

## DOCÊNCIA E EXAUSTÃO EMOCIONAL

EDUARDO J. F. BORGES DOS REIS\*

TÂNIA MARIA DE ARAÚJO\*\*

FERNANDO MARTINS CARVALHO\*\*\*

LEONARDO BARBALHO\*\*\*\*

MANUELA OLIVEIRA E SILVA\*\*\*\*\*

*RESUMO:* Um estudo epidemiológico transversal com todos os 808 professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista, Bahia, encontrou elevadas prevalências de queixas de cansaço mental (70,1%) e de nervosismo (49,2%). Diversos fatores de risco associaram-se a cansaço mental e a nervosismo: idade  $\geq 27$  anos, ser mulher, ter filhos, escolaridade média, lecionar  $\geq 5$  anos, vínculo de trabalho estável, trabalho em zona urbana, carga horária semanal  $\geq 35$ h, renda  $\geq 360$  reais, sobrecarga doméstica média/alta, não ter atividades de lazer, alta demanda no trabalho e baixo suporte social. A classificação do trabalho docente, segundo o Modelo Demanda-Controle de Karasek, revelou os quadrantes “baixa exigência” (40,3%) e “trabalho ativo” (39,7%), ambos com alto controle das atividades por

---

\* Doutor em Saúde Pública, Departamento de Medicina Preventiva da Faculdade de Medicina da Universidade Federal da Bahia (UFBA). *E-mail:* eduardofreis@uol.com.br

\*\* Doutora em Saúde Pública, Departamento de Saúde da Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS).

\*\*\* Doutor em Saúde Pública, Departamento de Medicina Preventiva da Faculdade de Medicina da UFBA.

\*\*\*\* Estudante da Faculdade de Medicina da UFBA.

\*\*\*\*\* Estudante da Faculdade de Medicina da UFBA.

Os autores agradecem os recursos financeiros recebidos do Sindicato dos Professores da Rede Particular de Ensino do Estado da Bahia, do Sindicato Municipal do Magistério Público de Vitória da Conquista, das Secretarias da Saúde e da Educação e da Câmara Municipal de Vereadores de Vitória da Conquista (BA).

parte dos professores. Professores em trabalho de “alta exigência” e “trabalho ativo” apresentaram prevalências de cansaço mental e de nervosismo mais elevadas que aqueles de “baixa exigência”.

*Palavras-chave:* Saúde dos professores. Mal-estar docente. *Burnout* e magistério. Trabalho docente. Ensino e saúde.

#### TEACHING AND EMOTIONAL EXHAUSTION

*ABSTRACT:* An epidemiological cross-sectional study among the 808 teachers from Vitória da Conquista, State of Bahia, Brazil, revealed that most of them complained of mental tiredness (70,1%) and nervousness (49,2%). Several risk factors were statistically associated with mental tiredness and nervousness: age  $\geq$  27 years, being female, having children, having secondary education, teaching for  $\geq$  5 years, stable job, working in urban areas, weekly work hours  $\geq$  35 hours, income  $\geq$  BRL 360 ( $\pm$  USD 185), medium/high domestic overload, having no leisure activity, high psychological demand at work and low social support. According to Karasek's demand-control model, teachers' work was classified in the “low strain” (40.3%) and “active work” (39.7%) quadrants, both with high control of activities by teachers. Teachers with “high strain” and “active work” presented higher prevalence of mental tiredness and of nervousness than those with “low strain” jobs.

*Keywords:* Teachers' health. Teaching discomfort. Burnout and Teachers. Teaching work. Education and health.

## Introdução

As situações de estresse e as suas conseqüências sobre a saúde humana constituem objeto de inúmeros estudos em todo o mundo, havendo múltiplas correntes teóricas de compreensão desse fenômeno. Denomina-se estresse ocupacional aquele oriundo do ambiente de trabalho, embora não exista consenso quanto à sua definição entre os diversos pesquisadores desse assunto (Lipp, 2002). A quantidade de estresse que cada pessoa experimenta pode ser modulada por fatores como experiência no trabalho, nível de habilidade, padrão de personalidade e auto-estima.

O estresse é um estado geral de tensão fisiológica e mantém relação direta com as demandas do ambiente. O estresse ocupacional

constitui experiência extremamente desagradável, associada a sentimentos de hostilidade, tensão, ansiedade, frustração e depressão, desencadeados por estressores localizados no ambiente de trabalho. Os fatores contribuintes para o estresse ocupacional vão desde as características individuais de cada trabalhador, passando pelo estilo de relacionamento social no ambiente de trabalho e pelo clima organizacional, até as condições gerais nas quais o trabalho é executado (Lipp, 2002).

Ensinar é uma atividade em geral altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional dos professores. Dentre as repercussões mais relatadas destacam-se doenças cardiovasculares, distúrbios advindos do estresse, labirintite, faringite, neuroses, fadiga, insônia e tensão nervosa (OIT, 1981; Kyriacou & Pratt, 1985; Cooper, 1996). O estresse ocupacional pode ser constatado entre os docentes pelos seus problemas de saúde e pela redução na frequência ao trabalho. Fatores psicológicos ligados ao estresse docente incluem ansiedade, depressão, irritabilidade, hostilidade e exaustão emocional (Capel, 1987).

No Brasil há relativa escassez de estudos sobre a saúde do professor em comparação com trabalhadores de outras profissões (Araújo et al., 2003a). Dois importantes estudos nesta área foram feitos por Codo (1999), enfocando saúde mental, e Silvany-Neto et al. (2000), envolvendo processo e condições de trabalho e as repercussões sobre a saúde do educador. O estudo de Codo (1999) sobre a saúde mental dos professores de primeiro e segundo grau em todo o país abrangeu 1.440 escolas e 30.000 professores, e revelou que 26% dos professores estudados apresentavam exaustão emocional. A desvalorização profissional, baixa auto-estima e ausência de resultados percebidos no trabalho desenvolvido foram fatores associados ao quadro encontrado. O estudo de Silvany-Neto et al. (2000) envolveu amostra representativa dos professores da rede particular de ensino de Salvador, abarcando 58 escolas e 573 professores. As condições de trabalho negativas mais referidas foram esforço físico elevado (78,8%), exposição à poeira e ao pó de giz (62%) e fiscalização contínua do desempenho (61,9%). As cinco queixas mais frequentes de saúde foram dor de garganta, dor nas pernas, dor nas costas, rouquidão e cansaço mental. A prevalência de distúrbios psíquicos menores foi de 20,3%. Os estudos anteriormente citados revelam elevado nível de estresse associado ao trabalho entre os educadores e deram visibilidade aos problemas de saúde no grupo ocupacional docente.

