

FACULDADE CATÓLICA DE ANÁPOLIS
ESPECIALIZAÇÃO EM DOCÊNCIA UNIVERSITÁRIA

CLEUSELITA FRANCISCA TEODORO SILVA
DARLENE PEREIRA DE MORAIS
LUCAS CRISTIAN MIRANDA
RAFAEL PEREIRA GOMES

COPING: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E DA ANSIEDADE
SOB O OLHAR DO DOCENTE

ANÁPOLIS

2019

CLEUSELITA FRANCISCA TEODORO SILVA

DARLENE PEREIRA DE MORAIS

LUCAS CRISTIAN MIRANDA

RAFAEL PEREIRA GOMES

COPING: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E DA ANSIEDADE
SOB O OLHAR DO DOCENTE

Trabalho apresentado à Coordenação da Faculdade Católica de Anápolis como requisito básico para a obtenção do título de Especialista Docência Universitária – turma 21, sob orientação da Prof.^a Luana Lopes Xavier.

ANÁPOLIS

2019

FOLHA DE APROVAÇÃO

CLEUSELITA FRANCISCA TEODORO SILVA

DARLENE PEREIRA DE MORAIS

LUCAS CRISTIAN MIRANDA

RAFAEL PEREIRA GOMES

COPING: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E DA ANSIEDADE
SOB O OLHAR DO DOCENTE

Trabalho apresentado à Coordenação da Faculdade Católica de Anápolis como requisito básico para a obtenção do título de Especialista Docência Universitária – turma 21, sob orientação da Prof.^a Luana Lopes Xavier.

Data da aprovação: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Luana Lopes Xavier
ORIENTADORA

Me. Rafael de Almeida Mota
CONVIDADO

Esp. Aracelly Rodrigues Loures Rangel
CONVIDADA

COPING: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO ESTRESSE E DA ANSIEDADE SOB O OLHAR DO DOCENTE

COPING: STRESS AND ANXIETY FACING STRATEGIES UNDER THE TEACHER'S LOOK

Cleuselita Francisca T. Silva*

Darlene Pereira de Moraes**

Lucas Cristian Miranda***

Rafael Pereira Gomes****

Orientadora: Prof^a. M^a. Luana Lopes Xavier*****

RESUMO: É imprescindível a busca de conhecimentos, desenvolvimento, discussões, aplicabilidade e avaliações acerca do *coping*, sobretudo no que tange aos sintomas de estresse e ansiedade, de modo a aprofundar a compreensão e intervenção sobre os processos que permeiam a qualidade de vida profissional e pessoal do docente, impactando na excelência do processo de ensino-aprendizagem. Assim, o presente estudo trata-se de uma abordagem qualitativa e quantitativa, seguindo os pressupostos de Bardin (2011) que teve como objetivo investigar as estratégias de enfrentamento (*coping*) utilizadas pelos professores universitários a fim de minimizar o estresse e a ansiedade em sua prática laboral e fora dela. A presente pesquisa foi realizada em uma determinada Instituição de Ensino Superior (IES) da cidade de Anápolis-GO, onde foi efetuada a coleta de dados, através de questionário com perguntas de múltipla escolha e também por questões abertas. Os resultados alcançados neste estudo foram retratados por meio de gráficos e conseqüentemente na análise e discussão. Desse modo foi evidenciado e observado que muitos docentes não reconhecem o *coping*, mas o utilizam em seu dia a dia com o intuito de diminuir ou acabar com as situações estressoras.

Palavras-chave: Coping. Docente Universitário. Estratégias de Enfrentamento.

ABSTRACT: The present study is a qualitative and quantitative approach aiming to describe the coping strategies used by the university Professors of a Higher Education Institution (HEI) in the city of Anápolis-Go. The methodology used in this study was a quali-quantitative approach, which was based on data collection and analysis following the assumptions of Bardin (2011). This research was conducted at the HEI itself where data collection was performed through a questionnaire with multiple choice questions. Given the results, it was observed that Professors do not recognize coping, but many of them use it in everyday situations. The results achieved in this study were depicted through graphs and consequently in the analysis and discussion. It is essential to seek knowledge, development, discussions, applicability and

evaluations about coping, especially with regarding to stress and anxiety symptoms, in order to deepen the understanding and intervention about the processes that permeate the professional and personal quality of life, impacting on the excellence of the teaching-learning process.

Keywords: Coping. University Lecturer. Coping Strategies.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT) a profissão docente é apontada como uma das mais estressantes e ansiosas. Ensinar tornou-se uma atividade desgastante, que produz resultados perceptíveis na saúde física, mental e no desempenho profissional, ocasionando assim em desgastes osteomusculares e transtornos mentais, como apatia, estresse, desesperança e desânimo que são formas de adoecimento identificadas na docência (DIEHL, MARIN, 2016).

O estresse é considerado um processo fisiológico decorrente de respostas a eventos internos e externos. É progressivo, procedendo de respostas de alerta levando a exaustão. Inúmeras fontes de estresse no exercício da função do docente têm sido notadas. Diante desses fatores, identificam-se lidar com situações que envolvem comportamento desafiador dos alunos, atitudes inadequadas e indisciplina, acúmulo de trabalho e falta de tempo, diferenças de desenvolvimento e motivação dos alunos bem como de políticas educacionais (SILVEIRA *et. al*, 2014).

Diversos estudos realizados identificam que a profissão dos docentes tem alta prevalência de estresse, podendo afetar negativamente sua saúde, bem-estar e ter impacto na educação dos alunos, como também no orçamento público, devido ao número de licenças médicas e da alta rotatividade (FREITAS, CALAIS, CARDOSO, 2018).

Um estudo para avaliar o nível de estresse entre professores universitários de instituições públicas e privadas, onde participaram da pesquisa 50 docentes de cada setor, chegou-se a seguinte conclusão: dos indivíduos com sintomas significativos de estresse, tanto na Instituição de Ensino Superior pública, como na privada, possuem, em sua maioria sintomas psicológicos. Representados por (53,1%) na IES pública e (61,5%) na IES privada. Já os sintomas físicos foram encontrados em (40,6%) dos professores da IES pública e também (33,3%) na IES privada. Os sintomas igualmente físicos e psicológicos tiveram uma amostra de (6,2%) na IES pública e de (5,1%) na IES privada (AGUIAR, 2010).

As estratégias de enfrentamento *coping*, atuam na regulação da cognição, do comportamento e do ambiente que este profissional está inserido. Funcionam a partir de recursos que incluem o controle primário para sanar estes problemas, expressão e modulação emocional, adaptação associada à aceitação, distração, reestruturação cognitiva, pensamento positivo e retraimento, que compreende evitação, negação e pensamento mágico (SILVEIRA, *et. al.*, 2014).

