



**UNIVERSIDADE FEDERAL  
DE ALAGOAS**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA  
MESTRADO EM PSICOLOGIA**

**ESTRESSE E BEM/MAL-ESTAR NO CONTEXTO PANDÊMICO: ESTUDO COM  
PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

**LEONITA CHAGAS DE OLIVEIRA**

**MACEIÓ**

**2022**



**UNIVERSIDADE FEDERAL  
DE ALAGOAS**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA  
MESTRADO EM PSICOLOGIA**

**ESTRESSE E BEM/MAL-ESTAR NO CONTEXTO PANDÊMICO: ESTUDO COM  
PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

**LEONITA CHAGAS DE OLIVEIRA**

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Alagoas, como requisito para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia.

Orientador. Prof. Dr. Leogildo Alves Freires.

Linha de Pesquisa: Processos Psicossociais

**MACEIÓ**

**2022**

**Catálogo na Fonte**  
**Universidade Federal de Alagoas**  
**Biblioteca Central**  
**Divisão de Tratamento Técnico**

Bibliotecária: Taciana Sousa dos Santos – CRB-4 – 2062

- O48e Oliveira, Leonita Chagas de.  
Estresse e bem/mal-estar no contexto pandêmico: estudo com professores universitários / Leonita Chagas de Oliveira. – 2022.  
138 f. : il.
- Orientador: Leogildo Alves Freires.  
Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Alagoas.  
Instituto de Psicologia. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Maceió, 2022.
- Inclui bibliografias.  
Anexos: f. 117-138.
1. Estresse acadêmico. 2. Professores universitários. 3. Covid-19 (Pandemia). I. Título.

CDU: 159.944

À minha vó Anita Barbosa de Oliveira (*in memoriam*), que estarás sempre viva, a cada dia, em meu coração. À minha mãe Maria Chagas e ao meu pai Valdomiro José, por terem me proporcionado as melhores condições possíveis para estudar. Aos demais familiares e amigos pelo incentivo e apoio.

"Medo é necessário, faz sentido. Só não dá para ter medo de ter medo, paralisar e deixar as histórias passarem sem encontrar quem as conte (...). Por mais que você escolha não viver, a vida te agarra em alguma esquina (...)."

Eliane Brum

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, que em todos os momentos da minha vida foi e sempre será a minha força e a minha luz.

Agradeço aos meus pais, Maria e Valdomiro, que torcem e apoiam os meus sonhos e vibram por cada vitória conquistada. Sou imensamente grata e feliz por tê-los em minha vida. Obrigada pelo amor incondicional de vocês. Obrigada por acreditar em mim. Amo vocês!

Agradeço aos meus irmãos Luana, Géssica, Alex, Alexsandra e Aparecida pelo apoio.

Agradeço à minha vizinha amada, Dona Anita, que acreditou e apoiou as minhas escolhas, ajudando como podia para chegar até aqui. Serei eternamente grata!

Agradeço a todos da minha família, que torcem e acreditam em mim, obrigada pelo carinho!

Ao meu orientador Leogildo, uma pessoa com sabedoria e humildade admirável, seu apoio e a sua leveza foi essencial para que eu pudesse continuar no mestrado diante de uma pandemia. Obrigada por contribuir na realização do meu sonho!

Aos meus colegas do Grupo de Pesquisa do Laboratório Alagoano de Psicometria e Avaliação Psicológica (LAPAP) pelo apoio e contribuição. Aos meus colegas de mestrado, que mesmo à distância, houve trocas, incentivos e afetos. Foi uma experiência incrível!

À Gleice Kelly, Larisse, Matheus e Hericles que me acompanharam desde o início desta trajetória, e demais amigos e colegas que me apoiaram, incentivaram e torceram por mim.

Um agradecimento especial para meu companheiro, namorado, amigo e confidente Jhon, obrigada pelas palavras de carinho, incentivo e apoio, por acreditar e torcer por mim.

Obrigada a todos!

OLIVEIRA, L.C. **Estresse e bem/mal-estar no contexto pandêmico: estudo com professores universitários**. 2022. 143 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia)- Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2022.

## RESUMO

A presente dissertação teve como objetivo geral analisar o estresse acadêmico e bem/mal-estar em professores universitários. Para tanto, foram elaborados três artigos. No *Artigo I* foi realizada uma revisão integrativa da literatura sobre instrumentos psicométricos utilizados para avaliação do estresse no contexto acadêmico entre 2010 e 2021, identificando a fidedignidade e validade de cada instrumento. Seguindo o método PRISMA, os resultados apontaram 106 estudos elegíveis, destes, foram identificados 26 instrumentos psicométricos. Pode-se concluir que, com exceção de um, todos os instrumentos mostraram evidências psicométricas aceitáveis dentro dos padrões analisados, além disso, foi possível notar a escassez de instrumentos psicométricos que avaliassem o estresse no âmbito da docência, tendo um campo de avaliação mais direcionado aos estudantes. O *Artigo II*, de caráter empírico e quantitativo, objetivou adaptar a Escala de Estresse Acadêmico (EEA-D) para o contexto docente, avaliando as suas propriedades psicométricas. Realizaram-se duas etapas. Na Etapa I participaram 210 docentes universitários com idade média de 42 anos (DP=9) de instituições públicas e privadas. Neste primeiro momento, os participantes responderam a versão preliminar da EEA-D e um questionário sociodemográfico. Os resultados indicaram uma estrutura unidimensional para a referida escala, apresentando índices de confiabilidade e de parâmetros de discriminação e dificuldade satisfatórios. Já na Etapa II, contou-se com a participação de 257 docentes universitários com idade média de 45,41 anos (DP=11,02). Neste momento foi aplicada a versão final da EEA-D juntamente com o questionário para caracterizar a amostra. Os principais resultados confirmaram o modelo estrutural da EEA-D em um único fator, podendo concluir que a versão EEA-D reúne boas evidências de validade de construto e de precisão, tornando-se útil para medir o estresse acadêmico em docentes universitários. Por fim, o *Artigo III* consiste em uma pesquisa mista (quanti-qualitativa), de corte transversal, de caráter descritivo e correlacional, cujo objetivo foi investigar os preditores e correlatos do estresse acadêmico e bem/mal estar em professores universitários durante a pandemia de COVID-19. Além disso, buscou-se identificar os principais aspectos estressores vivenciados pelos docentes e as estratégias de enfrentamento. Participaram desta pesquisa 257 docentes universitários com idade média de 45,41 anos (DP=11,02). Os participantes responderam ao questionário sociodemográfico e os seguintes instrumentos: Escala de Estresse Acadêmico versão para os docentes (EEA-D); Escala de Estresse Percebido (EEP); Escala de Medo da COVID-19 (EMC-19); Escala de ansiedade-traço e estado (IDATE T e E); Escala de Esperança Disposicional (EED) e a Escala de Satisfação com a Vida (ESCV). Dente os resultados apresentados, identificou-se “medo moderado” da COVID-19 (M= 20,36; DP= 6,06), grau médio de ansiedade-traço (M= 46,89; DP= 7,43) e alto grau de ansiedade-estado (M= 50,12; DP=6,53) na amostra estudada. Na EEA, os docentes apresentaram média de 42,79 (DP= 12,37), EEP média de 46,89 (DP= 7,43), ESCV média de 25,35 (DP= 6,43) e na EED a média de 46,27 (DP= 4,75), ambas com pontuações acima da mediana de suas respectivas escalas. Além disso, houve correlações positivas entre parentalidade com esperança disposicional ( $r= 0,137$ ,  $p= 0,028$ ) e satisfação com a vida ( $r= 0,247$ ,  $p < 0,0001$ ), isto é, docentes universitários que são mães/pais, têm maiores índices de satisfação com a vida e esperança. Em relação ao modelo de mediação, pode-se constatar que o estresse acadêmico está diretamente relacionado a maiores níveis de ansiedade  $\beta= 0,1886$  (95%IC = 0,11 a 0,26). Na análise qualitativa, foi possível obter três classes do conteúdo de acordo com os discursos dos participantes, categorizados em

“impacto da pandemia no âmbito acadêmico, familiar, financeiro e político” (39,72% UCEs) e “trabalho remoto emergencial” (35,51% UCEs) como desencadeador do estresse e na classe 3 organizou palavras que representam “estratégias de enfrentamento ao estresse” (24,77% UCEs). Neste sentido, assistir (filmes e séries), ter momentos de lazer e uma boa alimentação foram as estratégias mais utilizadas. Ressalta-se que os resultados de cada artigo traz uma discussão a partir do referencial teórico de forma individual. Posteriormente, foi realizada uma discussão geral acerca dos três artigos à luz da literatura existente sobre a temática. Estima-se que os objetivos propostos em cada artigo foram alcançados, permitindo conhecer o panorama da saúde mental dos docentes universitários durante a Pandemia de COVID-19, disponibilizando-se de uma medida de avaliação do estresse acadêmico.

**Palavras-chave:** Estresse. Professores Universitários. Pandemia. COVID-19.

# STRESS AND WELL-BEING IN THE PANDEMIC CONTEXT: A STUDY WITH UNIVERSITY TEACHERS

## ABSTRACT

The present thesis, divided into three separate studies, intends to analyze academic stress and well-being in university teachers. The first publication consists of a systematic review of psychometric instruments used to evaluate stress in the academic context published between 2010 and 2021 and identifies each instrument's validity and fidelity. The analysis following the PRISMA method pointed to 26 instruments described in 106 publications and all but one of them showed acceptable psychometric evidence. Additionally, a scarcity of publications on the teaching community was observed, since most studies focused on students. The second publication aimed to adapt the Academic Stress Scale (EEA-D in Portuguese) for teachers, evaluating its psychometric evidence. The study comprised two phases. The first phase had 210 participants averaging 42 years old ( $SD=9$ ), from public and private institutions. These participants answered a preliminary version of the EEA-D and a sociodemographic questionnaire. The scale presented a unidimensional structure, with high indexes of confiability and satisfactory discrimination and difficulty parameters. In phase II, 257 participants averaging 45.41 years old ( $SD=11.02$ ) were included. They received the final version of the EEA-D and the sociodemographic questionnaire. The results confirmed the structural model of the EEA-D in a single factor, with satisfactory construct validity and precision, thus proving itself suitable to measure academic stress in university teachers. The third publication aimed to investigate the predicting and correlated factors associated with stress and well-being in university teaching staff during the COVID-19 pandemics. Beyond this, the main stressors and coping strategies were also explored. This study included 257 teachers averaging 45.41 years old ( $SD=11.02$ ). The participants answered the following instruments: the teacher's adaptation of the Academic Stress Scale (EEA-D); Perceived Stress Scale (PSS); Fear of COVID Scale (FCS); both State and Trait Anxiety Scales (STAI); Adult Dispositional Hope Scale (ADHS); and Satisfaction with Life Scale (LWLS), in addition to a sociodemographic questionnaire. The results indicated a moderate fear of COVID ( $M= 20,36$ ;  $SD= 6,06$ ), intermediate levels of trait anxiety ( $M= 46,89$ ;  $SD= 7,43$ ), and high levels of state anxiety ( $M= 50,12$ ;  $SD=6,53$ ). The group of teachers displayed a mean of 42.79 ( $SD=12.37$ ) on the EEA-D scale, mean PSS of 46.89 ( $SD=7.43$ ), mean LWLS of 25.35 ( $SD=6.43$ ), and mean ADHS of 46.27 ( $SD=4.75$ ), with all of them scoring higher than the median values of the respective scales. Beyond this, there was a positive correlation between parentality and dispositional hope ( $r= 0.137$ ,  $p= 0.028$ ) and life satisfaction ( $r= 0.247$ ,  $p < 0.0001$ ). Through the mediation model, it was possible to deduce that academic stress is directly linked to higher levels of anxiety ( $\beta= 0.1886$ ;  $95\%CI = 0.11$  a  $0.26$ ). The quantitative analysis established three content classes according to the participants' discourse, two of them were identified as stress triggers, namely "impact of the pandemics on the academic, family, financial and political scopes" (39.72% ECUs) and "emergency remote work" (35,51% ECUs). Conversely, the third class contained words that represented "strategies to coping with stress" (24.77% ECUs). In this sense, watching movies and TV series, leisure moments and good eating habits were the most common strategies. The results of each study are discussed individually and collectively in a general discussion at the end of the thesis. The goals proposed for each study were met, which allows a better understanding of the mental health paradigm for university teachers during the COVID-19 pandemics and sharing a way to measure academic stress in this group.

**Keywords:** Stress. University Professors. Pandemic. COVID-19.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

### **ARTIGO I- Estresse no contexto acadêmico: revisão integrativa de instrumentos psicométricos**

Figura 1- Fluxograma utilizado para a seleção dos estudos (PRISMA).....26

### **ARTIGO II- Escala de Estresse Acadêmico: evidências de validade e precisão no contexto docente**

Figura 1- Curva de Característica do Item da EEA-D.....50

Figura 2- Estrutura Fatorial da EEA-D.....52

Figura 3- Mapa dos itens da EEA-D.....53

### **ARTIGO III- Correlatos e Preditores do Estresse Acadêmico e Bem/Mal-estar na universidade: um estudo com docentes na pandemia de COVID-19**

Figura 1- Análise de Mediação .....80

Figura 2- Classificação Hierárquica Descendente (CHD) com plotagem de nuvem de palavra .....81

## LISTA DE TABELAS

### **ARTIGO I- Estresse no contexto acadêmico: revisão integrativa de instrumentos psicométricos**

Tabela 1-Instrumentos psicométricos identificados nos estudos..... 27

Tabela 2- Instrumentos de avaliação de estressores específicos no contexto universitário. .... 29

### **ARTIGO II- Escala de Estresse Acadêmico: evidências de validade e precisão no contexto docente**

Tabela 1- Estrutura fatorial e parâmetros de resposta dos itens da EEA-D  
.....49

### **ARTIGO III- Correlatos e Preditores do Estresse Acadêmico e Bem/Mal-estar na universidade: um estudo com docentes na pandemia de COVID-19**

Tabela 1- Perfil socioeconômico da amostra  
.....67

Tabela 02. Médias entre os indicadores de bem e mal-estar e variáveis socioeconômicas.....73

Tabela 03- Análise de correlação de *Pearson*.....77

## LISTA DE SIGLAS

- AERA- American Educational Research Association
- AFC- Análise Fatorial Confirmatória
- AFE- Análise Fatorial Exploratória
- ANVISA- Agência Nacional de Vigilância Sanitária
- APA- American Psychological Association
- BES- Bem-estar subjetivo
- BVS- Biblioteca Virtual de Saúde
- CC- Confiabilidade Composta
- CEP- Comitê de Ética em Pesquisa
- CFI- Comparative Fit Index
- CHD- Classificação Hierárquica Descendente
- CNS- Conselho Nacional de Saúde
- COVID-19- Coronavirus Disease 2019
- DeCS- Descritores em Ciências da Saúde
- EC- Evidência Baseada no Conteúdo
- ECT- Evidência Baseada nas Consequências da Testagem
- EEA- Escala de Estresse Acadêmico
- EED- Escala de Esperança Disposicional
- E EI- Evidência Baseada na Estrutura Interna
- EEP- Escala de Estresse Percebido
- EET- Escala de Estresse no Trabalho
- EMC-19- Escala de Medo da COVID-19
- EPR- Evidência Baseada no Processo de Resposta
- ESCV- Escala de Satisfação com a Vida
- EVE- Evidência Baseada em outras Variáveis Externas

IDATE- Escala de Ansiedade Traço e Estado

IES- Instituição de Ensino Superior

INEP- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira

IRAMUTEQ- Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires

KMO- Kaiser-Meyer-Olkin

LILACS- Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

MEC- Ministério da Educação

NCME- National Council on Measurement Education

PICO- population, intervention, comparison e outcomes

PRISMA- Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses

RMSEA- Root Mean Square Error Approximation

SARS-coV-2- Severe acute respiratory syndrome virus 2

SciELO- Scientific Electronic Library Online

SRMR- Standardized Root Mean Square Residual

ST- Segmentos de Texto

TCLE- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TCT- Teoria Clássica dos Testes

TLI- Tucker-Lewis Index

TRI- Teoria de Resposta ao Item

UCE- Unidades de Contexto Elementar

UCI- Unidade de Contexto Inicial

UFAL- Universidade Federal de Alagoas

WHO- World Health Organization

WLSMV- Weighted Least Squares Means and Variance Adjusted

## SUMÁRIO

---

|   |    |
|---|----|
| <b>1. APRESENTAÇÃO</b> .....  | 15 |
| <b>2. ARTIGO I</b> .....  | 19 |
| Estresse no contexto acadêmico: revisão integrativa de instrumentos psicométricos.....    | 19 |
| Resumo .....  | 19 |
| Introdução.....   | 21 |
| Método.....   | 23 |
| Resultados e Discussão.....   | 25 |
| Considerações Finais .....  | 33 |
| Referências .....   | 35 |
| <b>3. ARTIGO II</b> .....   | 42 |
| Escala de Estresse Acadêmico: evidências de validade e precisão no contexto docente ..... | 42 |
| Resumo .....  | 42 |
| Introdução.....   | 44 |
| Estudo I- Propriedades psicométricas preliminares da EEA .....                            | 47 |
| Método.....   | 47 |
| Participantes .....   | 47 |
| Instrumentos .....  | 47 |
| Procedimentos .....   | 48 |
| Coleta de dados.....  | 48 |
| Análise de Dados .....  | 48 |
| Resultados.....   | 49 |
| Estudo II- Propriedades psicométricas confirmatórias da EEA-D .....                       | 51 |
| Método.....   | 51 |
| Participantes .....   | 51 |
| Instrumentos .....  | 51 |
| Procedimentos .....   | 51 |
| Análise de Dados .....  | 51 |
| Resultados.....   | 52 |
| Discussão .....   | 53 |
| Considerações Finais .....  | 55 |
| Referências .....   | 56 |
| <b>4. ARTIGO III</b> .....  | 62 |

|   |            |
|---|------------|
| Correlatos e Preditores do Estresse Acadêmico e Bem/Mal-estar na universidade: um estudo com docentes na pandemia de COVID-19 ..... | 62         |
| Resumo .....  | 62         |
| Introdução .....  | 64         |
| Método.....   | 67         |
| Participantes .....   | 67         |
| Procedimento .....  | 70         |
| Análise de Dados .....  | 70         |
| Discussão .....   | 84         |
| Considerações Finais .....  | 91         |
| <b>5. DISCUSSÃO GERAL.....</b>  | <b>104</b> |
| <b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>  | <b>110</b> |
| <b>7. ANEXOS .....</b>  | <b>117</b> |

## 1. APRESENTAÇÃO

O estresse é o resultado de um desequilíbrio entre demandas e recursos internos disponíveis no indivíduo frente às situações ameaçadoras, provocando reações físicas e psíquicas (FOLKMAN; LAZARUS, 1984) e está presente em todos os ambientes, inclusive na esfera educacional. O estresse é uma condição inevitável da vida e ocorre quando o indivíduo é submetido às diversas demandas, havendo uma extrapolação da sua capacidade de lidar com o excesso de atividades (HAIDAR *et al.*, 2018).

Em relação ao estresse acadêmico, define-se como uma reação aos estímulos e situações acadêmicas que desencadeiam respostas emocionais, cognitivas, comportamentais e fisiológicas (GARCÍA; ZEA, 2011). No contexto acadêmico, o estresse pode impactar negativamente a vida do sujeito, gerando prejuízos no funcionamento cognitivo, desempenho, memória e concentração. Em longo prazo, os efeitos do estresse podem se estender para diversas áreas da vida do sujeito, podendo causar baixa produtividade, cansaço constante, sono irregular, desmotivação, baixa autoestima, além de desencadear algumas doenças como depressão, diabetes e hipertensão, dentre outras (ARCHANJO; ROCHA, 2019).

Embora as reações de estresse sejam naturais e essenciais para a sobrevivência do indivíduo, às vezes, quando em excesso, podem prejudicar o funcionamento do indivíduo, tanto no sistema orgânico como o psicológico (ARALDI-FAVASSA; ARMILIATO; KALININE, 2005). Sendo assim, o estresse pode ser considerado como um fator prejudicial à saúde e ao bem-estar das pessoas, podendo interferir nas respostas mais adequadas e esperadas em determinadas situações (SANTOS *et al.*, 2017).

Segundo Herman *et al.*, (2020), docentes, em geral, enfrentam diversas demandas ao interagir com estudantes, pais, colegas e/ou colaboradores (as), e todas essas demandas podem contribuir para o desencadeamento do estresse. Estudo realizado em universidades privadas de Porto Alegre/RS relata que as principais fontes de estresse no trabalho docente são relacionadas à sobrecarga de trabalho, interferindo, de forma negativa, a vida pessoal desses profissionais (DALAGASPERINA; MONTEIRO, 2016). Além disso, em um estudo realizado nos Estados Unidos por Herman, Hickmon-Rosa e Reinke (2018), foi verificado que 93% dos professores avaliados apresentaram altos níveis de estresse.

Sabe-se que o estresse percebido e sua manifestação prolongada têm outras implicações que vão além do âmbito físico e emocional. O estresse pode comprometer o processo de viver e o adoecer humano, como a qualidade de vida, a saúde individual e coletiva e o sentimento de bem-estar (LIPP, 2001). Contudo, é importante destacar que o

impacto do estresse acontece de forma diferente para cada indivíduo, em relação à resposta ao estímulo estressor, sendo negativa ou positiva e quanto à forma como ele reconhece o estresse.

Desta forma, dois/duas professores (as) podem perceber as mesmas características ambientais, no entanto, a sua adaptabilidade a esses desafios pode levar a distintas experiências de estresse e, por fim, a diferentes consequências (TRAVERS, 2017). Assim, um aspecto estressor pode ser avaliado e vivenciado por uma pessoa com satisfação, alegria, enquanto para outro indivíduo, este mesmo estressor, pode ser vivenciado com sofrimento (ARALDI-FAVASSA; ARMILIATO; KALININE, 2005).

Como abordado anteriormente, as respostas ao estresse podem surgir em diferentes situações. No contexto acadêmico, observa-se a necessidade de um olhar direcionado para o impacto do estresse no bem-estar dos docentes, visto que este ambiente é permeado de exigências, obrigações e prazos a serem atingidos, tornando-se um risco significativo para o desenvolvimento de distúrbios como ansiedade, depressão e até mesmo ideação suicida.

Além disso, em decorrência da pandemia do coronavírus- SARS-COV-2- (COVID-19), que surgiu na cidade de Wuhan no final do ano de 2019, na China (VELAVAN; MEYER, 2020), diversas mudanças significativas ocorreram em relação à saúde mental da população, como distúrbios de sono e ansiedade, medo, entre outros (SHIGEMURA *et al.*, 2020; LI *et al.*, 2020). Diante do novo cenário, algumas medidas foram tomadas pela maioria dos governos na tentativa de controlar a propagação da COVID-19, como o distanciamento social e fechamento de instituições educacionais, encerrando as atividades acadêmicas e escolares (HASAN; BAO, 2020).

Nesta direção, a pandemia de COVID-19 foi considerada o fator de maior impacto psicológico em nível mundial, havendo um aumento de níveis de ansiedade, medo e/ou preocupação e estresse entre a população (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE [OMS], 2020). De acordo com Patsali *et al.*, (2020), tais medidas de controle do surto de COVID-19 geraram nos universitários sentimentos de medo, preocupação e estresse. Além disso, a pandemia de COVID-19 ocasionou instabilidade na rotina da maioria da população. Questionamentos como seria o futuro a partir de um novo cenário, medo do desemprego, perdas de pessoas queridas para a doença, mudança abrupta dos afazeres presenciais para o virtual podem ser considerados como alguns aspectos estressores (LOURO; LOURO; DUARTE, 2020).

As pessoas nem sempre estão preparados para lidar com o estresse, mas o modo como enfrentam faz diferença para sua saúde mental. Portanto, a mensuração é importante para avaliar as respostas ao estresse no âmbito acadêmico e entender seus fatores de riscos e prevenção. Além disso, investigar as percepções do que gera o mal-estar em docentes, podem auxiliar os profissionais da saúde, gestores de universidades e aos pesquisadores a pensarem e elaborarem intervenções e projetos que contribuam com a qualidade de vida da população universitária.

Diante do exposto, teve-se como objetivo geral, analisar o estresse acadêmico e bem/mal-estar em professores universitários e suas correlações com os indicadores sociodemográficos. Inicialmente, realizou-se uma revisão integrativa sobre os instrumentos psicométricos que avaliam o estresse acadêmico. Esse levantamento foi justificado a partir do momento que foi observado uma gama de instrumentos avaliativos do estresse de forma ampla e em diferentes contextos. No entanto, surgiram alguns questionamentos: quais instrumentos avaliam o construto “estresse acadêmico”? Quais instrumentos levaram em consideração uma amostra estritamente universitária em seu estudo de construção/adaptação? Os instrumentos de avaliação apresentam evidências psicométricas aceitáveis?. Nesta direção, foi realizada uma busca por estudos que utilizaram instrumentos psicométricos em amostra universitária nos últimos dez anos, na tentativa de responder tais questionamentos.

Em um segundo momento, entendendo a importância de disponibilizar uma medida para avaliar o estresse acadêmico em professores universitários, elaborou-se para a presente dissertação uma adaptação de um instrumento, compondo o segundo artigo. E por fim, com a medida adaptada, foi realizado um terceiro estudo, que corresponde aos resultados principais da dissertação. Desse modo, esta dissertação encontra-se estruturada da seguinte forma:

- a) Artigo I- Realizou-se uma revisão integrativa da literatura sobre os instrumentos avaliativos de estresse no contexto acadêmico entre 2010 a 2021, buscando identificar as evidências psicométricas.
- b) Artigo II- de caráter psicométrico e confirmatório, realizou-se uma adaptação de um instrumento de mensuração do estresse acadêmico para o público docente, avaliando suas evidências de validade e consistência interna.
- c) Artigo III- de delineamento misto (quali e quantitativa), transversal, de caráter descritivo e correlacional, são apresentadas as correlações e preditores do estresse acadêmico com os indicadores do bem/mal-estar e sociodemográficos. Além disso, foram identificados

qualitativamente os principais aspectos estressores vivenciados pelos docentes e as estratégias de enfrentamento utilizadas.

- d) Discussão Geral- Neste tópico são apresentados os principais resultados dos artigos à luz do arcabouço teórico sobre a temática.
- e) Considerações Finais- São apontadas as limitações da presente dissertação e sugestões para estudos futuros.

## 2. ARTIGO I

### **Estresse no contexto acadêmico: revisão integrativa de instrumentos psicométricos**

#### **Resumo**

Este estudo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa dos instrumentos psicométricos que avaliam o estresse no âmbito universitário, considerando estudantes e professores. Para tanto, foi realizada uma revisão nas bases IndexPsi, LILACS, Portal de Periódicos CAPES, PePSIC, PsycINFO, SciELO e Google Scholar, com auxílio de algumas estratégias de buscas complementares. Foram incluídos 106 estudos entre o período de 2010 a 2021, contemplando 26 instrumentos de avaliação. Dos instrumentos encontrados, 10 foram descartados, pois, apesar de terem sido testados no contexto acadêmico, foram elaborados e adaptados em amostras mais amplas. Com uma única exceção, todos dezesseis instrumentos restantes apresentaram índices de fidedignidade e evidências de validade aceitáveis, embora alguns ainda necessitem de maiores investigações. Por fim, foi constatada uma escassez de instrumentos de avaliação do estresse em docentes, em que o contexto, mesmo sendo acadêmico, apresenta outras particularidades a serem consideradas. Portanto, um instrumento com bons índices de evidências psicométricas é indispensável para uma melhor investigação de construto psicológico e, desse modo, deve-se uma maior cautela na escolha de um instrumento avaliativo.

**Palavras-chave:** Escala; Validade do teste; Stress; Universidade.

## ABSTRACT

This study presents an integrative review of the psychometric instruments available to measure academic stress in university students and teachers. The review included publications extracted from the bases: IndexPsi, LILACS, Portal de Periódicos CAPES, PePSIC, PsycINFO, SciELO and Google Scholar. Combined with supplementary search strategies, the sampling effort yielded 26 evaluation instruments, found in 106 studies published between 2010 and 2021. Among these instruments, 10 were discarded because, despite being tested in the academic context, they were elaborated or adapted in a wider sample group. Apart from a single exception, all of the instruments showed acceptable fidelity indexes and validity evidence, even though some of them still require further investigation. In conclusion, a scarcity of psychometric instruments that evaluate stress for university teachers were observed. Thus, an instrument with suitable indexes is vital to better investigate of a psychological construct. which urges a cautious approach when choosing a evaluation instrument.

