

**ANA CAROLINA PERRONI LIMA MORAIS**

**ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM  
PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU* DE  
UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE  
CAMPO GRANDE, MS, BRASIL**

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO MESTRADO E DOUTORADO EM  
PSICOLOGIA  
CAMPO GRANDE – MS  
2018**

**ANA CAROLINA PERRONI LIMA MORAIS**

**ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM  
PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU* DE  
UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE  
CAMPO GRANDE, MS, BRASIL**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação Mestrado em Psicologia, da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), como requisito parcial para obtenção do título de Mestre, Área de Concentração: Psicologia da saúde, linha de pesquisa 1: Avaliação e Assistência em Saúde, sob orientação da Professora Doutora Liliana Andolpho Magalhães Guimarães.

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO Mestrado e Doutorado em  
PSICOLOGIA  
CAMPO GRANDE – MS  
2018**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

(Biblioteca da Universidade Católica Dom Bosco – UCDB, Campo Grande, MS, Brasil)

P459a Perroni, Ana Carolina

Adição ao trabalho e estresse ocupacional em professores de pós-graduação stricto sensu de uma instituição de ensino superior da cidade de Campo Grande, MS, Brasil / Ana Carolina Perroni; orientação Liliana Andolpho Magalhães Guimarães.-- 2018.

115 f. + anexos.

Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica Dom Bosco, Campo Grande, 2018.

Inclui bibliografias

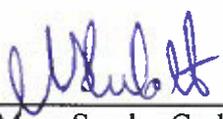
1. Docente do ensino superior – Estresse ocupacional – Campo Grande – MS 2. Adição ao trabalho – Ensino Superior 3. Stricto Sensu – Estresse ocupacional - Docentes - I. Guimarães, Liliana Andolpho Magalhães.

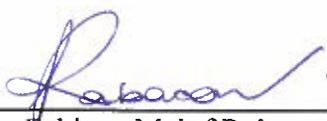
CDD – 371.10019

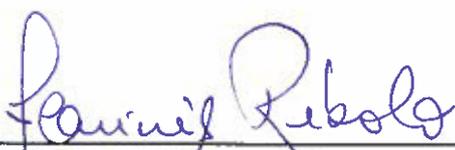
A dissertação apresentada por ANA CAROLINA PERRONI LIMA MORAIS, intitulada “ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MS, BRASIL”, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em PSICOLOGIA à Banca Examinadora da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), foi.....*APROVADA*.....

### BANCA EXAMINADORA

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Dra. Liliana Andolpho Magalhães Guimarães - UCDB (orientadora)

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Dra. Mary Sandra Carlotto – UNISINOS

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Dra. Fabiana Maluf Rabacow - UCDB

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Dra. Flavinês Rebolo - UCDB

Campo Grande-MS, 22 de fevereiro de 2018.

*Ofereço esta dissertação a todos os professores que dedicam suas vidas para a construção da ciência e do saber.*

## AGRADECIMENTOS

A Deus, por ter me dado o dom da vida e a capacidade de desenvolver pensamento crítico, vontade de contribuir para a construção de um mundo melhor, discernimento nos momentos de incertezas e energia para seguir em frente.

Ao meu esposo, Léo Bakargy Morais, por me apoiar e ficar ao meu lado em todos os momentos dessa caminhada.

Aos meus pais, Dimas Oliveira Lima e Maria Conceição Perroni Lima, por me incentivarem e acreditarem no meu potencial.

À minha irmã, Ana Claudia Perroni Lima, pela parceria e “ombro amigo” todas as vezes que precisei e pelos cafés, cedidos gentilmente ao Ambulatório de Saúde Mental do Trabalhador, da clínica-escola da UCDB.

Aos meus sogros, Eliel dos Santos Morais e Janete Bakargy Morais, pela compreensão dos momentos de ausência e pelo incentivo constante para continuar estudando.

Aos meus colegas de trabalho, em especial à minha equipe, Edna Luiza Machiavelli, Ana Maria Sal Moreira, Andressa Tognon, Luanna Peixoto e Gleison Laranjeira Rodrigues, e aos meus companheiros de jornada de trabalho de todos os dias Jakson Pereira e Gillianno Mazzetto, por compreenderem e contribuírem diariamente nessa caminhada.

À amiga Carla Fabiana Costa Calarge pelo apoio técnico na formatação e adequação do texto final.

À Profa. Maria Helena Silva Cruz, pela revisão de português.

Às professoras da banca examinadora: Dr<sup>a</sup>. Mary Sandra Carlotto (UNISINOS); Dr<sup>a</sup>. Flavinês Rebolo (UCDB) e Dr<sup>a</sup>. Fabiana Maluf Rabacow (UCDB) pelo aceite e pela disponibilidade em ler, corrigir, sugerir, criticar, pensar e repensar esta dissertação.

À minha orientadora, Dra. Liliana Andolpho Magalhães Guimarães, por ter me aceito como orientanda e me orientado verdadeiramente.

*For what a man is in himself, what accompanies him when he is alone, what no one can give or take away, is obviously more essential to him than everything he has in the way of possessions, or even what he may be in the eyes of the world.*

Arthur Schopenhauer (1890/2008, p. 8)

## RESUMO GERAL DA DISSERTAÇÃO

Os programas de pós-graduação *stricto sensu* passam constantemente por avaliações, com indicadores e prazos rigorosos, exigindo grande dedicação dos professores. Essa relação com o trabalho e o compromisso em produzir conhecimento e formar pessoas, podem desencadear ou mesmo agravar a adição ao trabalho e levar ao estresse ocupacional, afetando a saúde mental do trabalhador e as relações interpessoais e familiares. A adição ao trabalho é o vício relacionado ao trabalho, resultado da combinação de trabalho excessivo e trabalho compulsivo, resultando em adoecimento mental. O estresse ocupacional é o resultado das reações do trabalhador frente a situações adversas no trabalho, que fogem ao seu controle, ocasionando danos físicos e emocionais. O principal objetivo desse estudo foi identificar a prevalência de adição ao trabalho nos professores de pós-graduação *stricto sensu* e sua correlação com o estresse ocupacional. Os três instrumentos utilizados foram aplicados *on-line*: (i) Questionário sociodemográfico ocupacional (QSDO); (ii) *Job Stress Scale* (JSS) e (iii) *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS), enviados por meio de *link*, ao e-mail dos professores, para autopreenchimento. Foram incluídos, aqueles professores com vínculo empregatício com a instituição e atuantes na pós-graduação *stricto sensu*. Trata-se de uma pesquisa exploratório-descritiva, de corte transversal, quantitativa, cuja amostra foi constituída por 34 docentes de pós-graduação *stricto sensu* de uma universidade privada, comunitária e confessional da cidade de Campo Grande, MS. Os resultados indicaram alta prevalência de adictos ao trabalho (14,7%). Em relação ao estresse ocupacional, o modelo vivenciado pela maioria dos professores é caracterizado por alta demanda e baixo controle (29,4%), ou “alta exigência”, que, entre os modelos de trabalho causa maior estresse e dano emocional. Quando correlacionados adição ao trabalho e estresse ocupacional, não se obteve significância, indicando que adição ao trabalho não é preditora de estresse ocupacional nessa população, contradizendo o encontrado na literatura.

**Palavras-chave:** Adição ao trabalho. Estresse ocupacional. Trabalho docente. Professor. Pós-Graduação.

## OVERALL DISSERTATION ABSTRACT

*Stricto sensu* graduation programs are constantly passing through evaluations, with strict indicators and deadlines, demanding dedication from professors who take part in these programs. This relation with work, and the commitment to producing knowledge and training people, can trigger work addiction and occupational stress, affecting workers' mental health and their interpersonal and family relationships. Work addiction is a work-related vice, resulting from a combination of excessive workload and compulsive labor, leading to mental illness. Occupational stress is the result of workers' responses to adverse situations at work, which are beyond their control, causing physical and emotional damages. The main objective of this study was to identify the prevalence to work addiction among *stricto sensu* graduation professors and its correlation with occupational stress. The three instruments used were applied online: (i) Sociodemographic and Occupational Questionnaire (SDOQ); (ii) Job Stress Scale (JSS); and (iii) Dutch Work Addiction Scale (DUWAS), sent via link to professors' e-mails to autocomplete them. Those professors who had employment relationship with the institution and were active in the *stricto sensu* post-graduation program have been included. This is an exploratory-descriptive, cross-sectional, quantitative research, whose sample was constituted of 34 *stricto sensu* graduation professors of a private, community and confessional university in Campo Grande, MS, where the three instruments were applied. The results indicated a high prevalence of work addicted professors (14,7%). In relation to occupational stress, the model experienced by the majority of professors is characterized by high demand and low control (29,4%), or "high requirement", which, among stress models, is the one that causes the most emotional damages. There has been no significance when work addiction and occupational stress were correlated; indicating that work addiction is not a predictor of occupational stress in this population, contradicting what is found in the literature.

**Keywords:** Work addiction. Occupational stress. Teaching work. Professor. Graduation.

## LISTA DE SIGLAS

<b>APA</b>	<i>American Psychological Association</i>
<b>BVS/BIREME</b>	Biblioteca Virtual de Saúde
<b>CAPES</b>	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior
<b>CEP</b>	Comitê de Ética e Pesquisa
<b>CFP</b>	Conselho Federal de Psicologia
<b>CNPQ</b>	Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico
<b>D/C</b>	Demanda e Controle
<b>DeCS</b>	Descritores da Ciência da Saúde
<b>DUWAS</b>	<i>Dutch Work Addiction Scale</i>
<b>IES</b>	Instituição de Ensino Superior
<b>JSS</b>	<i>Job Stress Scale</i>
<b>MEC</b>	Ministério da Educação
<b>MS</b>	Mato Grosso do Sul
<b>NIOSH</b>	<i>National Institute for Occupational Safety and Health</i>
<b>PNPG</b>	Programa Nacional de Pós-Graduação
<b>PS</b>	Psicologia da Saúde
<b>PSO</b>	Psicologia da Saúde Ocupacional
<b>RS</b>	Revisão sistemática
<b>SPSO</b>	Sociedade de Psicologia da Saúde Ocupacional
<b>TCLE</b>	Termo de Consentimento Livre Esclarecido
<b>UCDB</b>	Universidade Católica Dom Bosco
<b>UEMS</b>	Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
<b>UFMS</b>	Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
<b>UNESCO</b>	Organização das Nações Unidas para a educação, a ciência e a cultura

## LISTA DE QUADROS

	<b>Pag.</b>
<b>ARTIGO 1</b>	
Quadro 1	Publicações consideradas na revisão sistemática..... 36
<b>ARTIGO 3</b>	
Quadro 1	Distribuição dos indivíduos por tipo de trabalho, de acordo com a <i>Job Stress Scale</i> (JSS)..... 76

## LISTA DE TABELAS

		<b>Pag.</b>
<b>ARTIGO 2</b>		
Tabela 1	Prevalência das dimensões da adição ao trabalho (n=34).....	56
Tabela 2	Resultados da escala DUWAS de acordo com os fatores Trabalho Compulsivo e Excessivo.....	57
Tabela 3	Resultados sociodemográficos e laborais .....	58
Tabela 4	Resultado do instrumento de adição ao trabalho e a variável: sente-se saudável no trabalho?.....	60
Tabela 5	Resultado do instrumento de adição ao trabalho em relação a questão “quantos dias faltou no trabalho devido à saúde?” .....	61
Tabela 6	Resultado do instrumento de adição ao trabalho segundo a satisfação com a vida.....	61
		<b>Pag.</b>
<b>ARTIGO 3</b>		
Tabela 1	Prevalência das dimensões da adição ao trabalho (n=34).....	76
Tabela 2	Distribuição dos professores segundo a relação entre Controle, Demanda e Apoio Social.....	77
Tabela 3	Matriz de correlação entre DUWAS e JSS.....	78
Tabela 4	Correlação do JSS e DWAS com a questão “Reside com companheiro(a) e/ou filhos”.....	78

## LISTA DE FIGURAS

		<b>Pag.</b>
<b>ARTIGO 3</b>		
Figura 1	Distribuição dos professores segundo a classificação de Demanda, Controle e Apoio Social.....	75
Figura 2	Percepção positiva do trabalho representada em nuvem de palavras.....	79
Figura 3	Percepção negativa do trabalho representada em nuvem de palavras.....	80

## LISTA DE APÊNDICES

	<b>Pag.</b>
Apêndice A	Questionário Sociodemográfico e Ocupacional (QSDO)..... 101
Apêndice B	Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE)..... 104
Apêndice C	Autorização para a realização da pesquisa..... 106
Apêndice D	Comprovante de Envio do Projeto à Plataforma Brasil..... 107
Apêndice E	Comprovante de Aprovação do Projeto na Plataforma Brasil..... 108

## LISTA DE ANEXOS

	<b>Pag.</b>
Anexo A <i>Job Stress Scale</i> (Escala de Estresse no Trabalho).....	110
Anexo B <i>Dutch Work Addiction Scale</i> (Escala Holandesa de Adição ao Trabalho).....	113

## SUMÁRIO

	<b>Pag.</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>17</b>
1.1 O nascimento da pesquisa.....	17
1.2 Trabalho docente na pós-graduação <i>stricto sensu</i> .....	19
1.3 Adição ao trabalho .....	20
1.3 Estresse ocupacional .....	22
1.4 Psicologia da Saúde Ocupacional .....	25
1.5 Estrutura da dissertação .....	27
 <b>ARTIGO 1 - ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO <i>STRICTO SENSU</i>: REVISÃO SISTEMÁTICA .....</b>	 <b>29</b>
 <b>ARTIGO 2 - TRABALHO EXCESSIVO OU TRABALHO COMPULSIVO? ADIÇÃO AO TRABALHO EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO <i>STRICTO SENSU</i> ....</b>	 <b>49</b>
 <b>ARTIGO 3 - ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO <i>STRICTO SENSU</i> .....</b>	 <b>67</b>
 <b>CONCLUSÃO GERAL DA DISSERTAÇÃO .....</b>	 <b>91</b>
 <b>REFERÊNCIAS DA INTRODUÇÃO.....</b>	 <b>93</b>
 <b>APÊNDICES.....</b>	 <b>100</b>
 <b>ANEXOS .....</b>	 <b>109</b>

## INTRODUÇÃO

### 1.1 O nascimento da pesquisa

Desde 2007 trabalho em uma instituição de ensino superior privada, comunitária e confessional, a Universidade Católica Dom Bosco, situada em Campo Grande, MS. Nessa mesma instituição conclui meu curso de graduação em Psicologia e a pós-Graduação *lato sensu* em Psicologia do Trabalho – Gestão em Qualidade.

Durante o curso de graduação me identifiquei com a área de Psicologia Organizacional e do Trabalho, mais voltada para a gestão e fiz estágios e cursos visando aperfeiçoar meus conhecimentos para contribuir com a minha prática profissional.

Fui amadurecendo, melhor conhecendo o ambiente organizacional e me aproximando da área de Medicina e Segurança, que cuida da saúde dos colaboradores, elabora documentos norteados pelas Normas Regulamentadoras do Ministério do Trabalho e avalia os riscos existentes na atividade laboral. Não sabia, mas já existia em mim uma psicóloga da saúde ocupacional.

Trabalhando em uma instituição de ensino, tive contato com a atuação dos professores da graduação e da pós-graduação, observava sua rotina de trabalho, os desafios e os conflitos diários, que por vezes, vinham carregados de dor e sofrimento, desencadeando sérios problemas de saúde, incapacitando o professor para o exercício de sua função.

Ao mesmo tempo que percebia a sobrecarga, também observava a satisfação dos professores ao verem seus alunos e discípulos alçando voos, uma felicidade que os alunos não percebiam, e não percebem, porque por vezes, para eles, é obrigação do professor estar ali para ensiná-los, sem saber os esforços e sacrifícios que os mesmos precisam fazer para que os alunos recebam um ensino de qualidade, não só relativo à capacitação técnica, mas também à formação. Nesta direção, Dom Bosco, o patrono da Universidade Católica Dom Bosco, acreditava na formação integral do indivíduo, baseado na razão, religião e afeto. Esse tripé originou o Sistema Preventivo de Dom Bosco, norteador de todo o trabalho salesiano.

O ambiente da UCDB é acolhedor e agradável para os trabalhadores, tanto administrativos quanto docentes. Seria esse, o motivo pelo qual os professores faziam horas extras espontaneamente e se dedicavam exclusivamente ao trabalho? Seria a docência uma forma de vida? E quanto a pesquisa: como se desenvolve a relação do pesquisador com o

trabalho? Será que ele é mesmo obrigado a participar de tantos eventos e viagens? O professor da pós-graduação *stricto sensu* está satisfeito com esse estilo de vida? Como saber?

Em 2015, quando ainda era aluna especial do mestrado, imbuída de todas estas perguntas, já participava do Laboratório de Saúde Mental e Qualidade de Vida do Trabalhador, coordenado pela Profa. Dra. Liliana Andolpho Magalhães Guimarães, minha atual orientadora, e pretendia participar do processo seletivo no final daquele ano, mas não tinha um objeto de pesquisa definido, não tinha nenhuma ideia objetiva do que eu poderia pesquisar, mas sabia que queria estudar a saúde mental do trabalhador.

Em uma das reuniões do Laboratório, tivemos como convidada a Profa. Dra. Mary Sandra Carlotto, que falou sobre sua prática de pesquisa e suas contribuições para a Psicologia da Saúde Ocupacional apresentando um tema de estudo que despertou meu interesse imediatamente: o *workaholism* ou adição ao trabalho.

Na semana seguinte, procurei a Profa. Liliana para apresentar essa possibilidade de projeto de pesquisa ser submetido quando fosse participar do processo seletivo, que foi aceita. Em um primeiro momento, pensou-se em estudar profissionais de recursos humanos, porque faço parte desse grupo, mas com o amadurecer do projeto, mudamos para Professores, e depois para Professores de Pós-Graduação *Stricto Sensu*.

Solicitou-se autorização do Reitor e após a aprovação do projeto no Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) e foi iniciado o trabalho de campo. Foi realizado um estudo piloto com a ajuda de parceiros da UFMS e UEMS em que foram aplicados os instrumentos de pesquisa a amostras similares, verificada sua adequação e compreensibilidade pelos participantes e para ter uma noção aproximada do tempo de aplicação do protocolo de pesquisa como um todo. Posteriormente, foi feita a coleta de dados junto a professores da instituição investigada, de forma *on-line* e sem interferência da pesquisadora, obtendo-se os resultados que serão apresentados a seguir.

Uma cópia dessa dissertação será entregue à Instituição, para que seus resultados auxiliem na condução de atividades de promoção e prevenção no cotidiano do professor pesquisador, buscando-se minimizar os riscos de adoecimento e potencializar os fatores de proteção à saúde.

## 1.2 Trabalho docente na pós-graduação *stricto sensu*

Os cursos de pós-graduação *stricto sensu* são regulamentados e avaliados pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior (CAPES). Um curso recomendado pela CAPES se torna uma vitrine para as universidades públicas, privadas, confessionais e comunitárias (Vogel & Kobashi, 2015). Em 1997, os programas passaram a ser avaliados trienalmente com classificação numérica que vai de 1 até 7, em que 7 ocupa posição consolidada, com reconhecimento e inserção internacional. Foram estabelecidos critérios de pontuação para publicações, surgindo o Qualis Periódicos (Brasil, 2010). O modelo de avaliação passou por várias mudanças ao longo dos anos, promovendo transparência e aprimoramento, até chegar ao atual Plano Nacional de Pós-Graduação 2011-2020 (PNPG 2011-2020). O objetivo central do PNPG 2011-2020 concentra-se na promoção da integração de pós-graduação com o setor empresarial e a sociedade, além da preocupação com a formação de professores da educação básica e a internacionalização, criando o programa Ciências sem Fronteiras (Brasil, 2010).

O sistema de avaliação é constituído por 48 áreas do conhecimento, avaliadas segundo seis critérios de análise: (i) proposta do programa; (ii) corpo docente; (iii) corpo discente, teses e dissertações; (iv) produção intelectual; (v) inserção social e (vi) internacionalização. O último item não está claro na avaliação, mas aparece com destaque nos programas de excelência (Vogel & Kobashi, 2015).

Entre os itens avaliados, evidenciam-se os critérios: (i) corpo docente, em que se avalia o perfil do professor, titulação, carga horária de dedicação ao programa, participação em atividades de ensino da graduação, eventos da área de atuação e o papel enquanto captador de recursos junto a agência de fomento; (ii) corpo discente, teses e dissertações, medindo a quantidade de teses e dissertações produzidas, bem como a qualidade e a divisão entre os professores e tempo para a conclusão do programa; (iii) produção intelectual, em que se identifica a quantidade de publicações e seus indicadores, considerando o conjunto de procedimentos para estratificação da qualidade da produção intelectual dos programas de pós-graduação, denominado Qualis (Vogel *et al.*, 2015).

O processo de reestruturação produtivista da educação implica em mudanças na organização social do trabalho docente, exigindo habilidades diversificadas e constantes atualizações profissionais (Peixoto, 2004; Borsoi, 2012; Maia, 2012; Pimenta, 2014; Ferreira, 2015). A busca pela eficiência e eficácia das universidades, contribuiu para que os docentes intensificassem sua rotina de trabalho. Em especial, para os professores da pós-graduação a

carga de trabalho se elevou, considerando a pressão por produção de artigos e a atuação em diferentes áreas, tais como ensino, comissões e orientação aos alunos (Ruza & Silva, 2016).

O trabalho na contemporaneidade é pautado pelo capital, exigindo do trabalhador alto desempenho e rendimento, em que a valorização real não está, propriamente dita, no resultado concreto do trabalho, mas em como o fracasso pode influenciar a subjetividade do trabalhador (Dal Forno, Kegler, Garcia Grigorieff & De Andrade Terribile, 2014). Nesse contexto, o trabalho docente passa por uma ressignificação da posição na organização social do trabalho, onde a subjetividade docente se constrói no contexto político-econômico atual, pautado em produtivismo e competição (Cassandre, 2011; Vogel *et al*, 2015; Costa, 2016; Ruza *et al*, 2016). Esse cenário pode contribuir de maneira negativa para a saúde desses professores, em especial à saúde mental, ficando suscetíveis a adição ao trabalho e/ou ao estresse ocupacional.

### **1.3 Adição ao trabalho**

O construto adição ao trabalho, ou *workaholism*, é relativamente recente e foi utilizado pela primeira vez por um professor americano, em 1968, para referir-se à maneira de relacionar-se com o trabalho, que comparou com o vício ao álcool (*alcoholism*) (Salanova, Del Líbano, Liorens & Schaufeli, 2007).

Em 1971, Oates fez uma publicação definindo o *workaholism* como uma necessidade excessiva e incontrolável de trabalhar, comparando-o a outros vícios, como o alcoolismo. O autor aponta cinco aspectos do comportamento do adicto ao trabalho: (i) trabalhar para além do que lhe foi solicitado; (ii) autoestima por conta da elevada produtividade (iii) abdicação das necessidades pessoais e relacionamentos; (iv) perfeccionismo; (v) constante preocupação mental com o trabalho (Robinson, 1998; Salanova *et al*, 2007; Brito, 2016).