O professor universitário, se sobressai no quesito estresse e ansiedade pelos mesmos terem ainda que participar de comissões, consultoria, pressão institucional por publicações e pesquisas, aprendizagem de novos recursos tecnológicos, submeter a normas e regras da instituição e governamentais, gerando assim um desgaste físico e mental nestes profissionais (AGUIAR, 2010).

Diante do exposto, o presente estudo visou descrever a relação existente entre os sintomas de estresse e ansiedade em professores do Ensino Superior de uma determinada instituição particular de Anápolis-GO e as estratégias de enfrentamento utilizadas por eles.

Tendo em vista o assunto abordado, este estudo parte do seguinte pressuposto: “De que maneira os docentes universitários utilizam as estratégias de enfrentamento a fim de minimizar o estresse e ansiedade”?

Evidenciaram também a importância de realizar este estudo sobre os problemas de saúde enfrentados no dia-a-dia do trabalho docente, pretendendo deste modo, construir estratégias preventivas e informativas, que propiciem uma melhor qualidade de vida à estes profissionais e conseqüentemente, um melhor desempenho em sala de aula.

O estudo quali-quantitativo foi a forma utilizada para coletar e analisar os dados. A análise teve como objetivo organizar os dados de tal forma que possibilitassem o fornecimento de respostas ao problema proposto para investigação. Já a interpretação procurou o sentido mais amplo das respostas, mediante sua ligação a outros conhecimentos anteriormente obtidos.

Os capítulos foram divididos portanto em: Estresse e Ansiedade; Fases do Estresse e Ansiedade; Sinais e Sintomas do Estresse e Ansiedade; Qualidade de vida e Docência; Coping e Estresse entre os Docentes; Metodologia; Apresentação dos Dados; Análise e Discussão dos Dados e Considerações Finais.

2 ESTRESSE E ANSIEDADE

Nas últimas décadas o estresse é um assunto que vem sendo muito discutido diante das complicações que são ocasionadas para a saúde das pessoas. Quando em excesso e contínuo, provoca sérias implicações para a qualidade de vida do indivíduo em diversas

ocasiões. No entanto o ambiente de trabalho é o local no qual as pessoas passam grande parte do tempo, mesmo que não apresente com grande frequência, condições favoráveis para a saúde física e psicológica do colaborador (WEBER *et. al.*, 2015).

Tratando de estresse no trabalho docente foi demonstrado pela primeira vez na literatura por Kyriacou e Sutcliffe (1977) como um acontecimento resultante de experiências árduas experimentadas no ambiente de trabalho, que ocasionam em sentimentos de raiva, ansiedade, tensão e depressão (DALAGASPERINA; MONTEIRO, 2016).

Estresse também pode ser entendido como um processo complexo, provocado por uma resposta não específica do indivíduo a um determinado evento interno ou externo, que ocasiona o problema. Sendo assim, a resposta de estresse produz alterações cognitivas, comportamentais e fisiológicas, dependendo da divergência entre a forma como o indivíduo se posiciona diante do estressor, e como se sobressai perante a sua capacidade para lidar com o mesmo (PINTO *et. al.*, 2015).

A ansiedade é supracitada como uma emoção voltada para o futuro, onde coloca o indivíduo em circunstâncias de ameaça e perigo, contornando a respostas cognitivas, afetivas, fisiológicas e comportamentais, com o intuito de autoproteção (FALCONE, *et. al.*, 2016).

Sendo a ansiedade definida como um estado de humor direcionado para o futuro, podendo ser associado à preparação para a perspectiva de ocorrer um episódio negativo, em que o medo é a resposta de alarme ao perigo eminente ou presente, real ou percebido. Todavia ela pode também ser compreendida como uma resposta adaptativa do organismo, definida por um conjunto de alterações fisiológicas, comportamentais e cognitivas, que se representam num estado de ativação e alerta diante de um sinal de perigo ou ameaça à integridade física ou psicológica (PINTO *et. al.*, 2015).

2.1 FASES DO ESTRESSE E ANSIEDADE

As três fases da resposta orgânica aos estressores como Síndrome de Adaptação Geral, foram citadas por Pinto *et. al.*, (2015), sendo elas:

- A primeira **alerta**, fase na qual o indivíduo recebe energia, devido à produção de adrenalina, garantindo a sobrevivência;
- A segunda **resistência** é a fase em que o indivíduo tenta lidar automaticamente com os estressores de forma a manter a homeostasia;

➤ A terceira **exaustão**, onde os fatores de estresse persistem em frequência e intensidade, resultando na quebra da resistência. Surgem com frequência perturbações físicas e psicológicas, tais como enfarte, depressão e ansiedade.

Sobretudo foi identificada outra fase do processo de estresse, designada de quase exaustão, definida por um enfraquecimento do indivíduo que tem dificuldade em se adaptar ou resistir ao estressor. As afecções começam a aparecer, porém não tão grave quanto na fase de exaustão (PRADO, 2016).

2.2 SINAIS E SINTOMAS DO ESTRESSE E ANSIEDADE

Os sintomas mais comuns de estresse e ansiedade que foram analisados são tremor muscular, fadiga física, desânimo, irritabilidade, dificuldade de concentração e instabilidade emocional. Por isso, na fase de exaustão compreende uma eliminação da resistência em consequência de falhas que poderão ocorrer nas ferramentas de adaptação. Considerada a condição mais crítica relacionada ao estresse, ocorre após inúmeras exposições repetidas ao mesmo estressor, fazendo com que o organismo possa desenvolver doenças graves e até mesmo, entrar em colapso (PRADO, 2016).

De acordo com Aguiar (2010), diante de inúmeros sintomas relacionados ao estresse há alguns específicos nas expressões fisiológicas, psíquicas e sociais como:

a) Sintomas no corpo: mal-estar generalizado, fadiga, palpitações cardíacas, nó na garganta, respiração acelerada, falta de ar, sudorese, tremores nas pálpebras, problemas digestivos, náuseas, aftas, diminuição ou mesmo a falta de apetite, perda de peso, aumento de frequência urinária, fome compulsiva, contrações musculares, dores no pescoço, cabeça, ombro e coluna, gripes e resfriados constantes;

b) Sintomas psicológicos: dificuldade ou perda de concentração, irritabilidade, instabilidade emocional, agressividade, perda de criatividade, depressão ou excitação excessiva;

c) Sintomas no sono: acordar cansado, insônia, acordar várias vezes a noite, acordar e não conseguir dormir mais e ter consciência exagerada durante o dia;

d) Sintomas na vida sexual: alteração menstrual, diminuição da libido, ausência de orgasmo, ejaculação precoce, impotência.