**Keywords:** Scale; Test validity; Stress; University.

## **Introdução**

O estresse é uma resposta fisiológica frente a um estímulo estressor que auxilia na adaptação e sobrevivência do sujeito numa determinada situação percebida como ameaça ou perigo (SELYE, 1956; 1973). Pela perspectiva cognitiva, o estresse é conceituado como uma resposta do indivíduo a qualquer estressor, que a depender da sua avaliação cognitiva da situação, pode exceder ou sobrecarregar seus recursos internos e, portanto, aumentar seu nível geral de estresse experimentado, podendo prejudicar o seu bem-estar. Assim, o estresse trata-se do produto das interações do indivíduo-ambiente (FOLKMAN; LAZARUS, 1984; 1985).

Desse modo, a avaliação cognitiva desempenha um papel significativo na percepção dos sujeitos durante situações estressantes. Logo, o grau de reação ao estresse procede das manifestações ambientais e internas do indivíduo, em que as suas condições se modificam de acordo com a forma que o sujeito se relaciona com o ambiente estressor (LAZARUS, 2000). Lipp (1996) define o estresse como resultado de uma experiência de tensão em que o sujeito reage a elementos psicológicos ou físicos quando há uma situação que provoque confusão, excitação ou medo.

Selye (1936) propôs um modelo trifásico do estresse, descrevendo as fases em: alerta, resistência e exaustão. Posteriormente, Lipp (2000) acrescentou a fase quase exaustão ao modelo trifásico, situada entre a fase de resistência e exaustão. Na fase alerta o indivíduo se prepara para agir quando é exposto a uma situação que produz tensão, o que se torna benéfico em algumas situações de perigo. Já a fase resistência, trata-se do acúmulo de tensão resultante da fase anterior. Nesse sentido, o indivíduo procura resistir a estímulos estressores que ainda continuam presentes, podendo se recuperar e sair dessa fase ou avançar para a fase seguinte. Na fase quase-exaustão, há um desgaste físico e emocional que pode gerar uma instabilidade emocional e desconforto no indivíduo. Há um comprometimento no sistema imunológico, que se passar para a próxima fase, a exaustão, ocorre um desequilíbrio interior, desencadeando presença de patologias (SELYE, 1936).

Diante do exposto, é possível notar que o estresse pode ser analisado nos mais diferentes contextos e perspectivas. No presente artigo, o estresse será abordado dentro do contexto acadêmico, considerando estudantes e professores universitários no primeiro momento. Estudos têm evidenciado que a vida acadêmica expõe os universitários a múltiplos fatores que podem provocar o estresse e conseqüentemente afetar a saúde e qualidade de vida (LIMA et al., 2020; NAVA; ZAVALA, 2017; SANTANA et al., 2019) bem como influenciar

negativamente o nível de resiliência e ocasionar esgotamento emocional no docente (BAPTISTA et al., 2019; ROSSATO et al., 2020).

A realização de atividades, a falta de tempo para descansar e para o lazer pode levar o acadêmico a sobrecarga e, por consequência, ao desgaste emocional (HIRSCH et al., 2018). Outras fontes que podem interferir nos níveis de estresse são: quantidade de provas e trabalhos, estágios obrigatórios, insatisfação com o excesso de matérias ministradas pelo curso e a desorganização da instituição de ensino (MORETTI; MARTHA; HÜBNER, 2017).

Estudo realizado com estudantes da área da saúde detectou que, de 102 participantes, 70% apresentaram estresse, destes, 80% apresentaram sintomas psicológicos, 15% sintomas físicos e 15% sintomas psicológicos e físicos (MURAKAMI et al., 2019). Em relação aos docentes, identificou-se uma associação de 64,8% de níveis de estresse com os fatores relacionados ao trabalho no fim de semana, envolvimento com atividades administrativas, vinculação com a pós-graduação e carga horária de ensino, produção científica e frequência de prática de atividades físicas (SOARES; MAFRA; FARIAS, 2019).

Ademais, fatores como pressão de superiores com grande demanda de trabalho, a falta de autonomia, deficiência nas informações sobre as tarefas laborais e na divulgação de informações sobre decisões organizacionais e o tempo insuficiente para realizar a grande quantidade de tarefas também podem interferir nos níveis de estresse dos docentes (ALVIM et al., 2019; SÁ et al., 2018), logo, uma situação de trabalho em que o estresse ameaça o bem-estar e/ou autoestima do docente pode resultar em uma experiência emocional negativa (KYRIACOU; SUTCLIFFE, 1978).

Assim, as fontes de estresse, denominadas como agentes estressores ou somente estressores, referem-se a qualquer situação geradora de estado emocional forte que provoque a quebra da homeostase interna, exigindo do indivíduo alguma adaptação (LIPP; MALAGRIS, 2001). Nesse sentido, a resiliência, capacidade do indivíduo se adaptar a diferentes situações adversas de forma positiva, acaba se tornando uma aptidão essencial no ambiente acadêmico (YUNES; FERNANDES; WESCHENFELDER, 2018). Rossato et al., (2020) afirmam que a capacidade de enfrentar situações estressoras proporciona benefícios ao bem-estar e saúde do indivíduo.

Desse modo, considera-se a potencial contribuição de instrumentos de avaliação do estresse vivenciados no contexto universitário. Apesar de haver diversos instrumentos de medida disponíveis para avaliação de diferentes características psicossociais, sendo utilizados tanto na área clínica como em pesquisas, evidências de validade devem ser levadas em consideração a fim de escolher o instrumento mais adequado (SOUZA; ALEXANDRE;

GUIRARDELLO, 2017). Desse modo, torna-se essencial o uso de instrumentos fidedignos e válidos para medir o estresse acadêmico, uma vez que este é um processo multifatorial complexo que pode impactar a saúde do universitário (CASTILLO-NAVARRETE et al., 2020).

Neste sentido, em fevereiro de 2021, realizou-se uma busca na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Psicologia (BVS-Psicologia), utilizando combinações das palavras-chave “estresse”, “universitário”, “instrumento”, “escala”, “validade”, “confiabilidade” e “fidedignidade”. Contudo, não foram identificados estudos, nos últimos dez anos, que abordassem a temática em questão. Assim, objetivou-se realizar uma revisão integrativa dos instrumentos de avaliação do estresse no contexto universitário, buscando descrever suas fontes de evidências de validade e índices de confiabilidade. Desse modo, teve como proposta para o presente artigo, uma relação de instrumentos com um conjunto de informações úteis para consultas, podendo ser utilizados em intervenções e/ou em pesquisas futuras.

## **Método**

Realizou-se uma revisão integrativa, de cunho descritivo e informativo, seguindo as diretrizes do método PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) (MOHER et al., 2009), com a finalidade de identificar instrumentos existentes para avaliação do estresse no contexto universitário, tanto no âmbito nacional como internacional. Uma questão norteou o presente estudo: “Quais os instrumentos utilizados para avaliar o estresse em professores e estudantes universitários?”. Essa questão foi feita de acordo com o acrônimo PICO, em que cada letra significa: P= *population* (população), I= *intervention* (intervenção), C= *comparison* (comparação) e O= *outcomes* (desfechos esperados) (SANTOS; PIMENTA; NOBRE, 2007).

Desta forma, de acordo com a estratégia PICO, definiu-se: P- professores e estudantes universitários; I- o estresse; C- não se aplica; e por fim, O- instrumentos existentes para o contexto universitário. A análise dos artigos teve auxílio do *software* Microsoft Excel<sup>®</sup> 2010 para a organização do banco de dados e Mendeley<sup>®</sup> versão 19.8 para gerenciar as referências e verificar as duplicatas.

## Critérios de Elegibilidade

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: a) artigos empíricos no período de 2010 a 2021; b) estudos nos idiomas português, espanhol e/ou inglês visando abranger a literatura nacional e internacional e; c) artigos que utilizaram instrumentos com alguma evidência psicométrica (validade e/ou fidedignidade) para avaliar o construto “estresse”. Já os critérios de exclusão foram: a) estudos que não contemplaram em sua amostra de forma clara, professores e estudantes universitários (graduação e pós-graduação *stricto sensu*); b) estudos que apresentaram duplicatas entre as bases consultadas; c) artigos de revisão sistemática, teses e dissertações e; d) estudos com método de pesquisa qualitativa.

## Fontes de Informações e Estratégias de Busca

A busca foi realizada no mês de março de 2021, nas seguintes bases de dados: IndexPsi, LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), Portal de Periódicos CAPES, PePSIC (Periódicos Eletrônicos de Psicologia), PsycINFO (*American Psychological Association- APA*) e SciELO (*Scientific Electronic Library Online*). O princípio norteador para a escolha das bases de dados foi extrair o maior número de publicações possíveis. Por conta disso, este trabalho aborda trabalhos extraídos das principais bases de dados nacionais e da América Latina. Além de incluir bases relacionadas às temáticas da área da psicologia, bases com conteúdo de outros campos na área da saúde também foram incluídas com o intuito de abranger um número maior de publicações a serem analisadas.

A escolha dos termos de busca baseou-se em consultas no catálogo de descritores do MESH/NCBI (Pubmed), DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) da BVS e do Thesaurus da APA. Os descritores e operadores booleanos utilizados foram: (estresse) *AND* (universidade *OR* faculdade) *AND* (instrumento *OR* inventário *OR* teste *OR* escala *OR* *checklist* *OR* entrevista *OR* questionário). Optou-se buscar pelos descritores universidade/faculdade por buscar estudos mais amplos no contexto universitário, portanto, abrangendo os professores e estudantes.

No intuito de ampliar o alcance desta revisão, após a exclusão de estudos que abordaram estresse e uso de instrumentos em diversos contextos que não o acadêmico, uma busca complementar foi utilizada. Realizou-se uma nova busca no Google *Scholar* por artigos utilizando as palavras-chave: “estresse acadêmico” e “professores” e “estudantes”. Para a seleção destes novos estudos, seguiram os mesmos critérios de inclusão e exclusão nas bases

anteriores. Os descritores no idioma inglês foram utilizados apenas na base de dados PsycINFO por ser uma base internacional, nas demais bases, utilizou-se no idioma em português. Ademais, optou-se pelo filtro avançado em todas as bases que tinha essa opção.

#### Método de Extração de Dados

No primeiro momento, verificou-se a prevalência de artigos publicados em revistas indexadas em cada base de dados. Por meio da leitura dos títulos e/ou resumos, foram excluídos estudos que estavam claramente distantes do objetivo da presente revisão. Posteriormente, foram excluídos os estudos que não tinham como público-alvo estudantes e professores de ensino superior, estudos duplicados nas diferentes bases de dados e que não utilizaram instrumentos de natureza psicométrica para avaliação do estresse no âmbito acadêmico. Por fim, foram aplicados os critérios de exclusão restantes, como a exclusão de teses e/ou dissertações, estudos de revisão e com metodologia qualitativa.

Os estudos que permaneceram após a triagem foram submetidos a uma leitura na íntegra. Ressalta-se que os estudos selecionados foram avaliados por revisores independentes e as discordâncias sobre os critérios de elegibilidade foram resolvidas por consenso. Todos os procedimentos foram realizados entre março e abril de 2021. Por fim, após os estudos selecionados, estes passaram por uma nova avaliação da qual foram extraídos os nomes dos instrumentos utilizados e suas respectivas referências.

#### **Resultados e Discussão**

Verificou-se um quantitativo de 2.120 artigos em todas as bases de dados, distribuídos da seguinte maneira: Indexpsi= 236; LILACS= 265; Portal de Periódicos CAPES= 695; PePSIC= 202; PsycINFO=338, SciELO=100 e Google *Scholar* = 284. Durante a triagem inicial, por meio da leitura de títulos e/ou dos resumos, foram selecionados 708 artigos, destes, foram excluídos estudos que não apresentaram o público-alvo pretendido na revisão e estudos duplicados entre as bases, restando assim, 533 artigos para uma terceira análise. Ao final, 106 registros foram selecionados para a próxima etapa: identificar os instrumentos psicométricos. O processo da seleção pode ser observado na Figura 1. As referências completas dos estudos incluídos estão nos anexos do presente trabalho (Anexo I).

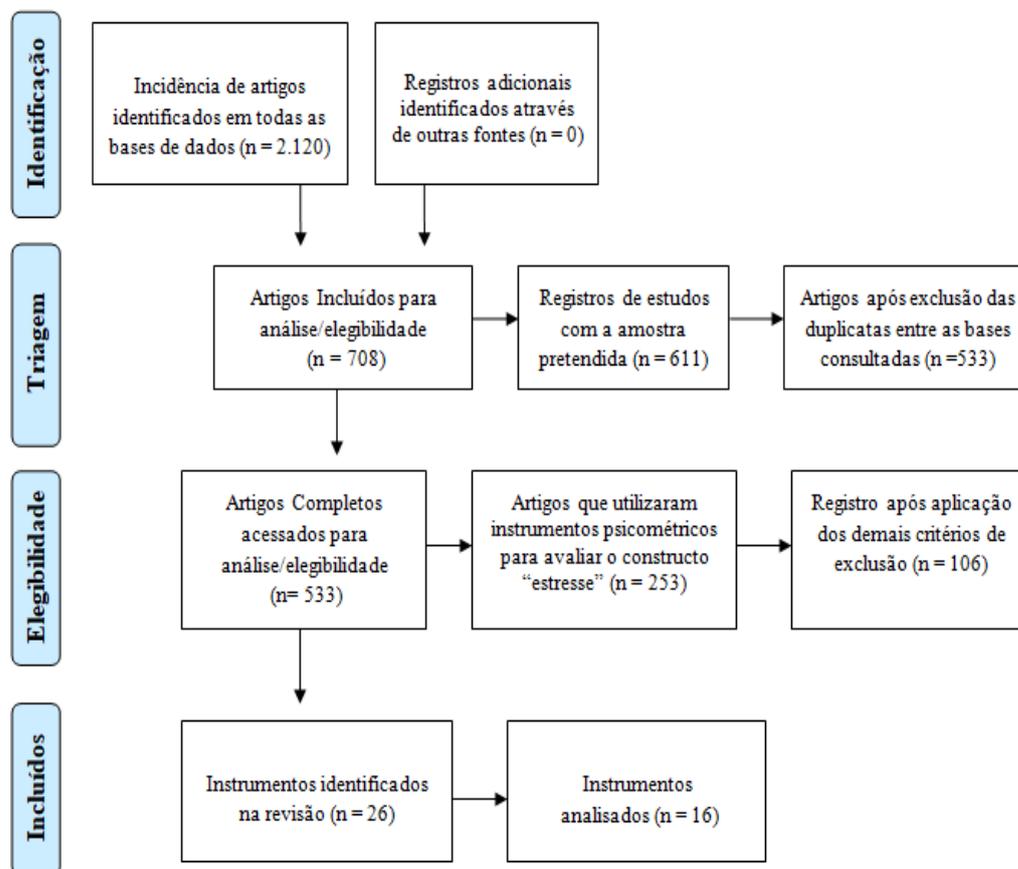


Figura 1- Fluxograma utilizado para a seleção dos estudos (PRISMA)

Em relação aos artigos, 70,75% foram publicados no idioma português, 18,87% em inglês e 10,38% em espanhol. A maioria dos estudos foi realizada em estudantes universitários (86,79%), de instituição pública (40,57%), privada (25,42%) e em ambas (4,72%). Os demais estudos não deixaram explícita essa informação, indicado como “não informado” (28,30%). Além disso, 48,11% dos estudos adotaram delineamento transversal como metodologia e com prevalência de publicação nos anos de 2019 e 2020.

Dos 106 estudos selecionados, foram identificados 28 instrumentos, destes, 26 estavam disponíveis para acesso. As referências dos instrumentos estão sinalizadas por um asterisco (\*) na lista de referências. Os instrumentos mais citados foram: Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (LIPP; GUEVARA, 1994), Escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (COSTA; POLAK, 2009) Escala de Estresse Percebido versão reduzida (REIS; HINO; RODRIGUEZ -AÑEZ, 2010) e a Escala de Estresse Percebido versão mais longa (LUFT et al., 2007).

Em relação aos instrumentos, dez usaram uma população diversificada (não universitários) na sua elaboração (categoria I) e dezesseis usaram amostra estritamente universitária (categoria II), como pode ser observado na Tabela 1. Para a discussão, optou-se abordar os instrumentos dos estudos categoria II, uma vez que foram construídos/adaptados unicamente em população universitária com aspectos relacionados ao contexto universitário, sendo este o foco do presente estudo.

Tabela 1-Instrumentos psicométricos identificados nos estudos

| <b>Categoria I- Instrumentos construídos/adaptados em amostra geral</b>  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| Nome/Sigla/Referência do instrumento   | Referência do instrumento                   | Origem do Instrumento                         | Aspecto Avaliado   |
| Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)   | Lipp e Guevara (1994)                       | Nacional                                      | Presença, fases e sintomatologia de estresse                   |
| <i>Shortened Stress Evaluation Tool</i> (ASSENT)   | Faragher; Cooper; Cartwright (2004)         | Internacional                                 | Estresse no trabalho   |
| <i>Job Stress Scale</i> (JSS)  | Alves et al., (2004)                        | Adaptada para o Brasil                        | Estresse laboral   |
| Escala de Estresse no Trabalho (EET)   | Paschoal; Tamayo (2004)                     | Nacional                                      | Estresse laboral   |
| <i>The Riverside Acculturative Stress Inventory</i>  | Benet-martínez; Haritatos (2005)            | Internacional                                 | Estresse Aculturativo  |
| Escala de Estresse Percebido (PSS-14)  | Luft et al. (2007)                          | Traduzida e Validada para o Brasil            | Situações estressoras de modo geral                            |
| Escala de Vulnerabilidade ao Stress no Trabalho (EVENT)/<br><i>Effort-Reward Imbalance Questionnaire</i> (ERI) | Sisto et al., (2008)<br>Chor et al., (2008) | Nacional<br>Adaptada e Validada para o Brasil | Estresse organizacional<br>Estresse ocupacional                |
| <i>Stress Mindset Measure</i> (SMM)  | Crum; Salovey; Achor (2013)                 | Adaptada e Validada para o Brasil             | Crenças negativas e positivas devido ao estresse de desempenho |
| Escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS-21)  | Patias et al., (2016)                       | Adaptada e Validada para o Brasil             | Sintomas de depressão, ansiedade e estresse                    |
| <b>Categoria II- Instrumentos construídos/adaptados em amostra universitária</b>                               |   |   |  |
| Nome/Sigla/Referência do instrumento   | Referência                                  | Origem do Instrumento                         | Aspecto Avaliado   |
| <i>Masculine gender role stress</i> (MGRS)   | Eisler e Skidmore (1987)                    | Internacional                                 | Estresse de gênero   |
| <i>Stress Appraisal Measure</i> (SAM)  | Peacock e Wong (1990)                       | Internacional                                 | Nível cognitivo de estresse                                    |
| <i>The Minority Status Stress Scale</i> (MSSS)   | Smedley; Myers; Harrell (1993)              | Internacional                                 | Estresse por status de minoria                                 |
| <i>The College Stress Scale</i> (CSS)  | Rodriguez et al., (2000)                    | Internacional                                 | Estresse acadêmico   |
| Escala de Estresse do aluno de Enfermagem em Práticas Clínicas (KEZKAK)  | Gorostidi et al., (2003)                    | Internacional                                 | Estressores na prática clínica                                 |
| Inventario de estrés académico (SISCO-EA)  | Barraza Macías (2006; 2007)                 | Internacional                                 | Estresse acadêmico   |
| Escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (AEEE)   | Costa e Polak (2009)                        | Nacional                                      | Situações estressoras  |
| Escala de medidas de Estresse  | Catano et al., (2010)                       | Internacional                                 | Fatores e desfechos de estresse ocupacional                    |
| Escala de Estresse Percebido (PSS-10)  | Reis; Hino; Rodriguez - Añez (2010)         | Adaptada e validada para o Brasil             | Situações estressoras  |
| Escala de Preocupações   | Faro (2013)                                 | Nacional                                      | Preocupações estressoras                                       |
| <i>Beliefs About Stress Scale</i> (BASS)   | Laferton; Stenzel; Fischer (2016)           | Internacional                                 | Crenças do estresse  |
| <i>The Stress Control Mindset Measure</i> (SCMM)   | Keech et al., (2018; 2020)                  | Internacional                                 | Mentalidade de estresse  |

|   |                                   |                                   |  |
|---|-----------------------------------|-----------------------------------|--|
| Escala de Estresse Acadêmico (EEA)                | Freires et al., (2018)            | Nacional                          | Estresse acadêmico   |
| Inventário de estrés acadêmico (SISCO II)         | Castillo-Navarrete et al., (2020) | Internacional                     | Estresse acadêmico   |
| Escala de Estresse em Estudantes (N.I.S.E.S.T.E)  | Filho e Câmara (2020)             | Adaptada e validada para o Brasil | Sintomas biológicos, Sintomas psicológicos e problemas Sociais |
| Escala de Percepções de Estresse Acadêmico (EPEA) | França e Dias (2021)              | Adaptada e validada para o Brasil | Percepções de estresse acadêmico                               |

Como pode ser observada na Tabela 1, a descrição dos instrumentos da categoria II foi dividida entre duas amostras de interesse: estudantes e professores universitários. Nesta tabela constam as informações e características das amostras e de cada instrumento. Em relação aos instrumentos, foram identificados os parâmetros psicométricos de medida, como os índices de confiabilidade e validade. Em relação à primeira, também conhecida como precisão ou fidedignidade, diz respeito o quão preciso e confiável é um instrumento (PASQUALI, 2009). Os índices de confiabilidade foram identificados por meio da consistência interna, através do coeficiente *Alfa de Cronbach* ( $\alpha$ ), que varia entre 0 e 1, em que os valores iguais ou acima de 0.70 são considerados apropriados (CRONBACH, 1951; KLINE, 2013). Nesta direção, ao observar a Tabela 2, o único instrumento que apresentou baixo índice de confiabilidade foi a escala de medidas de estresse (CATANO et al., 2010), mas apenas em uma variável “*a falta de controle no trabalho*” ( $\alpha= 0,64$ ), que conforme os autores, não altera a fidedignidade do instrumento como o todo. Além disso, no estudo de elaboração da escala MGRS (EISLER; SKIDMORE, 1987), não foi apresentado qualquer índice de confiabilidade do instrumento.

A validade de teste é o segundo parâmetro psicométrico avaliado. Trata-se da relevância e utilidade de um instrumento/teste no contexto avaliativo, ou seja, tanto as evidências científicas como as teóricas devem garantir as interpretações dos escores e aplicabilidade do instrumento (PRIMI; MUNIZ; NUNES, 2009). Essa definição de validade está embasada na literatura mais recente, revisada nos *Standards for Educational and Psychological Testing* (ASSOCIATION [AERA]; ASSOCIATION [APA]; EDUCATION [NCME], 2014).

Desse modo, o presente estudo identificou a presença e/ou ausência das fontes de evidências de validade de acordo com a literatura mais recente, que abordam novas nomenclaturas para se referir à validade (AERA, APA, NCME, 2014). São estas: a) evidência baseada no conteúdo (EC), que aborda informações a respeito da representatividade dos itens do teste; b) evidência baseada em outras variáveis externas (EVE), que se refere ao levantamento dos dados dos padrões de correlação entre os escores do instrumento e outras

variáveis, além de apresentar uma capacidade preditiva; c) evidência baseada na estrutura interna (EEI), que se trata do levantamento de dados acerca das correlações entre os subtestes e construtos similares, além da correlação dos itens com o mesmo construto; d) evidência baseada no processo de resposta (EPR), que diz a respeito aos processos mentais abrangidos na realização das tarefas de um teste e; e) evidência baseada nas consequências da testagem (ECT), esta investiga, a partir da aplicabilidade do teste, os efeitos desejados de quando foi elaborado o instrumento, além das consequências sociais intencionais e não intencionais (PRIMI; MUNIZ; NUNES, 2009). Na Tabela 2 são apresentados os tipos de validade presentes em cada instrumento.