Para Killinger (1991) o processo de desenvolvimento de adição ao trabalho acontece gradualmente. O indivíduo perde o controle sobre si em relação ao desenvolvimento de suas tarefas, atuando de maneira compulsiva com o objetivo de lograr êxito e sucesso, inclusive além do ambiente laboral. Uma pessoa viciada em trabalho realiza atividades muito além das propostas, não as fazendo porque é solicitada, mas por acreditar que são necessárias e acaba se atrapalhando em suas rotinas diárias pelas elevadas expectativas depositadas sobre si, demonstrando falta de controle sobre as horas dedicadas ao trabalho e sobre o próprio labor. Existem pessoas que trabalham além do necessário por questões financeiras ou desejo de

ascensão profissional, mas que mantêm essa relação sob controle, não transformando o trabalho em um vício.

Em 1992, com o intuito de organizar os estudos e teorias existentes sobre adição ao trabalho, Robbins e Spence realizaram uma vasta revisão da literatura e a conclusão desse estudo proporcionou aos autores definirem *workaholism* (adição ao trabalho) como um comportamento direcionado ao cumprimento e comprometimento com o trabalho, dispendendo muito tempo para a realização do mesmo e forte compulsão por trabalhar, mesmo quando não há necessidade.

Baseado nos estudos de Oates (1971), Robinson (1998) identificou quatro fatores de risco que podem contribuir para o desenvolvimento de adição ao trabalho: (i) o cotidiano e o contexto familiar; (ii) interconexões entre o ambiente familiar e laboral; (iii) estereótipos e (iv) crenças da cultura e sociedade.

O *Dictionary of Psychology* (VandenBos, 2007) apresenta a seguinte definição:

*Workaholic: colloquial name for an individual who has a compulsive need to work, works to an excessive degree, and has trouble refraining from work. This type of driven over involvement in work is often a source of significant stress, interpersonal difficulties, and health problems* (p. 1002).

Na perspectiva de Shimazu e Schaufeli (2009) a adição ao trabalho caracteriza-se por uma força interna à qual o indivíduo não consegue resistir ao trabalho, caracterizado por um comportamento excessivo e persistente com consequências negativas. A partir dessa constatação, definiu-se duas dimensões desse constructo: (i) trabalho excessivo (dimensão comportamental) e (ii) trabalho compulsivo (dimensão cognitiva). Para haver adição ao trabalho se faz necessária a combinação das duas dimensões (Salanova *et al*, 2007; Schaufeli; Taris & Bakker, 2008; Schaufeli, Bakker, Van der Heijden & Prins, 2009; Schaufeli & Shimazu, 2009).

Clark (2016) realizou estudo teórico acerca da adição ao trabalho, apresentando evidências importantes: a adição ao trabalho está associada a efeitos negativos sobre o indivíduo, a família e organização, reforçando ainda que adição ao trabalho não tem correlação com engajamento ao trabalho e alto desempenho, desmistificando que o trabalho excessivo corresponde a trabalhadores comprometidos e com desempenho elevado.

Segundo a *American Psychological Association* (APA, 2017) o vício é uma doença crônica com fatores biológicos, psicológicos, sociais e ambientais que influenciam seu

desenvolvimento e manutenção, acentuada quando permeada por fatores psicológicos, sociais e ambientais, comprometendo as funções cerebrais, podendo causar danos irreversíveis.

O comportamento compulsivo é consciente, o indivíduo percebe e decide como se portar diante das atividades que realiza e essa dinâmica aumenta a ansiedade (Kaplan; Sadock & Grebb, 2003). O comportamento é avaliado no contexto em que ocorre, associando a reação do indivíduo com os estímulos recebidos do ambiente (Araújo & Lotufo Neto, 2015). Em se tratando da relação com o trabalho, o adicto realiza atividades extras, além das que lhe são solicitadas, com a crença de alta produtividade e rendimento, ao mesmo tempo, desenvolvendo elevados níveis de ansiedade que comprometem a qualidade do resultado entregue e as relações interpessoais laborais (Salanova *et al*, 2007; Carlotto, Wendt, Lisboa & Moraes, 2014; Clark, 2016).

O momento atual exige dos trabalhadores dedicação excessiva e massiva, mão de obra altamente especializada, com capacidade de desenvolver diferentes atividades, acúmulo de diferentes funções, agregando novas atividades, atribuindo sobrecarga de trabalho, caracterizando o trabalho excessivo como estrutura da organização. Uma das assertivas existentes na literatura refere que, diante desse cenário, o trabalhador menos resistente tende a adoecer (Heloani & Capitão, 2003). Modelos de gestão organizacional, cada vez mais preocupados com a produção e desinteressados pela saúde do trabalhador são cada vez mais presentes, não oferecem subsídio para que o trabalhador enfrente o estresse normal de vida e a relação com o trabalho passa a trazer sofrimento (Carlotto, 2011; Guimarães, 2013; Barreto, 2009). Ainda não há consenso na literatura consultada, sobre a natureza, fatores antecedentes e consequentes do desenvolvimento de adição ao trabalho, mas existem estudos que afirmam que a adição ao trabalho e/ou o trabalho excessivo podem contribuir para o desenvolvimento do estresse ocupacional (Hamidzadeh, Koolivand & Hajkarimi, 2014).

### **1.3 Estresse ocupacional**

O construto “estresse” vem sendo utilizado indiscriminadamente pela sociedade, fazendo parte dos diálogos diários, considerado uma consequência da vida moderna (Filgueiras & Hippert, 1999). O conceito de estresse deriva da idade da pedra, quando o homem precisava enfrentar os desafios comuns àquele tempo e o organismo se preparava, ou reagia, ficava em alerta, para fugir de toda sorte de ameaças. Na atualidade, a luta para se adequar as condições

de trabalho, nem sempre favoráveis ou agradáveis, pode levar a doenças e até à morte (Levi, 2000).

O conceito de estresse foi apresentado pela primeira vez por Selye (1976), como uma resposta do corpo frente a uma situação nociva, ou uma reação fisiológica de luta e fuga. Em 1979, Karasek propõe um modelo de investigação sobre o estresse, pautado em duas tradições, uma concentrando-se na latitude de decisão acerca do trabalho e outra, centrando-se nos estressores no trabalho, sugerindo que ao analisar estresse no trabalho, fossem consideradas duas dimensões: a demanda colocada sobre o trabalhador e o controle das atividades desenvolvidas. Pautado nesta teoria, o autor desenvolve um modelo teórico-metodológico denominado Demanda/Controle (D/C). Posteriormente, em 1986, Johnson sugere a inclusão neste modelo, da dimensão “apoio social”, contemplando as relações interpessoais no ambiente ocupacional. O modelo D/C apresenta uma abordagem tridimensional, apoiada nas dimensões: demanda, controle e apoio social. Esse modelo de avaliação de estresse ocupacional tem sido um dos mais utilizados no mundo (Alves, Braga, Faerstein, Lopes & Junger, 2015) e é utilizado nessa dissertação. Humphrey (1998) definiu estresse no trabalho como uma incompatibilidade entre trabalho e indivíduo e o *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH, 1999) postula que o estresse ocupacional é uma reação nociva à saúde, tanto física quanto mental, quando as exigências do trabalho não correspondem as necessidades, recursos e capacidade do trabalhador.

O modelo D/C proposto por Karasek (1979), sugere quatro tipos de experiências do indivíduo em relação ao seu trabalho, gerados pela interação dos níveis “alto” e “baixo” em D/C, surgindo as seguintes combinações:

- a) “alta exigência” (alta demanda e baixo controle);
- b) “trabalho ativo” (alta demanda e alto controle);
- c) “trabalho passivo” (baixa demanda e baixo controle);
- d) “baixa exigência” (baixa demanda e alto controle).

O modelo pressupõe que a demanda psicológica reflete o esforço mental dispendido pelo trabalhador e o controle refere-se à habilidade do trabalhador em gerenciar sua rotina de tarefas. Quando há alta demanda e baixo controle (trabalho ativo), ocorrem reações adversas de tensão, tais como fadiga, ansiedade, depressão, em casos mais graves, podem ocorrer desmaios, histeria. Quando há alta demanda e alto controle ocorre a experiência de trabalho ativo, já que há a possibilidade de aprendizado e crescimento (Glina, 2010). Por outro lado, caso haja diminuição de demanda e controle (trabalho passivo), o resultado pode desencadear desmotivação (Alves *et al*, 2015).

Diferentes fatores influenciam a ocorrência do estresse ocupacional, tais como a percepção do sujeito em relação à situação em que está submetido, o excesso de trabalho, experiências anteriores semelhantes e ausência de apoio social (NIOSH, 2008).

Mendes (2008, p. 166) afirma que:

o estresse ocupacional como um fenômeno resultante de uma tensão acumulada em função do contínuo e intenso esforço do indivíduo em se adaptar às demandas internas ou externas que lhes são impostas pelas dimensões das organizações, das condições e das relações de trabalho.

Considerando a organização como uma estrutura hierarquizada, como metas, regras formais, jornada de trabalho, divisão de tarefas, sob a ótica da administração, a divisão dos trabalhadores se dá a partir do que ele produz, e quanto produz, verticalizando as relações socioprofissionais, propiciando o adoecimento e incidência de estresse ocupacional (Mendes, 2008; Zanelli & Silva, 2012).

Ambientes organizacionais desfavoráveis, contribuem para o adoecimento, por vezes, minimizado pelo próprio trabalhador que se encontra em uma posição vulnerável e refém do emprego, em um momento de crise. O mesmo preocupa-se em ser estigmatizado como “doente mental” ou considerado “fraco”. Nessa situação passa a apresentar sintomas físicos, que podem evoluir de uma palpitação para quadros de hipertensão e infarto (Guimarães, Oliveira, Silva, Camargo & Rigonatti, 2015). Já se disse que algumas profissões estão mais expostas a fatores psicossociais de risco que favorecem o desenvolvimento de estresse ocupacional, em especial, aquelas que lidam diretamente com pessoas, por exemplo médicos, enfermeiros e professores (Carlotto, 2005). No entanto, na atualidade, Tamayo e Guimarães (2016) referem que qualquer trabalhador, de qualquer profissão pode apresentar a síndrome de *burnout* (esgotamento profissional). Os sintomas apresentados pelos indivíduos acometidos são: exaustão mental e emocional, alterações comportamentais, alteração no desempenho do trabalho e na qualidade das relações (Schaufeli, Tares & Bakker, 2008). No caso dos professores, o desequilíbrio entre a exigência e a falta de recursos, produzem um sentimento de insegurança, falta de controle e instabilidade, tornando essa população vulnerável aos fatores de risco previamente expostos (NIOSH, 2008).

O estresse no trabalho docente surge como resultado das experiências vividas (Kyriacou & Sutcliffe, 1977), tais como indisciplina dos alunos, longas jornadas de trabalho, burocratização (Borsoi & Pereira, 2013; Cassandre, 2011; Carlotto, 2002), produtivismo (Costa, 2016), desencadeando um “mal-estar docente” (Esteve, 1999).

O trabalho faz parte do processo de construção de identidade do indivíduo. Quando as atividades realizadas agradam e fazem sentido para o trabalhador, essa relação se estabelece de maneira saudável. Por outro lado, quando há um desajuste entre o que o trabalhador espera e o que a organização tem para oferecer a ele, poderá haver o adoecimento (Karasek & Theörell, 1990).

Para um melhor entendimento do campo de estudos em saúde mental do trabalhador e com o intuito de propor intervenções para prevenção e promoção de saúde no ambiente laboral, faz-se necessária a compreensão do campo teórico da Psicologia da Saúde Ocupacional, em que este estudo foi formulado, emergente na área da Psicologia, , exposto a seguir.

#### **1.4 Psicologia da Saúde Ocupacional**

O campo da Psicologia da Saúde Ocupacional é uma área de interface com a Psicologia da Saúde (PS), que teve recentemente seu reconhecimento como especialidade pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) do Brasil e tem papel fundamental nos desdobramentos no contexto de saúde na contemporaneidade, pois, cabe à PS “agregar conhecimento educacional e profissional da disciplina Psicologia, para utilizá-lo na promoção e manutenção da saúde, na prevenção e no tratamento da doença, na identificação da etiologia e no diagnóstico relacionado à saúde, à doença e às disfunções”, contribuindo com o aperfeiçoamento dos sistemas de saúde (Guimarães, Martins, Grubits & Freire, 2011).

Segundo Lince (2010, p. 61), a PS atua em quatro vertentes que diferem das demais áreas de atuação da Psicologia: (i) Investigação e intervenção nos aspectos psíquicos no processo de adoecimento; (ii) Atenção aos pacientes enfermos e/ou com alguma seqüela em decorrência de uma enfermidade; (iii) Apoio nos processos de promoção da saúde e prevenção de enfermidades; (iv) Estudo dos fatores psíquicos dos profissionais inseridos no processo e a maneira como esses se relacionam com o atendido e os colegas.

A rápida modificação das estruturas organizacionais e a relação do indivíduo com o trabalho, trouxe à tona a discussão da saúde do trabalhador, não só nos aspectos físico e ergonômico, mas também considerando os impactos na saúde mental (Guimarães *et al*, 2011).

Na década de 1990 surge então, uma vertente disciplinar denominada Psicologia da Saúde Ocupacional (PSO), ainda não reconhecida como especialidade pelo Conselho Federal de Psicologia do Brasil. Cabe à PSO, a aplicação da psicologia para a melhora da qualidade de

vida laboral, proteger e promover a segurança, a saúde e o bem-estar dos trabalhadores (NIOSH, 2017).

Entre os anos de 1990 e 2013, o NIOSH em parceria com a *American Psychological Association* (APA) com o objetivo de promover a PSO, realizaram encontros para discutir saúde e estresse. Desses encontros, foi fundada a Sociedade de Psicologia da Saúde Ocupacional (SPSO) e o *Journal of Occupational Health Psychology*. De principal relevância, ocorreu o fomento de desenvolvimento de cursos de pós-graduação com a seguinte ementa: (i). Inquérito à segurança e saúde no trabalho; (ii). Teoria e mecanismos de estresse no trabalho; (iii). Fatores de risco organizacionais para estresse ocupacional, lesão e doença; (iv). As implicações para a saúde do trabalho estressante, incluindo a saúde física e psicológica, e os resultados sociais e econômicos; (v). Intervenções organizacionais (por exemplo, redesenho do trabalho) e programas (por exemplo, programas de assistência a funcionários, programas de trabalho-família) para redução do estresse ocupacional, doenças e lesões e; (vi). Métodos e práticas de pesquisa em saúde pública/ocupacional e epidemiologia, para aproximar os alunos da psicologia a tópicos e métodos da saúde ocupacional (NIOSH, 2017).

Guimarães *et al* (2010, p. 36) apresentam a definição da PSO como “a aplicação da psicologia à saúde e à segurança ocupacional, objetivando a melhoria da qualidade de vida no trabalho”. No âmbito de proteção à saúde, relaciona-se à intervenções no ambiente de trabalho, com o intuito de reduzir a exposição do trabalhador a fatores de riscos psicossociais. Já no âmbito de promoção à saúde, o objetivo é subsidiar o trabalhador para que o mesmo tenha recursos para enfrentar adequadamente os riscos do ambiente de trabalho.

A PSO, campo teórico no qual situa-se a presente investigação, tem interface com outras áreas do conhecimento, tais como Psicologia Organizacional e do Trabalho, Saúde Pública, Medicina do Trabalho, Psiquiatria Ocupacional e Psicologia da Saúde, entre outras. O seu principal objetivo é promover um ambiente de trabalho saudável, em que as pessoas possam se desenvolver de acordo com suas individualidades, sem perder o foco na competência e produtividade, por meio de otimização de processos de trabalho, eliminando os riscos que podem comprometer a saúde do trabalhador (Carlotto & Micheletto, 2014).

Acrescente-se que, no Brasil, a única universidade a ter em seu curso de graduação a disciplina Psicologia da Saúde Ocupacional é a UCDB, tendo também no curso de pós-graduação em Psicologia *stricto sensu*, mestrado e doutorado, uma linha dedicada à Psicologia da Saúde Ocupacional, coordenada pela Profa Dra Liliana A. M. Guimarães, orientadora desta dissertação. Além desta universidade, também na UNISINOS, RS, existe uma linha de pesquisa

em PSO, coordenada pela Profa Dra Mary Sandra Carlotto, bem como um Laboratório de estudos correspondente.

### 1.5 Estrutura da dissertação

Optou-se pela estrutura de dissertação em formato de artigos, possibilitando agilidade na publicação dos resultados e visibilidade aos estudos realizados, possivelmente atingindo um maior número de leitores.

Essa dissertação, intitulada **“Adição ao trabalho e estresse ocupacional em professores de pós-graduação *stricto sensu* de uma instituição de ensino superior da cidade de Campo Grande, MS, Brasil”**, está dividida nas seguintes seções:

**Seção 1: Introdução** – Apresentação do aporte teórico que embasa o estudo, iniciando com a contextualização do trabalho docente, conceituação de adição ao trabalho e estresse ocupacional. Apresenta-se, ao final, a definição do campo teórico denominado Psicologia da Saúde Ocupacional (PSO) e algumas atualizações sobre o ensino do mesmo.

**Seção 2: Artigo 1 – “Adição ao trabalho e estresse ocupacional em professores de pós-graduação *stricto sensu*: revisão sistemática”**. O objetivo desse artigo foi dar visibilidade ao estado da arte das produções relacionadas a trabalho docente na pós-graduação *stricto sensu*, adição ao trabalho e estresse ocupacional entre os anos de 2012 e 2016 nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/Bireme), *Scielo*, *PsyInfo*, *PubMed*, considerando também os seguintes critérios de inclusão: (i) artigos científicos, teses, dissertações e livros completos, disponíveis *online*; (ii) nos idiomas: Português, Inglês ou Espanhol, definindo nove categorias para classificação: ano, autor, revista, base de dados, amostra, título, delineamento, produção, resultados. Obteve-se um total de 15 estudos disponíveis *on-line*, sendo 9 artigos, 2 teses, 3 dissertações e 1 resenha. Os resultados encontrados indicam que os professores da pós-graduação *stricto sensu* estão expostos a estressores como o relacionamento com o aluno e o cumprimento de prazos, sendo o principal deles a cobrança excessiva por produção, em detrimento de suas próprias demandas e vida pessoal, acentuando a característica de trabalho excessivo e por vezes, compulsivo.

**Seção 3: Artigo 2 “Trabalho excessivo ou trabalho compulsivo? Um estudo de adição ao trabalho em professores de pós-graduação *stricto sensu*”** – Realizou-se uma pesquisa com delineamento descritivo-exploratório, de corte transversal com 34 professores, para investigar a prevalência de adição ao trabalho **em professores de pós-graduação *stricto***

*sensu*. Utilizou-se um questionário sociodemográfico ocupacional criado especificamente para esse estudo e a *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS) em sua versão reduzida, adaptada e traduzida para o português por Carlotto e Del Líbano (2010). Os resultados indicaram uma alta prevalência de adição ao trabalho na amostra de estudo.

**Seção 4: Artigo 3 “Adição ao Trabalho e Estresse Ocupacional em professores de pós-graduação *stricto sensu*”** – Trata-se de uma pesquisa exploratório-descritiva, de corte transversal, quantitativa, com o objetivo de correlacionar adição ao trabalho e estresse ocupacional. Utilizou-se três instrumentos: (i) Questionário sociodemográfico e ocupacional; (ii) *Job Stress Scale* (JSS) e a (iii) *Dutch Work Addiction Scale* (DWAS). Os resultados indicaram alta prevalência de adição ao trabalho, sem, no entanto, haver correlação com o estresse ocupacional.

Os achados desse estudo são relevantes uma vez que contribuem no desenvolvimento de ações para promoção de saúde, com o intuito de prevenir a prevalência e a incidência de adição ao trabalho e estresse ocupacional detectadas, bem como, desenvolver protocolos e oferecer atendimento para aqueles que se encontram em situação de sofrimento emocional.

Cabe ressaltar que houveram limitações de pesquisa impossibilitando a generalização dos dados, tais como:

- i. Grupo homogêneo, com professores pesquisadores de diferentes áreas do conhecimento;
- ii. Grupo pequeno e restrito a uma Universidade;
- iii. A pesquisadora trabalha na área de Desenvolvimento Humano da instituição;
- iv. Estudo de corte transversal, impossibilitando o estudo de antecedência temporal.

Sugere-se que em pesquisas futuras possa ser considerada a área do conhecimento e o tempo dedicado a pesquisa.

**ARTIGO 1 - ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL  
EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU*:  
REVISÃO SISTEMÁTICA**

---

## Resumo

**Introdução:** O exercício da docência, em todos os níveis de ensino, sempre excede o trabalho realizado em sala de aula, com carga excessiva e exaustiva, o que sugere indícios, em muitos casos, de adição ao trabalho como fator de risco para o desenvolvimento de estresse ocupacional, podendo, os docentes, sofrerem perdas consideráveis em relação à sua condição psicossocial e de produtividade. **Objetivos:** Realizar uma revisão sistemática das publicações relacionadas ao trabalho docente de pós-graduação *stricto sensu* e sua possível correlação com a adição ao trabalho e o estresse ocupacional, bem como, contextualizar as condições de trabalho do professor e os fatores psicossociais de risco associados a essa profissão. **Método:** Foram incluídas publicações disponíveis *online*, publicadas no período de 2012 e 2016, das seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/Bireme), *Scielo*, *PsyInfo*, *PubMed*, considerando os descritores: em Português: adição ao trabalho, estresse ocupacional, trabalho docente, pós-graduação, professor; em Inglês: *occupational stress*, *workaholism*, *teaching work*, *professor*, *pos-graduation*; em Espanhol: *estrés ocupacional*, *trabajo docente*, *profesor*, *adicción al trabajo*, *posgraduación*. **Conclusão:** Obteve-se um total de 14 estudos *online*: 9 artigos, 2 teses e 3 dissertações. Os resultados encontrados indicam que os professores da pós-graduação *stricto sensu* estão expostos a estressores, em especial a cobrança por produção e desenvolvimento de pesquisas, implicando em demasiada dedicação ao trabalho, comprometendo a vida pessoal. Pontua-se a necessidade de desenvolvimento de novas pesquisas sobre saúde mental e física dos professores de pós-graduação *stricto sensu*.

Palavras-chave: Adição ao trabalho. Estresse Ocupacional. Trabalho Docente. *Stricto Sensu*.

## WORK ADDICTION AND OCCUPATIONAL STRESS AMONG *STRICTO SENSU* GRADUATION PROFESSORS: A SYSTEMATIC REVIEW

### Abstract

**Introduction:** Sometimes, the exercise of teaching performance, particularly on research, goes beyond the classroom, with excessive and exhaustive workload, which suggests, in many cases, signs of work addiction as a risk factor for the development of occupational stress, and considerable losses related to professors' psychosocial condition and productivity can occur.