Diante dos pontos mencionados eles podem contribuir para a caracterização do quadro patológico do estresse, resultando na desmotivação e insatisfação do professor, comprometendo seu trabalho, promovendo a dificuldade no processo de aprendizagem dos

alunos e, via de regra, em um gasto intenso de energia. Desta forma chega ao ponto de se efetivar como sofrimento somático através de diversos sintomas como: dores de cabeça, fadiga crônica, alteração de humor, hipertensão, insônia, anorexia, cansaço permanente, depressão, dentre outros (BARRETO, 2008).

2.3 QUALIDADE DE VIDA NA DOCÊNCIA

Na profissão de docência inúmeras variáveis podem ocasionar o estresse e ansiedade nos professores. A falta de boas condições laborais, jornadas cansativas, a ausência de incentivos, dificuldades em avaliar, a falta de compromisso dos alunos, a falta de definição quanto à carga horária, os problemas na administração do tempo, entre outros, estão entre os fatores que mais ocasionam o estresse (BARRETO, 2008).

A Organização Mundial da Saúde, desde a década de 1980, reconhece que o estresse é considerado mundialmente um dos principais fatores da redução na qualidade de vida dos trabalhadores, principalmente os docentes universitários que convivem diariamente com situações estressoras. O trabalho do professor acadêmico está ladeado por uma série de situações de estresse e por uma sobrecarga de trabalho que ameaça sua saúde, seu bem-estar e sua qualidade de vida (DALAGASPERINA; MONTEIRO, 2016).

Nesse contexto, a implementação de programas de qualidade de vida no ambiente profissional é primordial. Um dos obstáculos para a inserção de tais programas é que alguns gestores os consideram um aumento de despesas, e não como aquisição de bens intelectuais e profissionais. Torna-se imprescindível estimular o envolvimento e o comprometimento do trabalhador, e essa é uma ideia que deve ser praticada pelos gestores das organizações. Envolver os indivíduos na estruturação de suas funções, capacitar e fornecer as ferramentas necessárias para um desempenho eficiente é uma opção eficaz para a melhoria da qualidade e da produtividade no trabalho a ser desenvolvido (PRADO, 2016).

Neste sentido, é necessário pensar em espaços de apoio aos docentes, onde possam expor suas ansiedades e dúvidas. É importante que estes espaços não tenham somente como caráter “descobrir dificuldades”, mas sim “saná-las”, para que assim, desperte no profissional o gosto pelo que está realizando. É importante que nas universidades tenha um espaço de apoio onde os professores possam ter a ajuda de um profissional psicólogo ajudando a enfrentar essas barreiras e dificuldades aumentando assim suas potencialidades (FIORENTINI; RINCÓN, 2015).

De acordo com Souza (2018), em seu estudo com professores universitários da rede

pública e privada de ambos os sexos, foi identificado que as estratégias de enfrentamento vivenciadas com maior frequência pelos docentes, indicava a busca por apoio social, como “procuro a companhia de outras pessoas”. Em segunda posição as atividades de lazer foram as mais preferidas pelos professores de acordo com os dados coletados.

Três tipos de intervenções com foco na administração do estresse e do *coping* docente merecem destaques: as primárias, as secundárias e as terciárias. As intervenções primárias estão centradas na organização do trabalho para a redução de estressores e aumento de recursos pessoais, afeto pelo trabalho e eficiência, a partir da reestruturação do ofício e das relações interpessoais. As intervenções secundárias evidenciam estratégias para resolver os problemas e reduzir tensão emocional em situação estressora. Também analisa coletivamente as situações de trabalho docente e das possibilidades de solução dos problemas, com foco na diminuição do isolamento e da culpa, por meio de suporte mútuo. As intervenções terciárias procuram diminuir os sintomas do estresse manifestado, podendo favorecer no aperfeiçoamento da qualidade de vida dos docentes, a partir da troca de informações sobre as atividades laborais e do governo das condições potencialmente estressoras. Inclui também o apoio para o progresso de competências e capacidades, da estabilidade a partir da atenção à estratégias de *coping* e resiliência (SILVEIRA, *et. al.*, 2014).

O bem-estar emocional é primordial na convivência laboral. É imprescindível fazer das dificuldades desafios positivos a serem vencidos. Tal resultado pode ser alcançado mediante a colaboração entre os colegas de trabalho, sendo esta cooperação o ponto principal para que a docência se desenvolva bem. “Dividindo angústias também se dividem soluções” (SOUZA, 2014, nº 225).

Um estudo desenvolvido com docentes da Universidade Federal do Rio Grande do Norte indica que a maioria dos professores relataram estratégias de enfrentamento vivenciadas através de práticas de lazer, dentre elas, assistir filmes, ouvir música, leitura e programas culturais. A convivência com família e amigos, prática da religião e eventos sociais com o objetivo de fortalecer laços afetivos também foram mensurados. A convivência no ambiente familiar teve um maior destaque onde alguns demonstraram preferir permanecer um tempo maior e de qualidade com sua família no intuito de reduzir o estresse emocional. O bom relacionamento com colegas de trabalho foi evidenciado, mas alguns preferem não estender essa convivência para fora da prática laboral alegando que os assuntos sempre direcionam para meio profissional atrapalhando o lazer e provocando situação de estresse (ARAÚJO, *et. al.*, 2016).

Importante se faz mensurar também sobre a prevenção ao estresse ocupacional dos

professores universitários. O autor aponta em seu estudo cinco categorias que se destacaram a partir do relato da pesquisa como resposta de enfrentamento ao estresse dos entrevistados, na seguinte ordem: Tempo, organização de agenda para a realização das tarefas, disciplina e ordem para a realização das demandas de trabalho, gestão do tempo no ambiente da docência e do tempo livre e doméstico. Motivação, aspectos internos de motivação para o trabalho e sua execução, aspectos emocionais envolvidos na prevenção ao estresse ocupacional, sentido para a sua realização profissional, ficar em silêncio ou sozinho (momentos de introspecção). Atividades físicas, tais como musculação, ciclismo, corrida, natação, dança, etc. Lazer atividades como viajar, assistir um bom filme, passear, cuidar da casa, escutar música, artesanato, envolvimento com atividades domésticas, etc. Espiritual, orar, participar de um grupo na igreja ou local de reunião relacionado à crença que professa, praticar a sua espiritualidade independentemente de sua religião (ZAMBOM, 2014).