Tabela 2- Instrumentos de avaliação de estressores específicos no contexto universitário.

| Estudantes Universitários |  |  |  |   |                        |                               |
|---------------------------|--|--|--|---|------------------------|-------------------------------|
| Sigla do Instrumento      | Características da amostra   | Características do Instrumento   | Estressores avaliados  | Exemplos de itens   | Evidências de validade | Alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) |
| MGRS                      | 150 estudantes do sexo masculino. A idade variou entre 17 a 25 anos.   | A versão final da escala é composta por 40 itens divididos em 5 subescalas. Trata-se de uma escala unipolar de 7 pontos que varia de “nada estressante” a “extremamente estressante”   | Situações consideradas estressantes para os homens: a inadequação física; inexpressividade emocional; subordinação às mulheres; inferioridade intelectual; falha de desempenho                               | “Sentimento de não está em boas condições físicas” / “Admitir que tem medo de alguma coisa”/ “Deixar uma mulher assumir o controle da situação”                       | EEI/ EVE               | Não se aplica.                |
| SAM                       | 100 graduandos do curso de psicologia.   | Composto por 37 itens, com 7 subescalas, sendo avaliadas em escala de 5 pontos que varia de “não a todo tempo a boa parte do tempo”  | Estressores antecipatórios (ameaça, desafio e centralidade) e o estresse geral percebido   | “Totalmente sem esperança” / “Superar problema” / “Alguém que possa recorrer”   | EC/EVE                 | 0,74 a 0,90                   |
| MSSS                      | 161 estudantes pretos, chicanos, latinos, filipinos. Dentre eles, 47 eram do sexo masculino e 114 do feminino. | Composta por 37 itens. Trata-se de uma medida de autorrelato da minoria de estresse relacionado a ser uma minoria. Os itens são distribuídos em 5 subescalas, avaliados em uma escala de 6 pontos que varia de “não se aplica a 5extremamente estressante” | Avaliar os fatores preditores de estresse por status de minorias na universidade: estresse de clima social; estresse inter-racial; racismo e discriminação; tensões dentro do grupo e; tensões de realização | “Dificuldades em ter amigos brancos” / “Sendo tratado rudemente ou injustamente por causa minha raça” / “Pessoas perto de mim pensando que estou agindo como “branco” | EVE/ EEI               | 0,76 a 0,93                   |
| CSS                       | 82 estudantes universitários latinos e brancos.  | Composta por 22 itens. As respostas são dadas em escala de 6 pontos que varia de “não se aplica a extremamente estressante”  | Medir as três dimensões do estresse geral: estresse acadêmico; estresse social e estresse financeiro   | “saber como se preparar para os exames” / “equilibrando compromissos sociais e acadêmicos” / “família com problemas   | EVE                    | 0,80 a 0,85                   |

| financeiros”           |  |  |  |  |                 |             |
|------------------------|--|--|--|--|-----------------|-------------|
| KEZKAK                 | 287 estudantes da área de enfermagem de San Sebastián. Destes, 91,9% eram mulheres, com idade média de 21,2 anos, variando entre 17 a 44 anos. | A escala é composta por 41 itens. As respostas são dadas em escala de 4 pontos que varia de “nada preocupa a preocupa muito”   | Avaliar os principais estressores relacionadas às práticas clínicas de enfermagem: contato com sofrimento; relacionamento com tutores e colegas; impotência e incerteza; envolvimento profissional; entre outros | “sinto que não posso ajudar o paciente” / “ter que estar com paciente terminal” / “ter que estar com paciente com dificuldade de comunicação”                  | EVE/EEI/<br>EPR | 0,95        |
| SISCO-EA               | 152 pós-graduandos dos cursos da área da educação.   | Composto por 31 itens formado por opções de respostas diversificadas: em termos dicotômicos (sim ou não) e em escala do tipo Likert de 5 pontos que varia de “nunca a sempre”  | Dimensões estressoras, intensidade da sintomatologia e a frequência das estratégias de enfrentamento   | “Não entender os tópicos abordados na aula” / “Tempo limitado para fazer o trabalho” / “A personalidade e caráter do professor”                                | EC/EEI          | 0,90        |
| AEEE                   | 60 estudantes de um curso de bacharelado em enfermagem. Idade variou entre 18 a 32 anos, sendo 91% do sexo feminino.                           | Composto por 30 itens. As respostas são dadas em escala de 4 pontos que varia de “não experimentou o estresse a altos níveis de estresse”  | A intensidade nos domínios relacionados ao estresse: realização das atividades práticas; comunicação profissional; gerenciamento do tempo; ambiente; formação profissional; e atividade teórica                  | “As novas situações que poderá vivenciar na prática clínica” / “Comunicação com os demais profissionais da unidade de estágio”                                 | EC/EPR/<br>EEI  | 0,71 a 0,87 |
| Escala de Preocupações | 2150 pós-graduandos, sendo 61,8% mestrandos e 38,2% doutorandos. A idade média de 29,4 anos, sendo 70,9% do sexo feminino.                     | O questionário apresenta 15 situações de preocupação e as respostas em escala de 5 pontos em que o participante assinala o quanto as situações lhe inquietam em seu curso, atribuindo 0 (nada) a 4 (extremamente preocupado) | O grau de percepção das situações como estressantes: tempo e recursos financeiros; demandas do curso; supervisão e desempenho  | “Tempo para concluir a tese ou dissertação” / “Apresentações Oraís” / “Pressão interna pelo bom desempenho” / “Cobrança pessoal elevada”                       | EPR/EEI         | 0,85        |
| BASS                   | 455 alunos com idade média de 23,5 anos.   | Composto por 24 itens formulados com afirmações subjetivas sobre o estado de “ser estressado”. Resposta dada em escala de 4 pontos que varia de “discordo completamente a concordo completamente”                            | Crenças de estresse negativas; crenças positivas de estresse e controlabilidade  | “É algo que eu sou capaz de influenciar positivamente usando meus pensamentos” / “Me torna mais produtivo” / “Me permite trabalhar de uma maneira mais focada” | EC/EEI/<br>EVE  | 0,73 a 0,87 |
| EEA                    | 207 estudantes da região do Norte do Brasil com idade média de 24,8 anos, sendo 55,6% do sexo feminino.  | Composta por 13 itens, avaliada por uma escala de 5 pontos que varia de “Discordo totalmente a Concordo totalmente”  | Estresse acadêmico   | “A forma como as atividades são distribuídas no meu curso tem me deixado nervoso” / “A competitividade na Universidade tem me deixado de mau humor”            | EC/EEI          | 0,88        |
| SCMM                   | 218 estudantes de uma universidade   | Composto por 15 itens respondidos  | Desempenho e produtividade;  | “O estresse pode ser usado para  | EC/EEI/<br>EVE  | 0,74 a 0,81 |

|                                | da Austrália, sendo 66% do sexo feminino e idade média de 19,26 anos e 214 estudantes de uma universidade do Reino Unido, sendo 141 mulheres, idade média de 20,82 anos. | em escala de 6 pontos que varia de “discordo totalmente a concordo totalmente”  | aprendizagem e crescimento; saúde e vitalidade; desempenho geral   | melhorar seu desempenho e produtividade” / “O estresse prejudicará sua aprendizagem e crescimento”   |                                  |   |
|--------------------------------|--|---|--|--|----------------------------------|---|
| SISCO II                       | 1126 estudantes do Chile, sendo 74,51% mulheres e 25,49% homens, com idade média de 21,3 anos.   | O inventário é composto por 33 itens, avaliada numa escala de 5 pontos que varia de “nunca a 5 sempre”                                | Estresse acadêmico e seus estressores, reação total (física, psicológica e comportamento social) e estratégias de enfrentamento                      | “Não entender os tópicos abordados na aula” / “Dores de cabeça ou enxaquecas” /  | EC/ EEI                          | 0,89                                      |
| N.I.S.E.T.E                    | 785 estudantes de 19 estados brasileiros, sendo que 79% eram do sexo feminino. A idade média de 24,9 anos.   | Composta por 27 itens, avaliados em uma escala de 5 pontos que varia de “não concordo a concordo totalmente”                          | Sintomas fisiológicos, relação professor aluno lazer e incapacidade e inferioridade  | “Taquicardia”/ “Incapacidade de resolver problemas acadêmicos”   | EC/ EVE                          | 0,88                                      |
| EPEA                           | 296 estudantes brasileiros do curso de Engenharia da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul.   | Composto por 18 itens, respondidos numa escala de 5 pontos que varia de “discordo totalmente a concordo totalmente”                   | Estresse acadêmico percebido em meio a desempenho de atividades  | “O tempo destinado às aulas e aos trabalhos acadêmicos é suficiente” / “As expectativas não realistas de meus pais me estressam”   | EC/EPR                           | 0,83                                      |
| <b>Docentes Universitários</b> |  |   |  |  |                                  |   |
| Sigla do Instrumento           | Características da amostra   | Descrição do Instrumento  | Estressores/fatores avaliados  | Exemplos de itens  | Fontes de evidências de validade | Índice de Consistência Interna - $\alpha$ |
| Escala de medidas de Estresse  | 1470 professores de universidades canadenses, sendo 50,2% do sexo masculino e 49,8% do sexo feminino, com idades ente 20 a 60 anos.                                      | Questionário composto por 41 itens avaliados em uma escala de 7 pontos que varia de “Discordo totalmente a concordo plenamente”       | Medidas de Estresse: a falta de controle do trabalho; carga de trabalho; conflito de papéis; Clareza de papel; conflito trabalho-vida, dentre outras | “Tenho autoridade para tomar decisões sobre o conteúdo e métodos nos cursos que ensino” / “Meu trabalho ocupa um tempo que eu gostaria de passar com a minha família/amigos” | EC/EVE/ EEI/EPR                  | 0,64 a 0,96                               |
| PSS-10                         | 793 docentes brasileiros com idade média de 45,5 anos, sendo 57,5% do sexo masculino.  | Composta por 10 itens, sendo 6 itens negativos e 4 positivos, respondido em escala de 5 pontos que varia de “nunca a muito frequente” | O grau no qual os indivíduos percebem as situações como estressantes no último mês   | “Com que frequência você sentiu que foi incapaz de controlar coisas importantes na sua vida?” / “Com que frequência você esteve nervoso ou estressado?”                      | EC/ EVE/ EEI                     | 0,87                                      |

Nota: EC= evidência baseada no conteúdo; EVE= evidência baseada em outras variáveis externas; EEI= evidência baseada na estrutura interna; EPR= evidência baseada no processo de resposta; ECT= evidência baseada nas consequências da testagem.

A partir da Tabela 2, é possível observar que nenhum dos instrumentos apresentou a fonte de evidência com base nas consequências da testagem (ECT). Primi, Muniz e Nunes (2009) afirmam que esse tipo de validade é pouco abordado, uma vez que é um conceito mais

recente em relação aos demais (AERA, APA, NCME, 2014). Embora não haja concordância entre as literaturas acerca de quantas e quais evidências de validade um instrumento precisa ter para ser considerado válido, um número maior de evidências disponíveis pode sugerir uma maior confiabilidade e maior precisão na sua medida (BORSA; DAMÁSIO; BANDEIRA, 2012). Além disso, há um consenso atual entre os pesquisadores em estabelecer maior número de evidências de validade de um instrumento, no intuito de que a interpretação de seus escores seja legitimada, e assim, atender o propósito para a qual foi construído (AERA, APA e NCME, 2014). Nesta direção, observou-se que os instrumentos KEZKAK, AEEE, BASS, SCMM, Escala de medidas de estresse e PSS-10 foram os que apresentaram um quantitativo maior de fontes de evidências de validade.

Em contrapartida, a ausência de evidências de validade em um instrumento influencia na segurança das respostas dadas pelos indivíduos durante uma avaliação. Essa realidade implica na utilização do instrumento, uma vez que as interpretações dos aspectos psicológicos avaliadas tornam-se questionáveis por afetar as questões técnicas e éticas (PRIMI; MUNIZ; NUNES, 2009, p.244). Em relação aos instrumentos referentes à Tabela 2, todos apresentaram alguma fonte de evidência de validade, ainda assim, é importante observar suas particularidades e limitações para quaisquer fins.

Outro ponto elementar a ser abordado é sobre a existência de instrumentos que foram validados em amostra universitária, mas que também apresentam evidências psicométricas para aplicação em outras amostras, como é o caso da Escala de Estresse Percebido (PSS-10), que é amplamente utilizada em diferentes contextos (REIS; HINO; RODRIGUEZ -AÑEZ, 2010). Já outros instrumentos tem a aplicação de modo mais específico, como a escala de Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (AEEE; COSTA; POLAK, 2009) e a Escala de Estresse do Aluno de Enfermagem em Práticas Clínicas (KEZKAK) (GOROSTIDI et al., 2003). Os conteúdos dos itens destas escalas estão relacionados à prática e vivência dos estudantes do curso de enfermagem, portanto, não passíveis de generalização a outros cursos de outras áreas de conhecimento. Desta forma, a utilização desses instrumentos em grupos mais amplos de universitários necessita de um estudo de adaptação.

Além disso, foi possível identificar os instrumentos que avaliam o construto “*estresse acadêmico*”, são estes: CSS, SISCO-EA, EEA, SISCO-II e a EPEA, todos em estudantes universitários. Vale ressaltar que o foco principal deste estudo foi identificar os instrumentos que avaliam o “*estresse acadêmico*”, uma vez que é esse o constructo de interesse da presente dissertação. Mas para isso, foi necessário seguir uma sistematização nas buscas devido a

grande quantidade de estudos que abordam o tema estresse. No entanto, foi possível observar que há poucos estudos e instrumentos de avaliação voltada ao público docente em relação aos estudantes. A dimensão teórica mais utilizada na elaboração dos itens dos instrumentos foi de Folkman e Lazarus (1984). De acordo com esses autores, o estresse é o resultado da extrapolação da capacidade de adaptação do sujeito a um determinado ambiente, sendo avaliado pela forma que indivíduo vivencia estímulo estressor em um determinado contexto.

Em relação aos demais instrumentos, observaram-se que estes avaliam fatores gerais decorrentes do estresse vivenciados no contexto universitário, como estressores relacionados ao gênero (EISLER; SKIDMORE, 1987), estressores antecipatórios (ameaça, desafio e centralidade) (PEACOCK; WONG, 1990), estressores relacionados ao racismo e discriminação (SMEDLEY; MYERS; HARRELL, 1993), práticas clínicas (COSTA; POLAK, 2009; GOROSTIDI et al., 2003), preocupações referentes ao tempo e recursos financeiros, demandas do curso, supervisão e desempenho (FARO, 2013), crenças do estresse (positivas e negativas e o seu controle) (LAFERTON; STENZEL; FISCHER, 2016), estressores relacionados ao desempenho e produtividade, aprendizagem, crescimento, saúde, vitalidade e desempenho geral (KEECH et al., 2018; 2020), sintomas fisiológicos, relação professor-aluno, lazer, incapacidade e inferioridade (FILHO; CÂMARA, 2020), estressores relacionados ao ambiente de trabalho (CATANO et al., 2010) e estresse percebido de modo geral (REIS; HINO; RODRIGUEZ -AÑEZ, 2010).

### **Considerações Finais**

O presente artigo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa sobre os instrumentos com fontes de evidências de validade e índices de confiabilidade que avaliam o estresse no contexto universitário. O processo de seleção de estudos passou por várias fases até a identificação de instrumentos devido a grande quantidade de artigos que abordam o estresse em diversos contextos. No entanto, os estudos selecionados foram predominantemente no idioma português, o que pode ter apresentado um fator de limitação em relação à lista dos instrumentos apresentada. Em relação às fontes de evidências de validade, por serem pouco abordados na literatura, sugere-se que futuros trabalhos se atentem ao impacto destas fontes nos instrumentos apresentados.

Como citado anteriormente, foi constatada uma escassez de instrumentos de avaliação do estresse em docentes, em que o contexto, mesmo sendo acadêmico, apresenta outras particularidades. Neste sentido, o próximo artigo foi realizado no intuito de atender essa

lacuna encontrada na literatura. Acredita-se que ao disponibilizar uma medida com estratégias avaliativas adequadas para o público docente, auxiliará na identificação de aspectos estressores mais específicos, para que assim, possam pensar em propostas interventivas mais diretas, voltadas à saúde mental e qualidade de vida dos universitários. Portanto, conclui-se que escolher um instrumento com bons índices de evidências psicométricas é indispensável para uma melhor investigação de constructo psicológico, e, portanto, deve-se uma maior cautela na escolha de um instrumento avaliativo.

## Referências

- \*ALVES, Márcia Guimarães de Mello; CHOR, Dóra; FAERSTEIN, Eduardo; LOPES, Claudia de S.; WERNECK, Guilherme Loureiro. Versão resumida da “job stress scale”: adaptação para o português. **Revista de Saude Publica**, [S. l.], v. 38, n. 2, p. 164–171, 2004. DOI: 10.1590/s0034-89102004000200003.
- ALVIM, André Luiz; FERRAREZI, Jorlene Alves Da Silva; SILVA, Laura Moreira; FLORIANO, Leonardo Ferreira; ROCHA, Renata Lacerda Prata. O estresse em docentes de ensino superior. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 5, n. 12, p. 32547–32558, 2019. DOI: 10.34117/bjdv5n12-318.
- ASSOCIATION, American Educational Research; ASSOCIATION, American Psychological; EDUCATION, National Council on Measurement in. **Standards for educational and psychological testing**. Washington: DC: American Educational Research Association, 2014.
- BAPTISTA, Makilim Nunes; SOARES, Thiago Francisco Pereira; RAAD, Alexandre José; SANTOS, Luísa Milani. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 564–570, 2019. DOI: 10.17652/rpot/2019.1.15417.
- \* BARRAZA MACÍAS, Arturo. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. **Revista Electrónica de Psicología Iztacala**, [S. l.], v. 9, n. 3, 2006. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/228457746\\_Un\\_modelo\\_conceptual\\_para](https://www.researchgate.net/publication/228457746_Un_modelo_conceptual_para).
- \* BARRAZA MACÍAS, Arturo. Propriedades psicométricas del inventário SISCO del estrés académico. **Revista Psicología Científica**, [S. l.], 2007. Disponível em: <https://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>.
- \* BENET-MARTÍNEZ, Verónica; HARITATOS, Jana. Biculturol Identity Integration (BII): Components and psychosocial antecedents. **Journal of Personality**, [S. l.], v. 73, n. 4, p. 1015–1050, 2005. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2005.00337.x.
- BORSA, Juliane Callegaro; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo; BANDEIRA, Denise Ruschel. Adaptação e Validação de Instrumentos Psicológicos entre Culturas: Algumas Considerações. **Paidéia**, [S. l.], v. 22, n. 53, p. 423–432, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2012000300014>.
- \* CASTILLO-NAVARRETE, Juan Luis; GUZMÁN-CASTILLO, Alejandra; CLAUDIO BUSTOS, N.; WALTER ZAVALA, S.; BENJAMÍN VICENTE, P. Psychometric properties of sisco-II inventory of academic stress. **Revista Iberoamericana de Diagnostico y**

**Evaluacion Psicologica**, [S. l.], v. 3, n. 56, p. 101–116, 2020. DOI: 10.21865/RIDEP56.3.08.

\* CATANO, V.; FRANCIS, Lori; HAINES, Ted; KIRPALANI, Haresh; SHANNON, Harry; STRINGER, Bernadette; LOZANZKI, Laura. Occupational stress in Canadian universities: A national survey. **International Journal of Stress Management**, [S. l.], v. 17, n. 3, p. 232–258, 2010. DOI: 10.1037/a0018582.

\* CHOR, D.; FAERSTEIN, G.; GUIMARÃES, M.; LOURETRO, G.; ROTENBERG, L. The Brazilian version of the effort-reward imbalance questionnaire to assess job stress Versão brasileira da escala effort-reward imbalance para avaliação de estresse no trabalho. **Cad. Saúde Pública**, [S. l.], v. 24, n. 1, p. 219–224, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008000100022>.

\* COSTA, Ana Lucia Siqueira; POLAK, Catarina. Construção e validação de instrumento para Avaliação de Estresse em Estudantes de Enfermagem (AEEE). **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [S. l.], v. 43, n. spe, p. 1017–1026, 2009. DOI: 10.1590/s0080-62342009000500005.

CRONBACH, L. .. Coefficient alpha and the internal structure of tests. **Psychometrika**, [S. l.], v. 16, n. 3, p. 297–334, 1951. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF02310555>.

\* CRUM, Alia J.; SALOVEY, Peter; ACHOR, Shawn. Rethinking stress: The role of mindsets in determining the stress response. **Journal of Personality and Social Psychology**, [S. l.], v. 104, n. 4, p. 716–733, 2013. DOI: 10.1037/a0031201.

\* EISLER, Richard M.; SKIDMORE, Jay R. Masculine Gender Role Stress: Scale Development and Component Factors in the Appraisal of Stressful Situations. **Behavior Modification**, [S. l.], v. 11, n. 2, p. 123–136, 1987. DOI: 10.1177/01454455870112001.

\* FARAGHER, E. Brian; COOPER, C. L.; CARTWRIGHT, S. A shortened stress evaluation tool (ASSET). **Stress and Health**, [S. l.], v. 20, n. 4, p. 189–201, 2004. DOI: 10.1002/smi.1010.

\* FARO, André. Um modelo explicativo para o bem-estar subjetivo: Estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, [S. l.], v. 26, n. 4, p. 654–662, 2013. DOI: 10.1590/S0102-79722013000400005.

\* FILHO, Paulo Roberto T. de Souza; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Evidências de validade da Escala de Estresse em Estudantes para universitários brasileiros. **Revista de Psicologia**, [S. l.], v. 47, n. 1, p. 1–10, 2003. DOI: 10.1590/S0035-36752003000100001.

*l.*], v. 38, n. 1, p. 65–86, 2020. DOI: 10.18800/psico.202001.003.

FOLKMAN, Susan; LAZARUS, Richard S. **Stress, appraisal, and coping**. New York: Springer Publishing Company, 1984.

FOLKMAN, Susan; LAZARUS, Richard S. Study of emotion and coping during three stages of a collage examination. **Personality and Social Psychology**, [*S. l.*], v. 48, n. 1, p. 150–170, 1985. Disponível em: <https://webs.wofford.edu/steinmetzkr/Teaching/Psy150/LecturePDFs/Coping.pdf>.

\* FRANÇA, Felipe Douglas Pereira; DIAS, Tatiane. Evidências de validade e confiabilidade do The Perceptions of Academic Stress Scale. **Psicologia: Teoria e Prática**, [*S. l.*], v. 23, n. 1, p. 1–22, 2021. DOI: <https://doi:10.5935/1980-6906/ePTPPA13041>.

\* FREIRES, Leogildo Alves; SOUSA, Erlândio Andrade De; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; MONTEIRO, Renan Pereira; GOUVEIA, Valdiney Veloso. Estresse Acadêmico: adaptação e evidências psicométricas de uma medida. **Revista Psicologia em Pesquisa**, [*S. l.*], v. 12, n. 3, p. 22–32, 2018. DOI: 10.24879/2018001200300532.

\* GOROSTIDI, X. Zupiria; URANGA ITURRIOTZ, MJ; ALBERDI ERIZE, MJ; BARANDIARAN LASA, M. KEZKAK: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. **Gaceta Sanitaria**, [*S. l.*], v. 17, n. 1, p. 37–51, 2003. DOI: 10.1157/13043421.

HIRSCH, Carolina Domingues; BARLEM, Edison Luiz Devos; ALMEIDA, Leda Karine De; TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri; LUNARDI, Valéria Lerch; RAMOS, Aline Marcelino. Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. **Texto e Contexto Enfermagem**, [*S. l.*], v. 27, n. 1, p. 1–11, 2018. DOI: 10.1590/0104-07072018000370014.

\* KEECH, Jacob J.; HAGGER, Martin S.; O'CALLAGHAN, Frances V.; HAMILTON, Kyra. The influence of university students' stress mindsets on health and performance outcomes. **Annals of Behavioral Medicine**, [*S. l.*], v. 52, n. 12, p. 1046–1059, 2018. DOI: 10.1093/abm/kay008.

\* KEECH, Jacob J.; ORBELL, Sheina; HAGGER, Martin S.; O'CALLAGHAN, Frances V.; HAMILTON, Kyra. Psychometric properties of the stress control mindset measure in university students from Australia and the UK. **Brain and Behavior**, [*S. l.*], v. 11, n. 2, p. 1–14, 2020. DOI: 10.1002/brb3.1963.

KLINE, Paul. **Handbook of psychological testing**. Routledge, 2013.

KYRIACOU, Chris; SUTCLIFFE, John. A Model of Teacher Stress. **Educational Studies**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 1–6, 1978. DOI: 10.1080/0305569780040101.

\* LAFERTON, Johannes A. C.; STENZEL, Nikola M.; FISCHER, Susanne. The beliefs about stress scale (BASS): Development, reliability, and validity. **International Journal of Stress Management**, [S. l.], v. 25, n. 1, p. 72–83, 2016. DOI: 10.1037/str0000047.

LAZARUS, Richard S. Toward better research on stress and coping. **American Psychologist**, [S. l.], v. 55, n. 6, p. 665–673, 2000. DOI: 10.1037/0003-066X.55.6.665.

LIMA, Daysi Alves; QUEIROZ, Erica Soares da Mota Maia de Carvalho de; SILVA, Rodrigo Marques Da; COSTA, Ana Lúcia Siqueira; VALÓTA, Izabel Alves das Chagas;; SAURA., Ana Paula Neroni Stina. Stress factors associated with depressive symptoms and sleep quality in nursing students. **REVISA**, [S. l.], v. 9, n. 4, p. 834–845, 2020. DOI: <https://doi.org/10.36239/revisa.v9.n4.p834a845> 1.

LIPP, Marilda E. Novaes. **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco**. São Paulo, Campinas: Papirus, 1996.

\* LIPP, Marilda E. Novaes; GUEVARA, Arnaldo J. de Hoyos. Validação empírica do inventário de sintomas de stress. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 43–49, 1994. DOI: 10.1590/s0102-79721999000100005.

LIPP, Marilda E. Novaes; MALAGRIS, Lúcia E. Novaes. O stress emocional e seu tratamento. In: **B. Rangé (Org.). Psicoterapias cognitivo- comportamentais**. Rio de Janeiro: Artmed, 2001.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **Manual do inventário de sintomas de stress para adultos**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

\* LUFT, Caroline Di Bernardi; SANCHES, Sabrina de Oliveira; MAZO, Giovana Zarpellon; ANDRADE, Alexandre. Brazilian version of the Perceived Stress Scale: Translation and validation for the elderly. **Revista de Saude Publica**, [S. l.], v. 41, n. 4, p. 606–615, 2007. DOI: 10.1590/s0034-89102007000400015.

MOHER, David; LIBERATI, Alessandro; TETZLAFF, Jennifer; ALTMAN, Douglas G. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. **Journal of clinical epidemiology**, [S. l.], v. 62, n. 10, p. 1006–1012, 2009. DOI: 10.1016/j.jclinepi.2009.06.005.

MORETTI, Felipe Azevedo; MARTHA, Maria; HÜBNER, Costa. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional? **Revista Psicopedagogia**, [S. l.], v. 34, n. 105, p. 258–267, 2017. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862017000300003](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862017000300003).

MURAKAMI, Karolina; PANÚNCIO-PINTO, Maria Paula; SANTOS, Jair Licio Ferreira Dos; TRONCON, Luiz Ernesto De Almeida; TRONCON, Luiz Ernesto de Almeida. Estresse psicológico em estudantes de cursos de graduação da área da saúde: subsídios para promoção de saúde mental. **Revista de Medicina**, [S. l.], v. 98, n. 2, p. 108–113, 2019. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v98i2p108-113.

NAVA, Martha Edilia Palacios; ZAVALA, Veronica Montes de Oca. Condiciones de trabajo y estrés en académicos universitarios. **Ciencia & Trabajo**, [S. l.], n. 58, p. 49–53, 2017. DOI: <http://10.4067/S0718-24492017000100049>.

\* PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia (Natal)**, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 45–52, 2004. DOI: 10.1590/s1413-294x2004000100006.

PASQUALI, Luiz. Psicometria. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [S. l.], v. 43, n. spe, p. 992–999, 2009. DOI: 10.1590/s0080-62342009000500002.

\* PATIAS, Naiana Dapieve; MACHADO, Wagner De Lara; BANDEIRA, Denise Ruschel; DELL’AGLIO, Débora Dalbosco. Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form: Adaptation and validation for Brazilian adolescents. **Psico-USF**, [S. l.], v. 21, n. 3, p. 459–469, 2016. DOI:10.1590/1413-82712016210302.

\* PEACOCK, Edward J.; WONG, Paul T. P. The stress appraisal measure (SAM): A multidimensional approach to cognitive appraisal. **Stress Medicine**, [S. l.], v. 6, n. 3, p. 227–236, 1990. DOI: 10.1002/smi.2460060308.

PRIMI, Ricardo; MUNIZ, Monalisa; NUNES, Carlos Henrique Sancineto da Silva.

**Definições contemporâneas de validade de testes psicológicos.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2009.

\* REIS, Rodrigo Siqueira; HINO, Adriano Akira Ferreira; RODRIGUEZ -AÑEZ, Ciro Romélio. Perceived stress scale: Reliability and validity study in Brazil. **Journal of Health Psychology**, [S. l.], v. 15, n. 1, p. 107–114, 2010. DOI: 10.1177/1359105309346343.

\* RODRIGUEZ, Norma; MORRIS, Julie K.; MYERS, Hector F.; CARDOZA, Desdemona. Latino college student adjustment: Does an increased presence offset minority-status and acculturative stresses? **Journal of Applied Social Psychology**, [S. l.], v. 30, n. 7, p. 1523–1550, 2000. DOI: 10.1111/j.1559-1816.2000.tb02534.x.

ROSSATO, Gabrieli; DAL ONGARO, Juliana; GRECO, Patrícia Bitencourt Toscani; LUZ, Emanuelli Mancio F. Da; MAGNAGO, Tânia Solange. Estresse e resiliência no trabalho em servidores públicos federais. **Enfermagem em Foco**, [S. l.], v. 11, n. 3, p. 78–86, 2020. DOI: 10.21675/2357-707x.2020.v11.n4.3452.

SÁ, Sthefani C. de Andrade; SILVA, Rodrigo M. Da; KIMURA, Cristilene Akiko; PINHEIRO, Graziela Queiroz; GUIDO, Laura de Azevedo; FILHO, Iel M. de Moraes. Estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do distrito federal. **Rev. Cient. Sena Aires**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 200–7, 2018. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/321/231>.

SANTANA, Árgila Gonçalves de Carvalho et al. Fatores de risco para doença arterial coronária em docentes de uma faculdade privada do interior da Bahia. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**, [S. l.], v. 9, n. 3, p. 9–14, 2019. DOI: 10.17058/reci.v9i3.13198.

SANTOS, Cristina Mamédio da Costa; PIMENTA, Cibele Andrucio de Mattos; NOBRE, Moacyr Roberto Cuce. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [S. l.], v. 15, n. 3, p. 508–511, 2007. DOI: 10.1590/S0104-11692007000300023.

SELYE, Hans. A syndrome produced by diverse nocuous agents. **Nature**, [S. l.], v. 138, n. 4, p. 32, 1936. DOI: 10.1038/138032a0.

SELYE, Hans. **The stress of life**. [s.l.] : McGraw-Hill, 1956.

SELYE, Hans. **The evolution of the stress concept: The originator of the concept traces its development from the discovery in 1936 of the alarm reaction to modern therapeutic applications of syntoxic and catatoxic hormones.** 6. ed., [s.l.] : Sigma Xi, The Scientific Research Honor Society, 1973.

\* SISTO, Fermino Fernandes; BAPTISTA, Makilim Nunes; SANTOS, Aparecida Angeli dos; NORONHA, Ana Paula Porto. Análise Fatorial da Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT). **Psicol. Am. Lat.**, [S. l.], 2008. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-350X2008000400011&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2008000400011&lng=pt&tlng=pt).

\* SMEDLEY, Brian D.; MYERS, Hector F.; HARRELL, Shelly P. Minority-Status Stresses and the College Adjustment of Ethnic Minority Freshmen. **The Journal of Higher Education**, [S. l.], v. 64, n. 4, p. 434, 1993. DOI: 10.2307/2960051.

SOARES, Michelle Barbosa; MAFRA, Simone Caldas Tavares; FARIAS, Evandro Rodrigues De. Fatores associados à percepção de estresse em docentes universitários em uma instituição pública federal. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 90–98, 2019. DOI: 10.5327/Z1679443520190280.