**Aims:** To carry out a systematic review of productions related to *stricto sensu* post-graduation teaching work and its possible correlation with work addiction and occupational stress, as well as to contextualize working conditions for professors, and psychosocial risk factors associated to this occupation. **Method:** Available publications online, published from 2005 to 2017, were included, from the following databases: Virtual Health Library (VHL/Bireme), Scielo, Google Scholar, PsyInfo, PubMed, considering the descriptors: in Portuguese: *adição ao trabalho, estresse ocupacional, trabalho docente*; In English: occupational stress, workaholism, teachers; in Spanish: *estrés ocupacional, profesores. adicción al trabajo*. **Conclusion:** It was obtained a total of 14 studies online: 10 articles, 2 thesis and 3 dissertation.. The results indicate that the professor to *stricto sensu* post-graduation are exposed to stressors, especially the collection and production of research, implying too much dedication to work, compromising the personal life. Pointing out to the need for the development of research on mental and physical health of *stricto sensu* graduation professor.

**Keywords:** Work addiction. Occupational Stress. Teaching Work. *Stricto Sensu*.

## Introdução

Com inúmeras exigências para manter ou melhorar a pontuação dos programas aos quais estão ligados, os professores de pós-graduação *stricto sensu* se desdobram para alcançar o selo de excelência da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal do Ensino Superior (CAPES) e assim manterem os programas e as universidades com visibilidade (Vogel & Kobashi, 2015). Os esforços despendidos não são endereçados somente a atender tais exigências, mas também para que eles próprios, professores, se mantenham fiéis ao seu principal papel que é o de produzir conhecimento e formar pessoas, por vezes, com prejuízos à sua saúde física e emocional.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como sendo “o completo bem-estar físico, mental e social”. Para alguns pesquisadores, essa definição está ultrapassada no mundo do trabalho da contemporaneidade, que passa por constantes mudanças em decorrência da globalização e agressividade para alcançar os resultados esperados (Seligmann-Silva, Bernardo, Maeno & Kato, 2010). Entende-se, porém, essa definição como uma direção a ser seguida, um norte. Já a Saúde Mental, segundo Barreto (2009, p. 6) é definida pela Organização Mundial da Saúde como um “estado de bem-estar que permite aos indivíduos realizarem suas habilidades, enfrentar o estresse normal da vida, trabalhar de maneira produtiva e frutífera, e fazer uma contribuição significativa a sua comunidade”. Como se pode constatar, vários autores apontam para a influência das características atuais do mundo do trabalho na saúde dos trabalhadores.

O tema “adição ao trabalho” vem despertando o interesse de pesquisadores no mundo, mas poucos estudos foram desenvolvidos até o momento, não existindo ainda consenso quanto à sua definição, causas e consequências. Já a palavra *workaholic*, derivada do termo americano *alcoholic*, possui uma conexão com o vício ao álcool, no caso, o vício relaciona-se ao trabalho, à dedicação excessiva e sem limites ao desenvolvimento da atividade laboral. Esse construto

vem sendo utilizado no modelo contemporâneo de gerenciamento organizacional, comumente encontrado em publicações não científicas (Salanova, Del Libano, Liorens, Schaufeli & Fidalgo, 2007).

Para Killinger (1991) o processo de desenvolvimento da adição ao trabalho acontece gradualmente. O indivíduo perde o controle sobre si em relação ao desenvolvimento de suas tarefas, atuando de maneira compulsiva com o objetivo de lograr êxito e sucesso, inclusive além do ambiente laboral. Uma pessoa “viciada em trabalho” realiza atividades muito além daquelas que lhe são propostas, não as fazendo porque é solicitada, mas por acreditar que as mesmas são necessárias, podendo, tal fato, repercutir de forma negativa em sua rotina diária, pelas elevadas expectativas sobre si, falta de controle sobre as horas dedicadas ao trabalho e sobre o próprio labor. No entanto, existem pessoas que trabalham além do necessário por questões financeiras ou desejo de ascensão profissional, mas que mantêm essa relação sob controle, não tendo o trabalho como vício (Schaufeli, Taris & Bakker, 2008; Salanova et al, 2007).

O excesso de trabalho e acúmulo de atribuições são considerados fatores de risco à saúde dos professores, podendo desencadear estresse ocupacional (Guimarães, 2013) que resulta também da tensão cotidiana imposta pelas organizações (Mendes, 2008). Nessa direção, o trabalho, na contemporaneidade exige dedicação do trabalhador, é movido pelo capital, provocando um distanciamento das relações humanas, encontrando-se, não raro, pessoas isoladas e solitárias, preocupadas exclusivamente com o trabalho (Heloani & Capitão, 2003).

Considerando o trabalho docente na pós-graduação *stricto sensu*, baseado em metas e normas impostas pela CAPES, a subjetividade do professor tem sido desconsiderada, sendo o mesmo conhecido por aquilo que produz, e o quanto produz, podendo ocorrer adoecimento e o estresse ocupacional (Mendes, 2008; Vogel & Kobashi, 2015).

## Método

Trata-se de um estudo de revisão sistemática (RS) da literatura sobre adição ao trabalho, como fator de risco ao desenvolvimento de estresse ocupacional em professores de pós-graduação *stricto sensu*.

### Procedimento

Utilizou-se para a coleta de dados os seguintes descritores em Português: adição ao trabalho, estresse ocupacional, trabalho docente, pós-graduação, professor; em Inglês: *occupational stress, workaholism, teaching work, professor, pos-graduation*; em Espanhol: *estrés ocupacional, trabajo docente, profesor. adicción al trabajo, posgraduación*. No campo de busca (índice de assuntos) as palavras-chave foram introduzidas e consideradas de maneira isolada, posteriormente combinadas por meio de operação booleana utilizando as *strings* “adição ao trabalho” AND “estresse ocupacional” AND “trabalho docente”, que não trouxe nenhum estudo relacionado. Considerando a ausência de estudos utilizando os descritores, optou-se pela realização de outras duas buscas, utilizando as *strings* “adição ao trabalho” AND “trabalho docente” e também “estresse ocupacional” AND “trabalho docente”, resultando 467 estudos.

O primeiro passo para essa RS foi estabelecer o período de busca, estipulado entre 2012 a 2016, para verificar as publicações mais relevantes sobre o tema, dos últimos 5 (cinco) anos. Utilizou-se a ferramenta de pesquisa Google Acadêmico e as principais bases de dados da área da saúde, que foram: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/Bireme), *Scielo*, *PsyInfo*, *PubMed*, considerando também os seguintes critérios de inclusão: (i) artigos científicos, teses, dissertações e livros completos, disponíveis *online*; (ii) nos idiomas: Português, Inglês e

Espanhol, definindo nove categorias para classificação: ano, autor, revista, base de dados, amostra, título, delineamento, tipo de publicação, resultados.

A escolha por publicações disponíveis *on-line* se deu pela agilidade e disponibilidade de informações, o que material impresso não proporciona, dificulta o acesso.

### **Resultados**

A pesquisa foi iniciada utilizando as *strings* já referidas, obtendo-se 467 trabalhos. Considerando os critérios de inclusão, resultou um total de 14 estudos; destes, 9 são artigos, 3 dissertações e 2 teses (Quadro 1).

<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Base de dados</b>	<b>Revista</b>	<b>Amostra</b>	<b>Título</b>	<b>Tipo de publicação</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Resultados</b>
<b>Andrade &amp; Cardoso</b>	2012	Google acadêmico	Saúde Soc.	Docentes	Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a síndrome de burnout.	Artigo	Revisão teórica	Conclui pela carência de estudos relacionados ao estresse ocupacional em docentes.
<b>Maia</b>	2012	Google acadêmico	Dissertação	Professor de Pós-Graduação	Impactos da precarização do trabalho sobre professores da pós-graduação da Universidade Federal da Paraíba	Dissertação	Qualitativo – Estudo de caso	Os professores precisam realizar atividades diversificadas, comprometendo seus momentos de lazer e aumentando o clima de competição.
<b>Sanches &amp; Santos</b>	2013	Google acadêmico	Psicol. Argum.	Docentes universitários	Estresse em docentes universitários da saúde: situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento	Artigo	Análise de conteúdo temático	As principais situações geradoras de estresse são: lidar com alunos despreparados, sobrecarga de trabalho, contexto da universidade, preocupação do docente com a aprendizagem do aluno e prazos institucionais. As estratégias de enfrentamento são: autocontrole, suporte social, resolução de problemas e reavaliação positiva. Dos sintomas mais recorrentes destacaram-se dores musculares, problemas com memória, cefaleia, insônia, perda de senso de humor, sensação de desgaste físico, irritabilidade, emotividade excessiva e ansiedade.

**Quadro 1: Publicações consideradas na revisão sistemática**

Fonte: Resultado da Pesquisa

(continuação)

<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Base de dados</b>	<b>Revista</b>	<b>Amostra</b>	<b>Título</b>	<b>Tipo de publicação</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Resultados</b>
<b>Souto</b>	2013	Google acadêmico	Dissertação	Professor de Pós-Graduação	A dicotômica relação de prazer e sofrimento no trabalho do docente de pós-graduação em universidade pública	Dissertação	Qualitativo – Exploratório descritivo	O estudo revelou que a titulação, o compartilhamento do saber e o reconhecimento são fatores de prazer e satisfação. Por outro lado, existe a negação do sofrimento e adoecimento.
<b>Hamidizadeh, Hasan &amp; Fatemeh</b>	2014	Google acadêmico	European Journal of Academic Essays	Professor universitário	Is workaholism antecedente of burn out?	Artigo	Quantitativo	O workaholism é preditor do burnout, implicando de maneira significativa no esgotamento profissional, satisfação e despersonalização.
<b>Rodrigues</b>	2014	Google acadêmico	Tese	Professor de Pós-Graduação	A dimensão afetiva nas representações sociais de docentes da pós-graduação em Educação	Tese	Qualitativa – Análise do discurso	A partir das análises identificou-se 3 dimensões das representações sociais: cognitivo, ético-política e relacional e, afetiva. A dinâmica da dimensão afetiva contribui para a manutenção e/ou renovação das representações sociais.
<b>Vogel &amp; Kobashi</b>	2015	Google acadêmico	XVI ENANCIB	Critérios de avaliação da pós-graduação.	Avaliação da Pós-Graduação no Brasil: seus critérios. in XVI Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação	Artigo	Revisão teórica	A avaliação é quadrienal com os seguintes critérios: 1. Proposta do Programa; 2. Corpo docente; 3. Corpo discente, teses e dissertações; 4. Produção intelectual; 5. Inserção social e 6. Internacionalização.

### **Quadro 1: Publicações consideradas na revisão sistemática**

Fonte: Resultado da pesquisa

(continuação)

<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Base de dados</b>	<b>Revista</b>	<b>Amostra</b>	<b>Título</b>	<b>Tipo de publicação</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Resultados</b>
<b>Pimenta</b>	2015	Google acadêmico	Tese	Professor de Pós-Graduação	(DES) Caminhos da Pós-Graduação brasileira: o produtivismo acadêmico e seus efeitos nos professores pesquisadores	Tese	Qualitativa – Análise do Discurso	O produtivismo provoca efeitos devastadores na vida dos professores pesquisadores, massificando a vida do professor. Sugeriu-se a ressignificação dos processos e da maneira de produzir ciência.
<b>Ferreira</b>	2015	Google acadêmico	Dissertação	Professor de Pós-Graduação	Percepções dos docentes avaliados pala Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES): Um estudo sobre o produtivismo acadêmico	Dissertação	Quali-quantitativo	A percepção dos docentes em relação ao modelo de avaliação adotado pela CAPES é negativa e sugere-se adequações e melhorias ao processo.
<b>Bustamante, Bustamante, González &amp; Bustamante</b>	2016	Google acadêmico	Med. Segur. Trab.	Docente universitário	El burnout en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la Universidad de Carobobo Sede Aragua, Venezuela.	Artigo	Descritivo e documental	Obtiveram 57,69% de respostas, identificando que 16% dos professores apresentam síndrome de burnout.

**Quadro 1: Publicações consideradas na revisão sistemática**

Fonte: Resultado da pesquisa

(continuação)

<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Base de dados</b>	<b>Revista</b>	<b>Amostra</b>	<b>Título</b>	<b>Tipo de publicação</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Resultados</b>
<b>Costa</b>	2016	Scielo	Trab. Educ. Saúde.	Docentes universitários	As injunções aos docentes na universidade pública: de intelectuais a trabalhadores polivalentes.	Artigo	Análise documental	Os indícios da precarização do trabalho docente estão relacionados às aplicações da avaliação institucional para gestão dos docentes; redução do quadro de professores; substituição de disciplinas por estágios e práticas em licenciaturas; o ensino à distância; carência de política de valorização do aposentado; política que impõe aos ativos a lógica produtivista.
<b>Dalagasperina &amp; Monteiro</b>	2016	Google acadêmico	Revista Subjetividades	Docentes universitários	Estresse e docência: um estudo no ensino superior privado.	Artigo	Qualitativo	Os principais causadores de estresse identificados foram a sobrecarga de trabalho, cobrança e dificuldades de relacionamento com as chefias e alunos.
<b>Ruza &amp; Silva</b>	2016	Google acadêmico	Revista Subjetividades	Professor de pós-graduação	As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso?	Artigo	Quali-Quantitativo	O prazer e o sofrimento coexistem no trabalho docente. Foram identificadas significativas referências ao estresse e/ou adoecimento, mas há aspectos que contrapõem esses indicadores de sofrimento.

**Quadro 1: Publicações consideradas na revisão sistemática**

Fonte: Resultado da pesquisa

(conclusão)

<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Base de dados</b>	<b>Revista</b>	<b>Amostra</b>	<b>Título</b>	<b>Tipo de publicação</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Resultados</b>
<b>Hogan, Hogan &amp; Hodgins</b>	2016	PubMed	Occupational Medicine	Professores universitários	A study of workaholism in Irish academics	Artigo	Quantitativo	Os estudos indicaram que 27% dos professores são workaholic, demonstrando altos níveis de workaholic e os efeitos negativos para esse grupo laboral.

**Quadro 1: Publicações consideradas na revisão sistemática**

Fonte: Resultado da Pesquisa

## Discussão

A revisão realizada indica que o trabalho docente universitário de graduação ou pós-graduação *stricto sensu*, tem como principais estressores: (i) a necessidade de lidar com alunos despreparados, (ii) sobrecarga de trabalho, (iii) conflitos interpessoais com outros professores, (iv) cobrança excessiva por produção científica (Dalagasperina & Monteiro, 2016; Vogel & Kobashi, 2015; Ferreira & Klein, 2013; Rodrigues, 2014; Souto, 2013; Maia, 2012; Pimenta, 2015; Ferreira, 2015; Costa, 2016). A alta exigência pela produção científica aparece como principal estressor, levando a que o professor produza também com o objetivo de captação de recursos e não para atender suas próprias demandas e divulgação das descobertas em sua área do conhecimento (Hamidizadeh, Hasan & Fetemeh, 2014; Ferreira & Klein, 2013; Rodrigues, 2014; Souto, 2013; Maia, 2012; Pimenta, 2015; Ferreira, 2015; Costa, 2016).

As características do trabalho docente vêm sendo redefinidas pelo contexto socioeconômico, político e tecnológico. A velocidade das mudanças das tecnologias implica em rápidas adequações na maneira de ensinar e produzir conhecimento, exigindo que o docente se reinvente para atender as necessidades do ensino, por vezes desconsiderando sua subjetividade e autonomia para desenvolver seu trabalho (Dalagasperina & Monteiro, 2016; Ruza & Silva, 2016; Carlotto, Wendt, Lisboa & Moraes, 2014).

Para Costa (2016) e Ruza e Silva (2016) o trabalho excessivo é evidenciado na diversidade de atividades desenvolvidas pelos docentes, tais como: (i) leituras constantes; (ii) amadurecimento e compreensão dos construtos e conceitos; (iii) articulações teóricas e metodológicas; (iv) revisão de resultados; (v) discussão e mudança dos currículos (vi) orientação de estudantes; (vii) o repensar e recriar a prática de atuação; (viii) preparar aulas e

apresentações para eventos; (ix) correção de trabalhos; (x) realização de pesquisas; (xi) produção de trabalhos; (xii) elaboração de relatórios; (xiii) parecer para revistas; (xiv) participação em congressos, bancas de mestrado e doutorado. O excesso de atividades, talvez seja compensado pela satisfação alcançada ao realizá-las, o que pode atenuar seus efeitos negativos, de relações de trabalho excessivo e/ou compulsivo, diminuindo as chances de adoecimento mental (Pinheiro & Carlotto, 2016; Sousa, Mónico & Castro, 2012; Rodrigues, 2014; Souto, 2013).

O trabalho docente expõe aos riscos psicossociais, especialmente por ser realizado por meio do contato direto com pessoas (Andrade & Cardoso, 2012), embora as características do trabalho na contemporaneidade e os aspectos sociais contribuam para o adoecimento mental, independentemente da função que o trabalhador exerça ou da posição hierárquica (Seligmann-Silva, Bernardo, Maeno & Kato, 2010; Serva & Ferreira, 2006). Os professores historicamente constituem a classe dos intelectuais, adquiriram um *status* na divisão social do trabalho e apesar disso, por conta do contexto capitalista, equiparam-se ou ganham significativamente menor do que funções menos diferenciadas em termos de investimentos de tempo e dedicação na formação, muitas vezes se submetendo a situações de trabalho excessivo para se manterem no emprego (Costa, 2016; Barsotti, 2011).

Segundo Salanova, Del Líbano, Liorens e Schaufeli (2007) as características comuns entre os trabalhadores que desenvolvem adição ao trabalho são: (i) elevada importância e significado do trabalho, sendo o vértice central da vida do indivíduo, (ii) elevada energia, vitalidade e competitividade, (iii) excessivas atividades previamente definidas para ele, (iv) necessidade de controle sobre tudo o que fazem, (v) habilidade de relacionamento interpessoal deficitária, (vi) autovalorização e autoestima elevada, (vii) saúde frágil, tanto física quanto emocional, (viii) presenteísmo, (ix) relacionamentos extralaborais prejudicados. Os autores evidenciam que essas características do comportamento do trabalhador podem causar sérios

danos a sua vida, já que estão sempre trabalhando e, focados na entrega de resultados, se submetem a prazos curtos de entrega, sofrendo pressão externa, e, para conseguirem o resultado esperado, se sobrecarregam de tarefas.

Engajamento e comprometimento com o trabalho são competências positivas, porém, quando em excesso e de maneira descontrolada, podem desencadear um vício relacionado ao trabalho, com prejuízos semelhantes ao de outros vícios socialmente aceitos, como dependência a exercícios físicos (Griffiths & Karanika-Murray, 2012).

Os adictos criam mais tarefas para si, para continuar trabalhando, potencializando os fatores de risco para o desenvolvimento de doenças físicas e mentais, entre elas o estresse ocupacional (Salanova, Del Líbano, Liorens & Schaufeli, 2007; Carlotto, 2011; Hamidizadeh, Hasan & Fatemeh, 2014).

Como citado anteriormente, o trabalho docente é exposto ao risco de estresse ocupacional por conta das características das atividades desenvolvidas. Ao relacionar os fatores de risco da atuação docente às características do adicto ao trabalho, há indicadores relevantes a serem considerados para o desenvolvimento de adição ao trabalho em professores, já que, nos estudos analisados, foram apontados de forma recorrentes: a sobrecarga de trabalho, trabalho extraclasse e comprometimento com a produção de conhecimento e desenvolvimento dos alunos (Carlotto, 2005; Sanches & Santos, 2013; Andrade & Cardoso, 2012; Hamidizadeh, Hasan & Fatemeh, 2014; Pinheiro & Carlotto, 2016; Dalagasperina & Monteiro, 2016; Bustamante, Bustamante, González & Bustamante, 2016).

Os estudos realizados por Hamidizadeh, Hasan e Fatemeh (2014), com professores universitários indicam que há uma correlação direta entre adição ao trabalho e *burnout*, uma vez que a relação estabelecida com o trabalho por parte desse grupo ocupacional tende ao desenvolvimento de adição ao trabalho implicando fortemente no esgotamento emocional. Tais achados corroboram a hipótese de que há uma correlação direta entre adição ao trabalho e

estresse ocupacional como consequência, podendo ser extremamente prejudicial à saúde e ao desempenho desses profissionais.

### **Conclusão**

Os achados obtidos permitem observar-se que a adição ao trabalho pode representar um fator de risco para o desenvolvimento não só do estresse ocupacional, mas para o adoecimento geral (físico e mental) do trabalhador. Considerando que os professores pesquisadores comumente extrapolam sua jornada de trabalho, dedicando-se exaustivamente à produção de conhecimento e formação dos alunos, para cumprirem as exigências institucionais pautadas na regulamentação da CAPES, existem fortes indícios da ocorrência de adição ao trabalho, bem como sua correlação com o estresse ocupacional. Por outro lado, é possível que a satisfação em realizar suas atividades funcione como mediadora no processo de adoecimento.

A literatura pesquisada aponta para a relação que os professores estabelecem com o trabalho, com evidências relevantes da existência de adição ao trabalho e estresse ocupacional, pois o vértice central da vida desses é o trabalho. Ressalta-se a necessidade do desenvolvimento de mais pesquisas com essa população, em especial com relação à saúde mental, para que possam ser elaborados programas de proteção, promoção e prevenção à saúde, a fim de se evitar ou minimizar o adoecimento tanto físico, quanto mental dos professores pesquisadores.

