

## A ATIVIDADE DOCENTE DE ENSINO SUPERIOR: CIRCUNSTÂNCIAS LABORAIS ESTRESSORAS E O ESGOTAMENTO PROFISSIONAL

### Autor(res)

Julia Alejandra Pezuk  
Elizabete Cazzolato Ferreira  
Alexandre Dias Zucoloto  
Margarete Cazzolato Sula

### Categoria do Trabalho

Pesquisa

### Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE SÃO PAULO - UNIAN

### Resumo

No ambiente de ensino superior é comum perceber relatos quanto à influência de fatores ambientais e corporativos que repercutem no professor e geram estados emocionais impregnados de frustração, impotência ou de resignação. As mudanças nos hábitos de vida, o aumento da carga horária, o uso de tecnologias e plataformas de interação, o acúmulo de atividades, demandas cada vez mais intensas, o comportamento dos alunos e a competitividade<sup>1</sup> tem repercutido de forma impactante nos indivíduos trabalhadores desse ambiente. Desde antes do período pandêmico, que revelou tantos pontos de atenção para a preservação da saúde mental, o aumento no nível de estresse tem ganhado destaque, tornando cada vez mais divulgada a Síndrome de Burn-out, que, a partir de 2022 passou a ser reconhecida oficialmente como doença<sup>2</sup>.

Apesar da maior quantidade de informações sobre os efeitos maléficos do excesso de trabalho e o estresse a este associado, o esgotamento profissional tem aumentado, elevando os índices de trabalhadores com disfunções psíquicas e emocionais<sup>3</sup>. Nesse contexto, a docência é reconhecida como uma profissão que gera grande estresse, devido, principalmente, a alta demanda de atividades, relação com alunos e pares, expectativas organizacionais e metas relacionadas a elas<sup>4</sup>. Adicionalmente, as mudanças em decorrências da pandemia causada pela COVID-19, aumentaram significativamente o nível de tensão e estresse da população em geral, em particular do professorado de todos os níveis, incluindo os docentes universitários, para os quais foram exigidas adequações em decorrência do cenário de ensino remoto que demanda competências e novas habilidades na realização dessa práxis educacional<sup>5</sup>.

A falta de consciência e clareza sobre condições estressoras advindas do trabalho impacta negativamente na obtenção de ferramentas eficientes para lidar com as situações causadoras de estresse, sendo essas muitas vezes interpretadas como características pessoais (como falta de resiliência e paciência) e até mesmo confundidas com questões familiares<sup>6</sup>.

Assim, este estudo foi realizado por meio de uma pesquisa quali-quantitativa, que procurou analisar e descrever percepções e saberes dos docentes universitários em relação às situações estressoras do trabalho e implicações do estresse na saúde mental.