2.4 *COPING* E ESTRESSE ENTRE OS DOCENTES

Coping pode ser definido como um conjunto de estratégias utilizadas para que as pessoas possam se adaptar à situações adversas, onde o indivíduo busca esforços para lidar com os estressantes crônicos ou agudos, através de um conjunto de esforços cognitivos e comportamentais com o objetivo de lidar com as demandas internas e externas de sua relação com eventos estressores (FOLKMAN, 1984).

Dois modelos de estratégias para enfrentar o estresse foram propostos por Folkman e Lazarus (1980), um foi enfrentamento voltado para as situações do dia a dia ou problema e outro para controlar as emoções.

Segundo Folkman e Lazarus (1986) a estratégia de *coping* que mais se destacou foi a da esquiva. Ainda há necessidade de realizar novos estudos para que busquem verificar quais estratégias de enfrentamento são mais aplicadas e eficientes no estresse laboral. Os estudos demonstraram que quando o indivíduo utiliza estratégias de *coping* em situações de estresse, propicia uma maior qualidade de vida para o sujeito. Esta condição pode ser muito afetada pelo estresse laboral, por isso a importância de investigar e realizar pesquisas para verificar esta qualidade e o estresse no ambiente de trabalho.

Outro estudo desenvolvido por Capelo, Pocinho (2016), identificaram três formas fundamentais de *coping* utilizadas pelos docentes, de maneira particular, expressar sentimentos e procurar apoio, desenvolver ações planejadas centradas na resolução de problemas e envolver-se em atividades de diversão ou pensar em outros assuntos.

O padrão de *coping* mais utilizado pelos professores para lidarem com as dificuldades e exigências profissionais é o *coping* ativo, centrado na resolução de problemas, que inclui estratégias como a planificação, a reinterpretação positiva. As estratégias de regulação emocional, nomeadamente, a procura de suporte social e as estratégias focadas nas emoções, tendencialmente disfuncionais e adaptativas, também se estruturam num padrão de *coping* igualmente muito usado pelos docentes (SOUZA, 2018).

3 METODOLOGIA

O presente estudo teve uma abordagem qualitativa e quantitativa com método descritivo. O estudo foi realizado em uma determinada Instituição de Ensino Superior, na cidade de Anápolis, Goiás. No período entre Setembro e Outubro de 2019.

A abordagem quantitativa e a qualitativa não estão inseridas no mesmo campo de ação. Portanto a primeira trata de dados descritivos, utilizando um método estatístico. Sobretudo há um desconto sistemático, caracterizando esta análise mais objetiva, mais fiel e mais fidedigna, sendo que a sua observação é mais controlada. Esta análise é importante nas fases de constatação das eventualidades. Já a segunda se trata de um processo mais intuitivo, sendo mais flexível e adaptável à índices que não foram supostos, ou a evolução das hipóteses. Este tipo de análise deve ser utilizado nas fases de lançamentos das hipóteses, por propiciar possíveis relações entre um índice da mensagem e uma ou diversas variáveis do locutor, como também da situação de comunicação (BARDIN, 2011).

De acordo com o mesmo autor é imprescindível ressaltar que a pesquisa qualitativa não se confronta à quantitativa, pelo contrário, elas se complementam. Os métodos quantitativos e qualitativos devem ser vistos como grupos que se agregam e não se rivalizam. Para associação desses métodos pode-se aprimorar a capacidade de descrição, explicação e compreensão do fenômeno, contudo a ideia de combinar os mesmos tem o objetivo de desenvolver uma base contextual mais ampla para interpretação e validação dos resultados. A abordagem quantitativa e qualitativa possibilita o cruzamento de informações e conclusões, por meio da técnica da ‘triangulação’, que pretende acrescentar uma grande compreensão de um fenômeno, dessa forma as demarcações de um método são auxiliados pelo outro.

Os métodos de análises de dados que se constituem por números podem ser de grande utilidade na interpretação de diversos problemas educacionais. Sobretudo, a combinação destes dados com outros provenientes de metodologias qualitativas, podem vir a enriquecer o entendimento de eventos, fatos e processos. Assim as duas abordagens

demandam, no entanto, o esforço da reflexão do pesquisador para dar sentido ao material coletado e pesquisado (GATTI, 2004).

A coleta de dados se deu através de um questionário, mediado por um roteiro de perguntas de múltipla escolha, com participantes que são docentes da IES. Os mesmos foram abordados e convidados a participarem da pesquisa, prontamente respondida através de suas próprias experiências, respeitando os critérios de inclusão a que foram propostos como: Estar vinculado ao corpo docente da IES; estar disposto a participar da pesquisa; ser maior de 18 (dezoito) anos. Todos os dados coletados de forma total ou parcial poderão ser utilizados pelo pesquisador para apresentações científicas, publicações em universidades, eventos científicos e anais de saúde.

No TCLE as recomendações da resolução 510/2016, foram apresentadas aos participantes, garantindo os preceitos éticos da pesquisa com seres humanos, tais como: confiabilidade, confidencialidade, fidedignidade e sigilo. Todos os dados serão guardados de forma a garantir o sigilo dos mesmos por um período de cinco anos, assim todas as informações analisadas poderão ser utilizadas para publicações e apresentações científicas, sem expor o participante. Após este período de guarda todo material impresso será devidamente excluído, picotado e destinado à reciclagem.

O processo de análise é continuado, em que busca identificar categorias, tendências e padrões, visando desvendar os significados, esse processo é complexo e não linear e por meio dele se pretende obter uma organização e interpretação dos dados, que se iniciam na fase exploratória e permanecem durante todo o processo, as respostas obtidas são variáveis e para que se possa ser adequadamente analisadas torna se necessário organizá-las por meio de agrupamento.