### **Referências**

Andrade, P. S.; Cardoso, T. A. O. (2012). Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Revista Saúde e Sociedade*. São Paulo, v.21, n.1. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902012000100013](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902012000100013)

- Barreto, M. (2009). Saúde Mental e Trabalho: a necessidade da “escuta” e olhar atentos. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, Vol. 1, n. 1. Recuperado de <http://docplayer.com.br/17949488-Saude-mental-e-trabalho-a-necessidade-da-escuta-e-olhar-atentos.html>.
- Barsotti, P. D. (2011). Produtivismo acadêmico: essa cegueira terá fim? *Revista Educação e Sociedade*, Campinas, v. 32. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/es/v32n115/v32n115a20.pdf>
- Brasil. (2010). Ministério da Educação e Cultura. *Plano Nacional de Pós-Graduação – PNPG 2011-2020*. Brasília: CAPES. Recuperado de <http://www.capes.gov.br/plano-nacional-de-pos-graduacao>
- Bustamante, E.; Bustamante, F.; González, G.; Bustamante, L. (2016). El burnout en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la Universidad de Carabobo Sede Aragua, Venezuela. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 62(243), 111-121. Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0465-546X2016000200003](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2016000200003)
- Carlotto, M. S. (2005). *Síndrome de burnout em professores de instituições particulares de ensino*. Tese de doutorado. Universidade de Santiago de Compostela. Faculdade de Psicologia. Departamento de Psicologia Social Santiago de Compostela, Espanha. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1150/115013455006.pdf>
- Carlotto, M. S. (2011). Workaholism and relationship with sociodemographic, work and psychosocial risk factors. *Psico-USF*, Itatiba, vol.16, n. 1. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-82712011000100010](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712011000100010)
- Carlotto, M. S.; Wendt, G. W.; Lisboa, C.; Moraes, M. A. (2014). Preditores da adição ao trabalho em trabalhadores que utilizam tecnologias de informação e comunicação. *Temas em psicologia*, Ribeirão Preto, v. 22, n. 2. Recuperado em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2014000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2014000200010)
- Costa, A. C. (2016). As injunções aos docentes na universidade pública: de intelectuais a trabalhadores polivalentes. *Revista Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci_abstract&tlng=pt)
- Dal Forno, C.; Kegler, P.; Garcia Grigorieff, A.; De Andrade Terrible, I. (2014). A Adição ao trabalho: uma problematização desde a psicanálise. *Anais do VI Congresso Internacional de Investigación y Práctica Profesional em Psicología, XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores em Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología – Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de <http://www.academia.org/000-035/605>
- Dalagasperina, P.; Monteiro, J. K. (2016). Estresse e docência: um estudo no ensino superior privado. *Revista Subjetividades*, Fortaleza. 16(1), 36-51. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rs/v16n1/04.pdf>

- Dias, F. M.; Santos, J. F. C.; Abelha, L. & Lovisi, G. M. (2016). O estresse ocupacional e a síndrome do esgotamento profissional (*burnout*) em trabalhadores da indústria do petróleo: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. São Paulo, v. 41. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0303-76572016000100401&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0303-76572016000100401&script=sci_abstract&tlng=pt)
- Ferreira, C. G. (2015). Percepções dos docentes avaliados pela Coordenação de aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES): um estudo sobre o produtivismo acadêmico. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Administração) Universidade Federal Fluminense, Faculdade de Administração e Ciências Contábeis, Programa de Pós-Graduação em Administração, Niterói. Recuperado de <http://www.repositorio.uff.br/jspui/bitstream/1/2415/1/CarlaGuimaraes.pdf>
- Ferreira, M. T. & Klein, S. (2016). Maria Caraméz Carlotto. Veredas da mudança na ciência brasileira: discurso, institucionalização e práticas no cenário contemporâneo. *Tempo Social, revista de sociologia da USP*, São Paulo, v. 28, n. 3. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-20702016000300289&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-20702016000300289&script=sci_arttext)
- Griffiths, M. D.; Karanika-Murray, M. (2012). Contextualizing over-engagement in work: Towards a more global understanding of workaholism as an addiction. *Journal of Behavioral Addictions*. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26165458>
- Guimarães, L. A. M.; Oliveira, F. F.; Silva, M. C. M. V.; Camargo, D. A.; Rigonatti, L. F. & Carvalho, R. B. (2015). Saúde Mental do Trabalhador e contemporaneidade. In: Guimarães, L. A. M.; Camargo, D. A. & Silva, M. C. M. V. *Temas e Pesquisas em Saúde Mental e Trabalho*. 1. ed. Curitiba: CRV.
- Guimarães, L. A. M. Fatores psicossociais de risco no trabalho. (2013). In: Ferreira, J. J.; Penido, L. O. (Coord). *Saúde mental no trabalho: coletânea do fórum de saúde e segurança no trabalho do Estado de Goiás*, Goiás: Cir Gráfica, p. 273-282.
- Hamidzadeh, A.; Koolivand, H. & Hajkarimi, F. (2014). *Is workaholismo antecedente of burn out? European Journal of Academic Essays* 1(8): 1-9, 2014 ISSN: 2183-1904 Recuperado de <http://euroessays.org/wp-content/uploads/2014/09/EJAE-240.pdf>
- Heloani, J. R. Capitão, C. G. (2003). Saúde mental e psicologia do trabalho. *São Paulo em Perspectiva*, São Paulo, v. 17. n. 2. ISSN 0102-8839. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/spp/v17n2/a11v17n2.pdf>
- Hogan, V.; Hogan, M. & Hodgins, M. (2016). *A study of workaholism in Irish academics. Occupational Medicine* ;66:460–465. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27170737>
- Killinger, B. (1991). *Workaholic: the respectable addicts*. New York: Simon & Schuster. Recuperado de <https://www.amazon.com/Workaholics-Respectable-Dr-Barbara-Killinger/dp/1552091341>

- Lago, R. R.; Cunha, B. S.; Borges, M. F. S. (2015). Percepção do trabalho docente em uma Universidade da região Norte do Brasil. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro. v. 13 n. 2. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1981-77462015000200429](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462015000200429)
- Maia, C. S. A. (2012). Impactos da precarização do trabalho sobre professores da pós-graduação da Universidade Federal da Paraíba. Dissertação de mestrado em Administração do Centro de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal da Paraíba (UFPE). Recuperado de <http://tede.biblioteca.ufpb.br/bitstream/tede/3815/1/arquivototal.pdf>
- Mendes, A. M. (2008). A organização do trabalho como produto da cultura e da prevenção do estresse ocupacional: o olhar da psicodinâmica do trabalho. In: Tamayo, A. (Org.) *Estresse e Cultura Organizacional*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- NIOSH, C. (2017). *Occupational Health Psychology (OHP)*. Cincinnati, OH: NIOSH. Recuperado de <https://www.cdc.gov/niosh/topics/ohp/>
- NIOSH, C. (2008). *Exposure to Stress: Occupational Hazards in Hospitals*. Department of Health and Human Services centers for Disease Control and Prevention National Institute. DHHS (NIOSH). Recuperado de <https://www.cdc.gov/niosh/docs/2008-136/pdfs/2008-136.pdf>
- Pimenta, A. G. (2015). (DES) Caminhos da pós-graduação brasileira; o produtivismo acadêmico e seus efeitos nos professores pesquisadores. Tese do doutorado em Educação da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Recuperado de <http://tede.biblioteca.ufpb.br/bitstream/tede/4823/1/arquivototal.pdf>
- Pinheiro, L. R. S.; Carlotto, M. S. (2016). Relações entre a satisfação com a vida e adição ao trabalho. *Quaderns de Psicologia*, v. 18, n. 2, 97-105. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1340>
- Rodrigues, S. E. C. (2014). A dimensão afetiva nas representações sociais de docentes da pós-graduação em educação. Tese de doutorado em Educação da Universidade Federal do Pará. Recuperado de [http://www.ppged.propesp.ufpa.br/bv/arquivos/File/d14\\_soniaeli.pdf](http://www.ppged.propesp.ufpa.br/bv/arquivos/File/d14_soniaeli.pdf)
- Ruza, F. M.; Silva, E. P. (2016). As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? *Revista Subjetividades*, Fortaleza, 16(1), 91-103. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso)
- Salanova, M., Del Libano, M., Liorens, S., Schaufeli, W. B.; Fidalgo, M. (2007). *Nota Técnica de Prevención, 759, 22ª Serie*. Instituto Nacional de Seguridad La adicción al trabajo.e Higiene en el Trabajo. Recuperado de <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/752a783/759.pdf>
- Sanches, E. N.; Santos, J. D. F. (2013) Estresse em docentes universitários da saúde: situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento. *Psicologia Argumento*, 31(75), 615-626. Recuperado de <http://www2.pucpr.br/reol/pb/index.php/pa?dd1=12629&dd99=view&dd98=pb>

- Schaufeli, W. B.; Taris, T. W.; Bakker, A. B. (2008). It takes two to tango. Workaholism is working excessively and working *compulsively*. *The long work hour's culture. Causes, consequences and choices*, p. 203-226. Recuperado de <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/304.pdf>
- Seligmann-Silva, E.; Bernardo, M. H.; Maeno, M.; Kato, M. (2010). Saúde do Trabalhador no início do século XXI. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. v. 35, n.122, p. 185-186. Recuperado de [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/RBSO\\_122.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/RBSO_122.pdf)
- Serva, M.; Ferreira, J. L. O. (2006). O fenômeno *workaholic* na gestão de empresas. *Revista de Administração Pública (RAP)*. Rio de Janeiro. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/2410/241016433002/>
- Sousa, L. D. B.; Mónico, A. P. S. M, Vicente, L. C. F. (2012). Workaholic ou Workalover? A importância da inteligência emocional. *INFAD Revista de Psicología*. Espanha. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832337017>
- Souto, B. L. C. (2013). A dicotômica relação de prazer e sofrimento no trabalho do docente de pós-graduação em universidade pública. Dissertação de mestrado em Psicologia da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Recuperado de <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/22871>
- Vogel, M. J.; Kobashi. (2015). Avaliação da Pós-Graduação no Brasil: seus critérios. *Anais do XVI Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação (XVI ENANCIB)*. ISSN 2177-3688. João Pessoa. Recuperado de <http://www.ufpb.br/evento/lti/ocs/index.php/enancib2015/enancib2015/paper/viewFile/3124/1150>

**ARTIGO 2 - TRABALHO EXCESSIVO OU TRABALHO  
COMPULSIVO? ADIÇÃO AO TRABALHO EM PROFESSORES DE  
PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU***

---

## Resumo

**Introdução:** O modelo educacional brasileiro passa por mudanças pautadas nas políticas dos órgãos regulamentadores, impactando diretamente na atuação do docente, fazendo com que os mesmos produzam além do previsto em contrato. Esse excesso de trabalho pode contribuir para o desencadeamento da adição ao trabalho, considerada uma patologia que pode desencadear problemas de saúde física e mental. É composta por duas dimensões, o trabalho excessivo, que é de natureza comportamental e o trabalho compulsivo, de natureza cognitiva. Para ser considerado adicto, o indivíduo precisa combinar as duas dimensões. **Objetivos:** Identificar a prevalência de adição ao trabalho em professores de pós-graduação *stricto sensu*. **Método:** Trata-se de um estudo exploratório-descritivo. A amostra foi composta por 34 professores que atuam na pós-graduação *stricto sensu* de uma universidade privada da cidade de Campo Grande, MS, Brasil. Os instrumentos utilizados foram aplicados *on-line*: (i) Questionário sociodemográfico ocupacional (QSDO) e (ii) *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS), **Conclusão:** Os resultados indicaram uma alta prevalência (14,7%) de adictos ao trabalho, bem como percepção positiva de saúde (94,1%) e satisfação com a vida (85,3%). Novos estudos são necessários para identificar preditores de adição ao trabalho e de saúde mental do professor de pós-graduação *stricto sensu*.

Palavras-chave: Adição ao trabalho. Trabalho docente. Pós-graduação.

**EXCESSIVE OR COMPULSIVE WORK? A STUDY ON WORK ADDICTION  
AMONG *STRICTO SENSU* GRADUATION PROFESSORS**

**Abstract**

**Introduction:** The Brazilian educational model undergoes changes based on policies by regulatory bodies, directly impacting on professors' performance, causing them to produce beyond what was foreseen in contracts. This overwork can trigger work addiction, is a work-related vice, and it is considered a pathology that can trigger physical and mental health problems. It is composed of two dimensions: excessive work, of behavioral nature; and compulsive work, of cognitive nature. To be considered an addicted, the individual need to combine both dimensions. **Aims and Method:** This exploratory-descriptive, cross-sectional study has sought to identify the prevalence to work addiction among graduation professors. The sample was constituted of 34 professors working at a *stricto sensu* graduation program of a private university in Campo Grande, MS, Brazil. **The instruments used were applied online: (i) Sociodemographic and Occupational Questionnaire (SDOQ) and (ii) Dutch Work Addiction Scale (DUWAS).** **Conclusion:** The results indicated a high prevalence to work addiction (14,7%), as well as a positive perception on health (94,1%) and life satisfaction (85,3%). New studies are necessary to identify predictors of work addiction and mental health in *stricto sensu* graduation professors.

**Keywords:** Work addiction. Teaching work. Graduation.

## Introdução

A adição ao trabalho, ou *workaholism*, é considerada uma patologia quando o indivíduo perde o controle sobre sua vida, gradualmente, em virtude da relação que estabelece com o trabalho (Killinger, 1991). Resulta em um dano psicossocial caracterizado pela necessidade ou impulso de trabalhar constantemente, um comportamento excessivo e persistente, que faz com que o indivíduo descuide de sua vida pessoal e saúde (Salanova; Del Líbano; Liorens & Schaufeli, 2007; Schaufeli, Taris & Bakker, 2008). Para Shimazu e Schaufeli (2009), o sujeito não consegue resistir a executar atividades relacionadas ao trabalho, mesmo no período de descanso.

O termo *workaholic* é comumente encontrado em publicações não científicas e sua origem partiu do termo americano *alcoholic*, que faz referência ao vício em álcool (Salanova *et al*, 2007). No caso, o vício relaciona-se ao trabalho, à dedicação excessiva e sem limites ao desenvolvimento da atividade laboral, executando-se tarefas além do solicitado, extrapolando o contexto laboral e invadindo o contexto extralaboral (Serva, Ferreira, 2006; Salanova *et al*, 2007).

A adição ao trabalho é caracterizada por duas dimensões: trabalho excessivo (dimensão comportamental - investir tempo e energia em demasia, muito além do esperado) e trabalho compulsivo (dimensão cognitiva - investir em demasia tempo e energia no trabalho, muito mais do que é esperado) (Gorgievski, Bakker & Scaufeli, 2010; Schaufeli, Taris & Bakker, 2006; Schaufeli & Shimazu, 2009). Para os autores, para ser considerado adicto ao trabalho, as duas dimensões devem ser combinadas.

Ainda que o termo *workaholic*, seja bem conhecido na linguagem cotidiana, não há consenso sobre a natureza, fatores antecedentes e consequências do desenvolvimento de adição

ao trabalho (Moreno-Jiménez, Gálvez-Herrer, Garrosa-Hernández & Rodríguez-Carvajal, 2005; Salanova *et al*, 2007; Taris & Schaufeli, 2007).

No contexto capitalista, as organizações demandam profissionais polivalentes, capazes de administrar conflitos, criativos, ágeis para identificar e solucionar problemas. Há uma atualização da função social do educar, fazendo com que os professores venham a se adequar a esse novo contexto social da educação (Costa, 2016).

O avanço contínuo do saber implica em profundas transformações na maneira de desenvolver o trabalho, o professor deixa de ser o transmissor exclusivo de conhecimento, sendo exposto a questionamentos, o que causa uma ruptura no modelo do educar e produzir conhecimento, gerando tensão em seu cotidiano (Esteve, 1999).

Em se tratando de professor universitário, é preciso conciliar as atividades de sala de aula, supervisão de estágio, produção científica, participação em eventos e congressos, e participar de ações diretas com a comunidade, por meio de atividades de extensão (Lago, Cunha & Borges, 2015; Carlotto, 2005). As universidades adotaram um modelo de gestão racionalista, pautado na produtividade de maneira racional, norteadas pelo avanço das tecnologias (Costa, 2016). O professor universitário está exposto às transformações sociais, sendo necessário se reinventar constantemente, trabalhando de forma excessiva para cumprir os prazos e expectativas relativos à produtividade.

## **Método**

### **Delineamento e Participantes**

Trata-se de um estudo descritivo-exploratório, de corte transversal, realizado com uma amostra voluntária de n= 34 professores, de um total de N=43 dos programas de pós-graduação de uma instituição privada, comunitária e confessional, situada na cidade de Campo Grande,

MS, Brasil. Foram incluídos aqueles com vínculo empregatício com a instituição e que atuam como professores em algum dos programas de pós-graduação *stricto sensu*, estando de acordo com o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) adaptado para a pesquisa *on-line*. Foram excluídos professores doutores que não atuavam no programa de pós-graduação *stricto sensu* da instituição, professores convidados e professores colaboradores.

### **Instrumentos**

Um questionário foi criado especificamente para este estudo, com o objetivo de caracterizar os dados sociodemográficos (idade, sexo, estado civil, relações pessoais, moradia, filhos, formação acadêmica, titulação), ocupacionais (tempo de atividade profissional, tempo de trabalho na instituição, carga horária contratual, realização de outras atividades ocupacionais, quantidade de horas efetivamente trabalhadas), psicossociais (percepção de saúde considerando “sim” ou “não”, ausência no trabalho por doença, percepção da satisfação com a vida utilizando uma escala do tipo *likert* de 5 pontos, variando de 1=nada satisfeito a 5= muito satisfeito, dedicação a *hobbie*, lazer ou prática de esportes).

Como instrumento para verificação de adição ao trabalho, foi utilizada a *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS), em sua versão reduzida, adaptada e traduzida para o português por Carlotto e Del Líbano (2010) que apresenta coeficientes Alfa de *Cronbach* de 0,70 para Trabalho Excessivo e 0,74 para Trabalho Compulsivo. A escala tem como objetivo avaliar a adição ao trabalho, percebida a partir de duas perspectivas: o trabalho compulsivo e trabalho excessivo. “A escala reduzida oferece validade fatorial e consistência interna adequada para avaliar adição ao trabalho em profissionais brasileiros” (Carlotto & Del Líbano, 2010, p. 141). Possui 10 questões do tipo *Likert* (1 a 4), que variam entre nunca a todos os dias. Para cada perspectiva são destinadas 5 questões.

Ambos os instrumentos são autoaplicáveis.

### **Procedimentos e Análises**

Para a realização da pesquisa, foram respeitadas as normas expressas na Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB). Foi esclarecido ao Reitor, Coordenadores dos Programas e aos sujeitos a natureza da pesquisa, garantindo sigilo sobre os dados coletados. Os participantes foram convidados a participar da pesquisa por *e-mail* e responderam voluntariamente. A coleta de dados foi feita a partir de formulário eletrônico confeccionado na plataforma *GOOGLE FORMS*.

Os dados obtidos foram ajustados utilizando-se um pacote de planilhas eletrônicas, os gráficos foram desenvolvidos utilizando o *Microsoft Excel*, e as análises estatísticas o *software* livre R, versão 3.4.2 para *Windows* (R, 2017). Esta análise valeu-se de estatística descritiva (frequências absolutas e relativas, média, mediana e desvio-padrão) e Qui-Quadrado, Teste de Uma-proporção e o *t-student* aplicadas quando se fez necessário, assumindo nível de significância  $p < 0,05$ . O presente estudo apresentou os coeficientes alfa de *Cronbach* de 0,69 para Trabalho Excessivo e 0,70 para Trabalho Compulsivo, apresentando consistência interna o que habilita a apresentar resultados fidedignos

Para o cálculo do escore para a adição ao trabalho dividiu-se os indivíduos entre aqueles com baixo e alto risco para o desenvolvimento de trabalho excessivo e/ou compulsivo, apresentando a média do conjunto como posição de corte – indivíduos com escore inferior à média de 2,4 pontos enquadraram-se em baixo risco de trabalho excessivo e/ou compulsivo, enquanto indivíduos com escore superior à média apresentaram alto risco para trabalho excessivo e/ou compulsivo. Para se considerar adição ao trabalho levou-se em conta os

resultados para trabalho excessivo e trabalho compulsivo em relação à média 2,1 pontos do conjunto de todos os indivíduos, ignorando a média mais alta e a média mais baixa.

## Resultados

Os participantes da pesquisa são em sua maioria: do sexo feminino (61.8%), casados (64.7%), que mantêm um relacionamento estável com companheiro (a) fixo (a) (82.4%), moram com companheiro (a) e/ou filhos (73,5%), possuem filhos (67.6%). Pode-se observar que 41,2% dos professores possuem pós-doutorado enquanto 58,8% possuem doutorado. Dos respondentes, 94,1% se declaram saudáveis e 85.3% disseram estar bastante ou muito satisfeitos com a vida. Sobre o tempo de atividade, 55.9% dos professores estão na atividade docente há mais de 25 anos, mas quanto ao tempo de atividade na instituição, 32,4% estão na mesma há menos de 5 anos.

Os resultados revelam que 14,7% dos professores estudados são considerados adictos ao trabalho. Ainda é possível observar que 14,7% deles apresentam alto nível de trabalho compulsivo e 14,7% de trabalho excessivo (Teste de uma-proporção, p-valor<0,00001) (Tabela 1).

**Tabela 1: Prevalência das dimensões da adição ao trabalho (n=34)**

	Não adicto		Adicto	
	N	%	N	%
Adição ao Trabalho	29	85,3	5	14,7
Trabalho Compulsivo	29	85,3	5	14,7
Trabalho Excessivo	29	85,3	5	14,7

**Fonte: Resultado da Pesquisa**

A divisão da escala de adição ao trabalho em Trabalho Compulsivo e Trabalho Excessivo mostra que para os itens que compõem cada dimensão, é possível fazer uma análise das respostas dadas pelos professores. De tal observação, para o Trabalho Compulsivo tem-se

que no item: “Sinto-me culpado quando tenho um dia mais livre no trabalho” com média de 1,9, os professores apresentaram menor propensão a adição ao trabalho, enquanto nos itens “Sinto algo dentro de mim que me impulsiona a trabalhar duro” e “Dedico mais tempo ao trabalho do que estar com meus amigos, ter *hobbies* ou fazer atividades que me dão prazer” apresentaram média de 2,7, itens considerados com resultados críticos. Para o Trabalho Excessivo, o item “É difícil relaxar quando não estou trabalhando” apresentou média de 1,9, considerado o resultado mais positivo e o item “Geralmente estou ocupado, tenho muitos assuntos sob meu controle” com valor médio de 2,9, como o pior resultado (Tabela 2).

**Tabela 2: Resultados da escala DUWAS segundo os fatores Trabalho Compulsivo e Excessivo**

	Média	Desvio-Padrão
<b>TRABALHO COMPULSIVO</b>		
Para mim é importante trabalhar duro, inclusive quando não desfruto do que estou fazendo.	2,1	0,7
Sinto que há algo dentro de mim que me impulsiona a trabalhar duro.	2,7	0,8
Dedico mais tempo ao trabalho do que estar com meus amigos, ter hobbies ou fazer atividades que me dão prazer.	2,7	0,8
Quando me dou conta, estou fazendo duas ou três coisas ao mesmo tempo, como comer, tomar notas e falar ao telefone.	2,5	0,7
Sinto-me culpado quando tenho um dia mais livre no trabalho.	1,9	0,7
<b>TRABALHO EXCESSIVO</b>		
Parece que estou numa corrida contra o relógio.	2,7	0,8
Muitas vezes me dou conta que estou trabalhando depois que meus companheiros já pararam de trabalhar.	2,6	0,7
Geralmente estou ocupado, tenho muitos assuntos sob meu controle.	2,9	0,8
Sinto-me culpado quando não estou trabalhando em alguma coisa.	2,2	0,7
É difícil relaxar quando não estou trabalhando.	1,9	0,7

**Fonte: Resultado da Pesquisa**

Na relação do instrumento de adição ao trabalho com a variável sexo, é possível notar que apesar do valor médio ser o mesmo entre indivíduos do sexo feminino e masculino,

percentualmente os indivíduos do sexo feminino e masculino adictos ao trabalho representam 9,5% e 23,1% respectivamente (Tabela 3).

