
Associação entre Gestão de Escola, estresse percebido e qualidade de vida

Association between School Management, perceived stress, and quality of life

PEDRO ALVES DA SILVA JÚNIOR*
RICARDO SILVA DOS SANTOS DURÃES**
MAGNO OLIVEIRA MACAMBIRA***
ANTONIO DE PÁDUA SERAFIM****

RESUMO

O objetivo deste estudo foi verificar o nível de estresse e Qualidade de Vida (QV) em 86 diretores de Escolas Municipais (16,04% do total) da Cidade de São Paulo. Foi utilizado um Questionário sociodemográfico, Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde-Breve (WHOQOL-bref) e a Escala de Estresse Percebido (PSS-14). A partir da realização de análise descritivas, análises de diferença entre médias (*teste t-Student*) e *Correlação de Pearson*, evidenciamos que 70,9% dos pesquisados possuem excessiva rotina de trabalho. Destes, 60,05% acredita que as condições de trabalho de um diretor influenciam negativamente na saúde pessoal. Tanto o índice geral da QV quanto os resultados relativos aos domínios do WHOQOL-bref mostraram médias significativamente abaixo dos dados normativos brasileiros, com significância de

* Universidade Metodista de São Paulo. Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde. jr_20112012@hotmail.com

** Universidade Metodista de São Paulo. Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde. rl.duraes@hotmail.com

*** Universidade Estadual de Feira de Santana. Psicologia Organizacional. macambira04@gmail.com

**** Universidade de São Paulo/Universidade Metodista de São Paulo. Departamento de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina/Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde. a.serafim@hc.fm.usp.br

$p < 0,001$. Quanto ao estresse, os resultados do PSS-14 se situaram entre 48,8% para “às vezes” e 41,9% para “quase sempre”. Este resultado apresentou significância estatística ($\chi^2 p < 0,05$). Foi possível demonstrar a escassez de estudos sobre QV e estresse em diretores de escolas. Além disso, a QV foi significativamente baixa, assim como a percepção da presença do estresse em quase metade da amostra. Estes resultados sugerem que o conceito de Escolas Promotoras de saúde necessita transcender da teoria para a prática como um processo capaz de minimizar os níveis de stress e o impacto na QV de diretores de escolas públicas.

Palavras-chave: Diretor de Escola; Qualidade de vida; Estresse Percebido; Ensino público.

ABSTRACT

The aim of this study was to verify the level of stress and Quality of Life (QoL) in 86 directors of Municipal Schools (16.04% of the total of directors) of the City of São Paulo. We used a Sociodemographic Questionnaire, Organization Quality of Life-Bref (WHOQOL-bref), and the Perceived Stress Scale (PSS-14). Thus, it was evidenced that 70.9% of those surveyed have overload work routine, which 60.05% believe that the working conditions of a director influence negatively on personal health. Both the overall QoL index and the results for the WHOQOL-bref domains showed mean significantly below Brazilian normative data with significance $p < 0.001$. Regarding stress, the results of PSS-14 ranged between 48.8% “sometimes” to 41.9% “almost always”. These findings are statistically significant ($\chi^2 p < 0.05$). Based on this study it was possible to demonstrate, initially, the shortage of studies on QoL and stress in school directors. In addition, QoL was significantly lower, as well as the perception of the presence of stress in almost half of the studied sample. These results suggest that the concept of “Promoting Schools” require to transcend from theory to practice, indeed. Besides, this process may be capable of minimizing stress levels and the impact on QoL of directors of public schools.

Keywords: School directors; Quality of life; Perceived Stress; Public education.

1. INTRODUÇÃO

As estreitas relações entre saúde e trabalho têm fomentado diversos estudos no campo organizacional. Numa perspectiva histórica da saúde do trabalhador, Adam Smith, em meados do século XVIII, debate sobre as influências da saúde dos trabalhadores em relação a produção. Sendo considerado o marco sistemático sobre doenças laborais, cuja abrangência compreendia os aspectos epidemiológicos e profiláticos (SOUTO, 2004).

Neste contexto, destaca-se que fatores como estresse, ansiedade, depressão, mal-estar profissional, infraestrutura precária, fragilidade dos vínculos sociais, poluição, dentre outros, são fenômenos contemporâneos que afetam a qualidade de vida dos seres humanos (CAMELO; ANGERAMI, 2008; CHE et al., 2017). Percebe-se, por exemplo, que as pessoas estão submetidas às pressões nas mais variadas formas do existir humano em consequência às correntes multidimensionais da competitividade. A principal consequência desta confluência de variáveis na forma de pressão é o estresse, que tende a produzir sofrimento psíquico, levando ao adoecimento em consequência da elevação dos níveis minimamente toleráveis de tensão, afetando assim o sujeito na vida familiar, acadêmica e no trabalho (LIPP, 2013; SIMONETTI et al., 2013; DIEHL; CARLOTTO, 2014).

Autores têm enfatizado também sobre a relevância da qualidade de vida no trabalho, que também sofre influências de variáveis comportamentais direcionadas às necessidades humanas, assim como às condutas individuais no ambiente de relações (FERREIRA; ALVES; TOSTES, 2009). No mesmo sentido, Sampaio (2012) examina o conceito de qualidade de vida no trabalho e propõe que este seja um guarda-chuva teórico que repousa em três conceitos nucleares: o humanismo (que ora repousa em motivação, ora em satisfação), a participação do empregado em decisões de gestão e o bem-estar.

Nesta perspectiva, Goulart Jr e Lipp (2008) são categóricos ao afirmarem que estudos que esclareçam os mecanismos de atuação do estresse poderão promover a profilaxia, bem como, a terapêutica desse fenômeno que interfere na qualidade de vida da sociedade. Considerando este escopo, foi realizado um levantamento do estresse no Brasil e o mapeamento das maiores fontes de estresse na realidade brasileira. Investigando 2.195 brasileiros adultos, 34,26%

dos entrevistados identificaram que o nível de estresse estava no extremo. E quanto ao mapeamento, verificou-se certo emparelhamento percentual, onde 18,56% dizem respeito às relações interpessoais; 17,32% referem-se às dificuldades financeiras e 16,58% apontam a sobrecarga de trabalho (LIPP, 2013).

