enquanto que 11 responderam que não. Mas apenas um entrevistado respondeu “muitas vezes”, associando seu estresse como uma presença constante em sua vida, enquanto que, os outros 6 responderam que, às vezes, sentem-se estressados.

Um dado interessante que merece ser destacado é que alguns entrevistados responderam “às vezes” e “muitas vezes”, relataram que, no momento do preenchimento do formulário não se sentiam estressados, mas no decorrer do ano, sentiram-se por vários fatores.

Como resultado à frente a explicação do sentir-se estressado, obtiveram-se 4 respondentes referindo o seu estresse à exigência profissional, ao trabalho intelectual (tese de doutorado); 8 responderam que se sentem estressados quando passam por situações de tensão e pressão no trabalho, acúmulo de trabalho, ansiedade (tempo curto demais para realizar tudo que deseja); seguido por 1 docente que atribuiu o estresse ao excesso de funções entre elas mulher, mãe, profissional, dona de casa; e 1 docente mencionou as dificuldades econômicas e a necessidade de um ganho salarial maior.

Mauro (1997) relata que os docentes têm sob sua responsabilidade a reflexão crítica e a participação na produção e superação dos saberes da ciência e da tecnologia, objetivando a progressiva elevação dos padrões de qualidade do ensino e a capacitação da Universidade, para o atendimento das necessidades emergentes da sociedade brasileira, tendo em vista as exigências do meio sociocultural no qual estão inseridos.

... “Meu trabalho intelectual intenso com a tese de doutorado”.

... “Porque o tempo sempre parece curto demais, para realizar tudo que desejo”.

A condição de trabalho é um fator predisponente para gerar estresse no indivíduo, quando este se depara com realidades como: acúmulo de atividades, produção no campo da pesquisa e do ensino, capacitação docente, enfim, uma gama de fatores que levam-no ao estresse.

Sell (1995), expõe que as condições de trabalho englobam tudo o que influencia o próprio trabalho. Isto inclui: o ambiente, os meios, a tarefa, a jornada, a organização do trabalho, a alimentação, o transporte, as relações entre as pessoas e as relações entre produção e salário.

As mudanças econômicas e sociais e, conseqüentemente, o avanço tecnológico tomou conta de nossas vidas, modificando tão rapidamente que, para mantermos nossas atividades laborais, devemos buscar o saber, continuamente. E isso, leva o tempo que, geralmente, reservamos para nós mesmos ou para nossa família. Constantemente, nos deparamos com situações no trabalho que fogem do nosso controle, restando-nos a sensação de trabalho inacabado.

...“Como mulher, acumulo o meu trabalho com os afazeres domésticos e criação dos filhos”.

...“O filho está ainda em uma fase muito cansativa, dorme pouco”.

Considerando que a porcentagem de mulheres no grupo é maior, verificou-se que uma pequena parcela referiu seu estresse ao papel de “mãe, esposa, trabalho doméstico, mulher”. Talvez isso se deva à faixa etária das mulheres, pois poucas possuem filhos pequenos. Mesmo assim, apesar de poucas terem se referido ao cuidado com filhos pequenos, outras falaram da dupla jornada de trabalho que as leva, muitas vezes, ao estresse. Apesar de perceberem-se estressadas muitas vezes, elas mudam seus hábitos de vida o que traz agravos para sua saúde e conseqüentemente para as suas vidas.

Ao serem indagados sobre: A que atribui seu estresse?, verificou-se que 20 profissionais identificaram seu estresse ao trabalho, referindo-se à agitação do dia-a-dia, ao ritmo de vida, ao relacionamento interpessoal (conviver com pessoas diferentes), às discussões inúteis, ao trabalho intelectual (melhor produção científica, aquisição de conhecimentos novos), às cobranças no desenvolvimento profissional, à sobrecarga de trabalho, aos prazos a serem cumpridos, ao acúmulo de papéis desempenhados pela docente mulher (mãe, esposa, mulher, dona-de-casa), às dificuldades financeiras, às responsabilidades e pressões nas

atividades profissionais; o ambiente universitário e, por fim, às disputas e concorrência no ambiente de trabalho.

...“Ao acúmulo de papéis e atividades” .
 ...“Acredito que o professor tem responsabilidades que por si só, já são estressantes, entretanto, especificamente a mim é por não conseguir realizar toda a minha tarefa, as quais eu me proponho a realizar durante o dia e no final do dia não consegui realizá-la” .
 ... “ Excesso de trabalho, relacionamentos difíceis e crises no DEN” .
 ... “Agitação do dia-a-dia, discussões inúteis, injustiças de um modo geral, mudanças rápidas que exigem novos conhecimentos, condições materiais/financeiras, mau humor ...” .
 ...“Trabalho inacabado, relacionamento interpessoal, problema financeiro” .
 ... “A correria do dia-a-dia, os prazos a serem cumpridos, as exigências do cotidiano” .