SOUZA, Ana Cláudia de; ALEXANDRE, Neusa Maria Costa; GUIRARDELLO, Edinêis de Brito. Propriedades psicométricas na avaliação de instrumentos: avaliação da confiabilidade e da validade. **Epidemiologia e serviços de saúde : revista do Sistema Único de Saúde do Brasil**, [S. l.], v. 26, n. 3, p. 649–659, 2017. DOI: 10.5123/S1679-49742017000300022.

YUNES, Maria Angela Mattar; FERNANDES, Grazielli; WESCHENFELDER, Gelson Vanderlei. Intervenções psicoeducacionais positivas para promoção de resiliência: o profissional da educação como tutor de desenvolvimento. **Educação**, [S. l.], v. 41, n. 1, p. 83, 2018. DOI: 10.15448/1981-2582.2018.1.29766.

### 3. ARTIGO II

#### **Escala de Estresse Acadêmico: evidências de validade e precisão no contexto docente**

##### **Resumo**

O estresse pode afetar negativamente o desempenho dos docentes em suas atividades acadêmicas, gerando cansaço, desconforto e dificuldade em manter uma vida saudável. Assim, o uso de instrumentos psicométricos pode auxiliar na investigação desse fenômeno, podendo contribuir na criação de estratégias de enfrentamento ao estresse. Diante da escassez de instrumentos para esse público, o presente estudo teve como objetivo adaptar a Escala de Estresse Acadêmico (EEA-D) para o contexto docente, avaliando suas evidências psicométricas. Foram realizadas duas etapas: na primeira participaram 210 professores universitários com idade média de 42,00 anos ( $DP=9,00$ ) e na segunda etapa participaram 257 com idade média de 45,41 anos ( $DP=11,02$ ). Os resultados confirmaram a estrutura unidimensional para a EEA-D, apresentando índices de confiabilidade ( $\Omega=0,91$ ;  $CC=0,91$ ) e de parâmetros de discriminação e dificuldade satisfatórios, mostrando ser adequada para medir o estresse acadêmico em professores universitários.

**Palavras-chave:** Escala; Stress; Professores Universitários.

## ABSTRACT

Stress may hamper university teaching staff performance by causing fatigue, discomfort and hinder a healthy lifestyle. Thus, the use of psychometric can both contribute to the investigation of this phenomenon and point to stress coping strategies. Given the scarcity of instruments targeting this group, the present study aims to adapt the Academic Stress Scale (EEA-D) for teachers, and evaluate its psychometric evidences. Two phases were performed: in the first phase, 210 university teachers participated, with ages averaging 42 years old (SD=9.0). The second phase included 257 participants with age averaging 45.41 years old (SD=11.02). The results confirmed a uni-dimensional structure for EEA-D, with adequate confiability index ( $\Omega=0,91$ ;  $CC=0,91$ ) and satisfactory discrimination and difficulty parameters, confirming its suitability to measure academic stress in university teachers.

**Keywords:** Scale; Stress; College Teachers;

## Introdução

De acordo com o censo realizado em 2019, pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), o número de docentes na educação superior no Brasil era de 386.073, tendo uma concentração maior na rede privada (54,31%). Além disso, a pesquisa mostra que o número de docentes que trabalham em tempo integral na rede pública aumentou 56,6% entre 2009 e 2019 (INEP, 2019). Esses dados refletem na realidade de muitos docentes, que vêm experimentando alterações no tempo de trabalho em instituições de ensino superior, além de que, o aumento da jornada de trabalho muitas vezes emerge a ideia de que estes devem ser “mais produtivos” (VOSGERAU; ORLANDO; MEYER, 2017).

Nesse sentido, considerando o projeto de processo de desmonte das universidades públicas, precariedade nas condições de trabalho e do retrocesso nos direitos trabalhistas, o trabalho na docência se intensifica, e esse novo cenário acaba exigindo dos professores o prolongamento da carga horária e/ou aumento de produtividade (QUEIRÓZ; EMILIANO, 2020). As exigências do sistema educacional tornam-se cada vez mais desafiadoras e com frequência requer uma reorganização do indivíduo, o que torna a vida universitária muitas vezes uma fonte de estresse (EPPELMANN *et al.*, 2016).

A competitividade e a exigência em resultados e desempenho no âmbito socioeconômico tornaram-se mais intenso, uma vez que a demanda por serviços de alta qualidade aumentou consideravelmente com a globalização. Neste sentido, trabalhadores são expostos ao estresse e *burnout*, apresentando-se vulneráveis à saúde ocupacional (MOUELEU NGALAGOU *et al.*, 2019). A síndrome de *burnout*, considerada a síndrome de esgotamento profissional, trata-se de uma doença que afeta majoritariamente os profissionais em seus contextos laborais, tendo como consequência o desenvolvimento de doenças crônicas e desgaste mental e físico (LÓPEZ DE LA CRUZ; VENTURA, 2019). Estudo realizado por Moueleu Ngalagou *et al.* (2019), com 303 docentes universitários, identificou que 55,4% afetados por *burnout* são professores de início de carreira. Além disso, os resultados apontaram uma associação significativa de *burnout* com o salário insatisfatório ( $P = 0,0001$ ), trabalho extenuante e estressante ( $P = 0,002$ ), más condições de trabalho ( $P = 0,0001$ ), tempo de trabalho parcial em instituições privadas ( $P = 0,027$ ) e sedentarismo ( $P = 0,007$ ).

Com a pandemia de COVID-19, fatores como privações da vida social, mudanças na rotina de trabalho como as aulas à distância, remotas e/ou híbridas e o uso de tecnologias digitais de informação e comunicação têm gerado estresse nos docentes (FENG, *et al.*, 2020;

ARAÚJO *et al.*, 2020). Segundo Queiróz e Emiliano (2020), o novo modelo adotado pela universidade para avaliar e medir a produtividade da classe docente baseado na quantidade de artigos publicados, aulas e projetos de extensão e pesquisa, acaba pressionando o profissional pela produção intelectual. Desse modo, tanto o aumento da jornada de trabalho como a exigência por produções são fatores desgastantes, proporcionando experiências estressantes ao docente.

O estresse acadêmico é desenvolvido no campo educacional, e pode ocasionar sofrimento para o indivíduo, tais como prejuízos no estado emocional, nas relações interpessoais e na saúde física (MANRIQUE-MILLONES; MILLONES-RIVALLES; MANRIQUE-PINO, 2019). Portanto, o estresse pode ocasionar sintomas físicos que afetam negativamente o desempenho dos docentes em suas atividades acadêmicas, gerando cansaço, desconforto e dificuldade em manter uma vida saudável, podendo desencadear problemas de saúde, emocionais e interpessoais (LAZARI; CODINHOTO, 2016; PETTO *et al.*, 2017).

O estresse quando não gerenciado dificulta na capacidade de desempenho das funções de trabalho e na construção de relacionamentos positivos concernentes ao seu papel (BERKOWITZ *et al.*, 2016; CANCIO *et al.*, 2018). De acordo com Lazarus (2000), a forma como o indivíduo se relaciona com o ambiente estressor é o que define a sua manifestação ao estresse. Assim, segundo o modelo interacionista pressuposto por Folkman e Lazarus (1984), o estresse é o resultado da relação do indivíduo-ambiente.

Perante o exposto, criar estratégias de enfrentamento frente às fontes de estresse no contexto acadêmico e elaborar práticas interventivas poderá promover uma melhor qualidade de vida aos professores universitários. A aplicação de instrumentos que apresentem propriedades psicométricas é uma das estratégias utilizadas para investigar fenômenos como o estresse (FRANÇA; DIAS, 2021). Sendo assim, foi feita uma busca por estudos publicados nos últimos dez anos que utilizassem instrumentos psicométricos na temática abordada. Foram consultadas as bases de dados: IndexPsi, LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), Portal de Periódicos CAPES, PePSIC (Periódicos Eletrônicos de Psicologia), PsycINFO (*American Psychological Association- APA*) e SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), utilizando as palavras-chave: “estresse”, “universidade”, “instrumentos”, “escala”, “questionário”, “teste” e “inventário”.

Após a busca, pode-se constatar que no Brasil há uma escassez de instrumentos psicométricos direcionados aos professores universitários. Dentre os estudos encontrados, a

escala de estresse no trabalho (EET) (PASCHOAL; TAMAYO, 2004) é amplamente utilizada para avaliar o estresse ocupacional em diversos âmbitos e ocupações de trabalho. Outros instrumentos muito utilizados são a escala de Estresse Percebido (REIS; HINO; RODRIGUEZ -AÑEZ, 2010) e o Inventário de *Stress* em Adultos (LIPP, 2003). Contudo, esses instrumentos avaliam aspectos gerais do estresse, sem dar ênfase a fatores estressores em contextos específicos, como o acadêmico. Em contrapartida, existem alguns instrumentos psicométricos que avaliam o estresse acadêmico no contexto brasileiro, porém são direcionados aos estudantes universitários (FILHO; CÂMARA, 2020; FRANÇA; DIAS, 2021; FREIRES *et al.*, 2018). Tais instrumentos apresentam itens de difícil generalização para a realidade dos docentes.

Diante do exposto, considera-se relevante propor um instrumento de avaliação para avaliar o estresse no contexto docente. Nesta direção, optou-se por realizar uma adaptação da Escala de Estresse Acadêmico (EEA, FREIRES *et al.*, 2018). Considera-se que a EEA é o instrumento que melhor aborda o tema deste estudo e que obteve melhores evidências de qualidade psicométrica no contexto brasileiro para avaliar o estresse acadêmico, sendo essa uma característica de atual interesse e, portanto, levada em consideração na seleção do instrumento. Este instrumento foi adaptado em uma amostra de estudantes de diversos cursos de graduação, oriundos de uma Instituição de Ensino Superior da região norte. Os resultados apontaram que a escala EEA possui uma estrutura unifatorial com bons índices de consistência interna (*alfa de Cronbach* = 0,88) no estudo de construção. Além disso, apresentou um teste de ajuste da sua estrutura, indicando como adequada e precisa.

Portanto, o objetivo do presente estudo é adaptar uma medida de estresse acadêmico direcionado aos professores universitários, bem como avaliar as propriedades psicométricas em relação à sua validade e precisão. Para tanto, foram realizadas duas etapas. A primeira etapa aborda a fase da adaptação do instrumento referente à validação semântica e análise dos índices de consistência interna e análise dos parâmetros de resposta dos itens do instrumento. Além disso, ainda na primeira etapa, procurou conhecer a estrutura fatorial do instrumento. No segundo momento, realizaram-se análise de evidências baseadas na estrutura interna da medida.

## **Estudo I- Propriedades psicométricas preliminares da EEA**

### **Método**

#### Participantes

Participaram 210 docentes universitários de instituições públicas (88,1%) e privadas (13,3%), com idade variando entre 23 e 69 anos ( $M=42$ ;  $DP=9.00$ ). A maioria são mulheres (61,4%), brancas (61%), casadas (50,5%) e com filhos (57,6%). Contou-se com uma amostra por conveniência e não probabilística. A maior parte dos docentes (90,5%) ensinava na modalidade de graduação, em tempo integral (39%). Além disso, a maioria atua na área de conhecimento em Ciências Humanas (35,7%) e as demais se distribuíram dentre as áreas: ciências exatas e da terra, ciências biológicas, engenharias, ciências agrárias, linguística, letras e artes e por fim, ciências sociais aplicadas.

#### Instrumentos

Para a caracterização da amostra, foi utilizado um questionário sociodemográfico contendo informações como: idade, identidade étnico-racial, sexo, estado civil, área de conhecimento, dentre outras informações. Além disso, os participantes responderam a Escala de Estresse Acadêmico já em sua versão adaptada. Em relação ao processo de adaptação da escala, inicialmente foram realizadas as modificações dos itens da Escala de Estresse Acadêmico para o novo público (professores universitários). O instrumento passou por uma validação de conteúdo e em seguida, validação semântica, no intuito de investigar a adequação do nível de entendimento e compreensão dos itens, se estes abordavam os aspectos acerca do construto avaliado.

Os itens que compõe o instrumento foram avaliados por cinco juízes experts em avaliação psicológica. Essa avaliação ocorreu de forma *on-line*, disponibilizando-se de um formulário contendo os seguintes pontos: a) clareza dos itens, reportado qualquer item de difícil interpretação e/ou ambíguo; b) compreensão da linguagem utilizada; c) um campo nomeado como “observações” para sugestões, esclarecimentos e/ou apontamentos; e d) análise dos termos utilizados nos itens para avaliar o estresse. Realizou-se a validação semântica (PASQUALI, 2010), em que a análise passou pelo público-alvo, formado por trinta professores universitários de instituições públicas e privada. Estes foram instruídos a identificar em cada item aspectos relacionados à interpretação e semântica. A escala adaptada manteve a quantidade de itens da original, composta por treze itens com um padrão de resposta de escala Likert que varia de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente).

## Procedimentos

### *Coleta de dados*

Após obter a versão final da Escala de Estresse Acadêmico para docentes (EEA-D), realizou-se a coleta de dados para avaliar as propriedades psicométricas. A coleta ocorreu de forma *on-line*, por meio de um formulário hospedado na plataforma Google *Forms* contendo a referida escala e um questionário sociodemográfico. A pesquisa foi divulgada nas redes sociais (*e.g.*, Facebook, Instagram) e através de e-mails de professores e coordenações cadastradas nos sites de algumas Instituições de Ensino Superior (IES). O tempo médio para o preenchimento da pesquisa foi de oito minutos.

### *Aspectos éticos*

Vale ressaltar que os aspectos éticos de pesquisa com seres humanos foram respeitados de acordo com as resoluções do Conselho Nacional de Saúde (CNS) 466/2012 e 510/2016. Foi disponibilizada uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), por meio de um link para *download*, para os professores que aceitaram participar da pesquisa de forma voluntária, garantindo o anonimato e a integridade dos mesmos. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) sob o Parecer nº 4.469.943.

### *Análise de Dados*

Os dados foram analisados por meio do programa R versão 4.1.0 (R CORE TEAM, 2020). Realizou-se a Análise Fatorial Exploratória (AFE) com o intuito de conhecer a estrutura fatorial da Escala de Estresse Acadêmico (EEA-D), aplicando-se o método da análise paralela para extração de fatores (HORN, 1965). Em relação à consistência interna, foram empregadas as medidas de ômega ( $\Omega$ ) de McDonald e Confiabilidade Composta (C.C), utilizando-se o pacote *semTools*. De acordo com a literatura, para que o instrumento seja considerado fidedigno, os valores aceitáveis dessas medidas devem ser superiores a 0,60, sendo que os valores acima de 0,70 e 0,80 são considerados bons e excelentes, respectivamente (HAYES; COUTTS, 2020; RAYKOV, 1997).

Os parâmetros individuais dos itens da EEA-D foram analisados através da Teoria de Resposta ao Item (TRI), utilizando o modelo de resposta gradual de Samejima (1969) para calcular os índices de discriminação e dificuldade, da qual foi utilizado o pacote *mirt* (CHALMERS, 2012).

De acordo com Pasquali (2020), os índices de discriminação têm uma variação entre 0,01-0,34 (muito baixa), 0,35-0,64 (baixa), 0,65-1,34 (moderada), 1,35-1,69 (alta) e por fim, superior a 1,70 (muito alta). Em relação ao parâmetro de dificuldade, o autor afirma que os valores são distribuídos da seguinte maneira: menor que -1,28 (muito fácil), -1,28 a -0,53 (fácil), -0,53 a 0,52 (moderada), 0,53 a 1,28 (difícil) e acima de 1,28 (muito difícil). O parâmetro discriminativo trata-se da capacidade do item diferenciar docentes com diferentes níveis de traço latente. Em relação ao parâmetro de dificuldade, trata-se da probabilidade de o docente responder a uma determinada categoria, no caso, alternativa da questão (1=discordo totalmente a 5=concordo totalmente).

## Resultados

Os índices de *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO=0,91) e Teste de Esfericidade de *Bartlett*,  $\chi^2(12)=50,258$ ;  $p < 0,001$  indicaram a fatorabilidade da matriz de correlações policóricas dos itens, sendo, portanto, considerada adequada para efetuar a AFE. Em seguida, a análise paralela foi empregada (HORN, 1965), da qual resultou uma estrutura fatorial em um único fator, tendo explicado 44,3% da variância total.

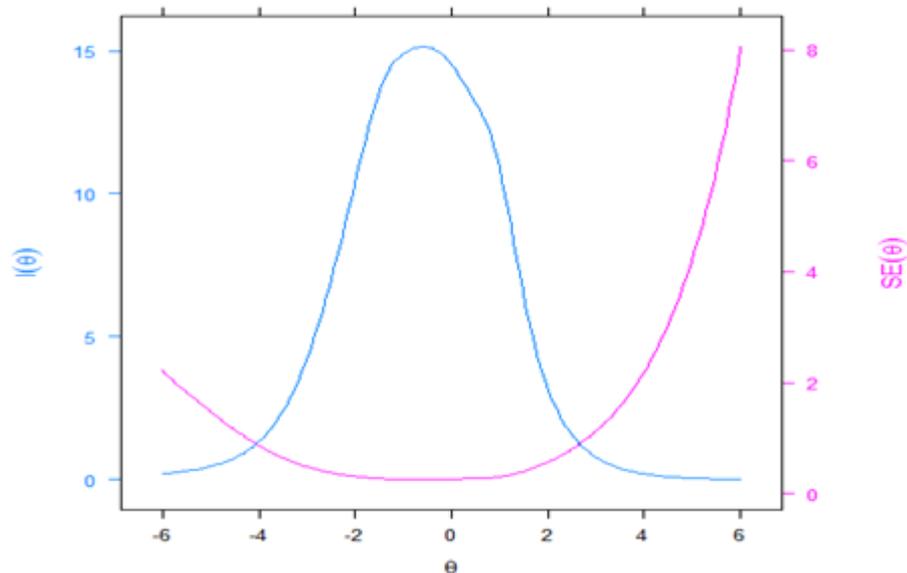
Tabela 1- Estrutura fatorial e parâmetros de resposta dos itens da EEA-D

| Itens                       | Fator | $h^2$ | $A$  | $b_1$  | $b_2$  | $b_3$  | $b_4$  | $b_x$ |
|-----------------------------|-------|-------|------|--------|--------|--------|--------|-------|
| Item 1                      | 0,66  | 0,45  | 1,75 | -2,153 | -0,940 | -0,349 | 1,159  | -0,57 |
| Item 2                      | 0,60  | 0,36  | 1,37 | -2,963 | -1,936 | -1,330 | -0,040 | -1,57 |
| Item 3                      | 0,51  | 0,27  | 1,24 | -1,584 | 0,045  | 0,849  | 1,917  | 0,31  |
| Item 4                      | 0,65  | 0,43  | 1,60 | -2,093 | -0,817 | 0,061  | 1,138  | -0,43 |
| Item 5                      | 0,58  | 0,36  | 1,42 | -1,922 | -1,021 | -0,413 | 0,708  | -0,66 |
| Item 6                      | 0,70  | 0,46  | 2,10 | -2,308 | -1,172 | -0,763 | 0,208  | -1,01 |
| Item 7                      | 0,85  | 0,71  | 3,22 | -1,189 | -0,532 | 0,000  | 0,970  | -0,19 |
| Item 8                      | 0,77  | 0,59  | 2,27 | -1,674 | -0,782 | -0,236 | 0,718  | -0,49 |
| Item 9                      | 0,34  | 0,12  | 0,85 | -4,777 | -3,666 | -2,792 | -1,021 | -3,06 |
| Item 10                     | 0,67  | 0,46  | 1,81 | -1,870 | -1,023 | -0,274 | 0,573  | -0,65 |
| Item 11                     | 0,72  | 0,53  | 2,03 | -1,603 | -0,892 | -0,050 | 0,832  | -0,43 |
| Item 12                     | 0,81  | 0,65  | 2,89 | -1,587 | -0,821 | -0,288 | 0,480  | -0,55 |
| Item 13                     | 0,63  | 0,40  | 1,60 | -2,370 | -1,489 | -0,850 | 0,221  | -1,12 |
| Valor Próprio               |       |       |      |        |        |        |        | 5,76  |
| Variância explicada         |       |       |      |        |        |        |        | 44,3% |
| $\Omega$ de <i>McDonald</i> |       |       |      |        |        |        |        | 0,91  |
| Confiabilidade Composta     |       |       |      |        |        |        |        | 0,91  |

Nota:  $h^2$ =comunalidade;  $a$ =parâmetro de discriminação;  $b_x$ =parâmetro de dificuldade.

É possível observar (ver Tabela 1) que as cargas fatoriais dos itens foram todas adequadas, uma vez que apresentaram saturações acima de 0,30 (PASQUALI, 2013), variando entre 0,34 a 0,85. Além disso, os índices de consistência interna foram considerados excelentes ( $\Omega=0,91$ ;  $CC=0,91$ ). Posteriormente, foi conduzida a análise dos parâmetros individuais dos itens por meio da TRI. Os resultados apontaram (ver Tabela 1) índice discriminativo de moderada a muito alta ( $M=1,86$ ;  $DP=,66$ ), sendo que o item 9 (*e.g.* as poucas perspectivas de crescimento na carreira docente têm me deixado angustiado) é menos discriminativo ( $a=0,85$ ) em relação ao item 7 (*e.g.* fico de mau humor por me sentir isolado na universidade), com índice discriminativo maior ( $a=3,22$ ).

Quanto ao parâmetro de dificuldade, os itens foram considerados fáceis a moderados. O item que apresentou baixos níveis de traço latente dos participantes foi o item 9 ( $b_4=-3,06$ ; as poucas perspectivas de crescimento na carreira docente têm me deixado angustiado). Já o item 3 foi o que apresentou maiores níveis de traço latente ( $b_4=0,31$ ; tenho me sentindo incomodado com a falta de confiança do coordenador sobre os meus trabalhos). Acrescenta-se, ainda, que através da Curva de Característica do Item (ver Figura 1), é possível observar que os itens são capazes de capturar informação numa região bastante ampla de  $\theta$  em um intervalo de traço latente entre -4 e 2,4.



**Figura 1** - Curva de Característica do Item (CCI) da EEA-D

Uma vez investigada a estrutura fatorial do instrumento, a consistência interna e os parâmetros de resposta dos itens, no segundo estudo será realizada uma Análise Fatorial

Confirmatória (AFC) com o intuito de investigar profundamente a estrutura fatorial do instrumento.

## **Estudo II- Propriedades psicométricas confirmatórias da EEA-D**

### **Método**

#### Participantes

Participaram do segundo estudo 257 professores universitários de instituições públicas e privadas, sendo a maioria do Nordeste (44,4%), com idade média de 45,41 anos (DP=11,02), variando entre 29 e 74 anos. A maior parte da amostra foi de mulheres (58,4%), brancas (72,0%), casadas (54,1%), e com filhos (59,1%). A maioria dos docentes concentravam suas atividades na modalidade da graduação (49,8%) e as áreas de conhecimento mais presentes foram Ciências Biológicas (21,8%), Ciências Sociais Aplicadas (16,0%) e Ciências Humanas (12,1%). Tratou-se de uma amostra não probabilística, com coleta de dados por conveniência.

#### Instrumentos

Foi aplicada a Escala de Estresse Acadêmico em sua versão final e um questionário sociodemográfico. Os procedimentos da coleta de dados seguidos nessa etapa também foram os mesmos descritos no Estudo I, considerando os mesmos preceitos éticos.

#### Procedimentos

##### *Análise de Dados*

Neste momento, a Análise Fatorial Confirmatória (AFC) foi utilizada para testar a estrutura fatorial identificada no Estudo 1. Os mesmos índices de consistência interna do Estudo 1 foram utilizados para avaliar o instrumento. O software R foi utilizado para realizar as análises dos dados. Para comprovar o modelo estrutural do instrumento, realizou-se a Análise Fatorial Confirmatória (AFC) por meio do pacote *lavaan* (ROSSEEL, 2012). Para testar os ajustes do modelo, utilizou-se como entrada a matriz de correlação policórica, empregando-se o método Weighted Least Squares Means and Variance Adjusted (WLSMV; LI, 2016).

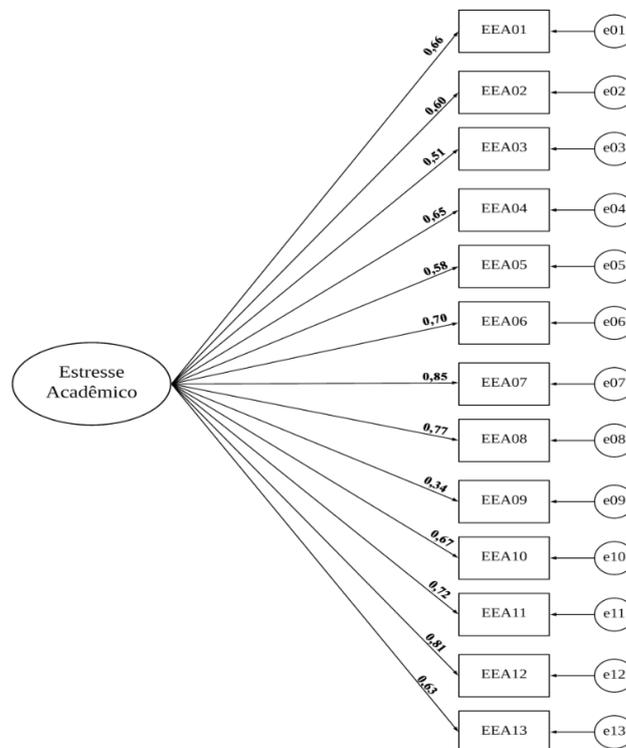
Desse modo, foram analisados os seguintes índices de comprovação: Razão qui-quadrado ( $\chi^2/g.l$ ) com valor de aceitação entre 2 e 3; Comparative Fit Index (CFI) e Tucker-Lewis Index (TLI) com valor de aceitação maior ou igual a 0,90; Root Mean Square Error

Approximation (RMSEA), com valores de aceitação entre 0,05 e 0,08, podendo-se admitir até 0,10 de seu intervalo de confiança; e, por fim, o Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) com valor de aceitação abaixo de 0,08 (BROWN, 2015; BYRNE, 2011; TABACHNICK; FIDELL; ULLMAN, 2007).

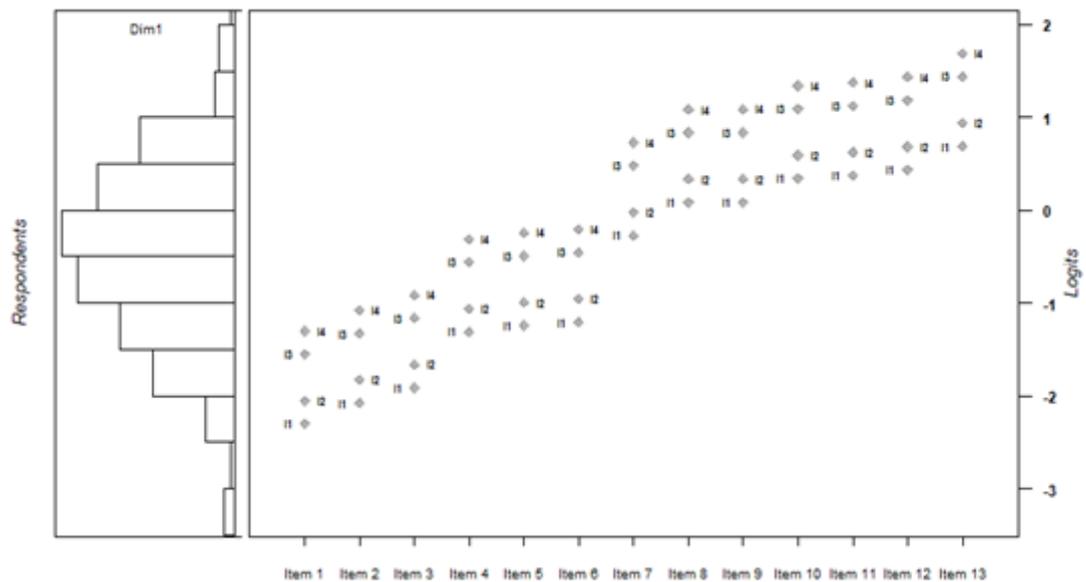
## Resultados

Em relação à AFC, foram obtidos os seguintes índices:  $\chi^2(65)=77,089$ ,  $\chi^2/gl=1,18$ , CFI =0,99, TLI=0,99, SRMR= 0,059 e RMSEA=0,027 (IC90%=0,000 - 0,0048). Os índices são considerados excelentes, com todos os pesos fatoriais (lambdas) estatisticamente diferentes de zero ( $\lambda \neq 0$ ;  $t > 1,96$ ,  $p < 0,05$ ), variando entre o item 9 ( $\lambda=0,545$ ) ao item 7 ( $\lambda=0,825$ ). Esses dados confirmam a estrutura fatorial unidimensional do estudo de construção (FREIRES *et al.*, 2018).