## Nervosismo e cansaço mental como componentes da exaustão emocional

A partir da década de 1970, a literatura científica apresentou crescente uso do termo inglês “*burn-out*” ou “*burnout*”. O termo “*burnout*” refere-se, de forma geral, aos aspectos negativos do trabalho capazes de produzir redução da condição mental dos trabalhadores. Anteriormente, outros termos foram também vastamente utilizados para se referir a situação semelhante, como “alta exigência”, “astenia neurocirculatória” e “fadiga industrial” (Pereira, 2002).

*Burnout* corresponde à resposta emocional a situações de estresse crônico em razão de relações intensas – em situações de trabalho – com outras pessoas, ou de profissionais que apresentam grandes expectativas com relação a seu desenvolvimento profissional e dedicação à profissão; no entanto, em decorrência de diferentes obstáculos, não alcançaram o retorno esperado (Limongi & Rodrigues, 1999). O Ministério da Saúde do Brasil (Brasil, 2001) reconhece a “Síndrome de *Burn-out* ou Síndrome do Esgotamento Profissional” como um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho, que afeta principalmente profissionais da área de serviços ou cuidadores, quando em contato direto com os usuários, como os trabalhadores da educação, da saúde, policiais, assistentes sociais, agentes penitenciários, professores, entre outros.

A síndrome de *burnout* envolve três dimensões: despersonalização (sentimento de indiferença), reduzida realização profissional (sentimento de insuficiência e fracasso profissional) e exaustão emocional (sentimento de esgotamento tanto físico como mental, sentimento de não dispor de energia para qualquer tipo de atividade) (Maslach & Jackson, 1981).

Laurell & Noriega (1989) definem cansaço mental como perda da capacidade potencial ou efetiva, corporal e psíquica. Para Doray (1981), o cansaço mental está vinculado à alienação do trabalho. De acordo com esse autor, há no trabalho alienado uma utilização deformada e deformante das potencialidades psíquicas. Essa utilização deformante implica transformação negativa com perda de um estado psíquico anterior, mais satisfatório e valorizado, com o surgimento posterior de um novo estado mental, o cansaço mental.

O nervosismo (irritabilidade) é uma manifestação psíquica que surge posteriormente ao estado de cansaço mental, o qual em última

instância se relaciona também ao processo de desgaste advindo do processo de trabalho (Seligmann-Silva, 1994).

Na literatura internacional, *burnout* tem sido pesquisado com maior intensidade entre professores do que entre outros grupos ocupacionais, o que parece indicar que o trabalho docente seja aquele que oferece condições mais propícias ao seu desenvolvimento (Cherniss, 1980; Taris et al., 2001). A síndrome começa com uma sensação de inquietação que aumenta à medida que a alegria de lecionar gradativamente vai desaparecendo. O *burnout* instala-se muitas vezes a partir de expectativas elevadas e não realizadas. Pessoas que trabalham em profissões sociais são frequentemente dotadas de grande idealismo, desejam intensamente ajudar aos outros, e esperam ter um alto grau de liberdade pedagógica, no caso dos professores; em contrapartida, esperam o reconhecimento pelo seu engajamento (Lipp, 2002).

Para Begley (1998), o cansaço mental e o nervosismo são as respostas emocionais ao estresse referidas com mais frequência. Essas reações não apenas afetam o professor, mas também a qualidade final da educação. Nervosismo é uma reação ao estresse e está associado aos sentimentos de esgotamento, impaciência e frustração que emergem da experiência individual de contrariedade em exercer seu trabalho.

Nas pesquisas em professores do Estado da Bahia, realizadas por Silvany-Neto et al. (2000), Wernick (2000), Paranhos (2001) e Delcor et al. (2004), a queixa de cansaço mental foi a de maior prevalência, afetando respectivamente 39,6%, 44,6%, 73,3% e 59,2% dos entrevistados. Nota-se que nesses estudos estavam incluídas as queixas físicas, como rouquidão, dor nos membros superiores e varizes. A queixa de nervosismo também sempre esteve presente entre as mais importantes queixas dos professores.

## O Modelo Demanda-Controle

O Modelo Demanda-Controle é um modelo bidimensional desenhado por Robert Karasek para avaliar aspectos psicossociais do trabalho (Karasek & Theörell, 1990). Esse modelo relaciona os níveis de controle do trabalhador sobre o próprio trabalho e de demandas psicológicas oriundas do ambiente laboral e as repercussões sobre a estrutura psíquica e orgânica dos trabalhadores. Demanda psicológica corres-

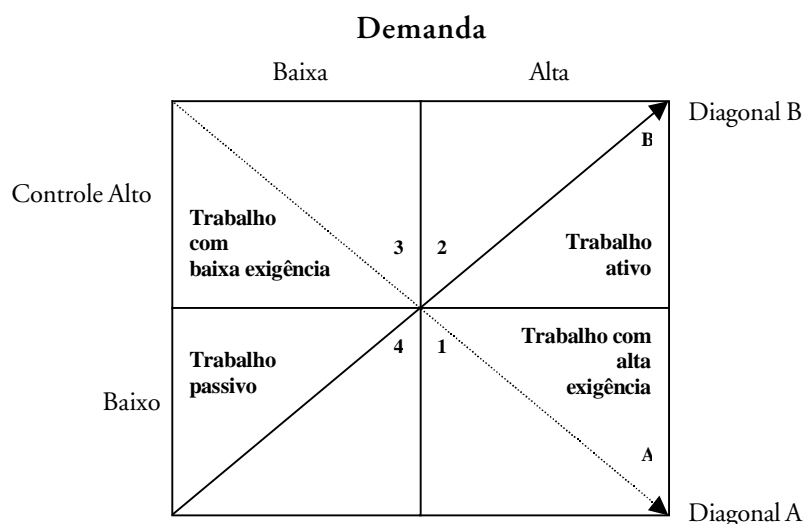
ponde a situações de trabalho em que o trabalhador é exigido psiquicamente: concentração intensa, pressão do tempo para realização de tarefas, ritmo e volume de tarefas a serem realizadas. O controle envolve duas dimensões: 1) uso de habilidades: criatividade, aprendizado de coisas novas, tarefas diferentes e desenvolvimento de habilidades especiais; e 2) autoridade decisória: liberdade de decidir como fazer as tarefas, possibilidade de opinar sobre o trabalho e de influenciar a política gerencial (Karasek & Theörell, 1990). O modelo prevê a avaliação simultânea de níveis de controle e de demanda, conformando situações de trabalho específicas. Ao combinar níveis de demanda e controle, diferentes situações de trabalho são constituídas: 1) alta exigência: combinando alta demanda e baixo controle; 2) trabalho ativo: combinando alta demanda e alto controle; 3) trabalho passivo: combinando baixa demanda e baixo controle; e 4) baixa exigência: combinando baixa demanda e alto controle.