Através dos discursos, percebeu-se que o estresse ocupacional dos docentes deve-se à falta de condições no trabalho, à sobrecarga, à busca permanente de aperfeiçoamento para sua progressão funcional no plano de carreira, mediante as avaliações permanentes de seu desempenho acadêmico, juntamente com a titulação; acúmulos de papéis desempenhados pela docente mulher, uma vez que o sexo feminino predomina no grupo entrevistado, e à dificuldade financeira mencionada por alguns, provavelmente, pelo baixo salário oferecido pelas universidades públicas brasileiras.

O trabalho faz parte da vida do homem, é o meio pelo qual ele se realiza; produz e reproduz, podendo representar um instrumento ou um meio de manter sua saúde, como também, ser instrumento de doença e morte.

Considerações finais

Constatou-se que todos os docentes quando indagados sobre o que compreendiam por estresse, apresentaram respostas parecidas com as contidas na literatura, principalmente, quando associavam às condições de trabalho, como é o caso descrito neste estudo. Os dados mostraram que a maioria dos enfermeiros relataram estresse e atribuíram-no a várias razões: às condições de trabalho, à dupla ou tripla jornada, às questões financeiras e as pressões do trabalho como pós-graduação, competitividade e relacionamento interpessoal conflitante.

Acredita-se que as atividades desenvolvidas pelos profissionais em seu ambiente de trabalho contribuem para a presença de estresse, o que nos leva a refletir sobre a importância de se desenvolver na instituição um serviço de saúde que possa assistir

esse trabalhador para que não haja prejuízo de sua saúde física e mental, nem, o comprometimento de sua produtividade.

Apesar de não estar explícito em suas falas observamos, ainda, que o período em que o enfermeiro acompanha alunos supervisionando práticas/estágios, constituem-se num momento de acúmulo de funções - a de cuidador e de professor - e isso lhe sobrecarrega. Além disso, as avaliações a que são submetidos para ascenderem à carreira universitária, colocam-nos em constante competitividade, deixando-os mais suscetíveis a ter estresse.

Outro ponto importante observado durante a pesquisa, foi que alguns entrevistados disseram não se sentir estressados no momento de responder o instrumento, mas relataram a presença de estresse no cotidiano. Acreditamos que esses profissionais já poderiam estar com algumas manifestações de estresse, mas não perceberam sua presença.

Referências

- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 1994.
- CICCO, L. H. S. O que é o Stress? [on line] Disponível em: <<http://www.nib.unicamp.br/svol/stress.htm>> Acesso em: 27 de out. 1999.
- COVOLAN, M. A. Stress Ocupacional do Psicólogo Clínico: seus sintomas, suas fontes e as estratégias utilizadas para controlá-lo. In: LIPP, M.E.N. (Ed.). *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupo de risco*. Campinas: Papyrus, 1996, 304 p.
- FAQUIM, L. Conscientizar para prevenir o stress. [on line]. Disponível em: <http://www.quatro.com.br/rhsintese/ed1606a.htm>. Acesso em : 27 de out. de 1999.
- LIPP, M. E. N. *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupo de risco*. Campinas: Papyrus, 1996.
- MAURO, M. Y. C. Saúde da mulher docente universitária: condições de trabalho e fadiga. *Rev. Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v.5, n.2, p. 118, 1997.
- MINAYO, M. C. S. et al. R. *Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade*. 5 ed. Petrópolis: Vozes, 1996.
- PINHEIRO, M.; ESTARQUE, M. Stress. O que é? [on line] Disponível em: http://www.geocities.com/hot_springs/oasis/8478/stress.html. > Acesso: 10 de out. de 1999.
- SELL, I. Qualidade de vida e condições de trabalho. In: VIEIRA, S.I. *Medicina Básica do Trabalho*, 1.ed. Genesis Editora, Curitiba, v. IV, 1995.
- SILVA, M. A. D. A importância da manutenção da qualidade de vida. *Rev. Soc. Cardiol. Estado de São Paulo*, São Paulo, v. 6, n. 5, p.657-660, 1996.
- STRESS. [on line] Disponível em: <<http://www.lexxa.com.br/users/weber/stress.htm>>. Acesso em: 10 de nov. de 1999

Received on March 25, 2002.

Accepted on May 06, 2002.