Os índices de consistência interna do instrumento foram igualmente satisfatórios, sendo o Ômega de *McDonald*=0,92 e a Confiabilidade Composta (C.C)=0,92. Sendo assim, o instrumento reúne evidências de validade de construto e consistência interna, apresentando-se adequado para utilização na avaliação do estresse de docentes do ensino superior. A estrutura fatorial e o mapa dos itens do instrumento podem ser observados nas Figuras 2 e 3, respectivamente.



**Figura 2-** Estrutura Fatorial da EEA-D



**Figura 3** – Mapa dos itens da EEA-D

## Discussão

O presente estudo teve como objetivo adaptar e conhecer os parâmetros psicométricos da Escala de Estresse Acadêmico no contexto docente (EEA-D). A partir dos resultados, pode-se afirmar que a EEA-D é um instrumento unidimensional, tendo a sua estrutura fatorial confirmada. Em relação à consistência interna, os valores dos índices de *McDonald* e Confiabilidade Composta foram satisfatórios, indicando que a escala apresenta fidedignidade.

Embora o estudo de França e Dias (2021) seja mais recente e tenha adaptado um instrumento transcultural ao contexto brasileiro que mensura o estresse acadêmico em estudantes, este apresenta algumas limitações que devem ser consideradas. Após a etapa de construção do instrumento, os aspectos psicométricos não foram analisados com robustez, sendo assim, o instrumento conta apenas com a Análise Fatorial Exploratória (AFE). Já o instrumento adaptado por Freires et al. (2018) apresenta evidências psicométricas satisfatórias desde o estudo inicial, investigando evidências de validade de construto profundamente, bem como mesclando o uso da Teoria Clássica dos Testes (TCT) com a Teoria de Resposta ao Item (TRI). Deste modo, para o presente estudo, a EEA (FREIRES et al., 2018) foi escolhida como instrumento para a adaptação o contexto docente.

No primeiro momento, buscou-se analisar a estrutura fatorial do instrumento com um método exploratório, a Análise Fatorial Exploratória (AFE) foi escolhida a fim de compor o leque de análises preliminares do instrumento, visto que também foi utilizada no estudo

inicial de Freires *et al.* (2018). Sendo assim, a hipótese inicial foi confirmada, visto que os resultados corroboraram com os do estudo mencionado, atestando assim a natureza unifatorial do instrumento no contexto docente. Os parâmetros de precisão também foram satisfatórios, sendo testados a partir dos coeficientes  $\omega$  e de Confiabilidade Composta.

Ainda nas análises preliminares, o instrumento se mostrou adequado também com o uso da Teoria de Resposta ao Item (TRI), que quando investigados os parâmetros de discriminação e dificuldade, foram obtidos resultados satisfatórios. As faixas de discriminação do instrumento foram de média a alta. Sobre o segundo parâmetro, pode-se afirmar que o instrumento possui itens fáceis e moderados. Em geral, pode-se afirmar que o instrumento discrimina sujeitos de níveis de estresse intermediário e alto muito bem, além disso, tem boa amplitude de dificuldade, com itens fáceis (necessita de baixo nível de traço latente para endossar) e moderados (níveis de traço latente moderados para endosso). Por fim, ainda que o instrumento tenha maior precisão de informações em níveis baixos de traço latente, conforme visto na Figura 1 (CCI), pode-se considerar boa a amplitude, visto que alcança boa precisão até o nível de  $\theta$  (traço latente) de +2,4.

A Análise Fatorial Confirmatória (AFC) tem o intuito de confirmar achados anteriormente explorados, visto que a estrutura fatorial é escolhida pelo pesquisador, para isso, contou-se com os achados da Etapa 1, utilizando-se, então, a estrutura unifatorial, que foi confirmada a partir dos coeficientes anteriormente descritos. Sendo assim, pode-se inferir que o instrumento proporciona segurança em sua estrutura fatorial, já que esta foi testada de maneira exploratória (a análise extrai a estrutura) e confirmatória (teste da estrutura anteriormente extraída). Os índices de consistência interna também mostram consistência de resultados, já que obtiveram excelentes resultados ( $\omega=0,92$ ;  $CC=0,92$ ).

### **Considerações Finais**

Por fim, este estudo indica que a EEA-D apresenta ótimas evidências de validade e fidedignidade, podendo ser utilizada para medir o Estresse Acadêmico em professores na educação de ensino superior no Brasil. Trata-se de instrumento breve, de fácil uso e aplicação. Quanto à limitação do estudo, por se tratar de uma pesquisa *online*, alguns pontos quanto à seleção e representatividade da amostra como a área de atuação, região e o tipo de universidade (pública ou privada) foram observados, porém, pela natureza da pesquisa (por conveniência e não-probabilística), torna-se restritiva ao generalizar para a população geral brasileira.

Não obstante, sugerem-se novos estudos para investigar outras evidências do instrumento que possam ser comparadas com critérios externos de validade, considerando amostras mais heterogêneas em relação ao sexo. Além disso, cabe um novo estudo de normatização e padronização para alcançar a uniformidade do instrumento. Por fim, espera-se que a EEA-D possa contribuir em estudos futuros, dos quais os resultados possam contemplar projetos de intervenção no contexto do ensino superior brasileiro, além de ensejar políticas de gestão acadêmica com uma visão voltada à saúde mental e qualidade de vida dos professores universitários.

## Referências

ARAÚJO, Renata Mendes De; AMATO, Cibelle A. de la Higuera; MARTINS, Valéria Farinazzo; ELISEO, Maria Amélia; SILVEIRA, Ismar Frango. COVID-19, Mudanças em Práticas Educacionais e a Percepção de Estresse por Docentes do Ensino Superior no Brasil. **Revista Brasileira de Informática na Educação**, [S. l.], v. 28, p. 864–891, 2020. DOI: 10.5753/rbie.2020.28.0.864.

BERKOWITZ, Ruth; MOORE, Hadass; ASTOR, Ron Avi; BENBENISHTY, Rami. A Research Synthesis of the Associations Between Socioeconomic Background, Inequality, School Climate, and Academic Achievement. **Review of Educational Research**, [S. l.], v. 87, n. 2, p. 425–469, 2017. DOI: 10.3102/0034654316669821.

BROWN, Timothy A. **Confirmatory Factor Analysis for Applied Research**. Spring Street, New York, 2015.

BYRNE, Barbara M. **Structural Equation Modeling with Mplus: Basic Concepts, Applications, and Programming**. Routledge ed., 2011.

CAMPOS, Françoise Magalhães; ARAÚJO, Tânia Maria de; VIOLA, Denise Nunes; OLIVEIRA, Paula Caroline; SOUSA, Camila Carvalho. Estresse ocupacional e saúde mental no trabalho em saúde: desigualdades de gênero e raça. *Cad Saúde Colet*, 2020; 28(4):579-589. DOI: 10.1590/1414- 462X202028040559

CANCIO, Edward J.; LARSEN, Ross; MATHUR, Sarup R.; ESTES, Mary Bailey; JOHNS, Bev; CHANG, Mei. Special education teacher stress: Coping strategies. **Education and Treatment of Children**, [S. l.], v. 41, n. 4, p. 457–482, 2018. DOI: 10.1353/etc.2018.0025.

CHALMERS, R. Philip. Mirt: A Multidimensional Item Response Theory Package for the R Environment. *Journal of Statistical Software*. [S. l.], v. 48, n. 6, p. 1–29, 2012. DOI: 10.18637/jss.v048.i06.

CHOI, Seung W.; GIBBONS, Laura E.; CRANE, Paul K. lordif: An R Package for Detecting Differential Item Functioning Using Iterative Hybrid Ordinal Logistic Regression. **Journal of Statistical Software**, [S. l.], v. 39, n. 8, p. 1–29, 2011.

CRANE, Paul K.; HART, Dennis L.; GIBBONS, Laura E.; COOK, Karon F. A 37-item shoulder functional status item pool had negligible differential item functioning. **Journal of Clinical Epidemiology**, [S. l.], v. 59, n. 5, p. 478–484, 2006. DOI: 10.1016/j.jclinepi.2005.10.007.

CRANE, Paul K.; VAN BELLE, Gerald; LARSON, Eric B. Test bias in a cognitive test: Differential item functioning in the CASI. **Statistics in Medicine**, [S. l.], v. 23, n. 2, p. 241–256, 2004. DOI: 10.1002/sim.1713.

DIAS, Fernanda Monteiro; FERNANDES, Jacqueline; SANTOS, De Cintra; ABELHA, Lucia; LOVISI, Giovanni Marcos; JANEIRO, Rio De; DIAS, Fernanda Monteiro. O estresse ocupacional e a síndrome do esgotamento profissional (burnout) em trabalhadores da indústria do petróleo: uma revisão sistemática. **Rev Bras Saude Ocup**, [S. l.], v. 6369, p. 1–12, 2016.

EPPELMANN, Lena; PARZER, Peter; LENZEN, Christoph; BÜRGER, Arne; HAFFNER, Johann; RESCH, Franz; KAESS, Michael. Stress, coping and emotional and behavioral problems among German high school students. **Mental Health and Prevention**, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 81–87, 2016. DOI: 10.1016/j.mhp.2016.03.002.

FENG, Xiao Li; HU, Xu Ce; FAN, Kai Yang; YU, Tai. A brief discussion about the impact of coronavirus disease 2019 on teaching in colleges and universities of China. **International Conference on E-Commerce and Internet Technology**, [S. l.], p. 167–170, 2020. DOI: 10.1109/ECIT50008.2020.00044.

FILHO, Paulo Roberto Taborda de Souza; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Evidências de validade da Escala de Estresse em Estudantes para universitários brasileiros. **Revista de Psicologia**, [S. l.], v. 38, n. 1, p. 65–86, 2020. DOI: 10.18800/psico.202001.003.

FOLKMAN, Susan; LAZARUS, Richard S. **Stress, appraisal, and coping**. New York, 1984.

FRANÇA, Felipe Douglas Pereira; DIAS, Tatiane. Evidências de validade e confiabilidade do The Perceptions of Academic Stress Scale. **Psicologia: Teoria e Prática**, [S. l.], v. 23, n. 1, p. 1–22, 2021.

FREIRES, Leogildo Alves; SOUSA, Erlândio Andrade De; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; MONTEIRO, Renan Pereira; GOUVEIA, Valdiney Veloso. Estresse Acadêmico:

adaptação e evidências psicométricas de uma medida. **Revista Psicologia em Pesquisa**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 22–32, 2018. DOI: 10.24879/2018001200300532.

GARCÍA, Nathaly Berrío; ZEA, Rodrigo Mazo. Estrés Académico. **Revista de Psicologia: Universidade de Antioquia**, [S. l.], v. 3, n. 2, 2011.

HAYES, Andrew F.; COUTTS, Jacob J. Use Omega Rather than Cronbach's Alpha for Estimating Reliability. But.... **Communication Methods and Measures**, [S. l.], v. 00, n. 00, p. 1–24, 2020. DOI: 10.1080/19312458.2020.1718629.

HORN JL. A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*. 1965 Jun;30:179-85. doi: 10.1007/BF02289447.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). Censo da Educação Superior. Brasília: Ministério da Educação (MEC), 2019.

JODOIN, Michael G.; GIERL, Mark J. Evaluating Type I error and power rates using an effect size measure with the logistic regression procedure for DIF detection. **Applied Measurement in Education**, [S. l.], v. 14, n. 4, p. 329–349, 2001. DOI: 10.1207/S15324818AME1404\_2.

LAZARI, Eliana Cristina Cruz; ELIZANGELA; CODINHOTO, Elizangela. O estresse de professores em sala de aula. **Angewandte Chemie International Edition**, 6(11), 951–952., [S. l.], v. 6, n. 11, p. 951–952, 2016.

LAZARUS, Richard S. Toward better research on stress and coping. **American Psychologist**, [S. l.], v. 55, n. 6, p. 665–673, 2000.

LI, Cheng Hsien. Confirmatory factor analysis with ordinal data: Comparing robust maximum likelihood and diagonally weighted least squares. **Behavior Research Methods**, [S. l.], v. 48, n. 3, p. 936–949, 2016. DOI: 10.3758/s13428-015-0619-7.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas. **São Paulo: Casa do Psicólogo**, [S. l.], 2003.

LÓPEZ DE LA CRUZ, Edgardo Cristiam Iván; VENTURA, Héctor Zacarias. Síndrome de burnout en docentes universitarios durante dictado de clases virtuales. **Desafios**, v. 11, n. 2, p. e209-e209, 2020.

MANRIQUE-MILLONES, Denisse; MILLONES-RIVALLES, Rosa; MANRIQUE-PINO, Oscar. The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. **Ansiedad y Estrés**, [S. l.], v. 25, n. 1, p. 28–34, 2019.. DOI: 10.1016/j.anyes.2019.03.001.

MOUELEU NGALAGOU, P.T et al. Burnout syndrome and associated factors among university teaching staff in Cameroon: Effect of the practice of sport and physical activities and leisures. **L'encéphale**, v. 45, n. 2, p. 101-106, 2019. DOI: 10.1016/j.encep.2018.07.003

PINHEIRO, Gilson de Assis; LUNA, Geisa Izetti; SANTOS; Renata A. Caramaschi dos; PIMENTEL, Sandra F. Pereira; VARÃO, Alessandra Costa.. Estresse percebido durante período de distanciamento social: diferenças entre sexo. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 10470-10486, 2020.

PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia (Natal)**, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 45–52, 2004. DOI: 10.1590/s1413-294x2004000100006.

PASQUALI, Luiz. **Testes referentes a construto: Teoria e modelo de construção**. In L. Pasquali (Org.), *Instrumentação psicológica: fundamentos e práticas* (pp. 39-71). Porto Alegre, RS: Artmed, 2010.

PASQUALI, Luiz. **Psicometria: Teoria dos testes na psicologia e na educação**. (5ª ed.). Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

PASQUALI, Luiz. **TRI-Teoria de resposta ao item: Teoria, procedimentos e aplicações**, 2020.

PETTO, Jefferson; SANTOS, Guilherme Morais; NONATO, James Batista; SANTIAGO, Marcus Vinícius; SILVA, Vitor Da; DO NASCIMENTO, Weris Lany; SANTOS, Alan Carlos Nery; LADEIA, Ana Marice. Percepção de estresse em docentes do ensino superior. *[S. l.]*, v. 15, n. 1, p. 70–84, 2017.

QUEIRÓZ, Maria de Fátima Ferreira; EMILIANO, Laiany Lara. Ser docente no século XXI: o trabalho em uma universidade pública brasileira. **Revista Katálysis**, *[S. l.]*, v. 23, n. 3, p. 687–699, 2020. DOI: 10.1590/1982-02592020v23n3p687.

R CORE TEAM. R: A language and environment for statistical computing. **R Foundation for Statistical Computing**, *[S. l.]*, 2020. Disponível em: <https://cran.r-project.org/bin/windows/base/>.

RAYKOV, Tenko. Estimation of composite reliability for congeneric measures. **Applied Psychological Measurement**, *[S. l.]*, v. 21, n. 2, p. 173–184, 1997. DOI: 10.1177/01466216970212006.

REIS, Rodrigo Siqueira; HINO, Adriano Akira Ferreira; RODRIGUEZ -AÑEZ, Ciro RomÉlio. Perceived stress scale: Reliability and validity study in Brazil. **Journal of Health Psychology**, *[S. l.]*, v. 15, n. 1, p. 107–114, 2010. DOI: 10.1177/1359105309346343.

RIBEIRO, Renata Perfeito; MARZIALE, Maria Helena Palucci; MARTINS, Julia Trevisan; GALDINO, Maria José Quina; RIBEIRO, Patrícia Helena Vivan. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. **Revista gaucha de enfermagem**, *[S. l.]*, v. 39, p. e65127, 2018. DOI: 10.1590/1983-1447.2018.65127.

ROSSEEL, Yves. Lavaan: An R package for structural equation modeling. **Journal of Statistical Software**, *[S. l.]*, v. 48, n. 2, 2012. DOI: 110.18637/jss.v048.i02.

SARTES, Laisa Marcocela Andreoli; SOUZA-FORMIGONI, Maria Lucia Oliveira de. Avanços na psicometria: da teoria clássica dos testes à teoria de resposta ao item. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2013, 26: 241-250.

TABACHNICK, B. G.; FIDELL, L. S.; ULLMAN, J. B. **Using multivariate statistics**. Pearson ed., Boston, 2007.

VOSGERAU, Dilmeire Sant'Anna Ramos; ORLANDO, Evelyn de Almeida; MEYER, Patricia. Produtivismo acadêmico e suas repercussões no desenvolvimento profissional de professores universitários. **Educação e Sociedade**, [S. l.], v. 38, n. 138, p. 231–247, 2017.. DOI: 10.1590/ES0101-73302016163514.

WALKER, Cindy M. What's the DIF? Why differential item functioning analyses are an important part of instrument development and validation. **Journal of Psychoeducational Assessment**, 2011, 29.4: 364-376.

#### 4. ARTIGO III

##### **Correlatos e Preditores do Estresse Acadêmico e Bem/Mal-estar na universidade: um estudo com docentes na pandemia de COVID-19**

###### **Resumo**

Este estudo teve como objetivo investigar os correlatos e preditores do estresse acadêmico e bem/mal-estar em professores universitários durante o ensino remoto na pandemia de COVID-19. Além disso, buscou-se identificar os principais aspectos estressores vivenciados pelos docentes e as estratégias utilizadas para elevar os níveis de bem-estar durante o distanciamento social. Trata-se de uma pesquisa mista (quanti-qualitativa), de corte transversal, de caráter descritivo e correlacional. Participaram do estudo 257 professores universitários com idade média de 45,41 anos (DP=11,02). Para tanto, foram aplicados seis instrumentos: estresse acadêmico (EEA), estresse percebido (EEP), Medo da COVID-19 (EMC-19), ansiedade traço-estado (IDATE-T e IDATE-E), satisfação com a vida (ESCV) e esperança disposicional (EED), além do questionário sociodemográfico com duas questões abertas. No primeiro momento, os resultados apontaram “medo moderado” da COVID-19 (M= 20,36; DP= 6,06), grau médio de ansiedade-traço (M= 46,89; DP= 7,43) e alto grau de ansiedade-estado (M= 50,12; DP=6,53). Para todos os outros instrumentos, foi utilizado o cálculo da mediana com o intuito de investigar se a pontuação média da amostra de professores universitários, para cada construto estudado, foi acima ou abaixo da mediana. Neste sentido, a EEA apresentou média de 42,79 (DP= 12,37), EEP média de 46,89 (DP= 7,43), ESCV média de 25,35 (DP= 6,43) e EED a média de 46,27 (DP= 4,75), ambas com pontuações acima da mediana de suas respectivas escalas. Além disso, houve correlações positivas entre parentalidade com esperança disposicional ( $r= 0,137$ ;  $p= 0,028$ ) e satisfação com a vida ( $r= 0,247$ ;  $p < 0,0001$ ), isto é, docentes universitários que são mães/pais têm maiores índices de satisfação com a vida e esperança. Foi possível observar também que a COVID-19 influenciou nos aspectos de mal-estar psicológico em docentes universitários, o que pode ser exemplificado com a correlação positiva entre a ansiedade-traço e o diagnóstico de COVID-19 ( $r= 0,135$ ;  $p = 0,030$ ), bem como o medo da doença com índices positivos com a ansiedade-traço ( $r= 0,367$ ;  $p < 0,0001$ ) e o estresse acadêmico ( $r= 0,460$ ;  $p < 0,0001$ ). No que diz respeito aos resultados obtidos na segunda análise, de caráter qualitativo, foram identificados 257 textos no corpus textual, tendo um aproveitamento de 76,7% de seguimentos de textos. Desse modo, foi possível obter três classes do conteúdo de acordo com os discursos dos participantes, categorizados em “impacto da pandemia no âmbito acadêmico, familiar, financeiro e político” (39,72% UCEs) e “trabalho remoto emergencial” (35,51% UCEs) como desencadeadores do estresse e na classe 3 organizou palavras que representam “estratégias de enfrentamento do estresse” (24,77% UCEs). Em relação às estratégias mais utilizadas, foram identificadas: assistir (filmes e séries), ter momentos de lazer e uma boa alimentação. Por fim, espera-se que pesquisas futuras possam explorar e articular os marcadores de gênero, sexualidade, classe social e raça/cor para dimensionar este estudo, uma vez que os dados encontrados no perfil dos docentes apresentaram um viés predominantemente hegemônico.

**Palavras-chave:** Estresse Acadêmico. Saúde Mental. Professores Universitários.

## ABSTRACT

This study aimed to investigate the correlates and predictors of academic stress and well-being in university professors during remote teaching in the COVID-19 pandemic. In addition, we sought to identify the main stressors experienced by teachers and the strategies used to raise levels of well-being during social distancing. It is a mixed research (quantitative), cross-sectional, descriptive and correlational. A total of 257 university professors with a mean age of 45.41 years ( $SD=11.02$ ) participated in the study. For that, six instruments were applied: Academic Stress Scale (EEA-D); Perceived Stress Scale (PSS); Fear of COVID Scale (FCS); both State and Trait Anxiety Scales (STAD); Adult Dispositional Hope Scale (ADHS); and Satisfaction with Life Scale (LWLS), in addition to the sociodemographic questionnaire with two open questions. At first, the results showed “moderate fear” of COVID-19 ( $M= 20.36$ ;  $SD= 6.06$ ), medium degree of trait anxiety ( $M= 46.89$ ;  $SD= 7.43$ ) and high state-anxiety degree ( $M=50.12$ ;  $SD=6.53$ ). For all other instruments, the median was calculated in order to investigate whether the average score of the sample of university professors, for each construct studied, was above or below the median. In this sense, the EEA had a mean of 42.79 ( $SD= 12.37$ ), mean EEP of 46.89 ( $SD= 7.43$ ), mean ESCV of 25.35 ( $SD= 6.43$ ) and EED the mean of 46.27 ( $SD= 4.75$ ), both with scores above the median of their respective scales. In addition, there were positive correlations between parenting with dispositional hope ( $r= 0.137$ ;  $p= 0.028$ ) and satisfaction with life ( $r= 0.247$ ;  $p < 0.0001$ ), that is, university professors who are mothers/fathers have higher rates of life satisfaction and hope. It was also possible to observe that COVID-19 influenced the aspects of psychological malaise in university professors, which can be exemplified by the positive correlation between trait anxiety and the diagnosis of COVID-19 ( $r= 0.135$ ;  $p = 0.030$ ), as well fear of the disease with positive indices with trait-anxiety ( $r= 0.367$ ;  $p < 0.0001$ ) and academic stress ( $r= 0.460$ ;  $p < 0.0001$ ). With regard to the results obtained in the second analysis, of a qualitative nature, 257 texts were identified in the textual corpus, with a use of 76.7% of text segments. Thus, it was possible to obtain three classes of content according to the speeches of the participants, categorized into “impact of the pandemic in the academic, family, financial and political scope” (39.72% ECUs) and “emergency remote work” (35, 51% ECUs) as triggers of stress and in class 3 organized words that represent “stress coping strategies” (24.77% UCEs). Regarding the most used strategies, the following were identified: watching (films and series), having leisure time and good nutrition. Finally, it is expected that future research can explore and articulate the markers of gender, sexuality, social class and race/color markers to dimension this study is highlighted, since the data found in the professors' profile showed a predominantly hegemonic bias.

**Keywords:** Academic Stress. Mental health. University Professors.

## Introdução

Em dezembro de 2019, em Wuhan, na China, iniciou-se o surto da doença COVID-19 causada pelo novo coronavírus *severe acute respiratory syndrome virus 2* (SARS-coV-2), e posteriormente se espalhou para diversos locais do mundo (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020a). A COVID-19 afetou a saúde pública em nível internacional (ONYEAKA et al., 2021; YI et al., 2020), causando elevados números de mortes devido ao alto contágio e risco de infecção (HERRON et al., 2020). Com isso, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde decidiu declarar a pandemia da COVID-19 (WHO, 2020b).

Diante desse cenário pandêmico, o distanciamento social foi uma das principais estratégias utilizadas como medida de prevenção da disseminação da COVID-19. A população foi orientada a sair de casa somente em caso de necessidade, como ir ao mercado, procurar unidades de saúde e ir à farmácia (WILDER-SMITH; FREEDMAN, 2020). Assim, o distanciamento social, a quarentena e o trabalho em casa tornaram-se a nova realidade para a maioria das pessoas, inclusive para os professores universitários, que tiveram se adaptar ao ensino à distância devido ao fechamento das instituições de ensino público e privado (BROOKS et al., 2020; KÖNIG; JÄGER-BIELA; GLUTSCH, 2020).

Nesta direção, no Brasil, o Ministério da Educação (MEC) deliberou a substituição das aulas presenciais por ensino remoto através da portaria n. 343, de 17 de março de 2020 (BRASIL, 2020). Tal realidade colocou em pauta o trabalho docente em relação ao novo modelo de ensino, às novas práticas e saberes (CALDAS et al., 2022; CRUZ; COELHO; FERREIRA, 2021). Com o ensino remoto, o professor ficou ainda mais sobrecarregado, com quantidade exacerbado de trabalhos para realizar, como participar de reuniões de coordenação, planejar atividades, preencher relatórios, executar trabalhos administrativos, orientar alunos e ministrar aulas (ARAUJO et al., 2020). Além disso, os professores universitários apresentam alto risco de desenvolver o estresse pelo fato de arcar duplas responsabilidades, como a sua formação pessoal e acadêmica (LI; KOU, 2018).

Contudo, vale ressaltar que a profissão docente era considerada uma ocupação estressante mesmo antes da pandemia de COVID-19 acontecer. A alta carga de trabalho, aulas ministradas de forma intensa em relação ao tempo e a falta de autonomia são alguns fatores estressores que já existiam nesta profissão (BAKER et al., 2021). A docência é uma profissão atravessada por exigências e desafios constantes. Os professores são solicitados com frequência a produzir novos saberes, conhecimentos e competências para se adequar às

mudanças sociais, culturais, tecnológicas e científicas. Tais mudanças interferem em suas atividades acadêmicas, além de afetar a saúde física e mental (ARAUJO et al., 2020; CRUZ; COELHO; FERREIRA, 2021; OLIVEIRA; SANTOS, 2021). Neste sentido, o ambiente universitário torna-se um espaço favorável para o surgimento de transtornos psicológicos, uma vez que se apresenta como uma fonte de estresse para os acadêmicos (FREIRES et al., 2021). De acordo com Louro, Louro e Duarte (2020) a manifestação exagerada, persistente e intensa do estresse pode gerar doenças físicas e mentais, portanto, tornando-se como um fator de risco para o indivíduo.

O estresse é o resultado persistente do esforço que o sujeito se submete ao se adaptar a uma situação ou experiência que lhe gera sentimentos de ameaça, medo, ansiedade ou tensão, que pode ser de base interna ou externa (ARALDI-FAVASSA; ARMILIATO; KALININE, 2005). Em relação ao estresse acadêmico, foco do presente estudo, trata-se de uma reação aos estímulos e situações acadêmicas que desencadeiam respostas emocionais, cognitivas, comportamentais e fisiológicas (GARCÍA; ZEA, 2011), em que os fatores externos e internos podem gerar alta tensão emocional, prejudicando de forma significativa o rendimento acadêmico (ARCHANJO; ROCHA, 2019). Kyriacou e Sutcliffe (1978) propôs um modelo de estresse do professor, em que o fenômeno é descrito como uma experiência emocional negativa, assim, o profissional percebe o ambiente de trabalho como uma ameaça ao seu bem-estar e sua autoestima.