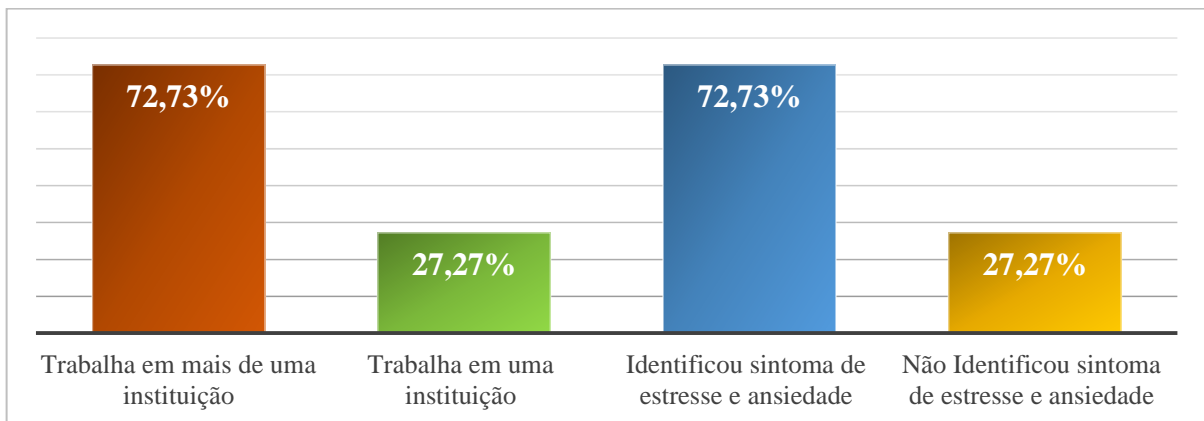
4 APRESENTAÇÃO DOS DADOS

O estudo contou com a participação de 22 professores de Ensino Superior, que voluntariamente atenderam à solicitação de contribuir com os achados desta investigação. Da amostra total de participantes (11) 50% eram homens, e (11) 50% mulheres, apresentando idade entre 30 e 59 anos. Do total (13) 59,09% descreveram serem casados, (9) 40,91% eram solteiros. 50% tem filhos onde a quantidade mínima foi de 1 (um) e a máxima de 3(três) filhos por pessoa.

Em relação à atividade laboral, os docentes universitários que atuam há mais de 10 anos são 40,90%, de 5 a 9 anos lecionando são 45,45% e os com menos de 5 anos nas salas de

aulas foram 13,65%. Os que trabalham em mais de uma instituição de ensino representam 72,72%. Resultado que se equiparou com os que identificam sintomas de ansiedade e estresse. Também, 27,27% dos entrevistados revelaram ter apresentado algum episódio destes sintomas. (Gráfico n. 1). Dentre eles os mais citados foram tontura, taquicardia e insônia.

Gráfico 1 – Dados sobre Estresse x Trabalho Docente

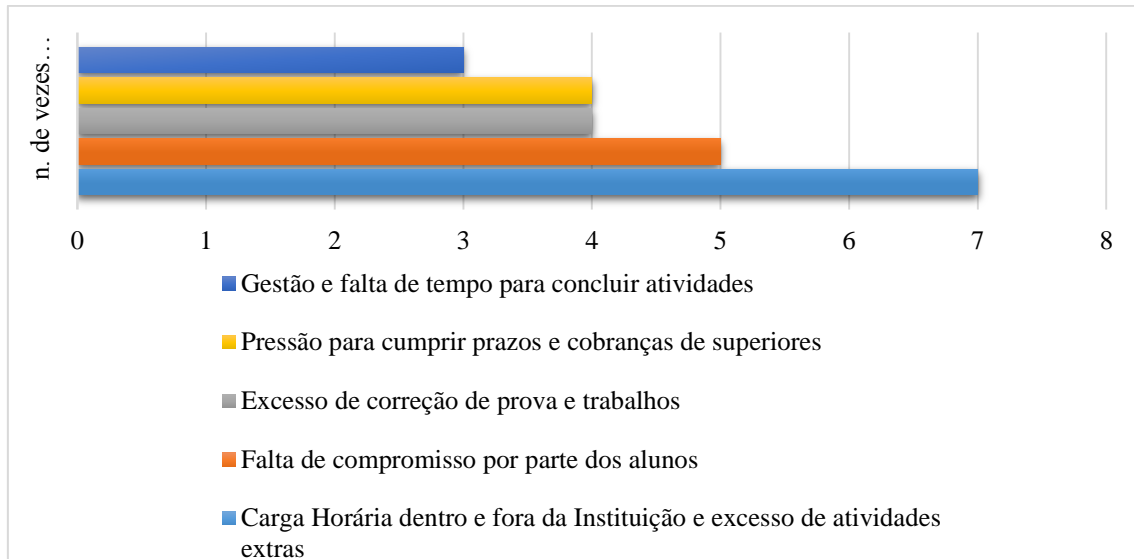


Fonte: Autores deste trabalho, 2019.

Os fatores mais estressantes no trabalho que mais se destacaram citados pelos professores foram: Carga horária extensa dentro e fora da instituição e excesso de atividades extras, a falta de compromisso por parte dos alunos, excesso de correção de trabalhos, pressão para cumprir prazos e cobranças de superiores, gestão e falta de tempo para concluir atividades (Gráfico 2).

Foram mensurados também como estressante a conversa em excesso dos alunos, o sobe e desce emocional relacionado a expectativa de como transcorrerá as aulas, “ser acusado sem ter feito (pelos acadêmicos)”, a avaliação e seus resultados e as condições da profissão de docente .

Gráfico 2 – Dados sobre os fatores mais estressantes no trabalho citados pelos professores



Fonte: Autores deste trabalho, 2019.

As principais estratégias utilizadas para diminuir ou acabar com a ansiedade e estresse foram a prática de esportes, seguida de a opção sair com família ou amigos. Viajar, ir ao shopping, assistir filme, contato com a natureza, dormir, “vida espiritual”, meditação e descansar no final de semana também foram mencionados. Foi observado também que 45% dos entrevistados não sabiam que a instituição de ensino que trabalham oferecem suporte psicológico através de um profissional da área aos seus funcionários.

4.1 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

A análise dos dados teve como objetivo conhecer e aprofundar sobre as situações geradoras de estresse e as estratégias de enfrentamento vivenciadas pelos docentes.

Os resultados demonstraram que a grande maioria dos entrevistados já vivenciaram algum episódio de ansiedade e estresse no trabalho onde apresentaram sintomas como taquicardia, insônia, tontura e conseqüente tiveram mudanças em sua rotina, bem como autoconhecimento, desenvolvimento da inteligência emocional, prática de esportes, mudanças na alimentação. Também tiveram ainda aqueles que citaram não realizar serviços burocráticos nos fins de semana.

Em consonância com os resultados obtidos são frequentes as reclamações dos docentes que vivenciaram períodos de estresse, com manifestações de sintomas associados ao prejuízo no desempenho pessoal e basicamente profissional. Estudos realizados no ambiente acadêmico, colocam em destaque a ocorrência de situações estressantes que vem prejudicar o desempenho e a saúde do professor, colocando em risco o efetivo desenvolvimento do ensino

(CONTAIFER; *et. al.*, 2003).