Visto isto, ao direcionarmos nosso olhar para o cenário das relações de trabalho no ensino, a literatura de certa forma, tem ratificado ao longo de décadas, as inúmeras circunstâncias que promovem o sofrimento mental em docentes: estresse, ansiedade, depressão, burnout, dentre outros (GOULART JR; LIPP, 2008; VAZ, 2011; COSTA et al., 2013; FERREIRA; VIEIRA 2013; MESQUITA et al., 2013; SILVEIRA et al, 2014; VIEIRA; MENDONÇA NETO; ANTUNES, 2015; FAUPEL et al, 2016; SANTIAGO et al., 2016). Por exemplo, estudo recente investigando o sofrimento mental de 1.021 professores do ensino público do Paraná, mostraram índices de depressão em 44% e ansiedade em 70% das pessoas observadas. Os autores concluem que o sofrimento mental atinge grande parcela da amostra estudada, apresentando relação com as condições de trabalho (TOSTES et al., 2018). No entanto, poucos estudos exploraram o cargo de Diretor de Escola.

Segundo o entendimento de Ferreira (2013) no que tange os vocábulos *diretor* e *escola*, é possível extrair uma compreensão elementar do termo Diretor de Escola, cujo significado pode ser entendido como uma pessoa que administra uma instituição de ensino pública ou privada onde se ministra, prioritariamente, o ensino coletivo. Por outro lado, Paro (2010) destaca que, apesar de apresentar os termos administração e gestão como sinônimos, cunha suas reflexões fazendo uso predominantemente do primeiro termo. Entendendo este como mediação não apenas reduzidas às atividades-meio, de natureza administrativa, mas devendo ser ampliadas intensamente englobando as atividades-fim, de natureza eminentemente pedagógica, com o foco no processo ensino-aprendizagem.

Em linhas gerais, conforme o artigo 6º do Decreto Municipal nº 54.453/2013, o cargo de Diretor de Escola possui competências específicas à função de chefia, na qual deve garantir o pleno funcionamento da escola enquanto organização social, priorizando a formação e a aprendizagem dos alunos que, para tanto, é funda-

mental apropriar-se das determinações legais a fim de nortear as suas ações, como nos casos de prover as condições necessárias para o atendimento aos alunos com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento e altas habilidades/super dotação. Promover a integração da unidade educacional com a comunidade, bem como programar atividades que favoreçam esta participação. Como também coordenar e acompanhar as atividades administrativas, relativas a: folha de frequência; fluxo de documentos escolar; fluxo de matrículas e transferências de alunos; fluxo de documentos de vida funcional; fornecimento e atualização de dados e outros indicadores dos sistemas gerenciais respondendo pela sua fidedignidade; comunicação às autoridades competentes e ao conselho de escola os casos de doenças contagiosas

Considerando a centralidade do trabalho nas relações humanas e sua função à promoção de saúde (PASCHOAL; MACHADO, 2009), assim como a valorização dos profissionais em educação através de condições dignas de trabalho, conforme preconizado pelas Diretrizes Nacionais para a Educação em Direitos Humanos (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2010), faz-se necessário o estudo tripartite das interações: trabalho, estresse e qualidade de vida em gestores escolares.

Com base neste escopo, o presente estudo se caracteriza por uma relevância social partindo do pressuposto que a melhoria da qualidade de ensino também diz respeito à melhoria da qualidade de vida de todos os profissionais que atuam nas unidades escolares. Para efeito deste estudo, optou-se por estudar os diretores de escolas, cujos profissionais possuem o compromisso com o gerenciamento das relações democráticas e de formação junto a toda comunidade escolar.

Neste contexto verificamos a produção nacional dos últimos 10 anos tendo por base os principais indexadores de pesquisas eletrônicas (Google Acadêmico, Lilacs, Scielo e Pepsic), foi pesquisada a produção científica nacional no que tange a temática qualidade de vida e/ou estresse em Diretores de Escolas. Os resultados expressaram que, o paralelo mais próximo está relacionado a amostras com professores, mas não com o desempenho do cargo de diretor (GOMES et al., 2010; SIMPLÍCIO; ANDRADE, 2011; SOUZA; GUIMARÃES; ARAUJO, 2013; DIEHL; CARLOTTO, 2014; SANTOS et al., 2016; SANTOS; SILVA, 2017).

Ressaltando, no entanto, que diretores de escolas e professores compartilham algumas semelhanças entre si, a saber: possuem formação em licenciatura; atuam no mesmo espaço físico; prestam serviços aos alunos e pais, ambos profissionais são integrantes da carreira do magistério. Entretanto, uma das principais diferenças concentra-se na amplitude da intervenção e responsabilidade destes profissionais, ou seja, o professor tem o compromisso com a sala de aula no qual é regente, já o diretor tem o compromisso com a gestão de toda a complexidade do equipamento escolar.

Visto isto, esta pesquisa descritiva do tipo transversal teve como principal objetivo avaliar a qualidade de vida e o grau de estresse percebido em diretores de escolas de Educação Infantil, vinculados à Secretaria Municipal de Educação da cidade de São Paulo.

2. METODOLOGIA

2.1. Participantes

Foram convidados, para uma coleta de dados online, 536 diretores de escolas em exercício nas Escolas Municipais de Educação Infantil (EMEI). Após o prazo para finalização das respostas, retornaram os dados de 86 diretores que totalizaram o preenchimento do questionário, correspondendo a 16,04% da amostra inicial.

2.2. Instrumentos

Para a coleta de dados foram aplicados um questionário composto de 3 instrumentos independentes. Abaixo apresentamos uma descrição de cada um deles.

Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde – Breve (*World Health Organization Quality of Life-Bref* – WHOQOL-bref) constituído por vinte e seis itens, divididos em quatro domínios: físico, psíquico, relações sociais e meio ambiente. Para análise, consideramos as médias dos dados normativos para cada domínio da versão brasileira do WHOQOL-bref (FLECK et al., 2000): Físico (16,6±2,1); Psicológico (15,5±2,1); Relações Sociais (15,5±2,6) e Meio Ambiente (14,0±2,1).

Escala de Estresse Percebido (*Perceived Stress Scale* – PSS-14) composta por 14 itens com opções de resposta que variam em ter-

mos de frequência (0=nunca; 1=quase nunca; 2=às vezes; 3=quase sempre e 4=sempre). Após a inversão do valor dos itens invertidos, foi realizada a soma da pontuação de todos os itens da escala, que podem variar de 0 a 56 (REIS; HINO; RODRIGUES, 2010).

Questionário sociodemográfico. Composto pelas seguintes questões para caracterização dos participantes: Gênero, idade, estado civil, filhos (sim/quantos ou não), escolaridade, tempo de magistério, tempo como diretor, se acumular cargo de docente, horas de trabalho por dia, número de funcionários na unidade educacional, número de alunos sob a sua responsabilidade.

2.3. Procedimentos

A coleta foi processada via *online*, com o envio de um *link* aos 536 e-mails institucionais dos participantes, possibilitando o acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), bem como aos questionários da pesquisa. Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o n° 8555.585, 2014.

2.4. Análise dos dados

As análises foram executadas com o uso do software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 21.0. Os dados referentes às variáveis quantitativas foram organizados em termos de médias e desvio-padrão. Após as análises descritivas, foi realizado o teste *t-Student* e ANOVA e *Correlação de Pearson*. Quanto à avaliação paramétrica das variáveis qualitativas estas foram apresentadas em tabelas de frequência utilizando-se o teste *Qui-Quadrado*. O $p < 0,05$ foi considerado significativo para todas as análises.

3. RESULTADOS

Na Tabela 1 estão expressos em detalhes os dados sociodemográficos dos 86 participantes deste estudo.

Tabela 1. Dados sociodemográficos dos 86 Diretores de Escolas Municipais

Variáveis	Resultados	N	%	MD(DP)
Gênero	Feminino	65	75,6	
	Masculino	21	24,4	
Idade				47,3(7,0)
Estado Civil	Casado (a)	57	66,3	
	Solteiro (a)	17	19,8	
	Separado (a)	6	7,0	
	Outros	6	7,0	
Filhos	Sim	58	67,4	
	Não	28	32,6	
Quantidade de Filhos	Um	17	29,13	
	Dois	34	57,53	
	Três	6	10,82	
	Quatro	1	2,52	
Tempo de magistério (anos)				22,7(67)
Tempo como Diretor (anos)				8,8(4,9)
Acumula cargo de docente	Não	64	74,41	
Escolaridade	Graduação	21	24,4	
	Especialização	49	57,0	
	Mestrado	9	10,5	
	Doutorado	5	5,8	
	Pós-Doutorado	2	2,3	
Horas de trabalho/dia				9,8(1,9)
Número de funcionários por unidade educacional				45,6(12,0)
Número de alunos sob a sua responsabilidade				391,2 (128,5)

Nota: MD=média; DP=desvio padrão.

Com base nos dados da Tabela 1, percebe-se que segundo o gênero, o perfil dos participantes é predominantemente feminino,

sendo 75,6% em contrapartida 24,4% do sexo masculino. A idade média corresponde a 47,3 anos. Em se tratando do estado civil, os dados indicam que a maioria 57 (66,3%) é casada, ficando os demais assim representados: 17 (19,8%) solteiros, 6 (7,0%) são separados e 6 (7,0%) são outras definições. Quanto ao número de filhos, a maior parte 58 (67,4%) declarou ter filhos, apresentando a seguinte distribuição: 17 (29,13%) possuem um filho; 34 (57,53%) dois; 6 (10,82%) três e 1 (2,52%) quatro filhos.

Em relação ao tempo de magistério, a média em anos é de 22,7. Já quanto ao tempo de trabalho, somente como diretor de escola, a média em anos registrada é equivalente a 8,8. Uma vez indagados sobre a formação acadêmica ficou caracterizado conforme seguem: 21 (24,4%) possuem somente graduação em pedagogia, pré-requisito do cargo; 49 (57,0%) fizeram especialização; 9 (10,5%) cursaram mestrado; 5 (5,8%) possuem o título de doutorado e 2 (2,3%) detém a titulação em pós-doutorado.

A maior parte dos pesquisados assinalou não acumular cargo como docente, ou seja, 64 (74,41%). No quesito horas por dia trabalhado, a média computada é 9,8. Verificou-se também a média de funcionários que atuam nas unidades educacionais, cujo resultado corresponde a 45,6%. Procurou-se ainda realizar um levantamento da média de alunos por unidade, correspondendo a 391,2%.

Foi verificado ainda a percepção dos 86 diretores sobre sua rotina de trabalho. A variável que se refere ao chegar mais cedo e/ou sair mais tarde do expediente normal, os gestores de escola, em sua maioria, 60 (69,7%) entre “sempre” e “quase sempre”, excedem a sua jornada diária. Averiguou-se a continuidade dos serviços pertinentes à direção realizados mesmo após o término do expediente de trabalho, através do uso das tecnologias, mais da metade dos sujeitos respondentes afirmaram que numa frequência entre “sempre” e “quase sempre” 46 (53,5%) recebem ou fazem ligações, mensagens, e-mails ou similares fora do seu expediente de trabalho.