**Tabela 3: Resultados sociodemográficos e ocupacionais**

	Média	Desvio Padrão	Não Adicto		Adicto	
			N	%	N	%
<b>SEXO</b>						
Feminino	2,4	0,3	19	90,5	2	9,5
Masculino	2,4	0,5	10	76,9	3	23,1
<b>GRUPO DE IDADE</b>						
30  — 35 Anos	2,4	0,3	5	100,0	0	0,0
35  — 40 Anos	2,6	0,6	1	33,3	2	66,7
40  — 45 Anos	2,5	0,3	3	75,0	1	25,0
45  — 50 Anos	2,6	0,2	4	80,0	1	20,0
50  — 55 Anos	2,4	0,4	3	75,0	1	25,0
55  — 60 Anos	2,3	0,3	4	100,0	0	0,0
60  — 65 Anos	2,3	0,5	5	100,0	0	0,0
65  — 70 Anos	2,5	0,3	2	100,0	0	0,0
70  — 75 Anos	2,1	0,1	2	100,0	0	0,0
<b>ESTADO CIVIL</b>						
Casado(a)	2,4	0,4	18	81,8	4	18,2
Separado(a)	2,5	0,3	6	85,7	1	14,3
Solteiro(a)	2,3	0,1	5	100,0	0	0,0
<b>RELAÇÕES PESSOAIS</b>						
Com companheiro (a) fixo(a)	2,4	0,4	23	82,1	5	17,9
Sem companheiro (a) fixo(a)	2,3	0,3	6	100,0	0	0,0
<b>MORADIA</b>						
Sozinho (a)	2,3	0,3	7	100,0	0	0,0
Com os pais	2,5	0,0	1	100,0	0	0,0
Meus pais moram comigo	2,1	0,0	1	100,0	0	0,0
Com companheiro (a) e/ou filhos	2,4	0,4	20	80,0	5	20,0
<b>FILHOS</b>						
Não	2,5	0,3	9	81,8	2	18,2
Sim	2,4	0,4	20	87,0	3	13,0
Um filho	2,6	0,3	6	85,7	1	14,3
Dois filhos	2,2	0,4	10	90,9	1	9,1
Três filhos	2,3	0,7	2	66,7	1	33,3
Quatro filhos	2,5	0,3	2	100,0	0	0,0
<b>TÍTULO</b>						
Doutorado	2,3	0,4	18	90,0	2	10,0
Pós-Doutorado	2,5	0,3	11	78,6	3	21,4
<b>TEMPO DE SERVIÇO</b>						
Menos de 5 anos	2,9	0,2	1	33,3	2	66,7
05  — 10 Anos	2,2	0,3	3	100,0	0	0,0
10  — 15 Anos	2,4	0,4	3	75,0	1	25,0
15  — 20 Anos	2,5	0,0	2	100,0	0	0,0
20  — 25 Anos	2,2	0,2	3	100,0	0	0,0
25  — 30 Anos	2,3	0,5	6	85,7	1	14,3
Mais de 30 Anos	2,5	0,3	11	91,7	1	8,3
<b>TEMPO DE INSTITUIÇÃO</b>						
Menos de 5 anos	2,3	0,5	9	81,8	2	18,2
05  — 10 Anos	2,2	0,3	5	100,0	0	0,0
10  — 15 Anos	2,8	0,2	3	60,0	2	40,0
15  — 20 Anos	2,3	0,2	3	100,0	0	0,0

20  — 25 Anos	2,6	0,3	3	75,0	1	25,0
25  — 30 Anos	2,3	0,1	4	100,0	0	0,0
Mais de 30 Anos	2,4	0,3	2	100,0	0	0,0
<b>HORAS SEMANAIS</b>						
Até 40 Horas	2,5	0,0	1	100,0	0	0,0
Até 44 Horas	2,3	0,4	10	100,0	0	0,0
Até 60 horas	2,4	0,4	16	81,2	3	18,8
Mais de 60 horas	2,5	0,3	2	66,7	1	33,3

**Fonte: Resultado da Pesquisa**

Quanto ao grupamento etário é possível observar que a existência de indivíduos adictos ao trabalho concentra-se entre 35 e 55 anos. A faixa etária de 35 a 40 anos possui mais indivíduos adictos do que não adictos ao trabalho (Teste de uma proporção, p-valor=0,0011).

A adição ao trabalho, controlada pelo estado civil dos professores mostra que aqueles que são separados apresentam resultados médios maiores (2,5), enquanto os professores solteiros apresentaram a menor média (2,3) bem como não apresentam adictos ao trabalho e aqueles que são casados apresentam o maior percentual de adictos, mas este resultado não mostrou significância (Teste de uma-proporção, p-valor=0,1004) (Tabela 3).

No quesito relações pessoais nota-se que aqueles que possuem companheiro (a) fixo(a) mostraram média superior (2,4) e percentual de adictos ao trabalho de 17,9%, enquanto que nos que não possuem companheiro(a) fixo(a) não foram identificados adictos ao trabalho. Entretanto, o percentual de adictos encontrados não é estatisticamente significativo (teste de uma-proporção, p-valor 0,0829) (Tabela 3).

A adição a trabalho relacionada à moradia mostra que os indivíduos que residem sozinhos possuem média menor do que os indivíduos que residem com companheiro (a) e/ou filhos – (2,3 e 2,4 respectivamente) sendo que os indivíduos que residem com companheiro (a) e/ou filhos são os únicos que apresentam adição ao trabalho e tal percentual de adictos é estatisticamente representativo no grupo de indivíduos (Teste de uma-proporção, p-valor=0,0478) (Tabela 3).

É possível notar que aqueles que não possuem filhos apresentaram resultado médio superior em relação àqueles que possuem filhos – (2,5 e 2,4 respectivamente) sendo que, no

grupo de professores que possui filhos, pode-se observar que aqueles que possuem apenas 1 filho apresentam maior resultado médio (2,6).

A adição ao trabalho relacionada à variável: “titulação” mostra que os indivíduos que possuem Pós-Doutorado apresentaram valor médio maior (2,5) em relação aos indivíduos que possuem Doutorado (2,3), não existindo resultados significativos para o percentual de adictos.

A relação entre a adição ao trabalho e o tempo de serviço mostra que os professores que possuem menos de cinco anos de trabalho apresentaram o maior valor médio (2,9) e possuem os maiores percentuais de adictos ao trabalho (66,7%) sendo o único resultado estatisticamente significativo para a variável em questão (Teste de uma-proporção, p-valor=0,0005) (Tabela 3).

A relação entre a adição ao trabalho e o tempo de serviço mostra que os professores que possuem entre dez e quinze anos de trabalho apresentaram o maior valor médio (2,8) e possuem os maiores percentuais de adictos ao trabalho (40%) (Teste de uma-proporção, p-valor=0,0005) (Tabela 3).

A relação de horas trabalhadas por semana mostra que os professores que trabalham até 40 horas semanais e aqueles que trabalham mais de 60 horas semanais apresentaram as maiores médias (2,5), enquanto os professores que trabalham até 44 horas semanais apresentaram as menores médias (2,3) não havendo para esta variável resultado significativamente relevante.

Com relação a “sentir-se saudável no trabalho”, é possível observar que aqueles professores que não se sentem saudáveis apresentaram maior resultado médio (2,8) para adição ao trabalho, enquanto aqueles que se sentem saudáveis apresentaram média de 2,4 (Tabela 4).

**Tabela 4: Resultado do instrumento de adição ao trabalho e “sente-se saudável no trabalho?”**

	Média	Desvio- Padrão	Não adicto		Adicto	
			n	%	n	%
NÃO	2,8	0,0	2	100,0	0	0,0
SIM	2,4	0,4	27	84,4	5	15,6

Fonte: Resultado da Pesquisa

Quanto à adição ao trabalho, em relação ao número de dias em que se ausentou do trabalho por motivo de saúde, observa-se que os professores que não faltaram ao trabalho apresentaram maior resultado médio (2,5) enquanto os professores que faltaram mais (até 21 dias) apresentaram o menor resultado médio (Tabela 5).

**Tabela 5: Resultado do instrumento de adição ao trabalho em relação a questão “quantos dias faltou no trabalho devido à saúde?”**

	Média	Desvio- Padrão	Não adicto		Adicto	
			n	%	n	%
Não faltou	2,5	0,3	15	83,3	3	16,7
Até 7 dias	2,3	0,4	12	85,7	2	14,3
Até 21 dias	2,2	0,1	2	100,0	0	0,0

Fonte: Resultado da Pesquisa

No quesito “satisfação com a vida”, é possível observar que os professores que se encontram mais insatisfeitos apresentaram os maiores resultados médios e percentuais de adição ao trabalho. Os professores que estão mais satisfeitos possuem menores valores médios (2,3). No caso do professor que se encontra pouco satisfeito com a vida evidencia-se adição ao trabalho (Tabela 6).

**Tabela 6: Resultado do instrumento de adição ao trabalho segundo a satisfação com a vida**

	Média	Desvio- Padrão	Não adicto		Adicto	
			n	%	n	%
Pouco satisfeito	3,0	0,4	0	0	1	100,0
Nem satisfeito, nem insatisfeito	2,6	0,4	3	75,0	1	25,0
Bastante satisfeito	2,4	0,4	14	87,5	2	12,5
Muito satisfeito	2,3	0,0	12	92,3	1	7,7

Fonte: Resultado da Pesquisa

## Discussão

O objetivo deste estudo foi o de detectar a prevalência de adição ao trabalho em professores da pós-graduação *stricto sensu*, tendo como hipótese que a adição ao trabalho seria uma característica da natureza do trabalho docente. Os resultados encontrados confirmam a hipótese levantada, já que 14,7% dos professores, foram caracterizados como adictos ao trabalho. Uma possível explicação para esse resultado pode estar na característica do trabalho e exigências que recaem sobre esse grupo de trabalhadores: serem exigidos com maior frequência para desenvolverem atividades extras, tais como participação em conferências, palestras, atividades associativas, organização de eventos na área, além da participação em eventos, bancas de mestrado e doutorado, entre outras (Carlotto, 2003; Hogan, Hogan & Hodgins, 2016).

Em relação à dimensão Trabalho Compulsivo, ao analisar o item do instrumento DWAS “Sinto-me culpado quando tenho um dia mais livre no trabalho”, obteve-se média 1,9, demonstrando uma correlação negativa como preditora de adição ao trabalho, indicando que a percepção de dias livres no trabalho não desencadeia sentimento de culpa nem reações características do adicto.

Em relação aos itens “Sinto algo dentro de mim que me impulsiona a trabalhar duro” e “Dedico mais tempo ao trabalho do que estar com meus amigos, ter hobbies ou fazer atividades que me dão prazer”, foram obtidos resultados considerados críticos para o desenvolvimento de adição trabalho, com média de 2,7 para ambos. Na amostra estudada, identificou-se que 14,3% dos participantes que são separados, foram classificados como adictos ao trabalho, confirmando o que se encontra na literatura, que segundo Salanova *et al* (2007) a dedicação extra ao trabalho compromete as relações familiares, constatando-se elevado índice de separações matrimoniais e isolamento social dos adictos ao trabalho. Ainda Salanova *et al* (2007) afirmam que a elevada

autoestima e a autovalorização são preditores de adição ao trabalho, já que, quando os resultados e o reconhecimento não condizem com as expectativas, os professores se frustram e deixam de produzir, iniciando um processo de adoecimento mental, por isso trabalham tão arduamente, de maneira compulsiva.

Na dimensão Trabalho Excessivo, o item “Geralmente estou ocupado, tenho muitos assuntos sob meu controle”, que apresentou maior média de 2,9, indicou resultado positivo como preditor de adição ao trabalho, sobretudo por meio de sobrecarga e excesso de trabalho (Carlotto, 2003; Salanova *et al*, 2007; Hogan *et al*, 2016). Esteve (1999) indica que a natureza do trabalho docente, em especial a dos professores universitários, não se limita ao espaço físico e o aprendizado e o aperfeiçoamento são uma constante, além das atividades extras já citadas anteriormente.

Quanto às variáveis laborais, todos os participantes possuem por contrato uma jornada de 40 horas semanais. Quando questionados sobre as horas efetivamente trabalhadas, observou-se que 79% dos professores trabalham aproximadamente 60 horas semanais. Em estudos desenvolvidos com distintos trabalhadores, identificou-se que, quanto maior a carga horária contratual e as horas efetivamente trabalhadas, mais elevados são os riscos de desenvolver adição ao trabalho (Schaufeli, Taris & Bakker, 2008; Carlotto 2011).

Mesmo com uma alta prevalência de adictos ao trabalho, identificou-se que 94,1% dos respondentes se declaram saudáveis e 85.3% disseram estar bastante ou muito satisfeitos com a vida.

### **Conclusão**

Os estudos sobre adição ao trabalho são recentes, ainda não existe consenso de como esta se desenvolve e suas consequências na vida e saúde dos indivíduos acometidos. Em relação

aos professores de pós-graduação, poucos estudos foram realizados para verificar os fatores de risco psicossociais a que estão submetidos.

A atuação do professor de pós-graduação se faz com um misto de prazer e sofrimento, em que o prazer se dá por meio das atividades de pesquisa, das orientações aos alunos, pela relevância social e reconhecimento, e o sofrimento ocorre por conta da elevada demanda de trabalho, muitas vezes em virtude da competitividade desleal nas relações com os colegas e o cumprimento de indicadores para as avaliações dos programas.

O presente estudo detectou uma alta prevalência de adição ao trabalho em professores que atuam na pós-graduação *stricto sensu*. Identificou-se que, apesar de sobrecarga e horas excedentes de trabalho, o professor da pós-graduação *stricto sensu* tem para si o trabalho não somente como meio para se estabelecer financeiramente, mas como modo de vida e satisfação pessoal.

Cabe ressaltar que o grupo de professores pesquisado é pequeno e heterogêneo, de diferentes áreas do conhecimento, pertencentes a uma instituição confessional, não permitindo generalizações sobre os resultados obtidos.

### Referências

- Carlotto, M.S. (2003). Síndrome de Burnout e gênero em docentes de instituições particulares de ensino. *Revista de Psicologia da UnC*, 1(1):15-23. Disponível em: <http://www.nead.uncnet.br/2009/revistas/psicologia/1/3.pdf>.
- Carlotto, M. S. (2005). *Síndrome de burnout em professores de instituições particulares de ensino*. Tese de doutorado. Universidade de Santiago de Compostela. Faculdade de Psicologia. Departamento de Psicologia Social Santiago de Compostela, Espanha. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1150/115013455006.pdf>
- Carlotto, M. S. (2011). Workaholism and relationship with sociodemographic, work and psychosocial risk factors. *Psico-USF*, Itatiba, vol.16, n. 1. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-82712011000100010](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712011000100010)

- Carlotto, M. S.; Del Libano, M. M. (2010). Tradução, adaptação e exploração de propriedades psicométricas da Escala de Adição ao Trabalho Dutch Work Addiction Scale (DUWAS). *Contextos Clínicos*. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v3n2/v3n2a08.pdf>
- Costa, A. C. (2016). As injunções aos docentes na universidade pública: de intelectuais a trabalhadores polivalentes. *Revista Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci_abstract&tlng=pt)
- Esteve, J. M. (1999). *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. EDUSC: Bauru, SP. ISBN 85-86259-37-3
- Gorgievski, M., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2010). Work engagement and workaholism: Comparing the self-employed and employees on payroll. *The Journal of Positive Psychology*. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439760903509606>
- Hogan, V.; Hogan, M. & Hodgins, M. (2016). *A study of workaholism in Irish academics. Occupational Medicine*;66:460–465. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27170737>
- Killinger, B. (1991). *Workaholic: the respectable addicts*. New York: Simon & Schuster. Recuperado de <https://www.amazon.com/Workaholics-Respectable-Dr-Barbara-Killinger/dp/1552091341>
- Lago, R. R.; Cunha, B. S. & Borges, M. F. S. O. (2015). Percepção do trabalho docente em uma universidade da região Norte do Brasil. *Trab. Educ. Saúde*. Recuperado de <http://dc.doi.org/10.1590/1981-7746-sip00049>
- Moreno-Jiménez, B.; Gálvez-Herrer, M.; Garrosa-Hernández, E. & Rodríguez-Carvajal, R. (2005). *La adicción al trabajo. Psicología Conductual*. Recuperado de <https://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Salud%20Laboral/2005LA-ADICCION-AL-TRABAJO.pdf>
- R Core Team (2017). *R: A language and environment for statistical computing*. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. URL <https://www.R-project.org/>
- Ruza, F. M.; Silva, E. P. (2016). As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? *Revista Subjetividades*, Fortaleza. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso)
- Salanova, M., Del Libano, M., Liorens, S., Schaufeli, W. B.; Fidalgo, M. (2007). *Nota Técnica de Prevención, 759, 22ª Serie*. Instituto Nacional de Seguridad La adicción al trabajo.e Higiene en el Trabajo. Recuperado de <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/752a783/759.pdf>

- Schaufeli, W. B.; Taris, T. W. & Bakker, A. B. (2006). Dr Jekyll or Mr Hyde? On the differences between work engagement and workaholism. In R. J. Burke (Ed.), *Research companion to working time and work addiction* (pp. 193-217). Northampton, MA: Edward Elgar. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/46679884\\_Dr\\_Jekyll\\_or\\_Mr\\_Hyde\\_On\\_the\\_differences\\_between\\_work\\_engagement\\_and\\_workaholism](https://www.researchgate.net/publication/46679884_Dr_Jekyll_or_Mr_Hyde_On_the_differences_between_work_engagement_and_workaholism)
- Schaufeli, W. B.; Taris, T. W.; Bakker, A. B. (2008). It takes two to tango. Workaholism is working excessively and working compulsively. *The long work hour's culture*. Causes, consequences and choices, p. 203-226. Recuperado de <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/304.pdf>
- Schaufeli, W., Shimazu, A. & Taris, T. (2009) Being Driven to Work Excessively Hard the Evaluation of a Two-Factor Measure of Workaholism in the Netherlands and Japan. *Cross-Cultural Research*. Recuperado de <https://doi.org/10.1177/1069397109337239>
- Serva, M.; Ferreira, J. L. O. (2006). O fenômeno *workaholic* na gestão de empresas. *Revista de Administração Pública (RAP)*. Rio de Janeiro. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/2410/241016433002/>
- Shimazu A, Schaufeli W.B. (2009). Is workaholism good or bad for employee well-being? The distinctiveness of workaholism and work engagement among Japanese employees. *Ind Health*. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19834258>
- Taris, T. & Schaufeli, W.B.(2013).Workaholisme [Workaholism]. In W.B. Schaufeli & A.B. Bakker, A.B. (Red.). *De psychologie van arbeid en gezondheid* (pp. 323-334). Houten: Bohn Stafleu van Loghum. Recuperado de <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/397.pdf>
- Taris, T.W. & Schaufeli, W.B. (2007). Workaholisme [Workaholism]. In W.B. Schaufeli & A.B. Bakker (Red.). *De psychologie van arbeid en gezondheid* (pp. 359-372). Houten: Bohn Stafleu van Loghum. Recuperado de <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/278.pdf>

**ARTIGO 3 - ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL  
EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU***

---

## Resumo

**Introdução:** A adição ao trabalho, composta por trabalho excessivo e trabalho compulsivo pode levar ao estresse ocupacional, que é a reação do trabalhador frente às exigências do trabalho, quando são incoerentes as capacidades, recursos ou necessidades do trabalhador, causando danos físicos e emocionais. A literatura nesta área do conhecimento aponta para o fato de que professores fazem parte do grupo de risco para o desenvolvimento de estresse ocupacional. **Objetivo:** Identificar a prevalência de estresse ocupacional e da adição ao trabalho, bem como a possível associação entre os mesmos, em professores da pós-graduação *stricto sensu* de uma instituição de ensino superior privada e confessional da cidade de Campo Grande, MS. **Método:** Trata-se de uma pesquisa exploratório-descritiva, de corte transversal, quantitativa, cuja amostra foi constituída por 34 docentes de pós-graduação *stricto sensu* de uma universidade privada, da cidade de Campo Grande, MS, e que utilizou três instrumentos: (i) Questionário sociodemográfico ocupacional; (ii) *Job Stress Scale* (JSS) e (iii) *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS). **Conclusão:** Obteve-se uma alta prevalência de adição ao trabalho, sem correlação com o estresse ocupacional.

Palavras-chave: Adição ao trabalho. Estresse Ocupacional. Trabalho Docente. Pós-Graduação.

**Work addiction and Occupational Stress among *stricto sensu*  
graduation professors**

**Abstract**

**Introduction:** Work addiction, composed of excessive and compulsive work can lead to occupational stress, which is the worker response to job demands, when the worker capacity, resources or needs are incoherent, causing physical and emotional damages. The literature in this area of knowledge points to the fact that teachers are part of the risk group for the development of occupational stress. **Aims:** The aim of this study is to correlate work addiction as association of occupational stress among *stricto sensu* graduation professors of a private and confessional higher education institution in Campo Grande, MS. **Method:** This is an exploratory-descriptive, cross-sectional, quantitative research, whose sample was constituted of 34 *stricto sensu* graduation professors of a private university in Campo Grande, MS, where the following three instruments were applied: (i) Sociodemographic and Occupational Questionnaire; (ii) Job Stress Scale (JSS) e (iii) Dutch Work Addiction Scale (DUWAS). **Conclusion:** There was a high prevalence to work addiction, without a correlation with occupational stress.

**Keywords:** Work addiction. Occupational stress. Teaching work. Graduation.

## Introdução

Na contemporaneidade, o trabalho docente passa por constantes transformações e ressignificações do papel do professor no processo educativo e formativo. O papel do professor universitário é predominantemente intelectual, tem como produto ideias e teorias, contribuindo para o processo de aprendizagem e formação de pessoas capazes de formar pessoas (Gradella Junior, 2010; Pereira, 2014). O desafio para os professores, em especial os do *stricto sensu*, está na constante produção de conhecimento, rompendo os paradigmas sociais, por meio de uma visão de mundo complexa, elaborada, superior, ressignificando conceitos (Gramsci, 1991).

No modelo contemporâneo de trabalho, o professor pertence à classe trabalhadora, passa por constantes avaliações, responde não só à Instituição de Ensino Superior (IES) a qual está ligado, mas também aos reguladores educacionais (Ministério da Educação - MEC, Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior - CAPES, Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPQ); precisa cumprir os indicadores de desempenho impostos, que nem sempre estão associados aos seus interesses pessoais, fazendo com que perca gradualmente o interesse por produções que não estejam atreladas ao desempenho (Santos, 2004).

Esteve (1999) afirma que as condições do trabalho docente, os baixos salários, as precárias condições de trabalho, a burocratização e rotinas administrativas extenuantes, longa jornada ou dupla jornada de trabalho contribuem para o adoecimento físico e mental dos professores. Evidencia-se a existência de estressores e preditores de adição ao trabalho na natureza do trabalho docente.

A adição ao trabalho é uma patologia desenvolvida gradualmente, caracterizada pela combinação de trabalho excessivo, de ordem comportamental, e trabalho compulsivo, de ordem cognitiva (Carlotto, Wendt, Lisboa & Moraes, 2014; Schaufeli, Taris & Bakker, 2006;

Schaufeli & Shimazu, 2009). O comportamento é avaliado no contexto que ocorre, associando a reação do indivíduo com os estímulos recebidos do ambiente (Araújo & Lotufo Neto, 2015). Em se tratando da relação com o trabalho, o adicto realiza atividades extras além das que lhe são solicitadas, com a crença de alta produtividade e rendimento, o que, ao mesmo tempo, o leva a desenvolver elevados níveis de ansiedade que comprometem a qualidade do resultado entregue e as relações interpessoais laborais (Salanova, Del Libano, Liorens, Schaufeli & Fidalgo, 2007).

O estresse no trabalho, ou estresse ocupacional, atualmente é reconhecido como uma das grandes epidemias em decorrência das relações do trabalho moderno (Houtman, 2008). *O National Institute for Ocupacional Safety and Health* (NIOSH, 1999) define estresse ocupacional como a reação do trabalhador frente às exigências do trabalho, quando incoerentes as capacidades, recursos ou necessidades do trabalhador, causando-lhes danos físicos e emocionais.