O estresse, portanto, é a junção de reações do organismo que define uma situação de esforço físico e emocional onde ocorre um desequilíbrio interno, acarretando em mecanismos disfuncionais na esfera cognitiva comportamental. Na literatura epidemiológica a ocorrência desses eventos estressantes têm sido estudados em associação a uma diversidade de doenças, como depressão, infarto agudo do miocárdio, transtornos de ansiedade, gastrite, dentre outros inúmeros problemas de saúde (MORETTI; HUBNER, 2017).

O estresse ocupacional se caracteriza pelo desgaste laboral, onde os mesmos são acarretados por diversos tipos de pressões e exigências que são exercidos sobre os trabalhadores, afetando de maneira significativa sua saúde psíquica (SANCHES, SANTOS, 2013).

Em relação à docência, há certa preocupação relacionada ao estresse, ocasionado pela necessidade de compreender o que acontece basicamente com o professor, de maneira que possa minimizar esse desgaste. Com o intuito de aumentar as estratégias de enfrentamento associadas à solução do problema, quando aplicadas objetivamente a propiciar atitudes positivas, desempenha uma conduta mais aplicada e completa com o trabalho. Porém se esses professores empregam essas estratégias de enfrentamento, mas não direcionam a solução desses conflitos, poderá acarretar em problemas de relacionamento, que resultará em estresse (VALADÃO, 2016).

O docente lida com diferentes tipos de pessoas, bem como em situações incomuns, dentre elas, a grande rotatividade de alunos, pressão para publicações científicas, como também inúmeros trabalhos extraclasse, não se restringindo somente ao espaço escolar, acarretando assim em problemas de saúde emocional em grande parte dos docentes (SILVA; PORTES; MENDES, 2015).

A partir dos dados obtidos pode-se inferir que os resultados demonstraram que muitos docentes não sabem, ou nunca ouviram falar sobre *coping*, mas mesmo sem saber muitos destes utilizam alguma estratégia de enfrentamento diante das situações geradoras de estresse no seu ambiente de trabalho. As mais utilizadas pelos docentes no seu dia a dia são: respirar fundo, falar baixo, refletir sobre o episódio, evitar tomar decisões precipitadas ou por impulso, viajar, descansar, sair com a família, ir ao shopping, meditar, orar, sair com amigos, praticar atividades físicas, procurar ajuda de um profissional especializado (psicólogo). Outros já buscam observar a situação como aprendizado, e manter/criar um controle pessoal. Já alguns entrevistados utilizam como estratégia o *coping* adaptativo como tomar cerveja e utilizar ansiolíticos (VALADÃO, 2016).

De acordo com o mesmo autor na avaliação, é levado em consideração o traço de personalidade de cada um. Que caracteriza essa percepção do docente, de forma modificada conforme o traço de personalidade. Sendo assim a organização irá se preocupar com cada trabalhador, atentando quanto à percepção que este tem daquele exato momento, sobretudo da liderança, por ser única. Verifica-se que essa percepção pode intervir de forma positiva ou negativa sobre o meio organizacional. No entanto, quanto mais se afligir com as contestações, o ambiente e a maneira assertiva como o gestor conduz os trabalhos, produzirá menos efeitos do estresse sobre o dia a dia dos colaboradores/docentes.

Segundo Rohde; Jager; Dias (2012), ao professor de instituição de ensino superior, tem caracterizado um trabalho cada vez maior, ocasionando em uma grande tarefa, porém não impossível, mediante as modificações ocorridas no sistema educacional. As circunstâncias acarretam na sensação de uma maior responsabilidade e desvalorização, ocasionando na sua qualidade de vida, como também na percepção da dignidade social e de como se sente compreendido pelos outros, bem como fatores que acarretam em um maior esgotamento biopsicossocial.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo demonstraram que a maioria dos docentes não identificaram e não tem conhecimento sobre o *coping*, mesmo assim, a grande maioria mesmo sem saber o que significa o utilizam nas situações estressantes em seu dia a dia. Os que identificaram alguma estratégia de enfrentamento percebe-se a habilidade de explorar inúmeras ações que notadamente os auxiliam no planejamento de atividades sejam elas de ordem psicológicas ou administrativas.

O docente do ensino superior no Brasil enfrenta hoje novos desafios, advindos das mudanças ocorridas no sistema de ensino. Esses desafios se tornam mais presentes, quando as instituições precisam promover mudanças organizacionais provenientes dessas alterações. O surgimento de novas adequações para a educação do ensino superior causa no docente um aumento no nível do estresse gerado por inúmeras mudanças que ocorrem interferindo em toda sua rotina, provocando assim alterações na sociedade, no mercado, bem como nas horas dedicadas à docência.

Pesquisar estresse, principalmente quando se trata de docentes do nível superior, encontra-se algumas limitações. Dentre elas, nota-se que, a produção científica abrange inúmeros contextos, porém há escassez de fontes que façam uma interligação entre estresse,

estratégias de enfrentamento e personalidade dos docentes.

Importante se faz mensurar e observar que os fatores mais estressantes citados pelos professores podem fornecer importantes dados para IES contribuir diretamente na qualidade do trabalho dos docentes. A carga horária que o funcionário cumpre fora do horário de trabalho e o excesso de atividades extras apareceram na pesquisa de forma expressiva, fatores que necessitam de urgente solução para que o estresse seja combatido de maneira eficaz, mesmo sendo através de iniciativa de políticas públicas, dos sistemas e das Instituições de Ensino.

Este Resultado se assemelha aos dados de estudo feito por Dalagasparina e Monteiro (2016) a respeito dos fatores de estresse relacionados á sobrecarga de trabalho, citando também as atividades extraclasse, a dificuldade de cumprir prazos estabelecidos e a demanda de trabalho superior ao tempo hábil, que coincidem aos encontrados nesta pesquisa.

Na utilização das estratégias de enfrentamento as mais evidenciadas para minimizar ansiedade e estresse pelos entrevistados foram: sair com a família e amigos, viajar, ir ao shopping, meditar, praticar atividades físicas. Foi também citado a busca por ajuda psicológica, promovendo assim uma abordagem integralizada, e conseqüentemente diminuindo os efeitos estressores.