Quando perguntado sobre levar serviços para casa e/ou se preocupar com questões relativas à direção, após encerrar o expediente, numa oscilação entre “sempre” e “quase sempre”, uma expressiva maioria 62 (72,1%) se encontram nesta situação. E, por fim, no tocante ao item condições de trabalho, também numa relação

pendular entre “sempre” e “quase sempre” a maior concentração foi de 52 (60,5%) que percebem as influências negativas das condições de trabalho sobre a saúde pessoal.

Na Tabela 2 estão expressos os dados relativos a verificação dos índices de qualidade de vida de acordo com o WHOQOL-bref.

Tabela 2. Avaliação QV Geral (WHOQOL-bref) do 86 diretores de escolas

Níveis	N	%
Muito ruim	1	1,2
Ruim	11	12,8
Nem ruim nem boa (neutra)	34	39,6
Boa	37	43,0
Muito boa	3	3,5

Os dados da Tabela 3, que trata do índice geral da avaliação da qualidade de vida, expressa um resultado um tanto paradoxal. Por um lado, tem-se um percentual de 43% considerando como boa a QV. No entanto, quando consideramos a média geral, esta comparada a outros estudos se apresenta de forma acentuadamente inferior.

Na Tabela 3 estão expressos os resultados das médias de cada Domínio do WHOQOL-bref com os dados normativos (FLECK et al., 2000).

Tabela 3. Comparação das médias dos domínios da escala QV dos 86 diretores de escolas com os dados normativos brasileiros

Domínios	Diretores de Escola MD(DP)	Dados Normativos MD(DP)	P*
Físico	13,2(2,8)	16,6(2,1)	<0,001
Psicológico	13,8(2,7)	15,5(2,1)	<0,001
Relações Sociais	13,8(3,2)	15,5(2,6)	<0,001
Meio Ambiente	12,0(2,1)	14,0(2,1)	<0,001

*Test t de Student; MD=média; DP=desvio padrão.

Na análise dos resultados de cada domínio do WHOQOL-bref para a amostra estudada, comparamos com as médias dos dados normativos da versão brasileira do WHOQOL-bref (FLECK et al., 2000). Os dados evidenciam que os diretores de escola apresentaram resultados significativamente abaixo quanto aos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente em relação aos dados normativos com base no teste t de Student. Os dados relativos à avaliação da Escala de Estresse Percebido em comparação com os dados normativos (SILVA; KELLER; COELHO, 2013), estão expressos na Tabela 4.

Tabela 4. Dados da Escala do Estresse Percebido (PSS 14) dos 86 diretores de escolas

Variável	Níveis	N	%	χ^2	MD(DP)
Estresse Percebido	Nunca	1	1,2		
	Quase nunca	4	4,6		
	Às vezes	42	48,8	<0,05	27,3(8,8)
	Quase sempre	36	41,9		
	Sempre	3	3,5	<0,05	

Nota: MD=média; DP=desvio padrão; χ^2 =qui-quadrado.

Para esta variável foi inicialmente analisada as frequências referentes aos níveis de estresse percebido. Pode-se observar que o nível do estresse percebido se situa entre 48,8% para “às vezes” e 41,9% para “quase sempre”, sendo estes os mais frequentes. Este resultado se apresenta estatisticamente significativo (χ^2 $p < 0,05$).

Outro aspecto relevante neste resultado relaciona-se com a média geral da percepção do estresse entre a amostra da pesquisa. De acordo com Reis, Hino e Rodrigues (2010), como o escore da Escala do Estresse Percebido varia de 0 a 40, quanto mais próximo a 40, maior o estresse percebido do indivíduo. Nota-se então que a média dos diretores foi superior a 23 pontos, escore este considerado como indicativo de estresse moderado. Dessa forma, a amostra deste estudo sinaliza uma caracterização de estresse percebido elevado.

Na tabela 5 estão expressos os resultados da análise de correlação entre os domínios do WHOQOL-bref e a Escala de Estresse Percebido (PSS-14).

Tabela 5 – Coeficiente de Correlação de Pearson - WHOQOL-bref e PSS-14

WHOQOL-bref	Físico	Psicológico	Relações Sociais	Meio Ambiente
Escala de Estresse Percebido	-0,722**	-0,842**	-0,664**	-0,579**

** p<0.01

Os dados da Tabela 5 expressam que houve correlação negativa e estatisticamente significativa, de moderada e alta magnitude, demonstrando assim que todos os domínios do Whoqol-bref são variáveis que se relacionam de forma inversa com o nível de estresse percebido, ou seja, quanto mais elevado o nível de estresse, menor são escores no WHOQOL-bref.

4. DISCUSSÃO

Este estudo teve por objetivo avaliar a qualidade de vida e o nível de estresse em diretores de escolas de Educação Infantil, vinculados à Secretaria Municipal de Educação da cidade de São Paulo. Assim, nós avaliamos a qualidade de vida e o estresse percebido.

Faz-se necessário registrar uma nota de esclarecimento quanto às possibilidades de comparações estatísticas deste estudo com outros. Sendo assim, por verossimilhanças ora descritas, optou-se por estabelecer relações entre estudos que tivessem como participantes as categorias profissionais docentes e executivos, cujas variáveis fossem as mesmas. De maneira complementar, foram realizadas algumas comparações com os dados estatísticos sociodemográficos provenientes do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

Em relação aos dados sociodemográficos, de uma maneira geral, nossos resultados corroboraram dados já observados como se segue. Sobre a formação acadêmica, a Fundação Victor Civita (2015), descreve que a maioria dos Diretores de Escolas pesquisados possui especialização, semelhantemente aos resultados encontrados neste estudo.

Em termos de quantidade de filhos do grupo, a maioria situou-se entre um e dois filhos. Este resultado demonstra seguir a tendência nacional captada pelo senso demográfico divulgados pelo

IBGE (2010), no qual a média é de 1,9 filhos por família brasileira, confirmando a expressiva queda das taxas de fecundidade feminina.