Graficamente, o Modelo Demanda-Controle é representado por quadrantes atravessados por dois eixos diagonais: 1) a diagonal A seria o risco de sofrimento físico e psíquico, ou seja, as reações adversas das exigências psicológicas, em sua maioria, tais como fadiga, ansiedade, depressão e doença física, ocorrem quando a *demanda do trabalho é alta e o grau de controle do trabalhador sobre o trabalho é baixo* (quadrante 1) (Karasek & Theörell, 1990); e 2) a diagonal B seria o vetor mais saudável, psíquica e fisicamente. O Modelo Demanda-Controle tem sido amplamente utilizado na área da saúde para avaliar diferentes agravos: doenças cardiovasculares, aborto, doenças osteomusculares e depressão (Araújo et al., 2003b).

O Modelo Demanda-Controle assume causalidade sociológica, uma vez que defende que as ações para promoção à saúde no trabalho devem ser direcionadas às mudanças na organização do trabalho e não nos comportamentos individuais. Ou seja, a organização do trabalho é suposta como a instância determinante do grau de demanda psicológica e de controle. Assim, é exatamente nesse nível de determinação que devem ser realizadas as intervenções destinadas à melhoria das condições de saúde no ambiente laboral (Karasek & Theörell, 1990).

O presente estudo tem como finalidade a avaliação das características do trabalho docente que podem estar associadas a dois tipos de efeitos negativos sobre a saúde docente: cansaço mental e nervosismo. Portanto, os objetivos deste estudo são: 1) determinar as frequências de

**Figura 1**  
(Representação gráfica do Modelo Demanda-Controle)



Fonte: Karasek & Theorell (1990).

cansaço mental e de nervosismo entre professores da Rede Municipal de Ensino Fundamental de Vitória da Conquista e 2) identificar fatores de risco para as ocorrências de cansaço mental e de nervosismo entre os professores.

### Metodologia

Foi realizado um estudo epidemiológico de corte transversal na cidade de Vitória da Conquista, Bahia. Com base na listagem das escolas da Rede Municipal de Ensino, fornecida pela Secretaria Municipal de Educação, foi feito um censo abrangendo cerca de 219 escolas (186 na zona rural e 33 na zona urbana) e 20 creches. A Rede totalizava 1.058 professores. A Rede Municipal de Ensino abrange o Ensino Fundamental (pré-escola e os anos escolares de 1ª a 8ª série). Foram incluídos neste estudo todos os professores em efetivo exercício profissional,

independente do tipo de vínculo empregatício. Foram excluídos professores de educação física, xadrez, informática e línguas estrangeiras. Estes profissionais foram excluídos por desempenharem atividades de ensino com características bastante diferenciadas das atividades docentes mais tradicionais; em geral, envolvem menor carga horária e dinâmicas de ensino diferenciadas.

Para coleta de dados foi utilizado um formulário auto-aplicado com seis blocos de questões: I – Identificação do professor; II – Características gerais das atividades do professor na escola no qual ele lecionava; III – Aspectos psicossociais do trabalho (utilizando o *Job Content Questionnaire* – JCQ); IV – Saúde do professor (queixas de sintomas de saúde física); V – Saúde ocupacional (acidentes de trabalho e doenças do trabalho); e VI – Atividades domésticas.

O *Job Content Questionnaire* (JCQ) é um instrumento utilizado para avaliar as dimensões do Modelo Demanda-Controle. No Brasil, a versão em português, traduzida e adaptada por Araújo et al. (2003b), possui 49 questões: 17 sobre controle, 9 sobre demandas psicológicas, 5 sobre demandas físicas, 11 sobre suporte social, 6 sobre insegurança no trabalho e uma sobre nível de qualificação requerido para a atividade de trabalho realizada. Neste estudo foram avaliadas as seguintes escalas do JCQ: controle do professor sobre o seu trabalho, as demandas psicológicas e o suporte social recebido para realizar as atividades docentes. As três escalas utilizadas foram dicotomizadas em dois grupos: baixo e alto controle, baixa e alta demanda e alto e baixo suporte social. Os quadrantes do Modelo Demanda-Controle foram construídos a partir da combinação de níveis de baixo/alto controle e baixa/alta demanda em: baixa exigência (alto controle/baixa demanda), trabalho passivo (baixo controle/baixa demanda), trabalho ativo (alto controle/alta demanda) e alta exigência (baixo controle/alta demanda).

O indicador de sobrecarga doméstica (Aquino, 1996) é o somatório dos valores dos escores correspondentes a quatro tarefas domésticas básicas: cozinhar, limpar, lavar e passar roupa, ponderado pelo número de moradores na casa, exceto a própria ( $N - 1$ ). Cada uma das variáveis relativas às tarefas domésticas foi referida em uma escala ordinal, de 1 a 5. Posteriormente, foi criada uma variável ordinal por intermédio dos tercios do indicador de sobrecarga doméstica, chamados de sobrecarga baixa, média e alta.



A coleta de dados foi realizada no período de setembro a novembro de 2001, sendo as entrevistas realizadas em cada escola.

Para o processamento dos dados foi utilizado o programa SPSS (1991). Foram calculados coeficientes de prevalências de cansaço mental e nervosismo, estratificados segundo características sociodemográficas, aspectos do trabalho docente, aspectos psicossociais do trabalho e trabalho doméstico. Foram calculadas razões de prevalência e intervalos de confiança de 95% para avaliar prováveis associações entre os efeitos (cansaço mental e nervosismo) e os potenciais fatores de risco estudados.

O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Prof. Edgard Santos, da Universidade Federal da Bahia.

## Resultados

Dos 967 professores elegíveis para pesquisa, 80 (8,3%) recusaram-se a participar, 79 (8,2%) não foram localizados e 808 responderam ao questionário (taxa de resposta de 83,6%).