A organização de intervenções com foco na administração de situações de estresse pelo docente, diante das exigências da IES, pode ser um recurso útil no que tange ao suporte para a promoção de estratégias de enfrentamento no processo de ensino, podendo aprimorar esta compreensão de autoeficácia, bem como dos indicadores de saúde ocupacional. A qualidade do ensino pode acentuar-se ainda mais, a partir de técnicas voltadas às mudanças no ambiente de trabalho, à reorganização institucional, bem como ao desenvolvimento de habilidades individuais e à manifestação de recursos de *coping* que sejam adequados às diferentes realidades de trabalho e às solicitações existentes.

Concluir este trabalho foi de suma importância para ampliar os conhecimentos sobre este tema que é de grande relevância para a saúde física e mental, bem como o convívio social dos docentes. Abordar aspectos sobre *coping* , especificamente no contexto relacionado à estratégias de enfrentamento utilizadas pelos docentes universitários foi relevante para a compreensão do ambiente que cerca o professor, bem como das influências que este meio poderá trazer gerando situações estressoras, promovendo assim possíveis recursos para prevenção de eventos de ansiedade e estresse.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, A. M. R. **O Estresse Ocupacional do Professor do Ensino Superior: A Relação Entre os Sintomas de Estresse e a Atividade Docente em Duas Instituições de Ensino Superior da cidade de Teresina-PI**. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Instituto de Ciências da Educação. Lisboa 2010. Disponível em: <http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/1204>. Acesso em: 25 Jun. 2019.
- ARAÚJO, L. M. N. et al. Estresse no Cotidiano Universitário: Estratégias de Enfrentamento de Docentes da Saúde. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**. [S.l.], V.8, n. 4, p. 4956-4664, oct 2016. ISSN 2175-5361. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3946>. Acesso em: 05 set. 2019.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**, Edições 70, Lisboa. LDA. 2011. P 142-143.
- BARRETO, M. A. **Docência Universitária: Condições de Trabalho, Estresse e Estratégias de Enfrentamento**. [s.n], Rio de Janeiro-RJ; Setembro de 2008. Disponível em: <http://www.anpad.org.br/admin/pdf/GPR-A254.pdf>. Acesso em: 25 Jun. 2019.
- CAPELO, R.; POCINHO, M. Estratégias de coping: contributos para a diminuição do estresse docente. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 17, n. 2, p. 282-294, set. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=..>. Acesso em: 27 jun. 2019.
- CONTAIFER, T. R. C. Et. al. Estresse em Professores Universitários da Área de Saúde. **Rev Gaúcha Enferm**, Porto Alegre (RS) 2003 ago; 24(2):215-25. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/4475>. Acesso em: 03 Nov 2019.
- DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. **Estresse e Docência: Um Estudo no Ensino Superior Privado**. Abr. 2016 Docência e produção de Subjetividades.[s.l]. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/viewFile/5154/pdf>. Acesso em: 24 Jun. 2019.
- DIEHL, L.; MARIN, A. . Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Est. Inter. Psicol.**, Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, dez. 2016. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S223600200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 27 jun. 2019.
- FALCONE, E. M. O. et. al. Construção e validade de conteúdo da Escala Cognitiva de Ansiedade em adultos. **Psicologia em Pesquisa | UFJF-Juiz de Fora-MG | 10(1) | 85-93 | Janeiro-Junho de 2016**. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v10n1/11.pdf>. Acesso em: 25 Jun. 2019.
- FIORENTINI, D.; RINCÓN, J. P. A. **Experiências sobre Formação de Professores que Ensinam Matemática**. Grupo de Sábado –GdS Faculdade de Educação Universidade Estadual de Campinas –UNICAMP Campinas, SP. 2015. Disponível em: <https://www.cempem.fe.unicamp.br/sites/www.cempem.f>. Acesso em: 24 Jun 2019.
- FOLKMAN, S. (1984). **Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.

FOLKMAN, S., & LAZARUS, R. S. (1986). **An analysis of coping in a middle-aged community sample**. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.

FREITAS, G. R.; CALAIS, S. L.; CARDOSO, H. F. Estresse, ansiedade e qualidade de vida em professores: efeitos do relaxamento progressivo. **Psicologia Escolar e Educacional**, SP. Volume 22, Número 2, Maio/Agosto de 2018:319-326. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pee/v22n2/2175-3539-pee-22-02-319.pdf>. Acesso em: 24 Jun 2019.

GATTI, B. A. A construção metodológica da pesquisa em educação: desafios. **RBPAAE** Universidade Federal do Rio Grande do Sul-UFRGS- v. 28, n. 1, p. 13-34, jan/abr. 2012. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/rbpae/article/view/36066/23315>. Acesso em: 01 Nov 2019.

MORETTI, F. A.; HUBNER, M. M. C. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional. **Rev. psicopedag.**, São Paulo , v. 34, n. 105, p. 258-267, 2017 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_8486201700030000. Acesso em: 03 Nov. 2019.

PINTO, J. C. et al . Ansiedade, depressão e stresse: um estudo com jovens adultos e adultos portugueses. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa , v. 16, n. 2, p. 148-163, set. 2015 . Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php>. Acesso em: 25 jun 2019.

PRADO, C. E. P. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Revista Brasileira de Medicina no Trabalho**. Trabalho realizado na Universidade Camilo Castelo Branco (UNICASTELO) – São Paulo (SP), Brasil. Agosto 2016. Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/122/pt-BR/estresse-ocupacional-consequencias>. Acesso em: 25 Jun 2019.

ROHDE, C. L. C.; JAGER, M. E.; DIAS, A. C. G. Qualidade de vida no trabalho em docentes da área de ciências humanas: um estudo descritivo. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, Curitiba, v. 5, n. 3, p.26-36, 2012. Disponível em: <https://periodicos.utfrpr.edu.br/rbqv/article/view/1566>. Acesso em: 03 Nov 2019.

SANCHES, E. N.; SANTOS, J. D. F. Estresse em docentes universitários da saúde: situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento. **Psicol. Argum.**, Curitiba-PR, v. 31, n. 75, p. 615-626, out./dez. 2013. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/20075>. Acesso em: 03 Nov 2019.

SILVA, I. C.; PORTES, L.A.; M, G. N. **Qualidade de Vida de Docentes do Ensino Superior de um Centro Universitário**. Centro Universitário Adventista de São Paulo – Unasp, *LifeStyle Journal*, v. 2, n. 2, p. 15-24, 2015. ISSN: 2237-3756. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/qualidep/#4>. Acesso em: 03 Nov 2019.

SILVEIRA, K. A. et. al. Estresse e Enfrentamento em Professores: uma análise da literatura. **Educação em Revista** | Belo Horizonte| v.30|n.04|p. 15-36 |Outubro-Dezembro 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/edur/v30n4/02.pdf>. Acesso em: 24 Jun 2019.