O contexto acadêmico, portanto, é um ambiente favorável para o adoecimento mental frente aos impactos da COVID-19 (SANTOS; SILVA; BELMONTE, 2021). Além disso, sentimentos de despersonalização, esgotamento emocional e baixa realização pessoal no trabalho podem surgir na prática docente, podendo se configurar numa Síndrome de *Burnout* (SB) (PENACHI; TEIXEIRA, 2020). Esta síndrome é característica do ambiente laboral, definida como o resultado da cronificação do estresse ocupacional. Os sintomas da SB estão associados à exaustão psíquica, física e emocional, que frequentemente vem seguida de sentimento de frustração em relação a si e ao seu trabalho. Desta forma, a SB tem consequências negativas no âmbito familiar, profissional e social (BENEVIDES-PEREIRA, 2002; LIMA FILHA; MORAIS, 2018).

Antes da coleta de dados deste estudo ser realizada, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) havia autorizado em 17 de janeiro de 2021, o uso emergencial de vacinas no território brasileiro, tendo a enfermeira Mônica Calazans, mulher negra, de 54 anos, a primeira pessoa a ser vacinada contra COVID-19 no Brasil (CASTRO, 2021). Atualmente,

85,8% dos brasileiros foram completamente vacinados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022). No entanto, mesmo com a aplicação das vacinas e conseqüentemente com a redução de mortes decorrentes do coronavírus, a pandemia de COVID-19 foi registrada como um evento de grande impacto na saúde mental das pessoas, essencialmente em docentes, que apresentaram aumento significativo nos níveis de estresse e ansiedade (SANTAMARÍA et al., 2021).

Diante do exposto, pode se afirmar que o estresse pode impactar negativamente a saúde mental (ARAÚJO et al., 2020; MOZZATO; SGARBOSSA; MOZZATO, 2021) e a qualidade de vida de professores universitários (ALVIM et al., 2019). Além do estresse, outros fatores desencadeiam sofrimento psíquico neste público, tais como o medo, preocupação e ansiedade (AKOUR et al., 2020; LI et al., 2020; SANTAMARÍA et al., 2021). Neste sentido, lidar com os aspectos emocionais, sobretudo, com sentimentos de medo, estresse e incerteza tornou-se uma realidade para muitos. Além do mais, a COVID-19 foi considerada o principal fator de ameaça à saúde física e emocional para a população em geral (QIU et al., 2020). O adoecimento psicossomático foi o fator mais citado pelos docentes nos últimos dez anos, apresentando preocupações pelo trabalho, estresse, ansiedade, insônia, enxaqueca, alterações da pressão e dentre outros fatores (OLIVEIRA; PEREIRA; LIMA, 2017).

Nesta direção, o presente estudo teve como objetivo investigar os correlatos e preditores do estresse acadêmico e bem-estar (esperança e satisfação com a vida) e mal-estar (medo, ansiedade e estresse) em professores universitários, durante o ensino remoto vigente na pandemia de COVID-19. As variáveis satisfação com a vida e esperança disposicional foram abordados neste estudo como aspectos do bem-estar subjetivo (BES), uma vez que se tratam de construtos autoavaliativos, ou seja, o próprio indivíduo faz essa avaliação acerca da sua vida (DIENER; SUH; OISHI, 1997; SIQUEIRA; PADOVAM, 2008). Neste sentido, o BES constitui uma área de estudos que procura compreender as avaliações que os sujeitos fazem de suas vidas de acordo com suas experiências e momento de vida (DIENER; SUH; OISHI, 1997). Já o mal-estar psicológico foi considerado neste estudo como os estados psicológicos negativos ou patológicos em resposta a fatores externos, como o estresse, ansiedade e o medo. Por fim, buscou-se identificar os principais aspectos estressores vivenciados pelos docentes e as estratégias utilizadas para elevar os níveis de bem-estar durante o distanciamento social.

## Método

O presente estudo consiste em pesquisa mista (quanti-qualitativa), de corte transversal, de caráter descritivo e correlacional. Utilizou-se a técnica de amostragem por conveniência não probabilística. Assim, participaram do estudo de forma voluntária, aqueles que atendiam as características preestabelecidas (professores de Instituição de Ensino Superior- IES) e que estivessem disponíveis durante o tempo da realização da coleta de dados.

## Participantes

Participaram 257 professores universitários com idade média de 45,41 anos (DP=11,02), sendo a maioria mulheres (58,4%), brancas (72,0%), heterossexuais (89,5%), casadas (54,1%) e com filhos (59,1%). A maior parte dos professores lecionam na região do nordeste (44,4%), de IES públicas (84%) de cursos da área das Ciências Biológicas (21,8%), Ciências Sociais Aplicadas (16,0%) e Ciências Humanas (12,1%) e os demais se distribuíram entre as áreas das ciências exatas e da terra, ciências humanas, engenharias, ciências agrárias, linguística, letras e artes. A tabela 1 apresenta as demais informações acerca dos dados sociodemográficos.

**Tabela 1.** Perfil socioeconômico da amostra.

| <b>Orientação Sexual</b> | <b>%</b> | <b>Estado Civil</b>         | <b>%</b> | <b>Cor/Raça</b>             | <b>%</b> |
|--------------------------|----------|-----------------------------|----------|-----------------------------|----------|
| Homossexual              | 7,4      | Solteiro (a)                | 19,1     | Preto (a)                   | 1,9      |
| Heterossexual            | 89,5     | Casado (a)                  | 54,1     | Pardo (a)                   | 22,6     |
| Bissexual                | 2,7      | União Estável               | 17,5     | Branco (a)                  | 72,0     |
| Outro                    | 0,4      | Divorciado (a)              | 7,4      | Indígena                    | 0,4      |
|                          |          | Outro                       | 1,9      | Amarelo (a)                 | 1,2      |
| <b>Classe Social</b>     | <b>%</b> | <b>Modalidade de Ensino</b> | <b>%</b> | <b>Região onde lecionam</b> | <b>%</b> |
| Baixa                    | 3,5      | Graduação                   | 91,1     | Nordeste                    | 44,4     |
| Média                    | 63,8     | Mestrado                    | 44       | Norte                       | 4,7      |
| Alta                     | 32,7     | Doutorado                   | 33,9     | Centro-Oeste                | 17,5     |

|  |         |      |
|--|---------|------|
|  | Sudeste | 2,7  |
|  | Sul     | 30,7 |

## Instrumentos

Para a caracterização da amostra foi utilizado um questionário sociodemográfico contendo informações como: idade, cor, gênero, estado civil, área de conhecimento. Além disso, foram adicionadas duas perguntas ao questionário para realizar a análise qualitativa:

- a. Quais fatores e/ou acontecimentos têm elevado o seu nível de estresse nos últimos cinco meses?
- b. Quais estratégias (comportamentos, pensamentos, etc.) você tem utilizado para aumentar seus níveis de bem-estar durante esses últimos cinco meses?

Ademais, os docentes responderam aos seguintes instrumentos:

1. **Escala de Estresse Acadêmico (EEA-D):** Baseada na escala original versão para estudantes (FREIRES et al., 2018), a nova versão da EEA-D (adaptada no estudo anterior) apresenta uma consistência interna (*McDonald*) superior a 0,90. Trata-se de uma medida unifatorial que propõe avaliar os escores de estresse vivenciado em docentes no contexto estritamente acadêmico. Contém 13 itens (por exemplo: “as poucas perspectivas de crescimento na carreira docente têm me deixado angustiado”) respondida em escala de cinco pontos (1= Discordo totalmente a 5=Concordo totalmente).
2. **Escala de Estresse Percebido (EEP):** Foi originalmente desenvolvida por Cohen, Kamarck e Mermelstein (1983) e validada para o contexto brasileiro por Dias et al., (2015). Trata-se de uma medida unifatorial, cujo coeficiente de consistência interna (*alfa de Cronbach*) de 0,83. O objetivo desta escala é avaliar o grau no qual os indivíduos percebem as situações como estressantes no último mês. É composta por 14 itens, sendo sete positivos (por exemplo: “no mês passado, quantas vezes você lidou com sucesso com os problemas e aborrecimentos do dia a dia?”) e sete negativos (por exemplo: “no mês passado, quantas vezes você se sentiu incapaz de controlar as coisas importantes na sua vida?”), que são respondidos em uma escala de cinco pontos variando de 0 =Nunca a 4 =Muito frequente.

- 3. Escala Medo da COVID-19 (EMC-19):** Este instrumento foi desenvolvido por Ahorsu et al., (2020) e adaptado para o contexto brasileiro por Faro et al., (2020a). No estudo de adaptação, o instrumento apresentou uma consistência interna (*alfa de Cronbach*) de 0,86. Trata-se de uma medida unidimensional que propõe avaliar o medo da COVID-19. É composta por 7 itens (por exemplo: *Eu tenho muito medo da COVID-19.*) com padrão de respostas em escala tipo *Likert* variando entre 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente).
- 4. Escala de Ansiedade Traço e Estado (IDATE):** O IDATE foi desenvolvido por Spielberger, Gorsuch e Lushene (1970) e traduzido e adaptado para o Brasil por Biaggio e Natalício (1979). O *alfa de Cronbach* das duas escalas do IDATE revelaram índices de consistência altos, variando entre 0,82 e 0,89 (FIORAVANTI et al., 2006). Trata-se de um inventário de autorrelato que propõe avaliar ansiedade enquanto estado (IDATE-E) e a ansiedade enquanto traço (IDATE-T). No primeiro caso, avalia-se como o sujeito se sente no momento, o fato de estar ansioso (a) e o segundo, como o indivíduo geralmente se sente ao longo da sua vida, o fato de ser ansioso (a) (CATTELL; SCHEIER, 1961; RODRIGUES; NOGUEIRA, 2016). A IDATE é composta por duas escalas com 20 itens cada, visando avaliar os dois conceitos: ansiedade-traço (por exemplo: *preocupo-me demais com as coisas sem importância*) e ansiedade-estado (por exemplo: *sinto-me calmo*). As respostas são dadas em escala tipo *Likert* que variam entre 1 a 4.
- 5. Escala de Esperança Disposicional (EED):** Originalmente desenvolvida por Snyder et al., (1991), adaptada e validada para o contexto brasileiro por Pacico et al., (2013) com coeficiente de confiabilidade alfa de *Cronbach* de 0,71 a 0,84. É composta por 12 itens (por exemplo: *eu posso pensar em várias formas de lidar com situações difíceis*) mensurados em escala do tipo *Likert* variando de 1 (totalmente falsa) a 5 (totalmente verdadeira).
- 6. Escala de Satisfação com a Vida (ESCV):** A ESCV foi desenvolvida por Diener et al., (1985) e adaptada para a população brasileira por Zanon et al., (2014), obtendo uma consistência interna com o coeficiente alfa de *Cronbach* de 0,87. Refere-se a uma medida unidimensional, de natureza global, que se propõe avaliar o aspecto cognitivo do bem-estar subjetivo, ou seja, os indivíduos avaliam o quanto estão satisfeitas com as suas vidas. O instrumento é de autorrelato composto por 5 itens (por exemplo: *atualmente estou satisfeito com a minha vida*), respondido em uma escala do tipo *Likert* que varia de 1 (concordo totalmente) a 7 (discordo totalmente).

## **Procedimento**

A coleta de dados foi realizada em março de 2021 de forma remota. Participaram do estudo professores de IES de diversos cursos, que estavam em distanciamento social desde o início da pandemia, quando as aulas presenciais foram substituídas pelo ensino remoto emergencial. Eles foram convidados por meio das redes sociais e e-mails disponíveis nos sites de algumas instituições. O convite apresentava todas as instruções e informações necessárias, além do *link* que os direcionavam para a plataforma *Google Forms*, onde foi arquivado um formulário contendo os instrumentos e o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). O tempo médio para responder o formulário foi de 15 minutos.

Foi informado que, caso fosse necessário interromper o preenchimento do formulário, este poderia ser retomado posteriormente, desde que não apagassem seu histórico de navegação. O formulário ficou disponível durante 30 dias. Vale ressaltar que a participação foi de forma voluntária, garantido o anonimato de todos. As demais questões éticas postuladas nas resoluções 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) foram respeitadas. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL) sob o Parecer nº 4.469.943.

## **Análise de Dados**

Os dados foram computados e analisados no software IBM SPSS (v.25). O primeiro bloco de análises foi de natureza quantitativa, e neste estudo, levou-se em consideração as variáveis dependentes: estresse acadêmico, estresse percebido, ansiedade-traço, ansiedade-estado, medo da COVID-19 (indicadores de mal-estar psicológico), satisfação com a vida e esperança disposicional (indicadores de bem-estar subjetivo). Já as variáveis independentes selecionadas foram: gênero, parentalidade, diagnóstico de transtorno psicológico, diagnóstico de COVID-19, uso de medicação psiquiátrica, classe social e raça/etnia.

Realizaram-se as associações entre as variáveis estudadas por meio da análise de correlação *Pearson*, seguida de Regressão Múltipla *Stepwise*, de modo a identificar possíveis relações de causalidade entre as variáveis. Posteriormente, utilizou-se dos dados coletados em literatura científica em conjunto dos resultados das análises anteriores para formular um modelo de mediação. A análise em questão é derivada da regressão múltipla, e busca avaliar situações condicionantes, isto é, a magnitude da influência da variável mediadora na relação entre as variáveis preditivas e de desfecho. Nesse estudo, o modelo de mediação simples foi

empregado, no qual a variável preditiva foi o Medo da COVID-19, e a variável de desfecho, a Ansiedade-traço, sendo a variável mediadora o Estresse Acadêmico.

No segundo bloco, de natureza qualitativa, foram analisados os bancos textuais por meio do auxílio do software *Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires* (IRaMuTeQ) (RATINAUD, 2009), que é ancorado no *software R* (R DEVELOPMENT CORE TEAM, 2012) e na linguagem de programação *python*. O software tem como principal objetivo analisar a estrutura e a organização do discurso, possibilitando informar as relações entre os mundos lexicais que são mais frequentemente enunciados pelos participantes da pesquisa (CAMARGO; JUSTO, 2013).

Após a criação do *corpus* textual, composto pelas respostas dos docentes, cada uma representando uma Unidade de Contexto Inicial (UCI), realizou-se uma análise de Classificação Hierárquica Descendente (CHD). Esse procedimento classifica os segmentos de texto (ST) de acordo com seus respectivos vocabulários com base na frequência e no  $\chi^2$ , permitindo a criação de classes de Unidades de Contexto Elementares (UCEs) formadas por classes lexicais que são caracterizadas por vocabulário e segmentos semelhantes entre si (CAMARGO, 2005). Em seguida, depois de formadas, as classes foram nomeadas, detalhadas e respaldadas a partir da literatura científica acerca da temática (CAMARGO; JUSTO, 2013).

## **Resultados**

Os resultados foram divididos em dois blocos, o primeiro de natureza quantitativa descritiva e correlacional, abordando: a) perfil descritivo da saúde mental e socioeconômico dos professores e b) os resultados das correlações, regressão e mediação. E no segundo bloco, abrangendo os resultados qualitativos: c) análise dos relatos dos participantes acerca da pandemia de COVID-19 e estresse na vida acadêmica e estratégias de enfrentamento.

### **a) Perfil descritivo do bem/mal-estar psicológico e seus correlatos socioeconômicos.**

Com o intuito de conhecer o perfil descritivo da amostra geral, foram realizadas análises de estatística descritiva (médias e desvio-padrão) das pontuações dos fatores relacionadas ao mal-estar psicológico: medo da COVID-19 (EMC-19), estresse acadêmico (EEA), estresse percebido (EEP), ansiedade-traço (IDATE-T) e ansiedade-estado (IDATE-E) e das pontuações dos indicadores do bem-estar subjetivo: satisfação com a vida (ESCV) e esperança disposicional (EED).

Os instrumentos EMC-19, IDATE-T e IDATE-E foram avaliadas em função de suas faixas de discriminação, obtidas a partir de seus estudos de validação. Já para os outros

instrumentos utilizados neste estudo, as pontuações máximas e mínimas foram calculadas a partir da amplitude de resposta (escala Likert) e o número de itens de cada instrumento. A partir disso, a mediana foi calculada a fim de se investigar se a pontuação média da amostra de professores universitários, para cada construto estudado, ficou acima ou abaixo da mediana.

A EMC-19 avalia os níveis de medo da COVID-19 com respostas que variam de 1 a 5, indicando escore mínimo de 7 pontos e máximo de 35 pontos. Os escores são classificados em “pouco medo” (7 a 19 pontos), “medo moderado” (20 a 26 pontos) e “muito medo” (a partir de 27 pontos) (FARO et al., 2020). A pontuação média da presente amostra foi de 20,36 (DP= 6,06), indicando, portanto, “medo moderado” da COVID-19. Em relação ao instrumento IDATE (IDATE-T e IDATE-E), a faixa de discriminação é caracterizada por “baixo grau de ansiedade” (20 a 30 pontos), “grau médio de ansiedade” (31 a 49 pontos) e “alto grau de ansiedade” (50 ou mais pontos) (CEVADA et al., 2012). Desse modo, os professores indicaram grau médio de ansiedade -traço (M= 46,89; DP= 7,43) e alto grau de ansiedade-estado (M= 50,12; DP=6,53).

Para todos os outros instrumentos, foi utilizado o cálculo da mediana, como mencionado acima. O estresse acadêmico foi mensurado a partir da EEA, que conta com amplitude de resposta de 1 a 5 (escore geral mínimo: 13, máximo: 65), a mediana deste instrumento é de 32,5 pontos. É importante ressaltar que a pontuação média da amostra foi de 42,79 (DP= 12,37) pontos, acima da mediana. O estresse percebido foi mensurado pela EEP, que apresenta uma amplitude de resposta de 0 a 4 (escore geral mínimo: 0; máximo 56), a mediana deste instrumento é de 28 pontos. Neste sentido, os professores indicaram um escore médio de 35,83 (DP=6,88) pontos, acima da mediana. Em relação aos indicadores de bem-estar, os professores apresentaram uma média de 25,35 (DP= 6,43) na ESCV que conta com amplitude de resposta de 1 a 7 (mediana de 17,50 pontos) e média de 46,27 (DP= 4,75) na EED, que apresenta amplitude de resposta de 1 a 5 (mediana de 30 pontos), assim, ambas continham pontuações acima da mediana de suas respectivas escalas.

Além disso, por meio do questionário aplicado, foi identificado que 25,3% dos professores apresentam algum transtorno psicológico, sendo que 19,5% usam medicação psiquiátrica. E 17,9% confirmaram que estavam ou já foram diagnosticados com COVID-19. A Tabela 2 aponta as demais médias obtidas no presente estudo (as variáveis em questão não obtiveram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, portanto, os valores F e p não foram inseridos).

**Tabela 02.** Médias entre os indicadores de bem e mal-estar e variáveis socioeconômicas.

|                         | <b>Gênero</b>        |       |               |       |             |       |
|-------------------------|----------------------|-------|---------------|-------|-------------|-------|
|                         | <b>Homem</b>         |       | <b>Mulher</b> |       |             |       |
|                         | M                    | DP    | M             | DP    |             |       |
| <b>Mal estar</b>        |                      |       |               |       |             |       |
| Estresse Acadêmico      | 40,85                | 12,84 | 44,18         | 11,87 |             |       |
| Estresse Percebido      | 34,85                | 7,27  | 36,52         | 6,52  |             |       |
| Ansiedade-traço         | 46,18                | 7,52  | 47,40         | 7,35  |             |       |
| Ansiedade-estado        | 50,36                | 6,25  | 49,94         | 6,73  |             |       |
| Medo da COVID-19        | 18,66                | 5,82  | 21,58         | 5,95  |             |       |
| <b>Bem estar</b>        |                      |       |               |       |             |       |
| Esperança Disposicional | 45,14                | 4,81  | 47,07         | 4,54  |             |       |
| Satisfação com a vida   | 25,77                | 6,17  | 25,05         | 6,61  |             |       |
|                         | <b>Classe Social</b> |       |               |       |             |       |
|                         | <b>Baixa</b>         |       | <b>Média</b>  |       | <b>Alta</b> |       |
|                         | M                    | DP    | M             | DP    | M           | DP    |
| <b>Mal estar</b>        |                      |       |               |       |             |       |
| Estresse Acadêmico      | 51,88                | 14,55 | 43,23         | 12,44 | 40,95       | 11,59 |
| Estresse Percebido      | 30,88                | 7,27  | 35,79         | 6,91  | 36,44       | 6,63  |
| Ansiedade-traço         | 50,33                | 6,78  | 46,91         | 7,53  | 46,48       | 7,28  |
| Ansiedade-estado        | 47,66                | 6,91  | 50,29         | 6,68  | 50,02       | 6,19  |

|                         |               |       |              |       |              |       |                 |               |       |
|-------------------------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-------|-----------------|---------------|-------|
| Medo da COVID-19        | 23,88         | 4,91  | 21,10        | 6,04  | 18,53        | 5,77  |                 |               |       |
| <b>Bem estar</b>        |               |       |              |       |              |       |                 |               |       |
| Esperança Disposicional | 45,22         | 5,62  | 46,39        | 4,68  | 46,14        | 4,80  |                 |               |       |
| Satisfação com a vida   | 20,11         | 7,83  | 24,93        | 6,24  | 26,73        | 6,31  |                 |               |       |
| <b>Cor/Raça</b>         |               |       |              |       |              |       |                 |               |       |
|                         | <b>Branco</b> |       | <b>Pardo</b> |       | <b>Preto</b> |       | <b>Indígena</b> | <b>Outros</b> |       |
|                         | M             | DP    | M            | DP    | M            | DP    | Valor           | M             | DP    |
| <b>Mal estar</b>        |               |       |              |       |              |       |                 |               |       |
| Estresse Acadêmico      | 43,07         | 12,04 | 42,39        | 13,24 | 42,20        | 7,25  | 32,00           | 41,00         | 17,42 |
| Estresse Percebido      | 36,14         | 6,98  | 35,08        | 6,72  | 36,40        | 8,53  | 27,00           | 34,87         | 4,61  |
| Ansiedade-traço         | 46,91         | 7,45  | 46,46        | 6,92  | 46,0         | 11,91 | 37,00           | 51,37         | 7,11  |
| Ansiedade-estado        | 50,14         | 6,70  | 49,50        | 5,38  | 53,60        | 12,05 | 45,00           | 52,50         | 6,02  |
| Medo da COVID-19        | 20,50         | 5,84  | 20,58        | 6,61  | 17,80        | 5,80  | 9,00            | 18,62         | 6,47  |
| <b>Bem estar</b>        |               |       |              |       |              |       |                 |               |       |
| Esperança Disposicional | 46,65         | 4,72  | 45,36        | 4,54  | 48,00        | 1,87  | 42,00           | 43,37         | 6,58  |
| Satisfação com a vida   | 25,48         | 6,43  | 25,06        | 6,43  | 26,60        | 4,82  | 24,00           | 23,75         | 8,20  |

Tabela 2- \*A etnia indígena obteve apenas uma observação, sendo assim, o valor não é uma média, mas sim o valor absoluto.

### **b) Análise de correlação dos dados.**

Nesta seção, buscou-se conhecer a relação entre os construtos e as variáveis socioeconômicas com o intuito de analisar possíveis associações entre os dados, possibilitando novas opções de investigação. Nesse sentido, utilizou-se a análise de correlação de *Pearson* para investigar a magnitude da associação entre tais variáveis (ver Tabela 2). Correlação positiva entre duas variáveis indica que quando uma delas aumenta, a outra também aumenta, e a recíproca é verdadeira (quando uma diminui, a outra também diminui). Em contrapartida, correlações negativas apontam uma relação inversa entre as variáveis, quando uma delas aumenta, a outra diminui e vice-versa. Variáveis dicotômicas (com duas alternativas de resposta) foram caracterizadas da seguinte maneira: a) para pessoas de gênero masculino foram atribuídos o valor 1, já feminino ficaram com valor 2; b) parentalidade, diagnóstico de transtorno psiquiátrico, diagnóstico de COVID-19 e medicação psiquiátrica foram avaliadas como 1- Não, e 2- Sim. A variável classe social foi segmentada em três opções: classe baixa, média e alta; E por fim, a variável cor/raça foi ordenada a partir do número de observações, ou seja, 1- branco(a), 2- pardo(a), 3- preto(a), 4- indígena, 5- outras.

Tendo isso em vista, os resultados indicaram correlações positivas entre as variáveis *diagnóstico de transtorno psiquiátrico* com *uso de medicação* ( $r= 0,619$ ,  $p < 0,0001$ ); *ansiedade-traço* com *uso de medicação* ( $r= 0,173$ ,  $p = 0,006$ ), *transtorno psiquiátrico* ( $r= 0,276$ ,  $p < 0,0001$ ) e *diagnóstico de COVID-19* ( $r= 0,135$ ,  $p = 0,030$ ); *ansiedade-estado* com *transtorno psiquiátrico* ( $r= 0,186$ ,  $p = 0,003$ ) e *ansiedade-traço* ( $r= 0,539$ ,  $p < 0,0001$ ); *esperança disposicional* com *gênero* ( $r= 0,201$ ,  $p = 0,001$ ), *transtorno psiquiátrico* ( $r= 0,152$ ,  $p = 0,015$ ), *parentalidade* ( $r= 0,137$ ,  $p= 0,028$ ) e *ansiedade-estado* ( $r= 0,235$ ,  $p < 0,0001$ ); *satisfação com a vida* com *parentalidade* ( $r= 0,247$ ,  $p < 0,0001$ ), *classe social* ( $r= 0,266$ ,  $p < 0,01$ ), *ansiedade-estado* ( $r= 0,202$ ,  $p= 0,001$ ) e *esperança disposicional* ( $r= 0,319$ ,  $p < 0,0001$ ); *estresse acadêmico* com *gênero* ( $r= 0,133$ ,  $p = 0,033$ ), *uso de medicação* ( $r= 0,175$ ,  $p= 0,005$ ), *transtorno psiquiátrico* ( $r= 0,205$ ,  $p= 0,001$ ) e *ansiedade-traço* ( $r= 0,416$ ,  $p < 0,0001$ ); *estresse percebido* com *ansiedade traço* ( $r= 0,426$ ,  $p < 0,0001$ ), *ansiedade-estado* ( $r= 0,443$ ,  $p < 0,0001$ ), *esperança disposicional* ( $r= 0,208$ ,  $p= 0,001$ ) e *estresse acadêmico* ( $r= 0,209$ ,  $p= 0,001$ ); *Medo da COVID-19* com *gênero* ( $r= 0,238$ ,  $p < 0,0001$ ), *ansiedade-traço* ( $r= 0,367$ ,  $p < 0,0001$ ), *estresse acadêmico* ( $r= 0,460$ ,  $p < 0,0001$ ) e *estresse percebido* ( $r= 0,132$ ,  $p= 0,034$ ); e por fim, *classe social* com *parentalidade* ( $r= 0,208$ ,  $p < 0,05$ ).

Quanto às correlações negativas, pôde-se observar que a variável *satisfação com a vida* correlacionou-se negativamente com o *uso de medicação* ( $r = -0,131$ ,  $p = 0,035$ ); *transtorno psiquiátrico* ( $r = -0,151$ ,  $p = 0,016$ ); *ansiedade-traço* ( $r = -0,171$ ,  $p = 0,006$ ) e *medo da covid-19* ( $r = -0,345$ ,  $p < 0,0001$ ); *estresse acadêmico* com *parentalidade* ( $r = -0,207$ ,  $p = 0,001$ ) e *classe social* ( $r = -0,241$ ,  $p = 0,01$ ); *classe social* com *gênero* ( $r = -0,172$ ,  $p = 0,01$ ), *medicação psiquiátrica* ( $r = -0,131$ ,  $p = 0,05$ ) e *medo da COVID-19* ( $r = -0,269$ ,  $p = 0,01$ ); por fim, *esperança disposicional* correlacionou negativamente com *cor/raça* ( $r = -0,140$ ,  $p = 0,05$ ).

Quanto à primeira etapa de análise de dados do estudo, isto é, a investigação das correlações entre as variáveis, pôde-se perceber a COVID-19 influenciando em aspectos de mal-estar psicológico em docentes universitários, o que pode ser exemplificado com a correlação positiva entre a ansiedade-traço e o diagnóstico de COVID-19, bem como o medo da doença com índices positivos com a ansiedade-traço e o estresse acadêmico, corroborando com os achados de Wang et al., (2020), que indica a presença de ansiedade e estresse em tempos de pandemia.