Em se tratando do estado civil, nossos resultados mostraram um percentual significativo de casados entre os gestores, correspondendo uma acentuada discrepância quando comparado ao referido senso, que registrou número inferior de brasileiros casados. Possivelmente, a variável região e condições salariais podem caracterizar alguns dos fatores explicativos dessa disparidade.

Outro dado demográfico relevante refere-se à quantidade de alunos. Os resultados revelam que a média é acima de trezentos por unidade escolar. Devemos considerar também que os alunos matriculados na educação infantil não possuem autonomia de ir à escola e retornarem desta sozinhos, assim, obrigatoriamente devem ser conduzidos por um responsável. Contabilizando o aluno e o responsável, as unidades atendem por dia, direta e indiretamente, algo em torno de 782 usuários que circulam na escola, durante as doze horas de funcionamento diário (levando e trazendo os alunos, fazendo reclamações/sugestões, solicitando informações e/ou documentos para programas sociais: renda mínima, bolsa família, transporte escolar gratuito, programa leve leite etc.).

A priori, nós identificamos uma lacuna na literatura científica brasileira no que tange à investigação da QV e do estresse, especificamente em Diretores de Escolas que, de certa forma, este estudo indica possibilidades de preenchimento.

Os resultados desta pesquisa apontaram que, em geral, os diretores de escola pública do estado de São Paulo apresentam déficits na QV no que diz respeito ao nível físico, psicológico, relações sociais e ambiente de trabalho. Estes dados se correlacionaram com altos níveis de estresse percebido nas áreas supracitadas.

No que diz respeito a qualidade de vida, envolve a percepção do indivíduo com relação à sua posição na vida, contexto cultural e sistema de valores nos quais este vive. Tal percepção se baseia nos objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

A prevalência de problemas físicos e mentais tem sido alta entre profissionais de gestão pública escolar e tem sido um problema mental de saúde pública (PIOLLI; HELOANI; SILVA, 2013). Alguns estudos têm apresentado estresse excessivo entre estes profissionais

e isto impactado a QV em diversas áreas da suas vidas. Assim, avaliar a QV e o nível de estresse de diretores e professores de escola é importante porque afeta não somente a estes como também influencia o aprendizado e desenvolvimento pedagógico dos alunos. Assim sendo, professores e diretores precisam de boa QV e redução de estresse, a fim de impactar os seus alunos de forma positiva (PIOLLI; HELOANI; SILVA, 2013; DABIRAN; KHAJEHNASIRI; VARZDAR; BEHESHTI, 2018; TABELÃO; TOMASI; NEVES, 2011).

Conforme apresentado em nosso estudo, Diretores de escola têm alta demanda de trabalho e, em alguns casos, ainda acumulam o papel de docente, além da crescente competitividade e receberem a responsabilidade pelo sucesso ou fracasso dos resultados educacionais. Esta sobrecarga pode levar à tensão e fadiga e impactar negativamente as suas atitudes e tomadas de decisão, aumentar a ansiedade e e diminuir a capacidade de lidar com os problemas, tanto acadêmicos quanto familiares entre outros. Além disso pode reduzir a atenção, levar a comportamentos de agressividade, problemas de sono, depressão e doenças cardiovasculares (DABIRAN; KHAJEHNASIRI; VARZDAR; BEHESHTI, 2018; TABELÃO; TOMASI; NEVES, 2011; PIOLLI; HELOANI; SILVA, 2013).

Outro ponto importante é que a falta de boa QV, estresse elevado, fatores psicossociais e ambientais podem levar o profissional ao absenteísmo ou abandono da profissão, mesmo para aqueles que persistem e se mantêm cercados por estes fatores estressores por longo tempo, pois podem ter Síndrome de Bornout e, da mesma forma, se afastarem das atividades profissionais (FERNANDES; ROCHA, 2009; PIOLLI; HELOANI; SILVA, 2013).

Neste escopo, outros autores têm ressaltado que dentre outras variáveis, a quantidade elevada de alunos por turma é preditora do sofrimento mental docente, bem como a síndrome de Burnout (ROSSO; CAMARGO, 2001; GOMES et al., 2010; CARLOTTO, 2014). O que de certa forma, parece razoável deduzir que equipamentos escolares com menor fluxo de usuários possibilitam um atendimento mais qualificado, bem como promovem aos funcionários uma rotina menos estressante. Este apontamento nos leva a pensar que estudos futuros, considerando essa variável, possam produzir dados importantes a serem inseridos nos processos de gestão escolar.

Referente ao nosso estudo, na autoavaliação que os Diretores de Escolas fazem de suas rotinas de trabalho, a expressiva maioria (entre “quase sempre” e “sempre”), afirmou que chega mais cedo ou sai mais tarde do expediente ao qual é remunerado. A maior parte (numa variação entre “quase sempre” e “sempre”) faz o uso fora do expediente de trabalho dos dispositivos tecnológicos – celular, mensagens, e-mails e similares – para tratar de assuntos de interesse da unidade educacional. Além do mais, mesmo após encerrar o expediente, a maioria (alternando entre “quase sempre” e “sempre”) leva serviços para casa e/ou continuam com preocupações com questões relativas à direção.

Quando comparada a rotina dos gestores escolares com a de executivos, podemos estabelecer um elo a partir da literatura. Estudo anterior já tratava a respeito do dia a dia de executivos que estes apresentavam dificuldades de concluir os serviços dentro do expediente normal e, por extensão, acabavam levando serviços para casa e/ou pensando no trabalho durante o tempo livre (ECHEVESTE et al., 1999). Por todos estes aspectos, guardadas as devidas proporções, nota-se que há similaridades entre a rotina dos executivos e os resultados revelados em relação aos gestores escolares respondentes deste estudo. Este apontamento possivelmente apresenta importante associação com os resultados pouco adequados, tanto da avaliação da qualidade de vida quanto em relação a percepção do estresse.