SOUZA, I. I. A. **Estratégias de coping e sua relação com o engajamento no trabalho: um**

estudo com professores universitários. Universidade Federal da Bahia Instituto de Psicologia Programa de Pós-Graduação em Psicologia. (s.n) Salvador-Bahia 2018. Disponível em: https://pospsi.ufba.br/sites/pospsi.ufba.br/files/indyara_souza.pdf. Acesso em: 25 Jun 2019.

SOUZA, P., J. A., & Pomiecinski, C. M. Gestão Escolar: Uma Reflexão Sobre A Saúde Emocional Do Professor - Entre O Stress E A Síndrome De Burnout. **Portal Periódicos.** Universidade do Oeste de Santa Catarina-UNOESC. Colóquio Internacional De Educação, 2(1), 217-230- 2014. Disponível em: <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/coloquiointernacional/article/view/5188>. Acesso em: 04 Set 2019.

VALADÃO, M. B. **Estresse e estratégias de enfrentamento de docentes do nível superior.** Pontifícia Universidade Católica de Goiás Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa Escola de Ciências Sociais e da Saúde Programa de Pós-Graduação Strictu Sensu em Psicologia. Disponível em: <http://tede2.pucgoias.edu.br:8080/bitstream/tede/3647/2/Maur%c3%adcio%20Ben%c3%adcio%20Valad%c3%a3o.pdf>. Acesso em: 03 Nov 2019.

WEBER, L. N. D. et. al. **O estresse no Trabalho do Professor. Imagens da Educação.** [s.l]. v. 5, n. 3, p. 40-52, 2015. Disponível em: http://eduem.uem.br/ojs/index.php/ImagensEduc/article/viewFile/25789/pdf_47. Acesso em: 25 Jun 2019.

ZAMBON, E. **Estratégias de prevenção ao estresse ocupacional de professores do ensino superior privado.** Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Programa de Pós-Graduação em Educação. [s.n] 2014, Disponível em: <http://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/5692/1/000455710Texto%2bCompleto-0.pdf>. Acesso em: 04 Set 2019.

APÊNDICES
APÊNDICE-A

QUESTIONÁRIO

- * Idade: _____
* Estado civil: _____
* Sexo: _____
* Tem filhos: _____ Quantos? _____

A) Há quanto tempo você é professor universitário?

() Menos de 5 anos () Mais de 5 anos () Menos de 10 anos () Mais de 10 anos

B) Trabalha somente nesta instituição?

() Sim () Não

C) Você já se identificou com algum sintoma de ansiedade e estresse?

() Sim. Se sim com que frequência sente? _____ (Por exemplo 2x na semana).

() Não

D) O que você faz para diminuir/ acabar com a ansiedade/ estresse?

() Pratica atividade física () Sai com a família/ amigos () Viaja () Vai ao Shopping

() Outros? Quais? _____.

E) Já apresentou algum episódio de ansiedade e estresse? Após teve alguma mudança em seus hábitos?

() Sim () Não () Quais? _____.

F) O que você entende por estratégias de enfrentamento (Coping) pelo docente? Se conhece quais e como as utilizam?

G) Cite dois fatores que são os mais estressantes em seu trabalho?

H) A IES que você trabalha, oferece algum suporte psicológico no tratamento do estresse e ansiedade?

() Sim.

() Não.

Se sim você já utilizou alguma vez este auxílio () Sim () Não.

ANEXOS**ANEXO-A**

Eu, NOME DO ENTREVISTADO(A), RG/CPF, declaro que li as informações contidas nesse documento, fui devidamente informado(a) pelo pesquisador(a) - (NOME DO PESQUISADOR(A)) - dos procedimentos que serão utilizados, riscos e desconfortos, benefícios, custo/reembolso dos participantes, confidencialidade da pesquisa, concordando ainda em participar da pesquisa. Foi-me garantido que posso retirar o consentimento a qualquer momento, sem que isso leve a qualquer penalidade. Declaro ainda que recebi uma cópia desse Termo de Consentimento.

LOCAL E DATA:

Nome da cidade, data, ano.

NOME E ASSINATURA DO SUJEITO OU RESPONSÁVEL (menor de 21 anos):

(Nome por extenso)

(Assinatura)

ANEXO-B



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa – NOME DA PESQUISA -, no caso de você concordar em participar, favor assinar ao final do documento. Sua participação não é obrigatória, e, a qualquer momento, você poderá desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador(a) ou com a instituição.

Você receberá uma cópia deste termo onde consta o telefone e endereço do pesquisador(a) principal, podendo tirar dúvidas do projeto e de sua participação.

NOME DA PESQUISA: _____

PESQUISADOR(A) RESPONSÁVEL: _____

ENDEREÇO: _____

TELEFONE: _____

PESQUISADORES PARTICIPANTES: _____

PATROCINADOR: _____

OBJETIVOS: (descrever os objetivos da pesquisa de forma clara e em linguagem acessível aos participantes dela).

PROCEDIMENTOS DO ESTUDO: EX: (se concordar em participar da pesquisa, você terá que responder a um questionário sobre _____ ou entrevista (gravada ou não) sobre _____). Explicar todo o procedimento que será realizado no participante da pesquisa. Em que consiste a pesquisa? Como será realizada? Para que servirão os dados, informações e demais materiais coletados do participante da pesquisa?

RISCOS E DESCONFORTOS: (descrever os possíveis riscos e prejuízos de qualquer espécie que poderão ocorrer: desconfortos, lesões, riscos morais e constrangimentos que poderão ser provocadas pela pesquisa).

BENEFÍCIOS: (descrever os benefícios diretos e/ou indiretos que os sujeitos de pesquisa ou a comunidade em que ele se insere terá, decorrente da participação na pesquisa).

CUSTO/REEMBOLSO PARA O PARTICIPANTE: Informar que os sujeitos de pesquisa não arcarão com nenhum gasto decorrente da sua participação (entrevista, sessão de estudos, exames laboratoriais, etc.). As consultas, exames, tratamentos deverão ser totalmente gratuitos, não recebendo nenhuma cobrança com o que será realizado. Deve ser informado que os participantes da pesquisa não receberão qualquer espécie de reembolso ou gratificação devido à participação na pesquisa.

CONFIDENCIALIDADE DA PESQUISA: (garantia de sigilo que assegure a privacidade dos sujeitos quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa, informando que somente serão divulgados dados diretamente relacionados aos objetivos da pesquisa).

Assinatura do Pesquisador Responsável: _____