Por outro lado, quando investigados os aspectos de bem-estar subjetivo, percebeu-se que altos níveis de esperança disposicional e satisfação com a vida estão relacionados com a variável parentalidade, isto é, docentes universitários que são mães/pais, têm maiores índices de satisfação com a vida e esperança. Pode-se também inferir o mesmo resultado para docentes mulheres, visto que a correlação entre as variáveis de bem-estar subjetivo e gênero são positivas, a contraprova para essa análise foi feita quando investigada a associação entre parentalidade e estresse acadêmico, no qual o indicativo foi uma correlação negativa, ou seja, ter filhos está associado a menores índices de estresse ligado ao contexto acadêmico. É importante ressaltar que análises de correlação não têm indicação denexo causal, ou seja, não há como inferir que as variáveis influenciam umas às outras, mas que seus níveis aumentam em paralelo, ou de maneira inversa.

**Tabela 03-** Análise de correlação de *Pearson*.

|                             | 1               | 2              | 3              | 4               | 5             | 6              | 7               | 8               | 9              | 10             | 11              | 12             | 13            | 14 |
|-----------------------------|-----------------|----------------|----------------|-----------------|---------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|-----------------|----------------|---------------|----|
| 1. Gênero                   | 1               |                |                |                 |               |                |                 |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 2. Uso de Medicação         | 0,096           | 1              |                |                 |               |                |                 |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 3. Transtorno Psiquiátrico  | 0,092           | <b>0,619**</b> | 1              |                 |               |                |                 |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 4. Parentalidade            | -0,092          | 0,009          | 0,028          | 1               |               |                |                 |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 5. Diagnóstico da COVID-19  | 0,127           | 0,078          | 0,055          | 0,016           | 1             |                |                 |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 6. Cor/raça                 | 0,028           | -0,048         | 0,032          | -0,057          | 0,044         | 1              |                 |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 7. Classe social            | <b>-0,172**</b> | <b>-0,131*</b> | -0,060         | <b>0,208**</b>  | 0,021         | 0,040          | 1               |                 |                |                |                 |                |               |    |
| 8. Ansiedade-Traço          | 0,081           | <b>0,173**</b> | <b>0,276**</b> | -0,054          | <b>0,135*</b> | 0,051          | -0,065          | 1               |                |                |                 |                |               |    |
| 9. Ansiedade-Estado         | -0,032          | 0,059          | <b>0,186**</b> | 0,010           | 0,038         | 0,044          | 0,021           | <b>0,539**</b>  | 1              |                |                 |                |               |    |
| 10. Esperança Disposicional | <b>0,201**</b>  | 0,084          | <b>0,152*</b>  | <b>0,137*</b>   | 0,057         | <b>-0,140*</b> | -0,001          | 0,008           | <b>0,235**</b> | 1              |                 |                |               |    |
| 11. Satisfação com a vida   | -0,055          | <b>-0,131*</b> | <b>-0,151*</b> | <b>0,247**</b>  | -0,034        | -0,044         | <b>0,266**</b>  | <b>-0,171**</b> | <b>0,202**</b> | <b>0,319**</b> | 1               |                |               |    |
| 12. Estresse Acadêmico      | <b>0,133*</b>   | <b>0,175**</b> | <b>0,205**</b> | <b>-0,207**</b> | 0,055         | -0,046         | <b>-0,241**</b> | <b>0,416**</b>  | 0,119          | 0,032          | -0,394          | 1              |               |    |
| 13. Estresse Percebido      | 0,120           | 0,021          | 0,086          | 0,044           | 0,035         | -0,065         | 0,076           | <b>0,426**</b>  | <b>0,443**</b> | <b>0,208**</b> | -0,012          | <b>0,209**</b> | 1             |    |
| 14. Medo COVID              | <b>0,238**</b>  | 0,087          | 0,049          | -0,121          | 0,069         | -0,080         | <b>-0,269**</b> | <b>0,367**</b>  | 0,063          | -0,034         | <b>-0,345**</b> | <b>0,460**</b> | <b>0,132*</b> | 1  |

**Nota:** \* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

## **Análise de regressão.**

A fim de esclarecer se as relações anteriormente observadas via regressão linear representam nexos causais, a análise de regressão múltipla *stepwise* foi empregada. Inicialmente, analisou-se a relação de todas as variáveis independentes (gênero, uso de medicação psiquiátrica, transtorno psiquiátrico, parentalidade e diagnóstico prévio de COVID-19) com ansiedade-traço.

No primeiro momento, pôde-se observar que as variáveis ‘transtorno psiquiátrico’ e ‘diagnóstico de COVID-19’ apresentaram influência estatisticamente significativa na ‘ansiedade-traço’ ( $F(2, 254) = 12,654, p < 0,0001; R^2 \text{ ajustado} = 0,083$ ), o coeficiente de regressão ( $B = 4,599, p < 0,0001$ ) indicou que a presença de ‘transtorno psiquiátrico’ aumenta 4,599 níveis de ‘ansiedade-traço’; já o diagnóstico de COVID-19 indica, segundo o coeficiente B ( $B = 2,329, p = 0,046$ ), o aumento de 2,329 níveis de ‘ansiedade-traço’, quando o sujeito detém diagnóstico prévio de COVID-19.

Por outro lado, a variável transtorno psiquiátrico apresentou influência estatisticamente significativa em níveis de ansiedade-estado ( $F(1, 255) = 9,138, p = 0,003; R^2 \text{ ajustado} = 0,031$ ). Ao analisar os coeficientes B de cada variável independente, somente ‘transtorno psiquiátrico’ influenciou significativamente os níveis de ansiedade ( $B = 2,789, p = 0,003$ ), pode-se então dizer que a presença de transtornos psiquiátricos aumenta 2,789 níveis de ansiedade-estado.

Resultados semelhantes foram obtidos para a variável ‘estresse acadêmico’, na qual seu modelo inseriu apenas as variáveis ‘parentalidade’ e ‘transtorno psiquiátrico’. As variáveis que exerceram influência no estresse acadêmico foram a presença de transtorno psiquiátrico ( $B = 6,008, p < 0,0001$ ), aumentando 6,008 níveis de estresse quando presente; e a parentalidade (profissionais com filhos;  $B = -5,362, p < 0,0001$ ), um dado positivo, visto que indica que quando docentes universitários têm filhos, os níveis de estresse acadêmico são diminuídos em 5,362 níveis, em média.

Já com o estresse percebido, não foi possível atestar influências das variáveis estudadas no construto.

Para a variável ‘medo da COVID-19’, regressão múltipla *stepwise* atestou influência do gênero com significância estatística em níveis de medo da COVID-19 ( $B = 2,916, p < 0,0001$ ), ou seja, o fato de pertencer ao gênero feminino aumenta em 2,916 os níveis de medo da COVID-19, em média.

Das variáveis de bem-estar subjetivo, pessoas do gênero feminino tiveram um acréscimo de 1,953 níveis de esperança disposicional em relação aos membros do gênero masculino ( $B = 1,953$ ,  $p = 0,001$ ). Os resultados apontam também que possuir filhos aumenta em 1,468 níveis deste construto ( $B = 1,468$ ,  $p = 0,013$ ), em relação àqueles que não têm. Por fim, pode-se inferir que a presença de transtorno psiquiátrico diagnosticado previamente aumenta os níveis de esperança disposicional em 1,408, em média ( $B = 1,408$ ,  $p = 0,034$ ).

Por fim, a variável ‘satisfação com a vida’ obteve influências apenas das variáveis ‘parentalidade’ ( $B = 3,282$ ,  $p < 0,0001$ ), indicando que possuir filhos aumenta em 3,282 os níveis de satisfação com a vida; e diagnóstico de transtorno psiquiátrico, mesmo sendo de maneira inversa ( $B = -2,330$ ,  $p = 0,009$ ), indicando que a presença de transtorno psiquiátrico diminui, em média 2,330 níveis de satisfação com a vida.

A análise de regressão múltipla foi realizada em blocos, em função das variáveis dependentes, ou seja, construtos psicológicos. No caso da ansiedade-traço, pôde-se obter a influência do diagnóstico de COVID-19, indicando influência de ser diagnosticado pela doença em maiores níveis de ansiedade (Wang et. al., 2020). Já a variável ‘estresse acadêmico’ confirmou a hipótese da análise de correlação, na qual a parentalidade influencia diretamente em níveis de estresse acadêmico de maneira negativa, ou seja, a presença de filhos no cotidiano de professores universitários diminui níveis de estresse acadêmico. Quando a regressão foi aplicada nas variáveis de bem-estar subjetivo, obteve-se também a influência da parentalidade em maiores níveis de esperança disposicional e satisfação com a vida. Outro fator importante da investigação foi o aumento de níveis de medo da COVID-19 quando pertencente ao grupo de pessoas do gênero feminino, por outro lado, esse grupo de pessoas obteve maiores índices de esperança disposicional.

### **Análise de Mediação.**

O modelo de mediação simples foi investigado a partir da análise de regressão linear e utilizando a técnica de *bootstrap* com 5.000 re-amostragens para obter intervalos de confiança precisos. Utilizou-se a variável Medo da COVID-19 incidindo sobre a variável Ansiedade-traço, a escolhida sob a ótica dos achados de Wang et al., (2020), que aponta que a pandemia da COVID-19 influencia em níveis de estresse, depressão e ansiedade. A variável mediadora do modelo foi o estresse acadêmico, que foi incluído para avaliar o quanto as mudanças decorrentes da pandemia da COVID-19 no cotidiano de professores universitários afetaram em índices de ansiedade.

Os resultados apontam que o Estresse Acadêmico está diretamente relacionado a maiores níveis de ansiedade  $\beta = 0,1886$  (95%IC = 0,11 a 0,26), e, além disso, tem participação ativa com níveis de medo da COVID-19  $\beta = 0,9381$  (95%IC = 0,71 a 1,16). A hipótese de pesquisa foi confirmada, visto que o efeito de indireto foi significativo  $\beta = 0,1769$  (95%IC BCa CI = 0,1064 a 0,2584), sendo que a variável Estresse Acadêmico mediou aproximadamente 39,25% da relação entre Medo da COVID-19 e Ansiedade-traço.

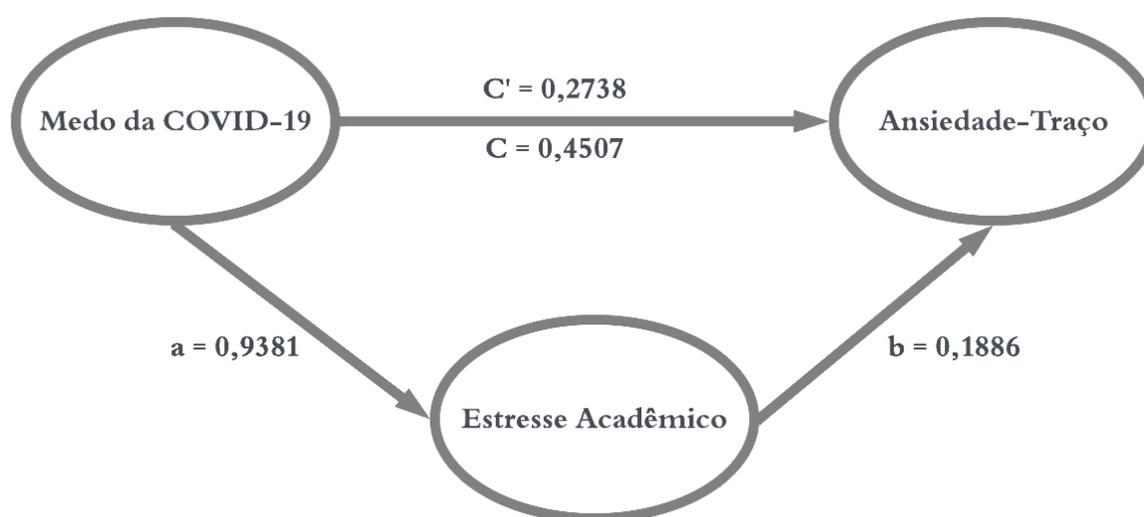


Figura 1- Análise de mediação

**c) Relatos de docentes acerca dos efeitos da Pandemia de COVID-19 e estresse na vida acadêmica e as estratégias de enfrentamento.**

Neste segundo bloco de resultados, recorreu-se à abordagem qualitativa para subsidiar o tratamento dos relatos de professores universitários acerca do impacto do estresse na sua experiência acadêmica durante o isolamento social. O *corpus* foi constituído por 257 textos, separados em 279 segmentos de texto (ST), com aproveitamento de 214 STs (76,70%). Emergiram 4.509 ocorrências (palavras, formas ou vocábulos), sendo 1.299 palavras distintas e 798 com uma única ocorrência. Foram obtidos três classes, sendo que na primeira partição, a classe 2 foi disposta em oposição às classes 1 e 3. Na segunda partição, emergiram as classes 1 e 3 (ver Figura 1). As três classes foram nomeadas, indicando a frequência das palavras e os valores dos respectivos qui-quadrados.



recortes das características desta classe em relação aos acontecimentos que têm elevado o nível de estresse e as estratégias utilizadas pelos participantes:

*“O Falecimento de familiares por COVID-19, problemas financeiros devido à situação da Pandemia, atrito com familiares devido à polarização política partidária. Em relação às estratégias, tocar música, ioga, passar tempo prazeroso com minha esposa e meus filhos, dialogar com amigos e familiares por telefone, videoconferência e orar”* (Participante 159, sexo masculino, cor parda e ensina em IES pública). *“Autocobrança pela qualificação de doutorado. A saúde da minha mãe e avó. Falecimento de pessoas próximas em decorrência do COVID-19, notícias sobre a pandemia. Pressão para o retorno das atividades presenciais. Em relação às estratégias, tocar instrumento musical, jogos eletrônicos e escutar música”* (Participante 108, sexo masculino, cor parda e ensina em IES privada). *“A pandemia do COVID-19 ser tratada como uma questão política e não como um problema de saúde. Isso tem trazido informações desencontradas nos meios de comunicação e gerado ansiedade em cadeia para toda a população. Não assisto mais televisão, especialmente os telejornais”* (Participante 19, sexo feminino, cor branca e ensina em IES pública).

Na classe 2 indica *“trabalho remoto emergencial”* como desencadeador do estresse (35,51% UCEs). As palavras mais evocadas nesta classe foram: *“ensino”* ( $f = 18$ ;  $\chi^2 = 35,69$ ); *“trabalho”* ( $f = 57$ ;  $\chi^2 = 29,32$ ); *“remoto”* ( $f = 22$ ;  $\chi^2 = 27,69$ ); *“excesso”* ( $f = 12$ ;  $\chi^2 = 17,50$ ); *“casa”* ( $f = 16$ ;  $\chi^2 = 15,79$ ); *“semana”* ( $f = 9$ ;  $\chi^2 = 11,69$ ) e *“sobrecarga”* ( $f = 6$ ;  $\chi^2 = 11,21$ ). Essa classe traz conteúdos referentes ao excesso de trabalho, atividades e compromissos acadêmicos como os principais fatores de estresse. Em seguida são abordados alguns recortes das características desta classe em relação aos acontecimentos que têm elevado o nível de estresse e as estratégias utilizadas:

*“Incertezas com a COVID-19, excesso de trabalho por causa do ensino remoto, falta de previsibilidade e de planejamento da administração superior, trabalhos burocráticos em excesso por causa da Coordenação do Curso, falta de iniciativa e de apoio dos colegas professores. Em relação às estratégias, passear com o cachorro, bordar, ouvir podcasts, fazer listas de afazeres bem realistas”* (Participante 167, sexo feminino, cor branca e ensina em IES pública). *“Excesso de atividade de ensino com mais de 150 alunos e necessidade de realizar concomitantemente pesquisa e extensão para um calendário acadêmico suplementar e excepcional dos cursos de graduação com redução de 18 para 16 semanas. Em relação às estratégias, administrar o tempo da melhor maneira possível reservando pelo menos um dia*

*da semana sem trabalho*” (Participante 248, sexo masculino, cor branca e ensina em IES pública). *“Pandemia COVID-19, mudança curricular em plena pandemia, ensino remoto, orientações de dissertações e TCC à distância, isolamento, ser multifuncional, carga horária excessiva de aula e exposição exagerada à tela com danos visuais. Em relação às estratégias, meditação e repetição de mantras da felicidade, exercícios físicos regulares*” (Participante 28, sexo feminino, cor branca e ensina em IES pública).

Por fim, na classe 3 organizou conteúdos que representam *“estratégias de enfrentamento do estresse”* (24,77% UCEs). As palavras mais relevantes foram *“filme”* ( $f=18$ ;  $\chi^2= 51,21$ ); *“ler”* ( $f= 35$ ;  $\chi^2= 43,09$ ); *“lazer”* ( $f= 11$ ;  $\chi^2= 35,23$ ); *“assistir”* ( $f= 23$ ;  $\chi^2=27,76$ ); *“alimentação”* ( $f= 8$ ;  $\chi^2= 25,25$ ); *“livro”* ( $f= 7$ ;  $\chi^2= 21,98$ ) e *“momento”* ( $f= 11$ ;  $\chi^2=20,26$ ). Essa classe aborda conteúdos referentes a estratégias, comportamentos e pensamentos que ajudaram aos professores universitários a lidar com a situação pandêmica, como pode ser observados nos seguintes trechos:

*“O cenário da pandemia tem sido um estressor significativo, as aulas remotas me incomodam e geram desconforto e as contas a pagar, tem sido gênese de momentos de estresse. Eu tenho recorrido a atividades de lazer para obter bem estar, como ir à praia, assistir filmes e séries, ler um livro não técnico, ou ter um momento com amigos e familiares. Além disso, tornei apreciador de vinho, hábito que adquiri na pandemia, de estudar sobre vinhos e degustar socialmente”* (Participante 168, sexo masculino, cor parda e ensina em IES pública). *“O fato de ter que ficar em regime domiciliar, na quarentena devido à COVID-19 aumentou os níveis de estresse, ai passei a ouvir música, ler livros e revistas científicas e assistir filmes e minisséries na televisão”* (Participante 194, sexo masculino, cor branca e ensina em IES pública). *“Medo de adoecer ou de que pessoas queridas adoçam agravado pela incerteza se haverá atendimento hospitalar adequado, caso precisemos. Falta de contato presencial com outras pessoas. Confinamento em casa. O aumento do número de mortes de pessoas próximas. Iniciei terapia online e também a utilização de um medicamento ansiolítico leve. Tenho buscado inserir exercícios físicos na minha rotina diária e cuidados com a dieta. Nos momentos de lazer, cortei um pouco a televisão e tenho lido livros. Tenho evitado acompanhar os dados sobre a COVID-19 na televisão”* (Participante 54, sexo feminino, cor parda e ensina em IES pública).

## Discussão

O presente estudo se propôs investigar os preditores e correlatos do estresse e bem/mal-estar em docentes, além de identificar os aspectos estressores e as estratégias de enfrentamento utilizadas. A partir dos resultados expostos, estima-se que tais objetivos foram alcançados. Assim sendo, discutem-se a seguir os principais resultados.

A amostra que compõe este estudo é majoritariamente mulheres (58,4%), brancas (72%), casadas (54,1%), com filhos (59,1%) e de classe social média (63,8%). Além disso, maior parte leciona em IES públicas (84%). Inicialmente, foram realizadas análises em relação aos indicadores de bem/mal-estar psicológico, em busca de compreender como as variáveis se apresentam para amostra geral. Neste sentido, de acordo com as medidas das escala de satisfação com a vida e esperança disposicional, os (as) docentes apresentaram níveis acima das medianas de bem-estar. Em relação ao mal-estar, estes apresentam estresse acadêmico e estresse percebido acima da mediana, medo moderado da COVID-19 e grau médio de ansiedade-traço e níveis altos apenas na variável ansiedade-estado.

Depois de conhecer o perfil descritivo dos docentes em relação aos indicadores do mal/bem-estar, parte-se para uma nova articulação dos resultados. Embora as médias das variáveis correlacionadas com os grupos de gênero, cor/raça e classe social não apresentaram diferenças estatisticamente significativas e entendendo o impacto da pandemia da COVID-19 em grupos marginalizados, acredita-se que as contribuições pelo viés da interseccionalidade devem ser consideradas. A interseccionalidade é um referencial teórico-político que reúne diferentes abordagens teórico-metodológicas com o objetivo de articular as diferenças e desigualdades entre as interconexões de marcadores sociais que se (re) produzem em contextos específicos (MARQUES et al., 2021; PISCITELLI, 2008). Assim, levando em consideração essa pauta, os resultados serão discutidos a partir das diferenças entre grupos de gênero, cor/raça e classe social.

Em relação ao gênero, os professores apresentaram maiores índices de mal-estar em estresse acadêmico, estresse percebido, ansiedade-traço e medo da COVID-19. Esses resultados podem ser explicados pelo fato das mulheres terem uma jornada de trabalho, em geral, maior em relação aos homens (VIDAL, 2020). Segundo Barros e Oliveira (2020), a sobrecarga de trabalho afeta mulheres de vários lugares do mundo, consequência do papel de cuidadora que a mulher apresenta historicamente. Este cenário se intensificou durante a pandemia, causando impactos significativos no âmbito físico, mental e emocional das mulheres.

De acordo com Malisch et al. (2020), os professores universitários, essencialmente do sexo feminino, tiveram um aumento na carga emocional durante a pandemia, impactando de forma negativa o grau de satisfação com a vida e a saúde mental. Alguns fatores de risco psicossociais como a pressão do tempo, a falta de horário, sobrecarga mental e esgotamento emocional foram identificados como fatores de estresse em professoras universitárias que passaram a utilizar a Tecnologia da Informação e Comunicação (TIC) (GARCÍA-GONZÁLEZ; TORRANO; GARCÍA-GONZÁLEZ, 2020).

É importante salientar que as mulheres já passavam por dificuldades ao se dedicar exclusivamente à docência, visto que estas direcionam seu tempo também para os cuidados da família (filhos e idosos) e atividades domésticas. Devido à conciliação do trabalho com as ocupações domésticas, apresentando uma dupla jornada de trabalho e, portanto, apresentando maiores níveis de carga, a mulher sofre consequências em sua carreira docência (VIDAL, 2020), uma vez que tem menos tempo para se dedicar às atividades acadêmicas. Além disso, as mulheres se tornaram mais vulneráveis ao adoecimento por apresentarem maiores níveis de estresse e ansiedade em relação aos homens (OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2021; SANTAMARÍA et al., 2021) durante o ensino remoto (ESTEBAN et al., 2022; KÖNIG; JÄGER-BIELA; GLUTSCH, 2020). No entanto, em relação aos indicadores de bem-estar, estas apresentaram maior índices de esperança disposicional.

No que diz respeito à cor/raça dos docentes, observou-se no presente estudo uma participação maior de pessoas de cor branca (72,0%), tendo uma amostra relativamente pequena de docentes de cor/raça preta (1,9%), parda (22,6%) e indígena (0,4%). Pode-se constatar que os professores da cor branca apresentam maiores índices de estresse acadêmico e ansiedade-traço. No entanto, não foi possível fazer análises correlacionais entre cor/raça e demais variáveis de interesse, uma vez que não teve número de participantes suficiente para tal, impossibilitando inclusive uma análise entre médias significativas, o que reforça a dificuldade de investigar a saúde mental de docentes pretos, pardos e indígenas.

Estudo realizado por Soares e Silva (2019) aponta que o perfil do corpo docente da Universidade Federal do Pampa (RS) é majoritariamente branco (95%), apresentando uma baixa representatividade de mulheres negras no corpo docente. Tal realidade pode ser também observada no estudo de Alvim et al. (2019), que apresentam uma predominância de participação de docentes brancos (74,4%). Neste sentido, estas escassas informações e representatividade impossibilita que os pesquisadores possam identificar aspectos

significativos de sofrimento psíquico e/ou bem-estar em professores de outras etnias/raça/cor. No entanto, a falta dessas diferenças significantes traz algumas reflexões. Mesmo que a pesquisa de caráter de amostragem por conveniência seja um fator a ser considerado, há de se observar como o contexto racial no Brasil é articulado nos diversos setores, essencialmente na universidade. A presença de mulheres negras no âmbito educacional ainda é restrita, principalmente no ensino superior, campo tradicionalmente ocupado por mulheres não-negras e homens brancos, apresentando, portanto, uma invisibilidade de docentes negras nesses espaços (SILVA; SOARES, 2018).

Embora os professores, em sua minoria, sejam de classe social baixa, observou-se que estes foram que apresentaram maiores índices de mal-estar em estresse acadêmico, ansiedade-traço e medo da COVID-19. Professores universitários que apresentam uma remuneração baixa tendem a ser mais vulneráveis às questões psicológicas, como foi constatado no estudo de Freitas et al., (2021), no qual 48,1% dos docentes com renda menor em relação aos demais apresentaram maiores níveis de ansiedade. Vale ressaltar que no presente estudo não foi identificado o tempo de carreira dos docentes e nem a faixa de remuneração salarial, o que pode ser um fator a ser considerada em estudos futuros, uma vez que esses indicadores incidem sobre as condições de trabalho (ARAÚJO et al., 2020a). Em contrapartida, os docentes de classe média e alta apresentaram maiores índices de bem-estar (esperança e satisfação com a vida). Assim, conforme Sousa et al., (2021), quanto maior o rendimento mensal do sujeito, maior é satisfação com a vida ele possui.

No segundo momento das análises dos dados, observou-se uma associação entre o medo da COVID-19 e maiores índices de ansiedade, corroborando os achados de Wang et al., (2020), que inclui a realidade da população acometida por medo e ansiedade durante o contexto pandêmico. Por outro lado, foi constatado no estudo que a variável parentalidade associa a maiores níveis de bem-estar subjetivo (esperança e satisfação com a vida), e menores níveis de indicadores de mal-estar psicológico como o estresse acadêmico.

Por meio da análise de regressão múltipla linear, os resultados apontaram uma influência inversamente proporcional da parentalidade em níveis de estresse acadêmico, ou seja, docentes que são pais têm menores índices de estresse ligado ao contexto universitário, o que confirmou a hipótese inicialmente levantada no estudo de correlação. A hipótese positiva também foi confirmada pelo fato de que a parentalidade influencia positivamente em níveis de bem-estar subjetivo, aumentando níveis de satisfação com a vida e esperança.

Inicialmente, esperava-se uma correlação positiva entre ter filhos e estresse, como no estudo de Soares, Mafra e Farias (2019), que afirmou que docentes com filhos tendem a apresentar altos níveis de estresse. Em contrapartida, entende-se que diante de números alarmantes de mortes decorrentes da doença de COVID-19 no início da pandemia, estar com os familiares foi um fator de proteção à saúde mental para os participantes do presente estudo, o que pode explicar uma correlação positiva entre parentalidade e bem-estar subjetivo, como a satisfação com a vida e a esperança disposicional.

Neste sentido, essa realidade pode ser dada pelo fato de que os docentes em relacionamento estável, como o casamento, e que possuem filhos, constituem fatores de suporte social, também funcionando como estratégia de enfrentamento aos eventos estressores, auxiliando na redução do estresse. Desse modo, apesar do trabalho docente ser considerado estressante, o perfil sociodemográfico com características de ser casado (a) ou união estável e ter filhos é visto como positivo quando relacionada com o estresse (SOUSA et al., 2018) e, portanto, apresentando uma melhor qualidade de vida (PEDROLO et al., 2021).

Considerando os resultados das análises de correlação e regressão, somado aos que consta em literatura científica (ASMUNDSON; TAYLOR, 2020; CARVALHO et al., 2020; FARO et al., 2020b) o modelo de mediação foi testado tendo a variável Medo da COVID-19 como preditora da Ansiedade-traço. A variável estresse acadêmico entrou então como a mediadora da relação citada devido ao cotidiano estressor no contexto pandêmico, e sua relação com indicadores de mal-estar psicológico, como medo da COVID-19 (ENUMO et al., 2020; MAIA; DIAS, 2020; WANG et al., 2020; WEIDE et al., 2020).

A hipótese inicial foi de que o Medo da COVID-19 influencia em níveis de ansiedade-traço com o estresse acadêmico explicando parte dessa relação. Os achados reforçam essa hipótese, pois indicam a influência do Medo da COVID-19 na Ansiedade-traço e no Estresse Acadêmico com magnitude elevada. Além disso, o resultado também mostrou a mediação de 39,25% da variável estressora na relação entre o Medo da COVID-19 e a Ansiedade.