Para Karasek e Theörell (1990) o estresse ocupacional é o resultado das tensões geradas pelo ambiente de trabalho e a maneira como o trabalhador lida com as tensões do cotidiano. Esse modelo, Demanda-Controle (D/C), é pautado numa abordagem tridimensional, considerando as seguintes dimensões: (i) demanda psicológica, relaciona-se aos estressores do cotidiano laboral, tais como prazos, relações interpessoais, esforço mental, medo de perder o emprego, turnos alternados; (ii) controle, refere-se ao controle das atividades e uso de habilidades para desenvolver suas atividades; (iii) apoio social, interação útil entre colegas e supervisores. Glina e Rocha (2010) referem que a dimensão apoio social foi acrescentada ao modelo D/C por Johnson, em 1986, considerando que o apoio social pode minimizar, ou mesmo isolar, os estressores. Para investigar o estresse ocupacional, será utilizado o JSS, detalhado posteriormente em Instrumentos.

Existem pesquisas relacionadas à profissão docente (Carlotto, Braun, Rodriguez & Diehl, 2014; Carlotto, Librelotto, Pizzinato & Barcinski, 2012; Gradella Júnior, 2010; Carlotto & Palazzo, 2006), mas observa-se a necessidade de estudar os professores da pós-graduação *stricto sensu*. Segundo a Organização das Nações Unidas (UNESCO, 1998) e a Organização Mundial do Trabalho (OIT, 1984), a profissão docente é considerada uma das mais estressantes. Para Pimenta (2015), além da sobrecarga, o tempo para a qualificação é reduzido, comprometendo o rendimento e a satisfação pessoal.

Diante de tais mudanças, faz-se necessário o desenvolvimento de novas pesquisas relacionadas, em especial com professores de pós-graduação *stricto sensu*, em relação à saúde, para subsidiar ajustes institucionais e possibilitar reflexões para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e fatores psicossociais de proteção.

## **Método**

### **Delineamento e Participantes**

Trata-se de um estudo exploratório-descritivo de corte transversal, misto (quantitativo e qualitativo). Para a análise qualitativa, utilizou-se a metodologia de nuvens de palavras por meio do site <https://www.wordclouds.com>. A amostra foi constituída por um grupo de N= 43 professores dos programas de pós-graduação *stricto sensu* de uma instituição privada, comunitária e confessional, situada na cidade de Campo Grande, MS, Brasil, dos quais, n- 34 responderam à pesquisa voluntariamente. Foram inseridos aqueles com vínculo empregatício com a instituição e que atuam como professor em algum dos programas de pós-graduação *stricto sensu*, estando de acordo com o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) adaptado para a pesquisa *on-line*.

## Instrumentos

Um questionário foi criado especificamente para este estudo, com o objetivo de caracterizar os dados sociodemográficos (idade, sexo, estado civil, relações pessoais, moradia, filhos, formação acadêmica, titulação), ocupacionais (tempo de atividade profissional, tempo de trabalho na instituição, carga horária contratual, realização de outras atividades ocupacionais, quantidade de horas efetivamente trabalhadas), psicossociais (percepção de saúde considerando “sim” ou “não”, ausência no trabalho por doença, percepção da satisfação com a vida utilizando uma escala do tipo *likert* de 5 pontos, variando de 1=nada satisfeito a 5= muito satisfeito, dedicação a *hobbie*, lazer ou prática de esportes).

Como instrumento para verificação da adição ao trabalho, utilizou-se o *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS), em sua versão reduzida, adaptado e traduzido para o português por Carlotto e Del Líbano (2010) com coeficiente Alfa de *Cronbach* de 0,70 para Trabalho Excessivo e 0,74 e Trabalho Compulsivo. A escala tem como objetivo identificar a prevalência de adição ao trabalho, a partir de duas perspectivas: o trabalho compulsivo e trabalho excessivo. Possui 10 questões do tipo *Likert* (1 a 4), que variam entre nunca a todos os dias. Para cada perspectiva são destinadas 5 questões (Carlotto & Del Líbano, 2010).

Para avaliação do estresse ocupacional, utilizou-se a *Job Stress Scale* (JSS), versão adaptada para o português por Alves, Chor, Faerstein, Lopes e Werneck (2004). Essa escala avalia as dimensões demanda e controle no ambiente de trabalho, relacionando-os ao risco de adoecimento, identificando ainda, o apoio social ou não, dos colegas e superiores no local de trabalho. A escala é composta por 17 questões, separadas por 3 dimensões: demanda, controle e apoio social. As respostas são do tipo *Likert* (1 a 4), que variam entre frequentemente e nunca/quase nunca, para as dimensões demanda e controle. Para avaliar a dimensão apoio social, as respostas também estão dispostas em uma escala do tipo *Likert* (1 a 4), com variações

entre concordo totalmente a discordo totalmente (Karasek, Brisson, Kawakami, Houtman, Bongers & Amick, 1998) e valor de consistência interna (alfa de *Cronback*) de 0,79; 0,67 e 0,85 para as dimensões: demanda, controle e apoio social, respectivamente.

### **Procedimentos e Análise**

Para a realização da pesquisa foram respeitadas as normas expressas na Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB).

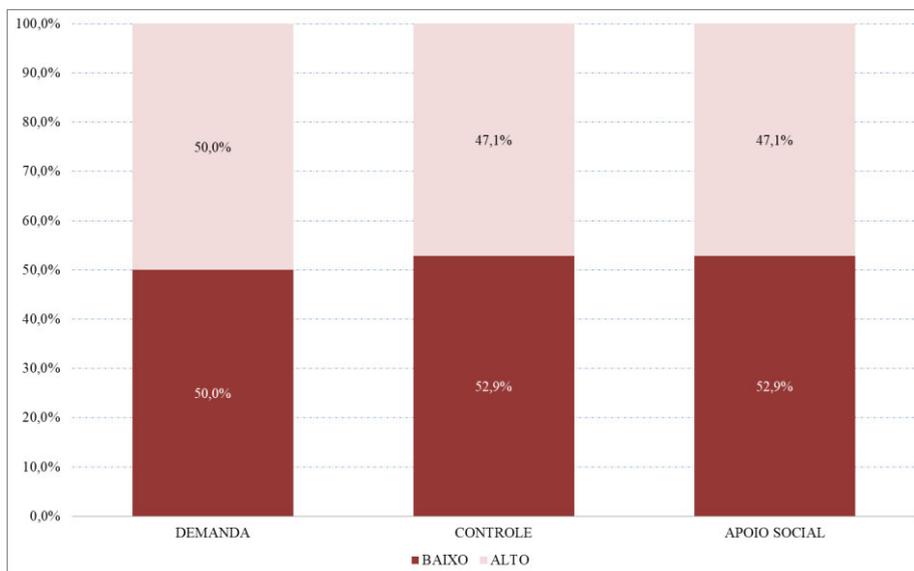
Foi esclarecido ao Reitor, Coordenadores dos Programas e aos sujeitos a natureza da pesquisa, garantindo sigilo sobre os dados coletados. Os participantes foram convidados para participar da pesquisa por *e-mail* e responderam voluntariamente. A coleta de dados foi feita a partir de formulário eletrônico na plataforma *GOOGLE FORMS*.

Os dados obtidos foram ajustados utilizando pacote de planilhas eletrônicas e nas análises estatísticas foi utilizado o *software* livre R, versão 3.4.2 para *Windows* (R, 2017). Para a análise dos dados desta pesquisa foram utilizados os seguintes procedimentos estatísticos: média, mediana, desvio-padrão entre outros, para a construção dos resultados, bem como, tabelas e gráficos-resumo considerando frequências absolutas e relativas. Para análise inferencial utilizou-se alguns testes, tais como a correlação de Pearson para medir a associação entre os dois instrumentos em um nível de significância de  $p < 0,05$ . Foi utilizada ainda a metodologia de nuvens de palavras que evidencia dentro de um texto ou conjunto de texto os termos com maior frequência de repetição, mostrando sua importância para o (s) interlocutor (es).

## Resultados

Participaram do estudo 34 professores da pós-graduação *stricto sensu*. Os participantes da pesquisa são em sua maioria: do sexo feminino (61.8%), casados (64.7%), que mantêm um relacionamento estável com companheiro (a) fixo (a) (82.4%), moram com companheiro (a) e/ou filhos (73,5%), possuem filhos (67.6%), atuam há mais de 25 anos na docência (55.9%).

A aplicação do instrumento JSS demonstrou que a dimensão Demanda apresentou média de 15,5 pontos, a dimensão Controle apresentou média de 20,3 e a dimensão Apoio Social, 20,4 pontos. Adotando essas médias como ponto de corte para resultados alto e baixo das dimensões, pode-se ver na figura 1, que exceto a dimensão Demanda, que se mostrou com divisão de 50%, que a maioria dos professores apresenta percepção de baixo Controle e baixo Apoio Social (Figura 1).



**Figura 1 - Distribuição dos professores segundo a classificação de Demanda, Controle e Apoio Social**

Fonte: Resultado da Pesquisa

Os resultados indicam que a maioria dos professores (29.4%) vivencia trabalho de alta exigência, ou seja, alta demanda e baixo controle (Quadro 1).

<p style="text-align: center;"><b>Trabalho de baixa exigência</b> (Baixa demanda e alto controle)</p> <p style="text-align: center;"><b>26,5%</b> (n= 9)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Trabalho ativo</b> (Alta demanda e alto controle)</p> <p style="text-align: center;"><b>20,6%</b> (n= 7)</p>
<p style="text-align: center;"><b>Trabalho passivo</b> (Baixa demanda e baixo controle)</p> <p style="text-align: center;"><b>23,5%</b> (n= 8)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Trabalho de alta exigência</b> (Alta demanda e baixo controle)</p> <p style="text-align: center;"><b>29,4%</b> (n= 10)</p>

**Quadro 1 - Distribuição dos indivíduos por tipo de trabalho, de acordo com a *Job Stress Scale* (JSS).**

Fonte: Modelo baseado na proposta de Karasek (1979) - Adaptado pelas autoras.

A tabela 1 apresenta os dados obtidos por meio do DWAS relacionados a adição ao trabalho e as dimensões “trabalho excessivo e trabalho compulsivo”, indicando alta prevalência de adictos ao trabalho.

**Tabela 1 – Prevalência das dimensões da adição ao trabalho (n=34)**

	Não adicto		Adicto	
	n	%	n	%
Adição ao Trabalho	29	85,3	5	14,7
Trabalho Compulsivo	29	85,3	5	14,7%
Trabalho Excessivo	29	85,3	5	14,7

Fonte: Resultado da Pesquisa

Observa-se que 14,7% dos professores estudados foram caracterizados como adictos ao trabalho, sendo ainda possível dizer que 14,7%% deles apresenta alto índice na dimensão trabalho compulsivo e 14,7% alto nível na dimensão de trabalho excessivo.

A Tabela 2 apresenta os resultados do JSS, indicando que a dimensão Demanda apresentou média de 15,5 pontos, a dimensão Controle apresentou média de 20,3 e a dimensão

Apoio Social apresentou média de 20,4 pontos. Adotando essa média como ponto de corte para alto e baixo das dimensões, pode-se dizer que, exceto a dimensão Demanda, que se mostrou com divisão de 50%, as demais mostraram que os professores com baixo Controle e baixo Apoio Social representam a maioria da amostra estudada.

**Tabela 2 – Distribuição dos professores segundo a relação entre Controle, Demanda e Apoio Social**

		Demanda		Apoio Social
		Baixo	Alto	
Controle	Baixo	8 (23,5%)	10 (29,4%)	18 (52,9%)
	Alto	9 (26,5%)	7 (20,6%)	16 (47,1%)
Apoio Social		17 (50%)	17 (50%)	

Fonte: Resultado da Pesquisa

É possível perceber que dos professores com Baixa Demanda, 26,5% apresentam Alto Controle, os professores com Alta Demanda, 29,4% apresentaram Baixo Controle. A partir de tais resultados pode-se considerar que a maioria dos professores apresenta um trabalho do tipo: Alta Demanda e Baixo Controle em 29,4% dos casos.

A correlação entre o instrumento DUWAS de adição ao trabalho e o instrumento de estresse JSS mostrou que a associação entre estes pode ser considerada baixa entre os resultados da Adição ao Trabalho com o Controle e desprezível para as relações de Adição ao Trabalho com Demanda e Apoio Social ( $p = 0,2801$ ) e ( $p = -0,2521$ ). Na divisão da adição ao trabalho por fatores, a Demanda apresentou baixa correlação com o fator Trabalho Excessivo ( $p = 0,3580$ ), enquanto que para as demais dimensões a correlação é desprezível (Tabela 3).

**Tabela 3 – Matriz de correlação entre DUWAS e JSS.**

	Adição ao Trabalho	Trabalho Excessivo	Trabalho Compulsivo	Demanda	Controle	Apoio Social
Adição ao Trabalho	1,0000					
Trabalho Excessivo	0,8820	1,0000				
Trabalho Compulsivo	0,8809	0,5540	1,0000			
Demanda	0,2801	0,3580	0,1349	1,0000		
Controle	-0,3143	-0,2931	-0,2600	-0,2071	1,0000	
Apoio Social	-0,2521	-0,2110	-0,2352	-0,1890	0,3350	1,0000

Fonte: Resultado da Pesquisa

Relacionando os dados sociodemográficos com adição ao trabalho, foi possível observar que os professores que são adictos ao trabalho residem com “companheiro(a) e/ou filhos(as)”, sendo esta a condição em que ocorrem os maiores percentuais. Cabe destacar que os professores com adição ao trabalho apresentaram, de forma geral, baixo controle ( $p = 0,8400$ ), baixa demanda ( $p = 0,0271$ ) e baixo apoio social ( $p = 0,4200$ ), conforme mostra a tabela 4.

**Tabela 4 – Correlação do JSS e DWAS com a Questão “Reside com companheiro(a) e/ou filhos”**

		Não adicto		Adicto	
		n	%	n	%
<b>Controle</b>	<b>Baixo</b>	11	78,6	3	21,4
	<b>Alto</b>	9	81,8	2	18,2
<b>Demanda</b>	<b>Baixo</b>	9	64,3	5	35,7
	<b>Alto</b>	11	100,0	0	0,0
<b>Apoio Social</b>	<b>Baixo</b>	8	72,7	3	27,3
	<b>Alto</b>	12	85,7	2	14,3

Fonte: Resultado da Pesquisa

Os resultados da nuvem de palavras apresentam os termos com maior destaque para pontos positivos de se trabalhar na instituição (Figura 2) e, em seguida os pontos negativos (Figura 3).





professores de pós-graduação na UNESP, 69,4% da amostra foi constituída por mulheres (Ruza & Silva, 2016). O predomínio de mulheres na profissão docente é um fenômeno cadenciado, em decorrência de questões históricas da posição da mulher na sociedade (Souto, 2013). Apesar da inserção no mercado de trabalho, as mulheres, além do trabalho, acumulam as responsabilidades familiares o que contribui para o desenvolvimento do estresse e desgaste físico (Souza e Brito, 2012; Garcia, Oliveira & Barros, 2008). Os resultados da presente pesquisa indicam que 61,9% das mulheres apresentam experiência de alta demanda psicológica, corroborando o resultado obtidos por outros autores.

A maioria dos professores é casada (64,7%), mantém um relacionamento estável com companheiro (a) fixo (a) (82,4%), mora com companheiro (a) e/ou filhos (73,5%), possui filhos (67,6%). Na pesquisa realizada na UNESP (Ruza *et al*, 2016), os dados sociodemográficos são relativamente semelhantes, indicando que 57% são casados ou vivem em união estável, 72,2% possuem pelo menos 1 filho. No quesito titulação, é possível observar que 41,2% dos professores têm pós-doutorado, enquanto 58,8% cursaram doutorado. Um outro estudo realizado por Figueiredo (2011) com professores da pós-graduação de bioética em todo o país, indicou que 2% possuem livre docência, existe um número expressivo de professores com mais de uma pós-graduação, 36 (37,50%) têm duas ou mais titulações, sendo 27 (28,12%) com duas pós-graduações (doutorado, pós-doutorado ou livre-docência) e com três ou mais, foram identificados 9 (9,37%) professores.

Santana (2011) em pesquisa sobre risco de doenças cardiovasculares, em professores de pós-graduação de diversas universidades brasileiras, apresenta dados preocupantes relacionados aos afastamentos por este motivo em decorrência de estresse ocupacional, derivado das longas jornadas de trabalho, que excedem a carga horária prevista em contrato, além das inúmeras atividades que esses professores desenvolvem, tais como participação em bancas de avaliação de mestrado e doutorado, congressos e publicações e outros. O estudo

aponta que 96% dos afastamentos ocorridos foram em decorrência de acidentes vasculares cerebrais e doenças coronarianas. Em oposição, em relação ao estresse ocupacional, estudo realizado por Paiva e Saraiva (2005) com professores universitários da região de Belo Horizonte, indica que, apesar dos fatores de risco a que estão expostos, os mesmos apresentam baixo nível de estresse.

Os resultados encontrados neste estudo indicam baixa correlação entre estresse ocupacional e adição ao trabalho, indicando que para essa população, a adição ao trabalho não representa fator de risco para o estresse ocupacional. Esse resultado pode estar relacionado à maneira como os professores percebem o trabalho e o ambiente. O NIOSH (1999) define estresse como a reação negativa do trabalhador frente as situações e atividades do trabalho, uma vez que os professores indicam percepção positiva relacionada ao ambiente de trabalho e as atividades desenvolvidas, a probabilidade de prevalência de estresse ocupacional diminui. Por outro lado, essa percepção positiva e o interesse em desenvolver as atividades com afinco e dedicação, podem contribuir para o desenvolvimento de adição ao trabalho, que está relacionada ao comportamento e crenças do trabalhador (Griffiths, 2011; Hamidizadeh, Hasan & Fatemeh, 2014).

Por se tratar de uma instituição profissional, os resultados podem ser justificados pelo fato de os professores trabalharem pautados em valores humanos, em ambiente acolhedor, direcionados não somente a transmitir conhecimento técnico, mas a formar pessoas com capacidade crítica para pensar e agir com autonomia (Marcondes, Menslin, Ribeiro & Junqueira, 2007). Os dados encontrados a partir da análise das palavras de percepção positiva corroboram a literatura consultada, uma vez que os participantes identificam o ambiente de trabalho e o clima organizacional como positivos, destacando o relacionamento com os colegas. Um ambiente de trabalho saudável, proporciona satisfação e bem-estar, minimizando os riscos de adoecimento e o desenvolvimento de estresse ocupacional (Araújo & Lotufo Neto, 2015).

A exigência pela elevada produtividade, com o objetivo de atender aos requisitos de avaliação dos órgãos reguladores, o relacionamento interpessoal com outros professores deficitário, a alta demanda de atividades extraclasse surgem como fatores de percepção negativa relacionada ao trabalho, se assemelhando a literatura. Tais indicadores são fatores de risco para o desenvolvimento de adição ao trabalho e estresse ocupacional (Esteve, 1999; Ferreira & Klein, 2013; Rodrigues, 2014; Souto, 2013; Maia, 2012; Pimenta, 2015; Ferreira, 2015; Hamidzadeh, *et al*, 2014; Hogan, Hogan & Hodgins, 2016; Ruza & Silva, 2016).

Os professores que residem com filhos e/ou companheiro apresentaram percepção de alta exigência e baixo apoio social o que, segundo Theörel e Karasek (1996), indica que, ao se exporem a esse tipo de experiência de maneira contínua, podem desenvolver fadiga, ansiedade, depressão e dores físicas. Em relação à adição ao trabalho, o adicto apresenta sintomas de estresse e mal-estar psicológico e o baixo apoio social pode contribuir para acelerar o processo de adoecimento (Salanova *et al*, 2007).

Em relação aos professores que moram sozinhos, para a maioria não houve associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo, apresentaram baixa demanda, alto controle e alto apoio social, ou seja, com baixa a prevalência de estresse ocupacional e adição ao trabalho. Parece que, no caso desse segmento da amostra pesquisada, o fato de não terem outros papéis formais como o de pai ou mãe e esposo (a), além do papel profissional, pode ser um preditor positivo de percepção de saúde, contrariando a literatura que indica relacionamentos afetivos e familiares como importante rede de apoio social que contribui para o não adoecimento e a recuperação da saúde (Glina & Rocha, 2010; Salanova *et al*, 2007; Theörel & Karasek, 1996).

Segundo Karasek (1979) a combinação de elevada demanda psicológica e pouco controle sobre as atividades realizadas pode causar danos à saúde. Por outro lado, a escassez de trabalho também pode causar estresse, levando o trabalhador à desmotivação. O grupo de

professores que mora com filhos e/ou companheiros está propenso a desenvolver adição ao trabalho e estresse ocupacional, uma vez que, além de desempenhar suas atividades laborais, se compromete com a família, muitas vezes como provedor, mas mantendo-se alheio e distante da vida familiar. A dedicação excessiva e compulsiva ao trabalho ocorre em decorrência da crença de que não podem perder a renda, por conta do compromisso familiar, fazendo com que se afastem de seus familiares, entrando em processo contínuo de trabalho, ficando expostos a danos à saúde física e mental, comprometendo suas relações interpessoais (Salanova *et al*, 2007).

Para Robinson (1998) existem quatro fatores principais que contribuem para o desenvolvimento de adição ao trabalho ou tornar difícil sua recuperação: (i) ambiente cotidiano/contexto diário (e. g., formação familiar pautada pelo trabalho); (ii) interconexões entre ambientes (e. g., sacrifício em prol de recompensa financeira ou reconhecimento); (iii) vizinhança e comunidade (e. g., estereótipos que apoiam retratos positivos dos adictos) e, (iv) crenças da cultura e sociedade (e. g., uma economia que requer trabalhos por longos períodos para ganhar dinheiro suficiente e manter um padrão de vida confortável). Os professores estudados são em sua maioria *seniores* e trabalham há mais de 25 na carreira docente, pautados em dedicação e trabalho excessivo; essa população pertence à geração que acredita que a competência está atrelada a excesso de trabalho, não se preocupando com os riscos que os comportamentos derivados dessa crença podem representar à saúde (Machlouwitz, 1980).

Estudo realizado com professores universitários irlandeses detectou que a adição ao trabalho é preditora de estresse ocupacional, uma vez que os adictos percebem um aumento da demanda de trabalho e por vezes criam novas tarefas a serem realizadas com a crença de aumento de produção, e essa combinação é devastadora para a saúde mental dos mesmos, levando-os ao desenvolvimento de estresse ocupacional e *burnout* (Hogan *et al*, 2016).

## Conclusão

A subjetividade e autonomia do professor como características do trabalho na instituição estudada, se mantêm e, apesar da constatação da grande prevalência de adictos ao trabalho, não foram encontradas evidências de estresse ocupacional. Ao se considerar as bases teóricas em que este estudo foi assentado, poderia se dizer que os professores ocupam uma categoria de profissionais que sente prazer em realizar suas atividades, logo, fatores como estresse ocupacional ou adoecimento mental não acometeriam esses profissionais, mas essa afirmação estaria equivocada, uma vez que foram identificados fatores de risco para o desencadeamento de estresse ocupacional e transtornos mentais.