Os professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista eram, na sua grande maioria, mulheres (94,1% da população estudada). A idade média foi de  $34,2 \pm 2$  anos, variando de 19 a 60 anos, sendo que 80,6% dos professores tinham mais de 27 anos. Nesta população 52,3% referiram ter um(a) companheiro(a) e 58,5% responderam ter filhos, em média  $2,0 \pm 1$  filhos. Com relação ao nível de escolaridade, 67,5% dos professores possuíam nível médio e 32,5% possuíam nível superior. Somente 30,8% dos professores referiram práticas regulares de atividade física e 34,4% referiram atividades regulares de lazer. Consumo de bebida alcoólica foi referido por 22,0% dos entrevistados e o hábito de fumar, por 7,3%. A realização de atividades domésticas foi referida por 86,7% da população: 95,9% entre as mulheres e 77,8% entre os homens. Sobrecarga doméstica alta foi encontrada para 32,8% das mulheres, e no caso dos homens, somente para 2,3%.

O tempo médio de trabalho dos professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista foi de  $10,4 \pm 6,7$  anos, sendo que 85,2% dos professores tinham vínculo de trabalho estável (efetivos e concursados) e apenas 14,8% mantinham contrato precário (provisório). A etapa do ensino básico mais frequente foi a Fundamental I (1ª a

4ª série), envolvendo 64,7% dos entrevistados. A média de turmas por professor foi de 2,4, com média de 29,4 alunos por sala de aula. A carga horária média encontrada em todas as escolas foi de 38,8 horas/semana. Cerca de um terço dos professores (32,1%) trabalhava em uma outra escola, além daquela na qual cada um foi entrevistado. Além das atividades de ensino, 5,8% dos professores desenvolviam outra atividade remunerada fora da esfera da docência. Com relação à zona de trabalho, 55,8% dos professores trabalhavam na zona urbana. A renda mensal média dos professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista foi de R\$ 477,00 ± 203,83 reais, o que correspondia, na época da pesquisa, a 185,74 dólares.

Entre as atividades envolvendo esforço físico, as mais referidas como “freqüentes” ou “muito freqüentes” foram: permanecer em pé (98,0%), correção de trabalhos escolares (97,7%), escrever no quadro (95,9%) e carregar material didático (86,8%).

Considerando-se as características psicossociais do trabalho, avaliadas pelo JCQ, 79,9% dos professores tinham alto controle na realização das tarefas e 50,6% tinham trabalho de alta demanda psicológica. Alto suporte social no trabalho foi referido por 59,4% dos professores. Considerando os grupos do Modelo Demanda-Controle, “baixa exigência” correspondeu a 40,3%, “trabalho ativo” a 39,7%, “alta exigência” a 11,2%, e “trabalho passivo” a 8,7% de um total de 642 professores para os quais havia informação sobre controle e demanda.

### Cansaço mental

A prevalência global da queixa de cansaço mental foi extremamente elevada: 70,1%. A prevalência de cansaço mental estava estatisticamente associada às seguintes características sociodemográficas: ser mulher, ter idade ≥27 anos e renda ≥R\$ 360,00 (Tabela 1). Quanto às características próprias do trabalho docente, observou-se associação estatisticamente significativa com: lecionar há mais de 5 anos, vínculo empregatício estável, trabalhar na zona urbana, ter carga horária semanal ≥35h. Segundo as dimensões psicossociais do trabalho do Modelo Demanda-Controle, a prevalência de cansaço mental foi mais elevada entre os professores com alta demanda (77,4%) e baixo controle (79,6%), não sendo estatisticamente significativa, entretanto, para este

último grupo. O indicador de suporte social não estava estatisticamente associado ao cansaço mental (Tabela 2).

### Nervosismo

A prevalência de nervosismo, embora menos freqüente do que a de cansaço mental, foi também muito elevada, 49,2%. O nervosismo estava associado, em níveis estatisticamente significantes, com o fato de ser mulher, ter idade  $\geq 27$  anos, ter filhos, possuir escolaridade média, ter sobrecarga doméstica média/alta, não ter atividade de lazer regular (Tabela 3), lecionar  $\geq 5$  anos, manter vínculo empregatício estável, trabalhar na zona urbana e possuir carga horária semanal  $\geq 35$ h (Tabela 4). Para os indicadores de demanda, controle e suporte social encontrou-se maior prevalência entre os professores com alta demanda (59,4%) e baixo controle (54,1%), não sendo a associação estatisticamente significativa para controle. Suporte social estava estatisticamente associado à ocorrência de nervosismo (Tabela 4).

Avaliando-se a prevalência de sintomas mentais e os quadrantes do Modelo Demanda-Controlle (combinando níveis de alta e baixa demanda com alto e baixo controle), observou-se que a maior prevalência de cansaço mental ocorreu no grupo de “trabalho ativo” (79,4%), seguido de “alta exigência” (75,0%) e “trabalho passivo” (73,1%). Trabalhadores no grupo de “baixa exigência” apresentaram a mais baixa prevalência (62,1%). Para nervosismo encontrou-se maior prevalência entre os trabalhadores de “trabalho ativo” (60,9%), seguidos de “alta exigência” (59,2%), “trabalho passivo” (50%) e “baixa exigência” (39,9%) (Tabela 5). A comparação entre os quadrantes do modelo, tomando-se como referência o grupo de baixa exigência (trabalhadores que não estavam expostos à alta demanda, nem ao baixo controle), revelou diferenças estatisticamente significantes nas razões de prevalência de cansaço mental e de nervosismo para trabalho ativo e para trabalho em alta exigência (Tabela 5).

### Discussão

O tipo de estudo transversal, adotado nesta pesquisa, é especialmente vulnerável a dois tipos de distorção. Primeiramente, deve-se consi-

derar a tendência de se estudar apenas os indivíduos que “sobreviveram” à doença investigada; no presente estudo, essa distorção não deve ter tido um grande impacto porque as doenças pesquisadas não eram letais. Contudo, é possível que alguns indivíduos não tenham tido a oportunidade de participar do estudo porque se sentiram incomodados, insatisfeitos, estressados, estavam afastados do trabalho por doença ou mudaram de atividade. Se isso ocorreu, deve-se considerar que as proporções de queixas obtidas nessa investigação estão subestimadas. Também se deve considerar que as informações sobre condições de trabalho e doenças foram coletadas simultaneamente. Isso dificulta o estabelecimento de precedência da exposição sobre seu possível efeito.