Conforme preconizado na Carta de Ottawa de 1986, o tema qualidade de vida apresenta estreita proximidade com promoção de saúde, sendo esta definida como um processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da qualidade de vida e saúde. Para alcançar um estado de completo bem-estar biopsicossocial os indivíduos e seus respectivos grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e transformar positivamente o meio ambiente.

Compactuando com a linha de fundamentação do The Whoqol Group, que contempla a QV como a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações, dois importantes aspectos devem ser considerados no que diz respeito a esta variável. O primeiro é relativo ao índice

geral da QV e o segundo é em relação aos domínios do WHOQOL-bref. Quanto ao primeiro aspecto, embora se tenha observado que um pouco menos da metade da amostra considerou índice geral da avaliação da qualidade de vida boa quanto aos níveis, no entanto, ao observarmos que a média geral, comparada a outros estudos se apresenta de forma acentuadamente inferior. Por exemplo, Silva, Soares, Santos e Silva (2014) ao estimarem o ponto de corte para o WHOQOL-bref como preditor da qualidade de vida em idosos encontrou uma média superior a 60 de escore. Dado semelhante foi observado por Trigueiro, Lucena e Aragão (2011), os quais avaliaram o índice de qualidade de vida de cuidadores de pessoas com deficiência física. Destaca-se que, como já foi ressaltado anteriormente, o número de estudos sobre a QV utilizando o WHOQOL-bref em professores que atuam como diretores é praticamente nulo.

Mesmo buscando dados apenas na condição de professor, estes também não são expressivos. Temos apenas o trabalho realizado por Vaz (2011), no qual avaliou a qualidade de vida de 154 professores da rede pública de São Bernardo do Campo, com tendência classificatória de regula. Dado semelhante foi encontrado no estudo de Rosso e Camargo (2001), os quais analisaram as representações sociais das condições de trabalho que causariam desgastes em professores da rede estadual do Paraná. Segundo estes autores o desinteresse, o desrespeito, a indisciplina e as salas lotadas se configuraram como as situações que mais desgastam os docentes em seu trabalho.

Em um estudo de investigação da associação entre aspectos psicossociais do trabalho e prevalência de distúrbios psíquicos em professores da educação infantil e do ensino fundamental no Estado da Bahia (PORTO; CARVALHO; OLIVEIRA, 2006), os resultados demonstraram que os professores com trabalho de alta exigência apresentaram prevalência 1,5 vez maior que os com trabalho de baixa exigência. Além disso, constatou-se que quase a metade da amostra estudada apresenta transtornos psíquicos. Como discutido anteriormente, embora estes estudos revelem dados quanto aos aspectos psicológicos na categoria de professores, não há dados em relação aos diretores quanto a QV. Este achado vem ao encontro da relevância deste estudo com esta população específica.

Quanto ao segundo aspecto observado pela aplicação do WHO-QOL-bref os resultados de todos os participantes desse estudo foram significativamente abaixo da média das pessoas saudáveis que integraram a amostra para normatização do referido instrumento na realidade brasileira (FLECK et al., 2000). De forma semelhante ao índice geral da QV, não temos estudos com parâmetros da mesma categoria profissional para compararmos com os nossos resultados. Sendo assim, nos leva destacar estudos com outras categorias profissionais, apenas para destacarmos a baixa QV em Diretores de Escolas: profissionais da saúde em hospital (SANTANA et al., 2014); população geral como recurso para promoção de saúde (GOMES; HAMANN; GUTIERREZ, 2014) e sobre a avaliação da qualidade de vida de médicos da atenção básica (OLIVARES; BONITO; SILVA, 2015).

O que nos chama a atenção é que as categorias supracitadas, pela natureza de suas práticas, tendem a expressar inadequações quanto a QV. No entanto, a amostra do nosso estudo, ainda se apresentou significativamente abaixo nos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente do WHOQOL-bref. Dado este que indubitavelmente revela uma problemática importante no contexto escolar, quanto aos gestores, ao passo que impõe a necessidade de novos estudos para verificar este parâmetro em outros centros em relação a QV de Diretores de Escolas.

Resultado semelhante observamos quanto a percepção do estresse, ou seja, um percentual significativo de diretores notificou índice elevado. Este dado tem sido corroborado na literatura, mesmo que pelo uso de outros instrumentos como no estudo de Lipp (2013), que realizou uma pesquisa on-line, intitulada “Stress no Brasil” com 2.195 brasileiros adultos respondentes. O estudo indicou que um terço dos entrevistados percebe que o seu nível de estresse está no extremo.

Nossos dados também corroboram a presença de estresse pelo uso da PSS-14, em diferentes populações: idosos, professores, profissionais de saúde dentre outros (SIMONETTI et al., 2013; MACHADO et al., 2014; FARO, 2015). Paralelamente, encontramos relevantes pesquisas internacionais (SILVA; KELLER; COELHO, 2013; AGAI-DEMJAHA; BISLIMOVSKA; MIJAKOSKI, 2015; CHIU et al., 2016). O nível de estresse percebido elevado, passa a ser uma variável

importante, uma vez que quanto maior presença deste aspecto, pior fica a qualidade de vida dos diretores avaliados.

Autores têm destacado o que chamam de tarefas ilegítimas ou tarefas desnecessárias, classificadas como desafiadoras, ineficientes e carentes de organização que sobrecarregaram professores e aumenta o risco de estresse (FLECK et al., 2000). Neste contexto, podemos também pensar o quanto a função de Diretor, não se depara diuturnamente com “tarefas desnecessárias”. Dessa forma, nossos resultados sugerem que o conceito de Escolas Promotoras, ou “ambientes” promotores de saúde, de fato, necessitam de forma urgente transcender da teoria para uma prática, como um processo capaz de minimizar os prejuízos na QV e nível de estresse de Diretores de Escolas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao iniciarmos esta pesquisa imaginamos que haveria um número de participantes maior do que obtivemos, o que se caracteriza como um fator de limitação. No entanto, mesmo com um número de participante abaixo do que desejávamos, pudemos constatar que os Diretores de Escolas, participantes desta pesquisa, evidenciaram, em sua maioria, dados preocupantes, apresentando: elevados graus de percepção de estresse; inferiores níveis de Qualidade de Vida Geral e seus respectivos domínios (Físico, Relações Sociais, Psicológico e Meio Ambiente) e desgastante rotina de trabalho, devido à sobrecarga de caráter eminentemente burocrático.