Os dados apresentados permitem afirmar que existe uma discordância com relação ao que é proposto pela literatura, que há correlação entre adição ao trabalho e estresse ocupacional, achado não obtido no presente estudo. No caso da população pesquisada, ainda que uma parte seja adicta e com grande volume de trabalho, há a percepção de bem-estar e saúde no trabalho. Por outro lado, se faz necessária uma avaliação das consequências da adição ao trabalho, uma vez que esta é uma patologia e pode desencadear estresse ocupacional e/ou outros prejuízos à saúde física e mental do professor.

A relação familiar apresenta correlação positiva no desenvolvimento da adição ao trabalho e estresse ocupacional, uma vez que aqueles participantes que têm a crença de serem os provedores, tendem a trabalhar não necessariamente pela satisfação e sim pelo retorno financeiro e *status* que o trabalho proporciona, situação que pode levá-los ao sofrimento psíquico e adoecimento mental, comprometendo o próprio trabalho e as relações familiares.

Ressalta-se a necessidade de atenção à questão da adição ao trabalho, pois muitos trabalhadores ainda entendem que o excesso de trabalho e a sobrecarga de tarefas são fundamentais para a competência e produtividade, em especial as gerações acima dos 40 anos.

No entanto, pesquisas revelam que esse comportamento representa sérios riscos à saúde, bem-estar e qualidade de vida.

Percebe-se que os professores da pós-graduação *stricto sensu* da instituição estudada, apresentam elevada satisfação com o trabalho e percepção positiva de saúde. Ressalta-se a necessidade de uma atenção diferenciada a este segmento da amostra estudada, uma vez que o adicto pode desenvolver ansiedade e outros transtornos mentais, como depressão, situação que, quando agravada pode levar a consequências irreversíveis e prejudiciais à vida do professor e à instituição.

O estresse ocupacional relaciona-se ao contexto do trabalho, quando os valores da organização e as exigências das atividades não correspondem ao que o trabalhador pode cumprir. A adição ao trabalho está relacionada a estrutura de personalidade e a maneira como a pessoa lida com as atividades de trabalho. No caso dos professores de pós-graduação, as características do trabalho e a maneira como conduzem suas atividades, predispõem à adição ao trabalho, uma vez que escolhem esse modo de vida, se identificam com a carreira acadêmica e se submetem aos critérios estabelecidos de avaliação. Mesmo não sendo o mais habitual, os professores com doutorado podem optar por atuar na graduação, não desenvolverem pesquisa e obtêm o título para aumentar seus rendimentos, sem preocupação com os critérios de avaliação do PNPG.

A população de estudo foi composta por um grupo heterogêneo em relação a área do conhecimento e tempo de atuação profissional e dessa maneira, os dados obtidos não podem ser generalizados, se limitando ao contexto e realidade da instituição em questão.

Ressalta-se, diante dos achados, a necessidade de desenvolver mais pesquisas sobre o tema junto à população pesquisada, visto que professores de pós-graduação *stricto sensu*, são os produtores do conhecimento, não somente transmissores de informações técnicas, mas

também responsáveis pela formação de mestres, pesquisadores, cientistas, pessoas que formarão pessoas.

### Referências

- Andrade, P. S.; Cardoso, T. A. O. (2012). Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Revista Saúde e Sociedade*. São Paulo, v.21, n.1. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902012000100013](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902012000100013)
- Alves, M. G. M., Chor, D., Faerstein, E., Lopes, C. S. & Werneck, G. L.. (2004). Versão resumida da “job stress scale”: adaptação para o português. *Revista de Saúde Pública*, 38(2), 164-171. <https://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102004000200003>
- Araújo, Á. C., & Lotufo Neto, F. (2014). A nova classificação americana para os transtornos mentais: o DSM-5. *Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva*, 16(1), 67-82. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151755452014000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151755452014000100007&lng=pt&nrm=iso)
- Carlotto, M. S. & Palazzo, L. S. (2006). *Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores*. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>
- Carlotto, M. S.; Braun, A. C.; Rodriguez, S. Y. S. & Diehl, L. (2014). Burnout em professores: diferença e análise de gênero. *Contextos Clínicos*, 7(1), 86-93. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4013/ctc.2014.71.08>
- Carlotto, M. S.; Del Libano, M. M. (2010). Tradução, adaptação e exploração de propriedades psicométricas da Escala de Adição ao Trabalho Dutch Work Addiction Scale (DUWAS). *Contextos Clínicos*. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v3n2/v3n2a08.pdf>
- Carlotto, M. S.; Librelotto, R.; Pizzinato, A. & Barcinski, M. (2012). Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos professores de ensino especial. *Análise Psicológica*, 30(3), 315-327. Recuperado de [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312012000200005&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312012000200005&lng=pt&tlng=pt).
- Carlotto, M. S.; Wendt, G. W.; Lisboa, C. & Moraes, M. A. (2014). Preditores da adição ao trabalho em trabalhadores que utilizam tecnologias de informação e comunicação. *Temas em Psicologia*, 22(2), 377-387. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2014.2-09>
- Esteve, J. M. (1999). *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. EDUSC: Bauru, SP. ISBN 85-86259-37-3

- Ferreira, C. G. (2015). Percepções dos docentes avaliados pela Coordenação de aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES): um estudo sobre o produtivismo acadêmico. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Administração) Universidade Federal Fluminense, Faculdade de Administração e Ciências Contábeis, Programa de Pós-Graduação em Administração, Niterói. Recuperado de <http://www.repositorio.uff.br/jspui/bitstream/1/2415/1/CarlaGuimaraes.pdf>
- Ferreira, M. T. & Klein, S. (2016). Maria Caraméz Carlotto. Veredas da mudança na ciência brasileira: discurso, institucionalização e práticas no cenário contemporâneo. *Tempo Social, revista de sociologia da USP*, São Paulo, v. 28, n. 3. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-20702016000300289&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-20702016000300289&script=sci_arttext)
- Glina, D. M. R. & Rocha, L. E. (2010). *Saúde mental no trabalho: da teoria à prática*. São Paulo: Roca. ISBN 978-85-7241-862-1
- Gradella Júnior, O. (2010). Sofrimento psíquico e trabalho intelectual. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, v.13, n.1. p.133-148. Recuperado de <https://www.revistas.usp.br/cpst/article/view/25743/27476>
- Gramsci, A. (1991). *Maquiavel, a política e o estado moderno*. 8. Ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Griffiths, M.D. (2011). Workaholism: A 21st century addiction. *The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society*, 24, 740-744. Recuperado de <https://thepsychologist.bps.org.uk/volume-24/edition-10/workaholism-%E2%80%9321st-century-addiction>
- Hamidzadeh, A.; Koolivand, H. & Hajkarimi, F. (2014). *Is workaholismo antecedente of burn out? European Journal of Academic Essays* 1(8): 1-9, 2014 ISSN: 2183-1904 Recuperado de <http://euroessays.org/wp-content/uploads/2014/09/EJAE-240.pdf>
- Hogan, V.; Hogan, M. & Hodgins, M. (2016). *A study of workaholism in Irish academics. Occupational Medicine* ;66:460–465. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27170737>
- Houtman, I. (2008). *Sensibilizando sobre el estrés laboral em los pasíses em desarrollo*. Serie protección de la salud de los trabajadores. Organización Mundial de La Salud: Ginebra. Recuperado de [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43770/1/9789243591650\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43770/1/9789243591650_spa.pdf)
- Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285–308. doi: 10.2307/2392498. Recuperado de [https://www.jstor.org/stable/2392498?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/2392498?seq=1#page_scan_tab_contents)
- Karasek, R. A., & Theörell, T. (1990). *Healthy work: stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books.
- Karasek, R. A.; Brisson, C.; Kawakami, N.; Houtman, I., Bongers, P. & Amick, B. (1998). The job content questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. *Journal of Occupational Health Psychology*. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/1076-8998.3.4.322>

- Ma, J. F. (2015). Resenha crítica do livro “Avaliação: políticas educacionais e reformas da educação superior”, de José Dias Sobrinho – para um debate atual da avaliação da educação superior no Brasil. *Atos de Pesquisa em Educação*. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.7867/1809-0354.2015v10n1p339-346>
- Maia, C. S. A. (2012). Impactos da precarização do trabalho sobre professores da pós-graduação da Universidade Federal da Paraíba. Dissertação de mestrado em Administração do Centro de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal da Paraíba (UFPE). Recuperado de <http://tede.biblioteca.ufpb.br/bitstream/tede/3815/1/arquivototal.pdf> Machlowitz, M. (1980). *Workaholics: living with them, working with then*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Marcondes, L. R. L.; Menslin, D. J.; Ribeiro, E. & Junqueira, S. R. A. (2007). *Anais do VII Educere – Congresso Nacional de Educação*. Porto Alegre: Brasil. Recuperado de <http://www.pucpr.br/eventos/educere/educere2007/anaisEvento/arquivos/CI-061-11.pdf>
- Moreno-Jiménez, B.; Gálvez-Herrer, M., Garrosa-Hernández, E. & Rodríguez-Carvajal, R. (2005). La adicción al trabajo. *Psicología Conductual* 13,3, 417-428. Recuperado de <https://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Salud%20Laboral/2005LA-ADICCION-AL-TRABAJO.pdf>
- Nascimento, A. D., & Hetkowski, T. M. (2009). *Educação e contemporaneidade: pesquisas científicas e tecnológicas*. Salvador: EDUFBA. ISBN 978-85-323-0872-1. Recuperado de [https://play.google.com/books/reader?id=uTQnAAAQBAJ&printsec=frontcover&output=reader&hl=pt\\_BR&pg=GBS.PT1](https://play.google.com/books/reader?id=uTQnAAAQBAJ&printsec=frontcover&output=reader&hl=pt_BR&pg=GBS.PT1)
- National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH). (1999). *Stress...at Work. Centers for Disease Control and Prevention, U. S. Department of Health and Human Services*. Publication no. 99-101, 26 p. Recuperado de <https://www.cdc.gov/niosh/docs/99-101/pdfs/99-101.pdf>
- Nené, D. C. (2015). *Preditores de workaholism e seus efeitos no bem-estar e burnout*. Dissertação de mestrado, Psicologia Social e das Organizações, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10400.1/7745>
- Pereira, E. M. A. (2014). A construção do conhecimento na modernidade e na pós-modernidade: implicações para a universidade. *Revista Ensino Superior* n. 14. Recuperado de <https://www.revistaensinosuperior.gr.unicamp.br/artigos/a-construcao-do-conhecimento-na-modernidade-e-na-pos-modernidade-implicacoes-para-a-universidade>
- Pimenta, A. G. (2015). (DES) Caminhos da pós-graduação brasileira; o produtivismo acadêmico e seus efeitos nos professores pesquisadores. Tese do doutorado em Educação da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Recuperado de <http://tede.biblioteca.ufpb.br/bitstream/tede/4823/1/arquivototal.pdf>
- Pinheiro, L. R. S.; Carlotto, M. S. (2016). Relações entre a satisfação com a vida e adição ao trabalho. *Quaderns de Psicologia*. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1340>

- Robinson, B. (1998). *Chained to the desk: a guidebook for workaholism, their partners and children, and the clinicians who treat them*. University Press New York: New York. Recuperado de <https://books.google.com.br/books?id=pJByAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=pt-BR#v=onepage&q&f=false>
- Rodrigues, S. E. C. (2014). A dimensão afetiva nas representações sociais de docentes da pós-graduação em educação. Tese de doutorado em Educação da Universidade Federal do Pará. Recuperado de [http://www.ppped.propesp.ufpa.br/bv/arquivos/File/d14\\_soniaeli.pdf](http://www.ppped.propesp.ufpa.br/bv/arquivos/File/d14_soniaeli.pdf)
- Ruza, F. M.; Silva, E. P. (2016). As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? *Revista Subjetividades*, Fortaleza. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso)
- Santos, L. L. C. P. (2004). Formação de professores na cultura do desempenho. *Educação e Sociedade*. V. 25, n. 89. Recuperado de <http://forumeja.org.br/go/files/1UCIOLA%20IICINIO.pdf>
- Schaufeli, W. B.; Taris, T. W. & Bakker, A. (2006). Dr Jekyll or Mr Hyde? On the differences between work engagement and workaholism. ResearchGate. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/46679884>
- Shimazu, A. & Schaufeli, W.B. (2009). Is workaholism good or bad for employee well-being? The distinctiveness of workaholism and work engagement among Japanese employees. *Industrial Health*. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19834258>
- Soares, J. F. S. (2012). *Distinção empírica entre workaholism e work engagement: sua relação com o bem-estar – um estudo comparativo entre trabalhadores portugueses e japoneses*. Dissertação de mestrado em Psicologia (Psicologia do Trabalho e das Organizações), apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10316/23431>
- Souto, B. L. C. (2013). A dicotômica relação de prazer e sofrimento no trabalho do docente de pós-graduação em universidade pública. Dissertação de mestrado em Psicologia da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Recuperado de <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/22871>
- Souza, A. N. & Leite, M. P. (2011). Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. *Educação & Sociedade*, 32(117), 1105-1121. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.1590/S0101-73302011000400012>
- Spence, J. T., & Robbins, A. S. (1992). Workaholism: Definition, measurement, and preliminary results. *Journal of personality assessment*, 58(1), 160-178. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16370875>

## CONCLUSÃO GERAL DA DISSERTAÇÃO

Essa dissertação, inserida no campo teórico da Psicologia da Saúde Ocupacional teve como principal objetivo identificar a prevalência de adição ao trabalho nos professores de pós-graduação *stricto sensu* e sua correlação com o estresse ocupacional, para que possam ser desenvolvidas ações de prevenção e promoção de saúde entre os professores de pós-graduação *stricto sensu*.

Foram trabalhados dois constructos principais: adição ao trabalho e estresse ocupacional e sua possível correlação. A busca pela conceituação e o aprofundamento teórico realizados, proporcionaram um maior entendimento das causas e consequências da adição ao trabalho e sua possível repercussão na forma de estresse ocupacional.

A apresentação dessa dissertação, em formato de artigos, proporcionou o desenvolvimento e considerações do tema de maneira compartimentalizada, mas conectada, proporcionando uma análise objetiva e mais clara dos resultados relevantes obtidos.

No primeiro artigo é apresentada uma revisão sistemática sobre os temas de estudo, nas principais bases de dados, indicando a não existência de pesquisas correlacionando adição ao trabalho, estresse ocupacional e trabalho docente. A produção encontrada na literatura sobre saúde mental de professor de pós-graduação é incipiente, indicando a relevância de realização de mais pesquisas com esse grupo ocupacional.

A prevalência de adição ao trabalho entre os professores de pós-graduação foi discutida no segundo artigo. A adição ao trabalho, construto ainda considerado controverso, nessa pesquisa é entendida como uma patologia que pode causar danos à saúde física e emocional do indivíduo, bem como, prejuízos para a organização e nas relações daquele acometido. Identificou-se alta prevalência de adictos ao trabalho entre os professores pesquisados neste estudo, existindo, no entanto, baixa prevalência de estresse ocupacional. Os professores mostram-se satisfeitos com a vida e percebem haver saúde e bem-estar. Apesar da sobrecarga de trabalho e atividades extras, os participantes mantêm sua subjetividade e o prazer de exercer a profissão, não pelo reconhecimento, mas pela produção de conhecimento e formação de profissionais diferenciados para o mercado de trabalho.

A correlação entre estresse ocupacional e adição ao trabalho foi abordada no terceiro artigo e os resultados demonstraram que a adição ao trabalho não é preditora de estresse ocupacional nessa população, ou seja, que a experiência de trabalho vivenciada não gera estresse ocupacional. Por outro lado, se a adição ao trabalho for considerada uma patologia, os

resultados são preocupantes, já que as consequências são tão prejudiciais à saúde quanto o estresse ocupacional. A adição ao trabalho está relacionada à estrutura de personalidade do adicto e a maneira como ele lida com o trabalho, já o estresse ocupacional se vincula ao contexto do trabalho. Logo, os resultados encontrados indicam que o ambiente de trabalho nessa instituição é favorável à prevenção de estresse ocupacional, mas o presente estudo evidencia a existência de alta prevalência de adição ao trabalho.

Esta investigação coloca em destaque o plano educacional, baseado no PNPG 2010-2020, pautado no produtivismo para a obtenção de reconhecimento dos órgãos reguladores, proporcionando visibilidade as universidades com melhores pontuações. Por vezes, esse produtivismo pode custar a saúde dos professores, a perda de sua subjetividade e a criatividade no processo de pesquisa, ensino e aprendizagem, essenciais para um trabalho docente e de pesquisa inovador e que seja útil à sociedade.

Como limitação da pesquisa aponta-se o tamanho da amostra, restrita a uma universidade, embora o nível de participação possa ser considerado satisfatório, pois de uma população de 43 participaram 34, o que representa 80% do total de professores da Pós-Graduação *stricto sensu* da instituição. Acrescenta-se que o grupo de professores é heterogêneo, de diferentes áreas do conhecimento e de programas de pós-graduação distintos, dessa maneira, não é possível generalizar os dados obtidos.

Cabe ressaltar que se faz necessário o desenvolvimento de novas pesquisas em relação a adição ao trabalho entendendo-a como uma patologia relacionada ao vício em trabalhar e, assim, subsidiar dados para a elaboração de programas de promoção e prevenção que gerem protocolos de atendimento eficazes e efetivos e que possam contribuir com políticas organizacionais e públicas que minimizem o sofrimento mental dos indivíduos acometidos pela mesma.

## **REFERÊNCIAS DA INTRODUÇÃO**

---

- Alves, M. G. M.; Braga, V. M.; Faerstein, E.; Lopes, C. S. & Junger, W. (2015). Modelo demanda-controle de estresse no trabalho: considerações sobre diferentes formas de operacionalizar a variável de exposição. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Recuperado de [http://www.scielo.br/pdf/csp/v31n1/pt\\_0102-311X-csp-31-01-00208.pdf](http://www.scielo.br/pdf/csp/v31n1/pt_0102-311X-csp-31-01-00208.pdf)
- American Psychological Association – APA (2017). *Addiction*. Recuperado de <http://www.apa.org/topics/addiction/index.aspx>
- Araújo, Á. C., & Lotufo Neto, F. (2014). A nova classificação americana para os transtornos mentais: o DSM-5. *Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva*, 16(1), 67-82. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151755452014000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151755452014000100007&lng=pt&nrm=iso)
- Bakker, A. B., Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Taris, T. W. (2008). Work engagement: An emerging concept in occupational health psychology. *Work & Stress*, 22(3), 187-200. doi: 10.1080/02678370802393649
- Barreto, M. (2009). Saúde Mental e Trabalho: a necessidade da “escuta” e olhar atentos. *Cad. Bras. Saúde Mental*, Vol. 1, n. 1. Recuperado de <http://docplayer.com.br/17949488-Saude-mental-e-trabalho-a-necessidade-da-escuta-e-olharatentos.html>
- Barsotti, P. D. (2011). Produtivismo acadêmico: essa cegueira terá fim? *Educ. Soc.*, Campinas, v. 32. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/es/v32n115/v32n115a20.pdf>
- Borsoi, I. C. F. & Pereira, F. S. (2013). *Professores do ensino público superior: produtividade, produtivismo e adoecimento*. Univ. Psychol. Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/viewFile/6499/5925>
- Brasil. (2010). Ministério da Educação e Cultura. *Plano Nacional de Pós-Graduação – PNPG 2011-2020*. Brasília: CAPES. Recuperado de <http://www.capes.gov.br/plano-nacional-de-pos-graduacao>
- Brito, F. (2016). *Preditores do workaholism e seus efeitos em profissionais da saúde do Hospital Distrital de Faro*. Dissertação de Mestrado. Universidade do Algarve. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais.
- Carlotto, M. S. (2002) A síndrome de burnout e o trabalho docente. *Psicologia em estudo*. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722002000100005&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722002000100005&script=sci_abstract&tlng=pt)
- Carlotto, M. S. (2005) *Síndrome de burnout em professores de instituições particulares de ensino*. Tese de doutorado. Universidade de Santiago de Compostela. Faculdade de Psicologia. Departamento de Psicologia Social Santiago de Compostela, Espanha. Recuperado de

- Carlotto, M. S. (2011). Workaholism and relationship with sociodemographic, work and psychosocial risk factors. *Psico-USF*, Itatiba, vol.16, n. 1. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-82712011000100010](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712011000100010)
- Carlotto, M. S. & Del Líbano, M. M. (2010). Tradução, adaptação e exploração de propriedades psicométricas da Escala de Adição ao Trabalho Dutch Work Addiction Scale (DUWAS). *Contextos Clínicos*. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822010000200008](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822010000200008)
- Carlotto, M. S.; Wendt, G. W.; Lisboa, C. & Moraes, M. A. (2014). Preditores da adição ao trabalho em trabalhadores que utilizam tecnologias de informação e comunicação. *Temas em psicologia*, Ribeirão Preto. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2014000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2014000200010)
- Carlotto, M. S.; Micheletto, M. R. D. (2014) Psicologia da Saúde Ocupacional. *Revista Laborativa*, v. 3, n. 2, p. 64-72. Recuperado de [ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa/article/download/1140/pdf\\_3](http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa/article/download/1140/pdf_3)
- Cassandre, M. P. (2011). A saúde de docentes de pós-graduação em universidades públicas: os danos causados pelas imposições do processo avaliativo. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 11(2), 779-816. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482011000200013&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482011000200013&lng=pt&tlng=pt)
- Clark, M. A. (2016). Workaholism: It's not just long hours on the job. *Psychological Science Agenda*. Recuperado de <http://www.apa.org/science/about/psa/2016/04/workaholism.aspx>
- Costa, A. C. (2016). As injunções aos docentes na universidade pública: de intelectuais a trabalhadores polivalentes. *Trab. Educ. Saúde*. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci_abstract)
- Dal Forno, C.; Kegler, P.; Garcia Grigorieff, A.; De Andrade Terrible, I. (2014). A Adição ao trabalho: uma problematização desde a psicanálise. *VI Congresso Internacional de Investigación y Práctica Profesional em Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores em Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología – Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de <http://www.academia.org/000-035/605>
- Dalagasperina, P.; Monteiro, J. K. (2016). Estresse e docência: um estudo no ensino superior privado. *Revista Subjetividades*, Fortaleza. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rs/v16n1/04.pdf>
- Del Líbano, M.; Liorens, S. & Salanova, M. (2007). Adicción al trabajo: ¿un fenómeno positivo o negativo. *Fórum de Recerca*. Recuperado de <http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi10/psi/13.pdf>
- Esteve, J. M. (1999). *O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores*. EDUSC: Bauru, SP. ISBN 85-86259-37-3

- Filgueiras, Julio Cesar, & Hippert, Maria Isabel Steinherz. (1999). A polêmica em torno do conceito de estresse. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 19(3), 40-51. <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98931999000300005>
- Glina, D. M. R. (2010). Modelos teóricos de estresse e estresse no trabalho e repercussões na vida do trabalhador. In Glina, D. M. R. & Rocha, L. E. org. *Saúde Mental no Trabalho: da teoria à prática*. São Paulo: Roca. ISBN 978-85-7241-862-1
- Gorgievski, M., Bakker, A., & Schaufeli, W. (2010). Work engagement and workaholism: comparing the self-employed and salaried employees. *The Journal of Positive Psychology*, 5(1), 83-96. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439760903509606>
- Griffiths, M.D. (2011). Workaholism: A 21st century addiction. *The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society*, 24, 740-744. Recuperado de <https://thepsychologist.bps.org.uk/volume-24/edition-10/workaholism-%E2%80%9321st-century-addiction>
- Guimarães, L. A. M. (2013). Fatores psicossociais de risco no trabalho. In: Ferreira, J. J., Penido, L. de O. *Saúde mental no trabalho: coletânea do fórum de saúde e segurança no trabalho do estado de Goiás* (pp. 273-282). Goiania: Cir Gráfica.
- Guimarães, L. A. M.; Oliveira, F. F.; Silva, M. C. M. V.; Camargo, D. A.; Rigonatti, L. F. & Carvalho, R. B. (2015). Saúde Mental do Trabalhador e contemporaneidade. In: Guimarães, L. A. M.; Camargo, D. A. & Silva, M. C. M. V. *Temas e Pesquisas em Saúde Mental e Trabalho*. 1. ed. Curitiba: CRV.
- Guimarães, L. A. M. (2013). Fatores psicossociais de risco no trabalho. In: FERREIRA, J. J.; PENIDO, L. O. (coords). *Saúde mental no trabalho: coletânea do fórum de saúde e segurança no trabalho do Estado de Goiás*, Goiás: Cir Gráfica.
- Hamidzadeh, A.; Koolivand, H. & Hajkarimi, F. (2014). *Is workaholismo antecedente of burn out? European Journal of Academic Essays* 1(8): 1-9, 2014 ISSN: 2183-1904 Recuperado de <http://euroessays.org/wp-content/uploads/2014/09/EJAE-240.pdf>
- Heloani, J. R. & Capitão, C. G. (2003). *Saúde mental e psicologia do trabalho*. São Paulo PERSPEC. Recuperado de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-88392003000200011](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-88392003000200011)
- Humphrey, J.H. (1998). *Job Stress*. Needman Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Kaplan, H. I.; Sadock, B. J. & Grebb, J. A. (1997). *Compêndio de Psiquiatria: ciências do comportamento e psiquiatria clínica*. Porto Alegre: Artmed.
- Karasek, R. A., & Theörell, T. (1990). *Healthy work: stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books.
- Killinger, B. (1991). *Workaholic: the respectable addicts*. New York: Simon & Schuster.