Convém lembrar que esta investigação não foi desenhada com o fim específico de testar hipóteses de associação. Na interpretação dos resultados, considerou-se a natureza exploratória e descritiva deste estudo. Assim, não foi avaliado o efeito simultâneo das diversas variáveis com o uso de técnicas multivariadas, as quais ficarão para análises posteriores deste banco de dados.

Como observado no presente estudo, trabalhadores da educação constituem uma categoria essencialmente feminina, como comprovam pesquisas realizadas no Brasil (Codo, 1999; Silvany-Neto et al., 2000) e no exterior (Boyle et al., 1995; Dick & Wagner, 2001). Na população estudada, o fato de ser mulher associou-se estatisticamente ao cansaço mental e ao nervosismo. Um estudo com professores secundários de Londres também observou que as mulheres apresentavam escores mais elevados no Inventário de Estresse do que os homens (Griffith et al., 1999). Punch & Tuetteman (1990) estudaram uma população de 574 professores australianos de segundo grau e identificaram que as mulheres percebiam mais seu trabalho como estressante do que os homens e o nível de estresse entre os professores foi o dobro quando comparado com a população geral. Moreno et al. (1992) observaram que as mulheres eram mais afetadas pela exaustão emocional. Estudos realizados no Brasil também têm descrito maior prevalência de efeitos negativos sobre a saúde psíquica entre as mulheres (Wernick, 2000; Paranhos, 2001; Araújo et al., 2003a). Entretanto, Jacobsson et al. (2001) encontraram em professores suecos que o nervosismo foi mais frequentemente relatado pelos homens. Neste estudo se observou ainda maior exaustão emocional no sexo masculino, embora a diferença entre os sexos não tenha sido estatisticamente significativa. Também no

estudo de Gold (1985), as mulheres apresentaram um nível menor de despersonalização do que os homens. No estudo de Pithers & Fogarty (1995) não foram encontradas diferenças significantes entre os homens e as mulheres, considerando as variáveis tensão psicológica e tensão interpessoal. As diferenças descritas nesses estudos parecem estar relacionadas às diferenças de níveis de ensino ocupados por professores homens e mulheres, à idade das amostras e às diferenças culturais locais.

A idade  $\geq 27$  anos associou-se estatisticamente de forma significativa ao cansaço mental e ao nervosismo. A literatura existente é controversa. Alguns estudos não observaram associação entre idade dos professores e estresse psicológico (Punch & Tuettman, 1990; Green-Reese & Johnson, 1991). Entretanto, Gold (1985) achou menores níveis de *burnout* entre professores mais velhos. No estudo de Jacobsson et al. (2001), idade elevada estava relacionada significativamente com exaustão emocional. No estudo de Griffith et al. (1999), professores mais novos obtiveram escores mais elevados no Inquérito de Estresse do que os mais velhos. Esses resultados podem ser explicados pelo fato de que a experiência acumulada na vida profissional provavelmente atua em um duplo sentido: aumenta a demanda de trabalho, mas, ao mesmo tempo, possibilita também múltiplas alternativas de lidar com situações estressantes.

A presença de filhos associou-se positivamente à ocorrência de nervosismo, porém a diferença observada não alcançou o nível de significância estatística estabelecido. Segundo Loscocco & Spitze (1990), a presença de filhos e as atribuições e responsabilidades criadas pelas novas demandas familiares produzem estresse e elevam sintomas como ansiedade e sintomas psicossomáticos. Em contrapartida, Walters et al. (1996) observaram que a presença de filhos aparecia como fator protetor – de recompensa no âmbito doméstico. O cuidado aos filhos pode, conforme descrito na literatura, criar vínculos afetivos recompensadores, por um lado, ou estressores, por outro. O tipo de relação familiar e de suporte existente na educação dos filhos pode influenciar em uma ou em outra direção.

Em nosso estudo, encontramos tempo médio de carreira similar ao da população de Silvany-Neto et al. (2000) e Delcor et al. (2004), de 10,4 e 11,4 anos respectivamente. Tempo maior foi encontrado no estudo de Dick & Wagner (2001): em média, 18 anos. Observamos também que lecionar há cinco ou mais anos se associou a maiores prevalências de cansaço mental e de nervosismo. Este resultado é discordante do observado no estudo de Smith & Bourke (1992), no qual a experiência

profissional apareceu como um fator atenuador do estresse. No estudo de Cherniss (1980) também se observou que, à medida que os anos avançavam, o professor ganhava segurança e estabilidade, mostrando menor vulnerabilidade à exaustão emocional. A disponibilidade de recursos deve ter um papel importante na possibilidade de que a experiência profissional possa ser um fator de proteção à saúde. Situações muito restritivas, em tempo prolongado, impossibilitariam o ganho obtido com a experiência, aumentando o sentimento de impotência. Neste caso, o passar do tempo pode associar-se fortemente ao aumento de exposição a uma situação danosa, como observamos em nosso estudo.

A grande maioria da população estudada possuía vínculo empregatício estável. Em nosso estudo observamos maior prevalência de cansaço mental e nervosismo entre os professores com vínculo estável do que entre aqueles com vínculo provisório. Deve-se considerar aqui que os professores com vínculo de trabalho estável também eram mais velhos, com mais tempo de carreira e por isso estavam expostos a outros fatores importantes na ocorrência dos efeitos estudados (dados não mostrados).

No nosso estudo, o número de turmas e o de alunos estavam relacionados com cansaço mental e nervosismo, mas as diferenças observadas não foram estatisticamente significantes. Segundo Codo (1999), turmas muito grandes prejudicam o aprendizado e trazem dificuldades tanto para os alunos quanto para o professor, que tem de manter a qualidade da aula e atender bem aos alunos.

A carga horária semanal média de 38,8 horas, exercida pelos docentes em todas as escolas em que eles ensinavam, foi semelhante à encontrada no estudo de Codo (1999). A associação entre carga horária semanal de 35h ou mais com cansaço mental e com nervosismo indica que o desgaste psíquico pode ser desencadeado ou agravado pela jornada de trabalho elevada.

Professores que trabalhavam em zona urbana apresentaram prevalências mais elevadas de cansaço mental (15% maior) e de nervosismo (22% maior) que aqueles que trabalhavam em zona rural. Estas diferenças sugerem que o trabalho docente em área urbana seja mais prejudicial à saúde do professor.