Este trabalho identificou uma escassez de estudos sobre QV e estresse em Diretores de Escolas, além do que, a QV se apresentou significativamente baixa, bem como a percepção da presença do estresse em quase metade da amostra estudada

Este estudo não teve conflito de interesses.

REFERÊNCIAS

AGAI-DEMJAHA, T.; BISLIMOVSKA, J. K.; MIJAKOSKI, D. Level of Work Related Stress among Teachers in Elementary Schools. **Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences**, v. 3. n. 3, 484-488, 2015.

CAMELO, S. H. H.; ANGERAMI, E. L. S. Riscos psicossociais no trabalho que podem levar ao estresse: uma análise da literatura. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 7, n. 2, p. 232-240, 2008.

- CARLOTTO, M. S. Prevenção da síndrome de burnout em professores: um relato de experiência. **Mudanças – Psicologia da Saúde**, v. 22, n. 1, p. 31-39, 2014.
- CHE, X. X. E.; ZHOU, Z. E.; KESSLER, S. R.; SPECTOR, P. E. Stressors beget stressors: The effect of passive leadership on employee health through workload and work–family conflict. **Work & Stress**, v. 31, n. 4, p. 338-354, 2017.
- CHIU, Y-H.; LU, FJ-H.; LIN, J-H.; NIEN, C-L.; HSU, Y-W.; LIU, H-Y. Psychometric properties of the Perceived Stress Scale (PSS): measurement invariance between athletes and non-athletes and construct validity. **PeerJ**, v. 4, n. e2790, p. 1-20, 2016.
- COSTA, L. S.; GIL-MONTE, P. R.; POSSOBON, R. D. F.; AMBROSANO, G. M. Prevalência da Síndrome de *Burnout* em uma amostra de professores universitários brasileiros. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 26, n. 4, p. 636-642, 2013.
- DABIRAN, S.; KHAJEHNASIRI, F.; VARZDAR, F.; BEHESHTI, M. D. Assessment of Quality of Life of the Teachers in Girl's High School Compared to General Population in Iran. **Annals of Medical and Health Sciences Research**, v. 8, p. 170-173, 2018.
- DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: processo, fatores de risco e consequências. **Psicologia em Estudo**, v. 19, n. 4, p. 741-752, 2014.
- ECHAVESTE, S.; VIEIRA, B.; VIANA, D.; TREZ, G.; PANOSSO, C. Perfil do executivo no mercado globalizado. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 3, n. 2, p. 167-186, 1999.
- FARO, A. Análise Fatorial Confirmatória das Três Versões da Perceived Stress Scale (PSS): Um Estudo Populacional. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 28, n. 1, p. 21-30, 2015.
- FAUPEL, S.; OTTO, K.; KRUG, H.; KOTTWITZ, M. U. Stress at School? A Qualitative Study on Illegitimate Tasks during Teacher Training. **Frontiers in Psychology**, v. 7, n. 1410, p. 1-12, 2016.
- FERREIRA, M.; ALVES, L.; TOSTES, N. Gestão de qualidade de vida no trabalho no serviço público federal: o descompasso entre problemas e práticas gerenciais. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 25, n. 3, p. 319-327, 2009.
- FERREIRA, R. C. A.; VIEIRA, A. M. Trabalho docente e tecnologias da educação: mediação e confluência. **Revista de Tecnologia Aplicada**, v. 2, n. 3, p. 46-62, 2013.
- FERNANDES, M. H.; ROCHA, V. M. Impact of the psychosocial aspects of work on the quality of life of teachers. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 31, n. 1, p. 15-20, 2009.
- FLECK, M. P. A.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E.; VIEIRA, G. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". **Revista de Saúde Pública**, v. 34, n. 2, p. 178-83, 2000.
- FUNDAÇÃO VICTOR CIVITA. **Perfil dos diretores escolares**. Estudos e pesquisas educacionais, 2015. Disponível em: <<http://www.fvc.org.br/estudos-e-pesquisas/avulsas/estudos1-5-gestao-escolar-escolas.shtml>>. Acesso em: 12 dez. 2017.
- GOMES, A. R.; MONTENEGRO, N.; PEIXOTO, A. M. B. C.; PEIXOTO, A. R. B. C. Stress ocupacional no ensino: um estudo com professores dos 3º ciclo e ensino secundário. **Psicologia & Sociedade**, v. 22, n. 3, p. 587-597, 2010.

GOMES, J. R. A. A.; HAMANN, E. M.; GUTIERREZ, M. M. U. Aplicação do WHOQOL-bref em segmento da comunidade como subsídio para ações de promoção da saúde. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 17, n. 2, p. 495-516, 2014.

GOULART JÚNIOR, E.; LIPP, M. E. N. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. **Psicologia em Estudo**, v. 3, n. 4, p. 847-857, 2008.

HELOANI, J. R. M.; SILVA, E. P. Sofrimento e heteronomia : Reflexões críticas sobre as políticas de (pseudo) valorização do trabalho do diretor de escola, **Comunicações - Piracicaba**, n. 2, p. 117-132, 2013.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo 2010**. Disponível em: <<http://censo2010.ibge.gov.br>>. Acesso em: 12 jan. 2017.

LIPP, M. E. N. Instituto de Psicologia e Controle do Stress. **Stress no Brasil**, 2013. Disponível em: <<http://www.estresse.com.br/pesquisas>>. Acesso em: 12 jan. 2018.