- Kyriacou, C. & Sutcliffe, J. (1977). Teacher stress: a review. *Review Educational*. Recuperado de <http://doi.org/10.1080/003191770290407>
- Lago, R. R., Cunha, B. S. & Borges, M. F. S. O. (2015). Percepção do trabalho docente em uma universidade da região Norte do Brasil. *Trab. Educ. Saúde*. Recuperado de <http://dc.doi.org/10.1590/1981-7746-sip00049>
- Levi, L. (2000) Guidance on work-related stress: spice of life or kisses of death? Occupational stress: spice of life or kiss of death? *Health & safety at work*. European Commission. ISBN 92-828-9806-7
- Mendes, A. M. (2008). A organização do trabalho como produto da cultura e da prevenção do estresse ocupacional: o olhar da psicodinâmica do trabalho. In. Tamayo, A. (org.) *Estresse e Cultura Organizacional*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Moreno-Jiménez, B.; Gálvez-Herrer, M., Garrosa-Hernández, E. & Rodríguez-Carvajal, R. (2005). La adicción al trabajo. *Psicología Conductual* 13,3, 417-428. Recuperado de <https://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Salud%20Laboral/2005LA-ADICCION-AL-TRABAJO.pdf>
- National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH). (1999). *Stress...at Work. Centers for Disease Control and Prevention*, U. S. Department of Health and Human Services. Publication no. 99-101, 26 p.
- National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH). (2008). *Exposure to stress? Occupational hazards in hospitals*. Cincinnati, OH: NIOSH. Recuperado de <https://www.cdc.gov/niosh/docs/2008-136/pdfs/2008-136.pdf>
- Nené, D. C. R. (2015). *Preditores do workaholism e seus efeitos no bem-estar e burnout*. Dissertação de Mestrado. Universidade do Algarve. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais.
- Oates, W. (1971). *Confessions of a Workaholic: The Facts about Work Addiction*. New York: World Publishing.
- Organização Internacional do Trabalho. (1984). *A condição dos professores: recomendação internacional de 1966, um instrumento para a melhoria da condição dos professores*. Genebra: OIT/ UNESCO.
- Organization de las Naciones Unidas para la Educacion, la Ciencia y la Cultura - UNESCO. (1998). *Informe mundial sobre la educacion: los docentes y la ensenanza en un mundo en mutation*. 174 p. Madrid: Santillana.
- Peixoto, C. N. (2004). *Estratégias de enfrentamento de estressores ocupacionais em professores universitários*. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis. Recuperado de <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/86975/222007.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Robbins, S. P., (2005), *Comportamento organizacional*. São Paulo: Pearson Prentice Hall,ed.11.
- Robinson, B. (1998). *Chained to the desk: a guidebook for workaholics, their partners and children, and the clinicians who treat them* (2nd ed.). New York: New York University Press.
- Robinson, B. (2000), Workaholism: Bridging the gap Between Workplace, Socio cultural, and Family Research, *Journal of Employment Counseling*, 37(1): 31.
- Ruza, F. M.; Silva, E. P. (2016). As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? *Revista Subjetividades*, Fortaleza. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso)
- Salanova, M., Del Líbano, M., Liorens, S. & Schaufeli, W. B. (2007). *La adicción al trabajo. Nota Técnica de Prevención*, 759, 22ª Serie. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Recuperado de <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/752a783/759.pdf>
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293-315. Recuperado de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/job.248/abstract>
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Salanova, M. (2006). The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national sample. *Educational and Psychological Measurement*, 66, 701–716. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0013164405282471>
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., Van der Heijden, M. M. A., & Prins, J. T. (2009). Workaholism, burnout and well-being among junior doctors: The mediating role of role conflict. *Work & Stress*, 23(2), 155-172. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02678370902834021>
- Schaufeli, W. B., Shimazu, A., & Taris, T. W. (2009). *Being driven to work excessively hard: The evaluation of a two factor measure of workaholism in the Netherlands and Japan*. *Cross-Cultural Research*, 43(4), 320-348. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1069397109337239>
- Schaufeli, W. B., Taris, T. W., & Bakker, A. B. (2006). Dr Jekyll or Mr Hyde? On the differences between work engagement and workaholism. In R. J. Burke (ed.), *Research companion to working time and work addiction*, (pp.193–217). Edward Elgar, Cheltenham. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/46679884\\_Dr\\_Jekyll\\_or\\_Mr\\_Hyde\\_On\\_the\\_differences\\_between\\_work\\_engagement\\_and\\_workaholism](https://www.researchgate.net/publication/46679884_Dr_Jekyll_or_Mr_Hyde_On_the_differences_between_work_engagement_and_workaholism)

- Schaufeli, W.B.; Taris, T. W. & Bakker, A.B. (2008) *It takes two to tango. Workaholism is working excessively and working compulsively. The long work hour's culture. Causes, consequences and choices.* Recuperado de <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/304.pdf>
- Schaufeli, W.B., Bakker, A.B., Van der Heijden, M.M.A. & Prins, J.T. (2009). Workaholism among medical residents: it is the combination of working excessively and compulsively that counts, *International Journal of Stress Management*, Vol. 16 No. 4, pp. 249-72. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/h0044721>
- Schaufeli, W.B., Taris, T.W. & Van Rhenen, W. (2008.), Workaholism, burnout and work engagement: Three of a kind or three different kinds of employee well-being?, *Applied Psychology: An International Review*, 57, 173–203 Recuperado de <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/288.pdf>
- Selye, H. (1976) Forty years of stress research: principal remaining problems and misconceptions. *Can. Med. Assoc. J.* Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1878603/pdf/canmedaj01483-0055.pdf>
- Shimazu, A., & Schaufeli, W. (2009). Is Workaholism Good or Bad for Employee Wellbeing? The Distinctiveness of Workaholism and Work Engagement among Japanese Employees. *Industrial Health*. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19834258>
- Spence, J. T., & Robbins, A. S. (1992). Workaholism: Definition, measurement, and preliminary results. *Journal of Personality Assessment*, 58, 160–178. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16370875>
- Tamayo, M.R.; Guimarães, L.A.M. (2016). Estresse ocupacional e burnout: considerações sobre o diagnóstico organizacional In: Mendonça. H.; Ferreira, M.C.; Neiva, E.R. (Orgs). *Análise e Diagnóstico organizacional: Teoria e Prática*: Editora Vetor, São Paulo, p.295-318.
- Taris, T. W., Schaufeli, W. B., & Verhoeven, L. C. (2005). Workaholism in Netherlands: Measurement and implications for job strain and work-nonwork conflict. *Applied Psychology: An International Review*, 54, 37-60. Recuperado de <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/220.pdf>
- Taris, T. W. & Schaufeli, W. B. (2007). Workaholism. In W. B. Schaufeli & A. B. Bakker (Eds.), *De psychologie van arbeid en gezondheid* (pp. 359-372). Houten, Netherlands: Bohn Stafleu vanLoghum.
- VandenBos, G.R. (2007). *American Psychological Association dictionary of psychology* (1st ed.). Washington, DC: American Psychological Association
- Zanelli, J. C. & SILVA, N. (2012). *Interação humana e gestão: a construção psicossocial das organizações de trabalho*. 1. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo.

## **APÊNDICES**

---

**APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO E OCUPACIONAL  
(QSDO)**

Esta parte do questionário é sobre seus dados pessoais e laborais. Com os dados **NÃO PRETENDEMOS IDENTIFICÁ-LO**. O objetivo é poder agrupar as suas respostas com a de outros profissionais de características similares às suas para ver se estas variáveis influenciam os níveis de estresse percebido.

**DADOS PESSOAIS**

- |   |  |
|---|--|
| <b>1. Sexo</b>                                  | M [ ]<br>F [ ]   |
| <b>2. Idade</b>                                 | _____anos  |
| <b>3. Estado Civil</b>                          | solteiro(a) [ ]<br>casado(a) [ ]<br>separado(a) [ ]<br>viúvo(a) [ ]  |
| <b>4. Relações Pessoais</b>                     | Com companheira(o) fixa(o) [ ]<br>Sem companheiro(a) fixa(o) [ ]   |
| <b>5. Você mora</b>                             | sozinho [ ]<br>com companheiro e/ou filhos [ ]<br>com os pais [ ]<br>os pais (ou um dos pais) moram comigo [ ]<br>com amigos [ ] |
| <b>6. Filho(s)</b>                              | Não [ ] Sim [ ]  |
| <b>7. Se possui filhos, quantos?</b>            | 1 [ ]<br>2 [ ]<br>3 [ ]<br>4 [ ]<br>Mais de 4 filhos [ ]<br>Não tenho filhos [ ]   |
| <b>8. Qual(is) idade(s) de seu(s) filho (s)</b> | _____  |

**DADOS OCUPACIONAIS**

- 9. Remuneração** Até 3 SM [ ] 3 a 6 SM [ ] Mais de 6 SM [ ]
- 10. Graduação** \_\_\_\_\_
- 11. Maior titulação (até pós-doutorado)** \_\_\_\_\_
- 12. Tempo de atuação profissional** Entre 1 mês e 5 anos [ ]  
Entre 5 anos e 1 mês a 10 anos [ ]  
Entre 10 anos e 1 mês a 15 anos [ ]  
Entre 15 anos e 1 mês a 20 anos [ ]  
Entre 20 anos e 1 mês a 25 anos [ ]  
Entre 25 anos e 1 mês a 30 anos [ ]  
Mais de 30 anos [ ]
- 13. Tempo de atuação no local de trabalho** Entre 1 mês e 5 anos [ ]  
Entre 5 anos e 1 mês a 10 anos [ ]  
Entre 10 anos e 1 mês a 15 anos [ ]  
Entre 15 anos e 1 mês a 20 anos [ ]  
Entre 20 anos e 1 mês a 25 anos [ ]  
Entre 25 anos e 1 mês a 30 anos [ ]  
Mais de 30 anos [ ]
- 14. Carga horária semanal** 20 horas [ ]  
30 horas [ ]  
40 horas [ ]
- 15. Possui outra atividade de trabalho** Não [ ] Sim [ ]  
Não possuo outra atividade de trabalho [ ]
- 16. Se possui outra atividade de trabalho, qual a carga horária semanal?** Até 5 horas [ ]  
Até 10 horas [ ]  
Até 15 horas [ ]  
Até 20 horas [ ]  
Até 25 horas [ ]  
Até 30 horas [ ]  
Mais de 30 horas [ ]
- 17. Possui vínculo empregatício? (Contrato de trabalho com a Instituição)** Sim [ ] Não [ ]
- 18. Quantas horas trabalha efetivamente na semana?** \_\_\_\_\_

- |   |  |
|---|--|
| <b>19. Quanto tempo utiliza por dia para deslocar-se de sua casa ao trabalho e de seu trabalho para sua casa?</b> | _____  |
| <b>20. Em geral, se sente saudável?</b>   | Não [ ] Sim [ ]  |
| <b>21. Quantos dias nos últimos 12 meses não trabalhou porque estava doente? (ex.: X dias)</b>                    | _____  |
| <b>22. Quanto se sente satisfeito com sua vida?</b>   | nada satisfeito [ ]<br>pouco satisfeito [ ]<br>nem satisfeito, nem insatisfeito [ ]<br>bastante satisfeito [ ]<br>muito satisfeito [ ] |
| <b>23. Realiza alguma atividade de lazer, esporte, hobby?</b>   | Sim [ ] Não [ ]  |
| <b>24. Se realiza alguma atividade de lazer, esporte, hobby, quantas horas por semana?</b>                        | Até 2 horas [ ]<br>Até 5 horas [ ]<br>Até 10 horas [ ]<br>Irregularmente [ ]<br>Não pratico [ ]  |

**APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)****TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)**

Título do Projeto de Pesquisa: “ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DA PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MS, BRASIL”.

Pesquisadora responsável: Ana Carolina Perroni Lima Morais - UCDB

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Líliliana Andolpho Magalhães Guimarães - UCDB

Considerando as informações constantes nesse e as normas expressas na Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde, consinto, de modo livre e esclarecido, em participar da pesquisa intitulada “ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MS, BRASIL”, na condição de participante, sabendo que:

1. A participação é voluntária e não implica em quaisquer tipos de despesas e/ou ressarcimento financeiro;
2. É garantida sua liberdade de retirada do consentimento e da participação no respectivo estudo a qualquer momento, sem qualquer prejuízo, punição ou atitude preconceituosa;
3. É garantido o anonimato;
4. Os dados coletados só serão utilizados para fins científicos e os resultados coletivos, ou seja, que não identifiquem o respondente de maneira individual, poderão ser veiculados em livros, ensaios e/ou artigos científicos em revistas especializadas e/ou eventos científicos;
5. A pesquisa aqui proposta foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), que a referenda;

**Riscos:** Trata-se de uma pesquisa não invasiva em que possíveis desconfortos (e.g.: aumento do nível de ansiedade) associados às perguntas existentes nos instrumentos aplicados não são comuns, mas podem ocorrer. Neste caso, o profissional responsável pela realização da pesquisa está treinado para o enfrentamento destas situações.

**Benefícios:** Espera-se com esta pesquisa contribuir para aprofundar o conhecimento acerca dos relação que os professores estabelecem com o trabalho e o possível adoecimento. Pesquisar tema relacionado a essa população, instigará a realização para novos estudos e a proposta de soluções preventivas para o adoecimento mental desses indivíduos e daqueles que os cercam.

Pesquisador - Ana Carolina Perroni Lima Morais

Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Mestrado e Doutorado Acadêmico - PPGP

Endereço profissional: Av. Tamandaré, 6.000 - CEP.: 79117-900 - Campo Grande/MS

E-mail: anacarolinaperroni@gmail.com

Tel.: (67)99951-1209

Em caso de reclamação ou qualquer tipo de denúncia sobre este estudo devo ligar para o CEP UCDB (67)3312-3723 ou enviar e-mail para cep@ucdb.br.

Tendo lido os objetivos da pesquisa e as questões éticas envolvidas, você concorda voluntariamente, sem nenhum tipo de obrigação e com o direito de sigilo dos seus dados, de participar da pesquisa?

Sim

## APÊNDICE C – AUTORIZAÇÃO PARA A REALIZAÇÃO DA PESQUISA



### UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO PROGRAMA DE MESTRADO EM PSICOLOGIA

#### AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DE PESQUISA

Declaro que fui informado de forma clara sobre os objetivos e as justificativas da pesquisa intitulada: **“ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DA PÓS-GRADUAÇÃO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PRIVADA, COMUNITÁRIA E CONFESSIONAL NA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MATO GROSSO DO SUL”**. Assim, autorizo a realização do estudo que será feito pelo pesquisadora-mestranda Ana Carolina Perroni Lima Moraes, aluna do Curso de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco – UCDB, sob a orientação da Profª. Drª. Liliana Andolpho Magalhães Guimarães, que compreende a participação voluntária dos professores dos Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* da Instituição. A pesquisadora se compromete a manter sigilo sobre os dados individuais coletados e somente divulgará os resultados grupais obtidos na pesquisa. Autorizo, também, a utilização dos resultados obtidos na pesquisa para uso exclusivo em publicações científicas, tais como artigos, capítulos de livro, livros, apresentação de trabalhos em congressos e similares, sem a identificação do nome da instituição pesquisada e de seus participantes.

  
 Responsável pela Empresa - Pe. Ricardo Carlos  
*Pe. Ricardo Carlos*  
 Reitor  
 Universidade Católica Dom Bosco

  
 Pesquisadora – Ana Carolina Perroni Lima Moraes

Campo Grande, MS. 10 de abril de 2017.

## APÊNDICE D – COMPROVANTE DE ENVIO DO PROJETO NA PLATAFORMA BRASIL

UNIVERSIDADE CATÓLICA  
DOM BOSCO



### COMPROVANTE DE ENVIO DO PROJETO

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MS, BRASIL.

**Pesquisador:** ANA CAROLINA PERRONI LIMA

**Versão:** 1

**CAAE:** 67786417.0.0000.5162

**Instituição Proponente:** Universidade Católica Dom Bosco

#### DADOS DO COMPROVANTE

**Número do Comprovante:** 042269/2017

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

Informamos que o projeto ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MS, BRASIL. que tem como pesquisador responsável ANA CAROLINA PERRONI LIMA, foi recebido para análise ética no CEP Universidade Católica Dom Bosco em 02/05/2017 às 11:20.

**Endereço:** Av. Tamandaré, 6000

**Bairro:** Jardim Seminário

**CEP:** 79.117-900

**UF:** MS

**Município:** CAMPO GRANDE

**Telefone:** (67)3312-3723

**E-mail:** cep@ucdb.br

## APÊNDICE E – COMPROVANTE DE APROVAÇÃO DO PROJETO NA PLATAFORMA BRASIL

ANA CAROLINA PERRONI LIMA - Pesquisador | V3.2

Cadastros Sua sessão expira em: 39min 28

---

DETALHAR PROJETO DE PESQUISA 

**— DADOS DA VERSÃO DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** ADIÇÃO AO TRABALHO E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFESSORES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CAMPO GRANDE, MS, BRASIL.  
**Pesquisador Responsável:** ANA CAROLINA PERRONI LIMA  
**Área Temática:**  
**Versão:** 1  
**CAAE:** 67786417.0.0000.5162  
**Submetido em:** 02/05/2017  
**Instituição Proponente:** Universidade Católica Dom Bosco  
**Situação da Versão do Projeto:** Aprovado  
**Localização atual da Versão do Projeto:** Pesquisador Responsável  
**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio



Comprovante de Recepção:  PB\_COMPROVANTE\_RECEPCAO\_911646

**ANEXOS**

---

**ANEXO A - JOB STRESS SCALE (ESCALA DE ESTRESSE NO TRABALHO)**

Responda as perguntas a seguir marcando a alternativa que melhor define o seu sentimento em relação ao item perguntado.

**1- Com que frequência você tem que fazer suas tarefas de trabalho com muita rapidez?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**2- Com que frequência você tem que trabalhar intensamente (isto é, produzir muito em pouco tempo)?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**3- Seu trabalho exige demais de você?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**4- Você tem tempo suficiente para cumprir todas as tarefas do seu trabalho?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**5- O seu trabalho costuma lhe apresentar exigências contraditórias ou discordantes?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**6- Você tem possibilidade de aprender coisas novas através de seu trabalho?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**7- Seu trabalho exige muita habilidade ou conhecimentos especializados?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**8- Seu trabalho exige que você tome iniciativas?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**9- No seu trabalho, você tem que repetir muitas vezes as mesmas tarefas?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**10- Você pode escolher COMO fazer o seu trabalho?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**11- Você pode escolher O QUE fazer no seu trabalho?**

1.  Frequentemente
2.  Às vezes
3.  Raramente
4.  Nunca ou quase nunca

**12- Existe um ambiente calmo e agradável onde trabalho.**

1.  Concordo totalmente
2.  Concordo mais do que discordo
3.  Discordo mais do que concordo
4.  Discordo totalmente

**13- No trabalho, nos relacionamos bem uns com os outros.**

1.  Concordo totalmente
2.  Concordo mais do que discordo
3.  Discordo mais do que concordo
4.  Discordo totalmente

**14- Eu posso contar com o apoio dos meus colegas de trabalho.**

1.  Concordo totalmente
2.  Concordo mais do que discordo
3.  Discordo mais do que concordo
4.  Discordo totalmente

**15- Se eu não tiver um bom dia, meus colegas me compreendem.**

1.  Concordo totalmente
2.  Concordo mais do que discordo
3.  Discordo mais do que concordo
4.  Discordo totalmente

**16- No trabalho, eu me relaciono bem com meus chefes.**

1.  Concordo totalmente
2.  Concordo mais do que discordo
3.  Discordo mais do que concordo
4.  Discordo totalmente

**17- Eu gosto de trabalhar com meus colegas.**

1.  Concordo totalmente
2.  Concordo mais do que discordo
3.  Discordo mais do que concordo
4.  Discordo totalmente

**ANEXO B - DUTCH WORK ADDICTION SCALE (ESCALA HOLANDESA DE  
ADIÇÃO AO TRABALHO)**

As afirmações abaixo dizem respeito a como você se sente em seu trabalho. Por favor, leia cada uma delas atentamente e marque com a escala correspondente a frequência de seus sentimentos.

**1. Parece que estou numa corrida contra o relógio**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**2. Muitas vezes me dou conta que estou trabalhando depois que meus companheiros já pararam de trabalhar**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**3. Para mim é importante trabalhar duro, inclusive quando não desfruto do que estou fazendo**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**4. Geralmente estou ocupado, tenho muitos assuntos sob meu controle**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**5. Sinto que há algo dentro de mim que me impulsiona a trabalhar duro**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**6. Dedico mais tempo ao trabalho do que estar com meus amigos, ter *hobbies* ou fazer atividades que me dão prazer**

- Nunca

- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**7. Sinto-me culpado quando não estou trabalhando em alguma coisa**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**8. Quando me dou conta, estou fazendo duas ou três coisas ao mesmo tempo, como comer, tomar notas e falar ao telefone**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**9. Sinto-me culpado quando tenho um dia mais livre no trabalho**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

**10. É difícil relaxar quando não estou trabalhando**

- Nunca
- Às vezes
- Quase Sempre
- Todos os dias