A prevalência de cansaço mental foi mais elevada entre professores com renda mais elevada. Este resultado contradiz achados do estudo de Codo (1999), no qual se observou relação inversamente proporcional en-

tre renda e *burnout*. Boyle et al. (1995) também observaram que salário insuficiente era preditor de *burnout*. O achado encontrado em nosso estudo pode ser decorrente do fato de que os professores com maior renda tinham maior tempo de carreira, eram mais velhos e tinham carga horária mais elevada – fatores associados à maior prevalência do desfecho aqui estudado (professores com rendimento mensal e R\$ 360,00 tinham: média de idade de  $35,0 \pm 8,6$ , tempo como professor de  $10,9 \pm 6,7$  e carga horária semanal de trabalho de  $41,3 \pm 9,6$ h; professores com renda mensal d R\$ 359,00 tinham: média de idade de  $31,6 \pm 7,9$ , tempo como professor de  $8,6 \pm 6,3$  e carga horária semanal de  $30,1 \pm 11,8$ h).

No presente estudo encontramos relação estatisticamente significativa de cansaço mental com alta demanda no trabalho. Este resultado é semelhante ao encontrado por Jacobsson et al. (2001), cujo estudo mostra maior prevalência de exaustão emocional e irritabilidade entre professores submetidos a alta demanda laboral. No estudo de Cooper & Kelly (1993), em uma amostra de professores de Ensino Fundamental, os dois principais fatores estressores da população estudada foram excesso de trabalho e relação conflituosa com os colegas de trabalho. Pithers & Fogarty (1995) apontaram alta demanda de trabalho como a variável que realmente refletia a diferença entre os professores e a população geral. Estes resultados apoiam fortemente a idéia de que alta demanda no trabalho predispõe a reações de estresse como exaustão emocional (cansaço mental) e irritabilidade (nervosismo). Os estudos mostram resultados consistentes nessa direção.

A ausência de controle sobre o próprio trabalho freqüentemente contribui para o aumento de sentimentos de insatisfação e eleva a produção dos hormônios do estresse, com conseqüências negativas sobre a saúde dos trabalhadores. No estudo de Otto (1986), a falta de participação no processo de tomada de decisões foi apontada como fator relacionado ao estresse entre professores australianos. Porém, em nosso estudo, não encontramos associação estatisticamente significativa entre essa variável e queixas de cansaço mental e nervosismo. Um fator a ser considerado na avaliação deste resultado é a relativa homogeneidade da distribuição dessa variável no grupo estudado: cerca de 80% dos professores foram classificados, segundo os critérios adotados para dicotomizar controle, como tendo alto controle. Portanto, pode ter havido dificuldades para identificar grupos com níveis distintos de controle, em especial o grupo efetivamente exposto (com baixo controle). Os indivíduos podem, na

prática, não ser suficientemente diferentes com relação a essa variável para que se pudessem observar diferenças no efeito estudado. O fato de que o professor, em geral, possui grande autonomia para definição de suas atividades dentro da sala de aula (na condução das atividades cotidianas) e de que os indicadores de controle avaliados pelo JCQ se centram mais na avaliação de controle sobre como fazer as atividades laborais, do que em como essas atividades são definidas em um plano mais geral, fortalecem a possibilidade de que o grupo estudado tenha uma homogeneidade maior do que a desejada quanto aos níveis de exposição investigados. Todas essas ponderações recomendam que o controle do professor sobre o seu próprio trabalho deva ser avaliado cuidadosamente.

A hipótese de que o trabalho realizado sob situação de baixo controle e de alta demanda concentraria os maiores riscos à saúde se confirmou apenas parcialmente. Os professores em situação laboral de alta exigência apresentaram elevada prevalência de cansaço mental e nervosismo; contudo, as maiores prevalências foram observadas na situação de trabalho ativo. Nota-se, porém, que as diferenças entre as prevalências nesses dois grupos não foram expressivas. No nosso estudo, o alto controle não foi capaz de diminuir os efeitos negativos à saúde provenientes da alta demanda. No trabalho docente, como mencionado anteriormente, o docente possui significativo controle sobre o seu trabalho. O ditado comumente proferido no ambiente de ensino que diz “*dentro da sala de aula quem manda sou eu*” ainda tem validade, mas parece não proteger o professor das demandas globais a que precisa atender. O controle observado na sala de aula parece ser insuficiente para diminuir a tensão produzida pelas demandas dentro e fora da sala de aula: cobrança constante de cumprimento de prazos, necessidade permanente de reciclagem e atualização, realização de inúmeras tarefas não pagas, como reuniões noturnas e em finais de semana e trabalhos realizados em casa.

As menores prevalências dos efeitos estudados foram observadas em trabalho de baixa exigência, ou seja, em situações em que o professor não estava exposto a nenhum dos dois fatores de risco (baixo controle e alta demanda). As diferenças de prevalências entre baixa exigência e trabalho ativo e entre baixa exigência e alta exigência foram estatisticamente significantes. O trabalho em baixa exigência é a situação na qual as demandas laborais são mantidas em um patamar aceitável e há a possibilidade de controle das condições para responder adequadamente a essas demandas. O trabalho em baixa exigência preservaria a saúde.



de dos trabalhadores. Esta hipótese encontra apoio em nossos achados. Estudos futuros devem avaliar mais cuidadosamente a associação entre aspectos psicossociais do trabalho ativo (tal como avaliado pelo JCQ) e os efeitos sobre a saúde, uma vez que os achados do nosso estudo revelaram elevadas prevalências nesse grupo.

Encontramos maior prevalência de nervosismo e cansaço mental entre os professores que referiram baixo suporte social. Resultado semelhante ao nosso estudo foi encontrado no estudo de Jacobsson et al. (2001), no qual a ausência de suporte social, de cooperação e de controle estava significativamente relacionada com exaustão emocional e irritabilidade. No estudo de Taris et al. (2001) verificou-se que estresse experimentado em um relacionamento particular (com outros professores, chefes ou estudantes) contribuía para elevar o nível de exaustão emocional. O relacionamento com estudantes mostrou ser o que causava maiores efeitos negativos. No estudo de Dick & Wagner (2001), o suporte da chefia diminuiu a percepção dos problemas com o trabalho e com estudantes. Griffith et al. (1999) observaram menor nível de estresse entre a população com maior suporte social. Esses estudos reforçam a evidência dos efeitos benéficos do bom relacionamento entre colegas e de uma boa atmosfera de trabalho, criando um efeito protetor para os agravos psíquicos.

Nosso estudo comprovou que cansaço mental e nervosismo são frequentes em professores e identificou vários fatores de risco associados a essas manifestações de exaustão emocional nesse grupo ocupacional.