MACHADO, W. L.; DAMÁSIO, B. F.; BORSA, J. C.; SILVA, J. P. Dimensionalidade da Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale, PSS-10) em uma Amostra de Professores. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 27, n. 1, p. 38-43, 2014.

MESQUITA, A. A.; GOMES, J. L.; GONDIM, L.; SOUZA, S. B. Estresse e síndrome de Burnout em professores: Prevalência e causas. **Psicologia Argumento**, v. 31, n. 75, p. 627-635, 2013.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO/SECRETARIA DE EDUCAÇÃO BÁSICA. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Brasília, 2010.

OLIVARES, A.; BONITO, J.; SILVA, R. Qualidade de vida no trabalho dos médicos da atenção básica no estado de Roraima (Brasil). **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 16, n. 1, p. 100-111, 2015.

PARO, V. H. A educação, a política e a administração: reflexões sobre a prática do diretor de escola. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v.36, n. 3, p. 763-778, 2010.

PASCHOAL, J. D.; MACHADO, M. C. G. A história da infância no Brasil: avanços, retrocessos e desafios dessa modalidade educacional. **Revista HISTEDBR On-line**, v. 33, p. 78-95, 2009.

PORTO, L. A.; CARVALHO, F. M.; OLIVEIRA, N. F. Associação entre distúrbios psíquicos e aspectos psicossociais do trabalho de professores. **Revista de Saúde Pública**. v. 40, n. 5, p. 818-26, 2006.

REIS, R. S.; HINO, A. A. F.; RODRIGUES, C. R. Perceived Stress Scale: Reliability and Validity Study in Brazil. **Journal of Health Psychology**, v. 15, n. 1, p. 107-114, 2010.

ROSSO, A. J.; CAMARGO, B. V. As representações sociais das condições de trabalho que causam desgaste aos professores estaduais paranaenses. **Educação Temática Digital**, v. 13, n. 1, p. 269-289, 2001.

SAMPAIO, J. R. **Qualidade de vida no trabalho: perspectivas e desafios atuais**. **Revista Psicologia, Organizações e Trabalho**, v.12, n.1, p. 121-136, 2012.

SANTANA, V. S.; FEITOSA, A. G.; GUEDES, L. B. A.; SALES, N. B. B. Qualidade de vida dos profissionais em ambiente hospitalar. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 4, n. 1, p. 35-46, 2014.

SANTIAGO, D. P.; PINTO, A. P.; DOSEA, G. S.; MOCCELLIN, A. S.; SILVEIRA, N. A. Estresse laboral em professores de Lagarto-SE. **Motricidade**, v. 12, n. S2, p. 76-80, 2016.

- SANTOS, M. P. G.; SILVA, K. K. D. Níveis de estresse e qualidade de vida de professores do ensino superior. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 7, n. 4, p. 656-668, 2017.
- SANTOS, N. P.; MARINHO, F. P.; LIMA, K. Y. M.; RODRIGUES, C. C. F. M.; SANTOS, V. E. P. Docência universitária e estresse: estressores nos cursos de enfermagem e medicina. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 6, n. 1, p. 61-70, 2016.
- SILVA, A. M. B.; KELLER, B.; COELHO, R. W. Associação entre pressão arterial e estresse percebido. **Journal of the Health Sciences Institute**, v. 31, n. 1, p. 75-8, 2013.
- SILVA, P. A. B.; SOARES, S. M.; SANTOS, J. F. G.; SILVA, L. B. Cut-off point for WHOQOL-bref as a measure of quality of life of older adults. **Revista de Saúde Pública**, v. 48, n. 3, p. 390-397, 2014.
- SILVEIRA, K. A.; ENUMO, S. R. F.; DE PAULA, K. M. P.; BATISTA, E. P. Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura. **Educação em Revista**, v. 30, n. 4, p. 15-36, 2014.
- SIMONETTI, S. H.; DEDINI, M. F. A.; BIANCHI, E. R. F.; MIYAHARA KOBAYASHI, R. M. Avaliação do estresse de enfermeiros assistenciais no ensino à distância. **Journal of Health Informatics**, v. 5, n. 3, p. 86-90, 2013.
- SIMPLÍCIO, S. D.; ANDRADE, M. S. Compreendendo a questão da saúde dos professores da Rede Pública Municipal de São Paulo. **Psico**, v. 42, n. 2, p. 159-167, 2011.
- SOUTO, D. F. **Saúde no trabalho: uma revolução em andamento**. Rio de Janeiro: SENAC, 2004.
- SOUZA, M. C.; GUIMARÃES, A. C. A.; ARAUJO, C. C. R. Estresse no trabalho em professores universitários. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 35, n. 11, p. 1-8, 2013.
- TABELEÃO, V. P.; TOMASI, E.; NEVES, S. F. Quality of life and burnout among public high school and primary school teachers in Southern Brazil, **Caderno de Saúde Pública**, v. 27, n. 12, 2401-2408, 2011.
- TOSTES, M. V.; ALBUQUERQUE, G. S. C.; SILVA, M. J. S.; PETTERLE, R. R. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde Debate**, v. 42, n. 16, p. 87-99, 2018.
- TRIGUEIRO, L. C. L.; LUCENA, N. M. G.; ARAGÃO, P. O. R. Perfil sociodemográfico e índice de qualidade de vida de cuidadores de pessoas com deficiência física. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 18, n. 3, p. 223-227, 2011.
- VAZ, C. P. S. **Qualidade de vida de professores da rede pública de São Bernardo do Campo**. 79 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2011.
- VIEIRA, A. M.; MENDONÇA NETO, O. R.; ANTUNES, M. T. P. Aspectos da resistência na atividade docente. **Educação e Pesquisa**, v. 41, p. 743-756, 2015.

Recebido em: 2-3-2019

Aprovado em: 23-10-2019

Avaliado pelo sistema double blind review.

Editor: Coordenação do PPGA/UMESP

Disponível em <http://mjs.metodista.br/index.php/roc>