*Recebido em junho de 2005 e aprovado em outubro de 2005.*

#### Referências bibliográficas

AQUINO E.M.L. *Gênero, trabalho e hipertensão arterial: um estudo de trabalhadoras de enfermagem em Salvador, Bahia*. 1996. 230f. Tese (Doutorado) – Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador.

ARAÚJO, T.M. et al. Saúde e trabalho docente: dando visibilidade aos processos de desgaste e adoecimento docente a partir da construção de uma rede de produção coletiva. *Educação em Revista*, Belo Horizonte, n. 37, p. 183-212, jul. 2003a.

ARAÚJO, T.M. et al. Estresse ocupacional e saúde: contribuições do Modelo Demanda-Controle. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 4, p. 991-1003, 2003b.

BEGLEY, T.M. Coping strategies as predictors of employee distress and turnover after an organizational consolidation: a longitudinal analysis. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, Leicester, v. 71, p. 305-340, 1998.

BOYLE, G.J. et al. A structural model of the dimensions of teacher stress. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 65, p. 49-67, 1995.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde*. Brasília, DF: Ministério da Saúde; OPAS/OMS, 2001.

CAPEL, S.A. The incidence of and influences on stress and burnout in secondary school teachers. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 57, p. 279-288, 1987.

CHERNISS, C. Professional burnout in human service organizations. In: MORENO, B. et al. *Configuración específica de estrés asistencial en profesos de BUP: memoria de investigación*. Nova York: CIDE, 1980.

CODO, W. *Educação: carinho e trabalho*. Petrópolis: Vozes; CNTE, 1999.

COOPER, G. *Handbook of stress, medicine and health*. Nova York: CRC, 1996.

COOPER, C.L.; KELLY, M. Occupational stress in head teachers: a national UK study. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 63, p. 130-143, 1993.

DELCOR, N.S. et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 187-203, 2004.

DICK, R.; WAGNER, U. Stress and strain in teaching: a structural equation approach. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 71, p. 243-259, 2001.

DORAY, B. *Le Taylorism, une folie rationnelle?* Paris: Bordas, 1981.

GOLD, Y. The relationship of six personal and life history variables to standing on three dimensions of the MBI in a sample of elementary and junior high school teachers. *Educational and Psychological Measurement*, Durham, v. 45, p. 377-387, 1985.

GREEN-REESE, S.; JOHNSON, D.J. Teacher job satisfaction and teacher job stress: school size, age and teaching experience. *Education*, v. 112, n. 2, p. 247-253, 1991.

GRIFFITH, J.; STEPTOE, A.; CROPLEY, M. An investigating of coping strategies associated with job stress in teachers. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 64, p. 517-531, 1999.

JACOBSSON, C. et al. Managing stress and feelings of mastery among Sweden comprehensive school teachers. *Scandinavian Journal of Educational Research*, Agingdon, v. 45, n. 1, p. 37-53, mar. 2001.

KARASEK, R.A.; THEÖRELL, T. *Health work: stress, productivity and the reconstruction of working life*. Nova York: Basic Books, 1990.

KYRIACOU, C.; PRATT, J. Teacher stress and psychoneurotic symptoms. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 55, p. 61-64, 1985.

LAURELL, A.C.; NORIEGA, M. *Processo de produção e saúde: trabalho e desgaste operário*. São Paulo: Hucitec, 1989.

LIMONGI, A.C.; RODRIGUES, A.L. *Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. São Paulo: Atlas, 1999.

LIPP, M. N. *O estresse do professor*. Campinas: Papirus, 2002.

LOSCOCCO, K.A.; SPITZE, G. Female and male factory workers. *Journal of Health and Social Behavior*, Nova York, n. 3, p. 313-327, 1990.

MASLACH, C.E.; JACKSON, S.E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, Nova York, v. 2, p. 99-113, 1981.

MORENO, B. et al. *Configuración específica de estrés asistencial en profesos de BUP: memoria de investigación*. Nova York: CIDE, 1980.

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (OIT). *Empleo y condiciones de trabajo del personal docente*. Genebra: OIT, 1981.

- OTTO, R. *Teachers under stress*. Melbourne: Hill of Content, 1986.
- PARANHOS, I. Interface entre trabalho docente e saúde dos professores da Universidade Estadual de Feira de Santana. 2001. 151f. Dissertação (Mestrado) – Departamento de Saúde, Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana.
- PITHERS, R.T.; FOGARTY, G.J. Occupational stress among vocational teachers. *British Journal of Educational Psychology*, Edinburg, v. 65, p. 3-14, 1995.
- PEREIRA, B.A.M.T. *A saúde mental dos profissionais de saúde mental*. Maringá: EDUEM, 2002.
- PUNCH, K.F.; TUETTEMAN, E. Correlates of psychological distress among secondary school teachers. *British Educational Research Journal*, Edinburg, v. 16, p. 369-382, 1990.
- SELIGMANN-SILVA, E. *Desgaste mental no trabalho dominado*. Rio de Janeiro: UFRJ; Cortez, 1994.
- SILVANY-NETO, A.M. et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino na Bahia. *Revista Baiana de Saúde Pública*, Salvador, v. 24, n. 3/4, p. 42-56, 2000.
- SMITH, M.; BOURKE, S. Teacher stress: examining a model based on context, workload and satisfaction. *Teaching and Teacher Education*, England, v. 8, n. 1, p. 31-46, 1992.
- STATISTICAL PACKAGE FOR THE SOCIAL SCIENCES. SPSS Base 9.0: applications guide. Chicago: SPSS, 1991.
- TARIS, T.W. et al. From inequity to burnout the role of job stress. *Journal of Occupational Health Psychology*, Florida, v. 4, n. 4, p. 303-323, 2001.
- WALTERS, V. et al. Paid work, unpaid work and social support: a study of the health of male and female nurses. *Social Science & Medicine*, Florida, v. 43, n. 11, p. 1627-1636, 1996.
- WERNICK, R. Condições de saúde e trabalho dos docentes da Universidade Federal da Bahia, Salvador-BA. 2000. 56f. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador.

**Tabela 1**

(Prevalência de cansaço mental, razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%) para a associação entre cansaço mental e características sociodemográficas e hábitos de vida. Professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista-BA, 2001)

Características	Prev. (%)	RP	IC 95%
Sexo feminino	71,6	1,57	1,14-2,16
Sexo masculino	45,7	*	
Idade ≥27 anos	72,0	1,16	1,01-1,31
Idade <27 anos	62,3	*	
Possui companheiro/a	71,9	1,05	0,90-1,42
Não possui companheiro/a	68,4	*	
Tem filho(s)	73,0	1,10	1,00-1,22
Não tem filho	66,0	*	
Escolaridade de nível médio	69,7	0,98	0,90-1,09
Graduação	69,9	*	
Renda mensal ≥R\$ 360,00	74,1	1,33	1,26-1,94
Renda mensal <R\$ 360,00	55,7	*	
Sobrecarga doméstica alta/média	72,2	1,05	0,95-1,16
Baixa sobrecarga doméstica	68,8	*	
Não pratica atividades físicas	71,8	1,05	0,98-1,22
Pratica atividades físicas	65,7	*	
Não realiza atividades regulares de lazer	73,0	1,10	1,00-1,22
Realiza atividades regulares de lazer	66,2	*	

\* Grupo de referência

**Tabela 2**

(Prevalência de cansaço mental, razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%) para a associação entre queixas de cansaço mental e características do trabalho docente. Professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista-BA, 2001)

Características do trabalho docente	Prev. (%)	RP	IC 95%
Tempo de trabalho ≥5 anos	73,8	1,30	1,13-1,50
Tempo de trabalho <5 anos	56,7	*	
Vínculo de trabalho estável	73,7	1,52	1,24-1,84
Vínculo de trabalho temporário	48,6	*	
Trabalha na zona urbana	74,4	1,15	1,04-1,26
Trabalha na zona rural	64,7	*	
Leciona em >2 turmas	70,6	1,02	0,93-1,12
Leciona em ≤2 turmas	69,3	*	
Número médio de alunos ≥25	70,5	1,03	0,91-1,17
Número médio de alunos <25	68,5	*	
≥35h de trabalho semanal	75,7	1,57	1,31-1,89
<35h de trabalho semanal	48,1	*	
Trabalha em duas ou mais escolas	74,6	1,10	1,00-1,21
Trabalha em apenas uma escola	67,6	*	
Trabalha em outra atividade	60,0	0,85	0,65-1,10
Não possui outra atividade	70,9	*	
<b>Modelo Demanda-Controle</b>			
Baixo controle	73,1	1,04	0,92-1,16
Alto controle	70,7	*	
Alta demanda psicológica	77,4	1,21	1,10-1,33
Baixa demanda psicológica	63,8	*	
Baixo suporte social	70,5	1,00	0,91-1,10
Alto suporte social	70,3	*	

\* Grupo de referência

**Tabela 3**

(Prevalência de nervosismo, razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%) para a associação entre queixas de nervosismo e características sociodemográficas e hábitos de vida. Professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista-BA, 2001)

Características	N	Prev. (%)	RP	IC 95%
Sexo feminino	764	51,2	<b>2,30</b>	<b>1,33-4,00</b>
Sexo masculino		22,2	*	
Idade ≥27 anos	777	51,4	<b>1,29</b>	<b>1,04-1,59</b>
Idade <27 anos		39,9	*	
Possui companheiro/a	763	52,5	1,15	0,99-1,32
Não possui companheiro		45,5	*	
Tem filho(s)	759	54,4	<b>1,27</b>	<b>1,09-1,44</b>
Não tem filho		42,8	*	
Escolaridade de nível médio	767	52,1	<b>1,23</b>	<b>1,04-1,45</b>
Graduação		42,2	*	
Renda mensal ≥R\$ 360,00	776	51,2	1,13	0,98-1,45
Renda mensal <R\$ 360,00		45,5	*	
Sobrecarga doméstica alta/média	718	51,9	<b>1,09</b>	<b>1,04-1,46</b>
Baixa sobrecarga doméstica		47,5	*	
Não pratica atividades físicas	764	51,1	1,13	0,96-1,33
Pratica atividades físicas		45,3	*	
Não tem atividade de lazer	742	53,5	<b>1,25</b>	<b>1,06-1,48</b>
Tem atividades de lazer		42,7	*	

\* Grupo de referência

**Tabela 4**

(Prevalência de nervosismo, razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%) para a associação entre queixas de nervosismo com fatores de risco do trabalho docente, nos professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista-BA, 2001)

Características	Prev. (%)	RP	IC 95%
Tempo de trabalho ≥5 anos	53,7	1,63	1,32-2,05
Tempo de trabalho <5 anos	32,9	*	
Vínculo de trabalho estável	53,2	1,85	1,36-2,49
Vínculo de trabalho temporário	28,8	*	
Trabalha na zona urbana	53,5	1,22	1,05-1,41
Trabalha na zona rural	43,9	*	
Leciona em >2 turmas	49,6	1,02	0,88-1,19
Leciona em ≤2 turmas	48,4	*	
Número médio de alunos ≥25	49,8	1,09	0,89-1,33
Número médio de alunos <25	45,7	*	
≥35h de trabalho semanal	53,0	1,58	1,23-2,03
<35h de trabalho semanal	33,6	*	
Trabalha em duas ou mais escolas	47,8	0,93	0,79-1,09
Trabalha em apenas uma escola	51,6	*	
Trabalha em outra atividade	51,3	1,03	0,76-1,42
Não possui outra atividade	49,5	*	
<b>Modelo Demanda-Controle</b>			
Baixo controle	54,1	1,08	0,90-1,29
Alto controle	50,2	*	
Alta demanda psicológica	59,4	1,50	1,28-1,75
Baixa demanda psicológica	39,6	*	
Baixo suporte social	56,4	1,26	1,09-1,45
Alto suporte social	44,7	*	

\* Grupo de referência



**Tabela 5**

(Associação entre cansaço mental e nervosismo e categorias do Modelo de Karasek [alta exigência, trabalho ativo, trabalho passivo e baixa exigência]. Professores da Rede Municipal de Ensino de Vitória da Conquista-BA, 2001)

Categorias do Modelo Demanda-Controlle	Cansaço mental			Nervosismo		
	Prev. (%)	RP	IC95%	Prev. (%)	RP	IC95%
Alta exigência (alta demanda/baixo controle)	75,0	1,21	(1,03; 1,42)	59,2	1,48	(1,16;1,90)
Trabalho ativo (alta demanda/alto controle)	79,4	1,28	(1,14; 1,44)	60,9	1,52	(1,27;1,83)
Trabalho passivo (baixa demanda/baixo controle)	73,1	1,18	(0,97; 1,71)	50,0	1,25	(0,92;1,71)
Baixa exigência (baixa demanda/alto controle)	62,1	*		39,9	*	

\* Grupo de referência