O resultado da influência do cotidiano estressor no aumento nos níveis de ansiedade em docentes universitários pode ser compreendido pelo fato de que estes tiveram que lidar com novas práticas de ensino necessárias para as atividades acadêmicas remotas, as quais tiveram de ser empregadas sem o preparo necessário (SÁ; NARCISO; NARCISO, 2020), além do Medo da COVID-19 causado pelo surto da doença, somadas aos estressores derivados do cotidiano acadêmico, como a migração para o ensino remoto (devido a medidas de contenção do vírus) (CRUZ; COELHO; FERREIRA, 2021).

Diante disso, é necessário ressaltar os resultados positivos quanto ao bem-estar subjetivo de professores universitários, que pode ser potencializado na presença de filhos. Por outro lado, os indicadores de mal-estar psicológico como o estresse acadêmico maior para docentes mulheres é uma preocupação, tendo em vista as vantagens dos homens na comunidade científica (MOSS-RACUSIN et al., 2012).

Por fim, foi realizada a análise textual de Classificação Hierárquica Descendente (CHD) com intuito de identificar os aspectos estressores vivenciados pelos professores universitários e estratégias (comportamentos, pensamentos) utilizadas para elevar os níveis de bem-estar do público em questão. Esta análise compõe a secção dos dados qualitativos. Desse modo, foi possível obter três classes na CHD (ver Figura 1).

Ao analisar os discursos dos professores qualitativamente, observou-se que as questões acadêmicas, familiares, financeiras e políticas surgiram como aspectos que causam estresse, além da carga de trabalho intenso. A preocupação com a saúde ocupacional dos docentes já era presente antes mesmo da pandemia surgir, a consequência deste novo cenário fez com que essa preocupação intensificasse ainda mais. Além disso, a pandemia foi considerada como o fator principal para a mudança de estilo de vida e ritmos excessivos, implicando no desencadeamento do estresse (MELO; DIAS; VOLPATO, 2020).

De acordo com Dextre (2018), o processo de intensificação do trabalho docente pode ter como consequência o adoecimento, estresse e sofrimento. Alguns participantes também relataram a falta de perspectiva na carreira docente, o que pode ser explicado pelos baixos investimentos no ensino, pesquisa, extensão e pós-graduação nos últimos anos (CONTROLADORIA GERAL DA UNIÃO, 2020), resultando em preocupação para os docentes (PANIZZON; COSTA; MEDEIROS, 2020) e assim, deixando-os estressados.

Além disso, 43,6% dos docentes do presente estudo relataram ter preocupação em perder o cargo no início de 2021. Segundo Al-Sabbah et al., (2021), muitas pessoas enfrentaram perdas financeiras e outras perderam o emprego, o que intensificou as emoções negativas vivenciadas por acadêmicos e demais funcionários de universidades durante a pandemia. Os professores apresentam uma trajetória de acúmulo de estresse desde março de 2020, enfrentando aspectos relacionados à falta de diretrizes claras, carga horária excessiva e falta de recursos pessoais e financeiros (SANTAMARÍA et al., 2021).

Por sua vez, as palavras que representam a classe 2 (*trabalho remoto emergencial*), “ensino” e “trabalho”, foram considerados como os principais fatores estressores desta classe.

Segundo Santos (2020), as aulas remotas foram consideradas experiências difíceis e negativas que se tornaram fontes de exaustão, esgotamento e desmotivação para os professores em contexto de ensino virtual. De acordo com Araujo et al., (2020), a docência é uma das profissões mais propensas à manifestação do estresse e síndrome de *Burnout*, uma vez que os professores ficam sobrecarregados diante da quantidade significativa de trabalhos a que são submetidos. Estudo realizado com 305 docentes de uma instituição de ensino à distância da África do Sul, a maioria empregados há mais de 10 anos (62%), apontou que 82,5% dos participantes manifestaram como aspecto estressor o trabalho como demandas que os sobrecarregam. Os estressores específicos do trabalho foram associados à experiência de frustração (63%), irritabilidade (37%), raiva (38%), ansiedade (57%) e desamparo (34%), sendo que os estressores foram predominantemente administrativos (46,2%) (PLESSIS, 2019).

Já na Classe 3 (*estratégias de enfrentamento do estresse*), as palavras “filme” e “ler” indicam as principais estratégias utilizadas por professores como uma forma de elevar os níveis de bem-estar, além de momentos de lazer e a busca por uma alimentação saudável. Por sua vez, estudo realizado por Akour et al., (2020) aponta que a maioria dos docentes relatou o envolvimento com a família (62,8%) como a principal estratégia de enfrentamento frente ao sofrimento psíquico em tempos de pandemia, em seguida o uso de redes sociais (56,5%), conversar com os amigos (49,75%) e assistir televisão (45%). Já Al-Sabbah et al., (2021) apontam que as estratégias de enfrentamento do estresse adotadas por acadêmicos durante a pandemia de COVID-19 foram a gestão do tempo, distrair-se, praticar atividades físicas, meditar, orar e assistir a filmes e evitar pensamentos negativos. No Brasil, docentes de uma instituição pública do Sul, abordaram a prática de atividades físicas e de lazer, aprimoramento de habilidades pessoais, busca pelo contato familiar e de amigos como estratégias de enfrentamento mais utilizadas (FADEL et al., 2019).

Estratégia de enfrentamento trata-se de um comportamento que os indivíduos utilizam como uma forma de se protegerem de agravos psicológicos em que são submetidos e das experiências sociais mais difíceis. Ou seja, a estratégia se fundamenta no esforço do indivíduo na eliminação e/ou modificação do estressor na tentativa de reduzir o sofrimento associado ao estresse, mantendo um estado emocional mais estável (COLEMAN, 2019; FOLKMAN et al., 1986).

Vale ressaltar que o estresse acadêmico percebido pelo indivíduo se difere em relação à cultura que ele está inserido, desse modo, deve-se ter cuidado ao ampliar suas implicações para outros contextos (YOU, 2018). Ou seja, existem diferenças nas principais fontes de estresse vivenciadas por professores, sejam por pertencer a culturas diferentes, por estar inseridos em diferentes sistemas educacionais ou por possuírem diferentes valores e atitudes em relação às pessoas e instituição de ensino e, portanto, deve-se ter a cautela ao generalizar as fontes de estresse para esse público (KYRIACOU, 2001).

No geral, os resultados deste estudo ajudam a analisar a saúde mental dos professores durante a pandemia; entretanto, algumas limitações devem ser consideradas. A primeira delas é que nenhuma interpretação causal pôde ser extraída dada à natureza da pesquisa, que foi de caráter descritivo e transversal. Além disso, por ser uma amostra selecionada por conveniência não-probabilística, não foi possível estabelecer um recorte de quantidade de participantes em relação ao gênero, classe social e cor/raça de modo significativo, o que implicou nas análises de correlações com as variáveis de interesse. Por fim, deve-se ter cautela na generalização dos resultados deste estudo para os docentes de outras regiões, como o norte e sudeste, onde tiveram menos participação.

## **Considerações Finais**

Apesar de suas limitações, este estudo apresenta um panorama acerca do bem-estar subjetivo, do sofrimento psíquico e das estratégias de enfrentamento relatadas pelos professores universitários no Brasil durante a pandemia COVID-19. O ambiente universitário possui riscos psicossociais importantes na vida do professor, o que demanda uma maior atenção dos profissionais de saúde e gestores/reitores na saúde mental dos docentes.

Assim, deve-se fornecer um espaço que ofereça estratégias para reduzir o impacto do mal-estar e promover qualidade de vida aos docentes, como a redução de sobrecarga de trabalho. Neste sentido, os resultados deste estudo podem auxiliar em ações específicas a serem desenvolvidas em ambientes universitários, promovendo espaços para trocas entre os docentes, um espaço de fala e escuta, colocando o próprio trabalho como o eixo norteador a ser debatido em prol de mudanças significativas, além de compartilhar histórias, vivências, as angústias, medos, alegrias e dentre outros sentimentos. Por fim, espera-se que pesquisas futuras possam explorar e articular marcadores de gênero, sexualidade, classe social e raça/cor para dimensionar este estudo, uma vez que os dados encontrados no perfil dos docentes apresentaram um viés predominantemente hegemônico.

## Referências

AHORSU, Daniel Kwasi; LIN, Chung Ying; IMANI, Vida; SAFFARI, Mohsen; GRIFFITHS, Mark D.; PAKPOUR, Amir H. The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. **International Journal of Mental Health and Addiction**, [S. l.], 2020. DOI: 10.1007/s11469-020-00270-8.

AKOUR, Amal; AL-TAMMEMI, Ala'A B.; BARAKAT, Muna; KANJ, Rama; FAKHOURI, Hussam N.; MALKAWI, Ahmad; MUSLEH, Ghadeer. The impact of the COVID-19 pandemic and emergency distance teaching on the psychological status of university teachers: A cross-sectional study in Jordan. **American Journal of Tropical Medicine and Hygiene**, [S. l.], v. 103, n. 6, p. 2391–2399, 2020. DOI: 10.4269/ajtmh.20-0877.

AL-SABBAH, Saher; DARWISH, Amani; FARES, Najwan; BARNES, James; ALMOMANI, Jehad Ali. Biopsychosocial factors linked with overall well-being of students and educators during the COVID-19 pandemic. **Cogent Psychology**, [S. l.], v. 8, n. 1, 2021. DOI: 10.1080/23311908.2021.1875550.

ALVIM, André Luiz; FERRAREZI, Jorlene Alves Da Silva; SILVA, Laura Moreira; FLORIANO, Leonardo Ferreira; ROCHA, Renata Lacerda Prata. O estresse em docentes de ensino superior. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 5, n. 12, p. 32547–32558, 2019. DOI: 10.34117/bjdv5n12-318.

ARALDI-FAVASSA, Celí Teresinha; ARMILIATO, Neide; KALININE, Iouri. Aspectos Fisiológicos e Psicológicos do Estresse. **Revista de Psicologia da UnC**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 84–92, 2005. Disponível em: [www.nead.uncnet.br/revista/psicologia](http://www.nead.uncnet.br/revista/psicologia).

ARAÚJO, Carolina Maia De; DAIAN, Michael; RAMOS, Pacheco; OLIVEIRA, Osni. Condições de trabalho docente: uma análise sobre a remuneração salarial e satisfação com a carreira. **Cenas Educacionais**, [S. l.], v. 3, p. 1–18, 2020 a. Disponível em: <https://itacarezinho.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/9907>.

ARAUJO, Renata Mendes De; AMATO, Cibelle A. de la Higuera; MARTINS, Valéria Farinazzo; ELISEO, Maria Amélia; SILVEIRA, Ismar Frango. COVID-19, Mudanças em Práticas Educacionais e a Percepção de Estresse por Docentes do Ensino Superior no Brasil. **Revista Brasileira de Informática na Educação**, [S. l.], v. 28, p. 864–891, 2020. DOI: 10.5753/rbie.2020.28.0.864.

ARAÚJO, Francisco Jonathan de Oliveira; LIMA, Ligia Samara Abrantes De; CIDADE, Pedro Ivo Martins; NOBRE, Camila Bezerra; NETO, Modesto Leite Rolim.

Impact Of Sars-Cov-2 And Its Reverberation In Global Higher Education And Mental Health. **Psychiatry Research**, [S. l.], v. 288, n. January, 2020 b. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112977

ARCHANJO, Viviane de Paula; ROCHA, Fátima Niemeyer Da. Estresse Acadêmico e o olhar da Psicologia Positiva. **Revista Mosaico**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 11–19, 2019. DOI: 10.21727/rm.v10i1.1754.

ASMUNDSON, Gordon J. G.; TAYLOR, Steven. Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. **Journal of Anxiety Disorders**, [S. l.], v. 70, n. 20, p. 102196, 2020.. DOI: 10.1016/j.janxdis.2020.102196. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102196>.

BAKER, Courtney N.; PEELE, Haley; DANIELS, Monica; SAYBE, Megan; WHALEN, Kathleen; OVERSTREET, Stacy; THE NEW ORLEANS, Trauma Informed Schools Learning Collaborative. The Experience of COVID-19 and Its Impact on Teachers' Mental Health, Coping, and Teaching. **School Psychology Review**, [S. l.], v. 50, n. 4, p. 491–504, 2021. DOI: 10.1080/2372966X.2020.1855473.

BARROS, Valquíria da Silva; OLIVEIRA, Rosane Cristina De. Desigualdades de gênero e espaço doméstico: o isolamento social e seus impactos no cotidiano das mulheres em tempos de Covid-19. **Unigranrio**, [S. l.], v. 7, p. 123–142, 2020. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/amp/article/view/6746>.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria T. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BIAGGIO, Angela M. B.; NATALÍCIO, Luiz. **Manual para o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE)**. Rio de Janeiro, RJ: Centro Editor de Psicologia Aplicada-CEPA, 1979. v. 15

BRASIL, Ministério da Educação. **Portaria nº 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19**. Diário Oficial da União, 2020. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/Portaria/PRT/Portaria nº 343-20-mec.htm?msckid=aec5f3dcbe4811ec925af18e67423bc9](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Portaria/PRT/Portaria%20n%C3%B0%20343-20-mec.htm?msckid=aec5f3dcbe4811ec925af18e67423bc9).

BRASIL, Ministério da Saúde. **Plano Nacional de Operacionalização da Vacinação contra a Covid-19- PNO**. Governo Federal, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/vacinas/plano-nacional-de-operacionalizacao-da-vacina-contra-a-covid-19>

BROOKS, Samantha K.; WEBSTER, Rebecca K.; SMITH, Louise E.; WOODLAND, Lisa; WESSELY, Simon; GREENBERG, Neil; RUBIN, Gideon James. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, [S. l.], v. 395, n. 10227, p. 912–920, 2020. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.

CALDAS, Lucas Rogério dos Reis; TELES, Maria Cecília; GUIMARAES, Aellanene Luiz Rosa; SOUSA, Josemara Fernandes Guedes De. Educação a distância durante a pandemia do COVID-19: percepção docente, qualidade de vida e ansiedade entre professores universitários de Minas Gerais, Brasil. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. e37511125041, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i1.25041.

CAMARGO, Brígido Vizeu. Alceste: Um programa informático de análise quantitativa de dados textuais. In: **Perspectivas teórico metodológicas em representações sociais**. João Pessoa: UFPB/Editora Universitária, 2005. p. 511–539.

CAMARGO, Brígido Vizeu; JUSTO, Ana Maria. Tutorial para uso do software Iramuteq. **Laboratório de Psicologia Social da Comunicação e Cognição**, [S. l.], p. 1–32, 2018. Disponível em: [http://www.iramuteq.org/documentation/fichiers/TutorialIRaMuTeQ\\_em\\_portugues\\_17.03.2016.pdf](http://www.iramuteq.org/documentation/fichiers/TutorialIRaMuTeQ_em_portugues_17.03.2016.pdf).

CAMARGO, Brígido V.; JUSTO, Ana M. IRAMUTEQ: Um software gratuito para análise de dados textuais. **Temas em Psicologia**, [S. l.], v. 21, n. 2, p. 513–518, 2013. DOI: 10.9788/tp2013.2-16.

CARVALHO, Poliana Moreira de Medeiros; MOREIRA, Marcial Moreno; DE OLIVEIRA, Matheus Nogueira Arcanjo; LANDIM, José Marcondes Macedo; NETO, Modesto Leite Rolim. The psychiatric impact of the novel coronavirus outbreak. **Psychiatry Research**, [S. l.], 2020. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112902.

CASTRO, Rosana. Vacinas contra a COVID-19: O fim da pandemia? **Physis**, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 1–5, 2021. DOI: 10.1590/s0103-73312021310100.

CATTELL, R. B.; SCHEIER, I. H. **The meaning and measurement of neuroticism and anxiety**. New York: Ronald Press, 1961.

COHEN, S.; KAMARCK, T.; MERMELSTEIN, R. A global measure of perceived stress. **Journal of Health and Social Behavior**, [S. l.], v. 24, p. 385–396, 1983.

COLEMAN, Jason. **Exploring Relationships Between Parenting Style, Perceived Stress, Coping Efficacy and Coping Strategies in Foster Parents**. 2019. Philadelphia College of Osteopathic Medicine, [S. l.], 2019. Disponível em: [https://digitalcommons.pcom.edu/psychology\\_dissertations](https://digitalcommons.pcom.edu/psychology_dissertations).

CONTROLADORIA GERAL DA UNIÃO. **Portal da Transparência do Governo Federal**. Brasília-DF 2020.

CRUZ, Lilian Moreira; COELHO, Livia Andrade; FERREIRA, Lúcia Gracia. Docência em tempos de pandemia: saberes e ensino remoto. **Debates em Educação**, [S. l.], v. 13, n. 31, p. 992, 2021. DOI: 10.28998/2175-6600.2021v13n31p992-1016.

DEXTRE, Katia Miluska Díaz. A intensificação e precarização do trabalho do professor e suas implicações : sofrimento, estresse e adoecimento. *In*: SEMINÁRIOS DO LEG, 2018, **Anais [...]** : Política e Políticas Públicas, 2018 p. 163–170. Disponível em: <https://econtents.bc.unicamp.br/eventos/index.php/leg/article/view/1480>.

DIAS, Juliana Chioda Ribeiro; SILVA, Wanderson Roberto; MAROCO, João; CAMPOS, Juliana Alvares Duarte Bonini. Perceived Stress Scale Applied to College Students: Validation Study. **Psychology, Community & Health**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 1–13, 2015. DOI: 10.5964/pch.v4i1.90.

DIENER, Ed; EMMONS, Robert A.; LARSEN, Randy J.; GRIFFIN, Sharon. The Satisfaction With Life Scale. **Journal of Personality Assessment**, [S. l.], v. 49, n. 1, p. 71–75, 1985. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901\_13.

DIENER, Ed; SUH, E.; OISHI, S. Recent findings on subjective well-being. **Indian Journal of Clinical Psychology**, [S. l.], v. 24, n. 1, p. 25–41, 1997. Disponível em: <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1997-43193-002>.

ENUMO, Sônia Regina Fiorim; WEIDE, Juliana Niederauer; VICENTINI, Eliana Cristina Chiminazzo; ARAUJO, Murilo Fernandes De; MACHADO, Wagner de Lara. Coping with stress in times of pandemic: A booklet proposal. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S. l.], v. 37, p. 1–10, 2020. DOI: 10.1590/1982-0275202037e200065.

ESTEBAN, Renzo Felipe Carranza; MAMANI-BENITO, Oscar; CHAPARRO, Josué Edison Turpo; LINGÁN-HUAMÁN, Susana K.; PAJARES, Ana Elguera. Psychological distress and workload as predictors of satisfaction with life in Peruvian female university professors with a family burden. **Heliyon**, [S. l.], v. 8, n. 1, 2022. DOI: 10.1016/j.heliyon.2021.e08711.

FADEL, Cristina Berger; FLORES, Makielle Tadei; BRIGOLA, Sabrina; ZANESCO, Camila; BORDIN, Danielle; MARTINS, Alessandra de Souza. Processo de trabalho e disposição ao estresse entre docentes de ciências biológicas e da saúde. **Rev. pesqui. cuid. fundam. (Online)**, [S. l.], v. 11, n. 4, p. 843–848, 2019. DOI: 10.9789/2175-5361.2019.v11i4.843-848.

FARO, André; BAHIANO, Milena de Andrade; NAKANO, Tatiana de Cassia; REIS, Catielle; DA SILVA, Brenda Fernanda Pereira; VITTI, Laís Santos. COVID-19 and mental health: The emergence of care. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S. l.], v. 37, p. 1–14, 2020 a. DOI: 10.1590/1982-0275202037E200074.

FARO, André; SILVA, Luanna dos Santos; SANTOS, Daiane Nunes Dos; FEITOSA, Amanda Lima Barros. Adaptação e validação da escala medo da COVID-19. **Preprints SciELO**, [S. l.], p. 1–22, 2020 b. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.898. Disponível em: file:///C:/Users/hanna/OneDrive/Área de Trabalho/Artigos - Medo da Covid/898-Preprint Text-1320-1-10-20200703 novo.pdf.

FIORAVANTI, Ana Carolina; SANTOS, Letícia de Faria; MAISSONETTE, Silvia; CRUZ, Antonio Pedro de Mello. Avaliação da Estrutura Fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE. **Avaliação Psicológica**, [S. l.], v. 5, n. 2, p. 217–224, 2006.

FOLKMAN, Susan; LAZARUS, Richard S.; DUNKEL-SCHETTER, Christine; DELONGIS, Anita; GRUEN, Rand J. Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. **Journal of Personality and Social Psychology**, [S. l.], v. 50, n. 5, p. 902–1003, 1986. DOI: 10.2135/cropsoci1977.0011183x001700060012x.

FREIRES, Leogildo Alves; MONTEIRO, Renan Pereira; GOUVEIA, ELISA TAVARES RIOS YABE, Juliana Gomes; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; FERNANDES, Sheyla Christine Santos. Estresse e bem / mal-estar Subjetivo em

Estudantes Universitários : Um Modelo Explicativo. **Revista de Psicologia da IMED**, [S. l.], v. 13, n. 2, p. 39–58, 2021. DOI: 10.18256/2175-5027.2021.v13i2.4230.

FREIRES, Leogildo Alves; SOUSA, Erlândio Andrade De; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; MONTEIRO, Renan Pereira; GOUVEIA, Valdiney Veloso. Estresse Acadêmico: adaptação e evidências psicométricas de uma medida. **Revista Psicologia em Pesquisa**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 22–32, 2018. DOI: 10.24879/2018001200300532.

FREITAS, Ronilson Ferreira; RAMOS, Daniel Santos; FREITAS, Tahiana Ferreira; DE SOUZA, Gleydson Rocha; PEREIRA, Éryka Jovânia; LESSA, Angelina Do Carmo. Prevalence and factors associated with depression, anxiety, and stress symptoms among professors during COVID-19 pandemic. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S. l.], v. 70, n. 4, p. 283–292, 2021. DOI: 10.1590/0047-2085000000348.

GARCÍA-GONZÁLEZ, Marialuz Arántzazu; TORRANO, Fermín; GARCÍA-GONZÁLEZ, Guillermo. Analysis of stress factors for female professors at online universities. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [S. l.], v. 17, n. 8, p. 1–13, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17082958.

GARCÍA, Nathaly Berrío; ZEA, Rodrigo Mazo. Estrés Académico. **Revista de Psicologia: Universidade de Antioquia**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 65–82, 2011. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4865240>.

HERRON, J. B. T.; HAY-DAVID, A. G. C.; GILLIAM, A. D.; BRENNAN, P. A. Personal protective equipment and Covid 19- a risk to healthcare staff? **British Journal of Oral and Maxillofacial Surgery**, [S. l.], v. 58, n. 5, p. 500–502, 2020. DOI: 10.1016/j.bjoms.2020.04.015.

KÖNIG, Johannes; JÄGER-BIELA, Daniela J.; GLUTSCH, Nina. Adapting to online teaching during COVID-19 school closure: teacher education and teacher competence effects among early career teachers in Germany. **European Journal of Teacher Education**, [S. l.], v. 43, n. 4, p. 608–622, 2020. DOI: 10.1080/02619768.2020.1809650.

KYRIACOU, Chris. Teacher Stress: directions for future research. **Educational Review**, [S. l.], v. 53, n. May 2013, p. 27–35, 2001. DOI: 10.1080/0013191012003362.

KYRIACOU, Chris; SUTCLIFFE, John. A Model of Teacher Stress. **Educational Studies**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 1–6, 1978. DOI: 10.1080/0305569780040101.

LI, Quanman; MIAO, Yudong; ZENG, Xin; TARIMO, Clifford Silver; WU, Cuiping; WU, Jian. Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic among the teachers in China. **Journal of Affective Disorders**, [S. l.], v. 277, p. 153–158, 2020. DOI: 10.1016/j.jad.2020.08.017.

LI, Wenjun; KOU, Changui. Prevalence and correlates of psychological stress among teachers at a national key comprehensive university in China. **International Journal of Occupational and Environmental Health**, [S. l.], v. 24, n. 1–2, p. 7–16, 2018. DOI: 10.1080/10773525.2018.1500803.

LIMA FILHA, Cleide Do Nascimento Monteiro Borges; MORAIS, André Novais. Prevalência e fatores de risco do burnout nos docentes universitários. **Revista Contemporânea de Educação**, [S. l.], v. 13, n. 27, p. 453, 2018. DOI: 10.20500/rce.v13i26.12277.

LOURO, Viviane; LOURO, Fabiana dos Santos; DUARTE, Plinio Gladstone. O estresse gerado pela pandemia como risco para adoecimento mental e físico do músico a partir das neurociências cognitivas. **Revista Música**, [S. l.], v. 20, n. 2, p. 379–396, 2020. DOI: 10.11606/rm.v20i2.178817.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Anxiety, depression and stress in university students: The impact of COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S. l.], v. 37, p. 1–8, 2020. DOI: 10.1590/1982-0275202037e200067.

MALISCH, Jessica L. et al. Opinion: In the wake of COVID-19, academia needs new solutions to ensure gender equity. **Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America**, [S. l.], v. 117, n. 27, p. 15378–15381, 2020. DOI: 10.1073/pnas.2010636117.

MARQUES, Ana Lucia Marinho; SORRENTINO, Isa da S.; RODRIGUES, Julliana Luiz; MACHIN, Rosana. O impacto da Covid-19 em grupos marginalizados: contribuições da interseccionalidade como perspectiva teórico-política. **Interface: comunicação, saúde, educação**, [S. l.], v. 25, n. 1, p. 1–17, 2021. DOI: 10.1590/Interface.200712.

MELO, Maria Tais De; DIAS, Simone Regina; VOLPATO, Arceloni Neusa. **Impactos da Pandemia da Covid-19 na Qualidade de Vida dos Professores**. Florianópolis, SC: Contexto Digital, 2020.

MOSS-RACUSIN, Corinne A.; DOVIDIO, John F.; BRESCOLL, Victoria L.;

GRAHAM, Mark J.; HANDELSMAN, Jo. Science faculty's subtle gender biases favor male students. **Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America**, [S. l.], v. 109, n. 41, p. 16474–16479, 2012. DOI: 10.1073/pnas.1211286109.

MOZZATO, Anelise Rebelato; SGARBOSSA, Maira; MOZZATO, Fernanda Rebelato. O que aconteceu com os que ensinam? O impacto da COVID-19 sobre a rotina e a saúde dos professores universitários. **Revista Sustinere**, [S. l.], v. 9, p. 487–508, 2021. DOI: 10.12957/sustinere.2021.57959.

OLIVEIRA, Amanda da Silva Dias; PEREIRA, Maristela de Souza; LIMA, Luana Mundim De. Trabalho, produtivismo e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. **Psicologia Escolar e Educacional**, [S. l.], v. 21, n. 3, p. 609–619, 2017. DOI: 10.1590/2175-353920170213111132.

OLIVEIRA, Erik Cunha De; SANTOS, Vera Maria Dos. Adoecimento mental docente em tempos de pandemia / Teaching mental health in pandemic times. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 4, p. 39193–39199, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n4-399.

ONYEAKA, Helen; ANUMUDU, Christian K.; AL-SHARIFY, Zainab T.; EGELE-GODSWILL, Esther; MBAEGBU, Paul. COVID-19 pandemic: A review of the global lockdown and its far-reaching effects. **Science Progress**, [S. l.], v. 104, n. 2, p. 1–18, 2021. DOI: 10.1177/00368504211019854.

OZAMIZ-ETXEBARRIA, Naiara; DOSIL SANTAMARÍA, María; IDOIAGA MONDRAGON, Nahia; BERASATEGI SANTXO, Naiara. Estado emocional del profesorado de colegios y universidades en el norte de España ante la COVID-19. **Revista española de salud pública**, [S. l.], v. 95, 2021.

PACICO, Juliana Cerentini; BASTIANELLO, Micheline Roat; ZANON, Cristian; HUTZ, Claudio Simon. Adaptation and validation of the dispositional hope scale for adolescents. **Psicologia: Reflexao e Critica**, [S. l.], v. 26, n. 3, p. 488–492, 2013. DOI: 10.1590/S0102-79722013000300008.

PANIZZON, Mateus; COSTA, Camila Furlan Da; MEDEIROS, Igor Baptista de Oliveira. Práticas das universidades federais no combate à COVID-19: a relação entre investimento público e capacidade de implementação. **Revista de Administração Pública**, [S. l.], v. 54, n. 4, p. 635–649, 2020. DOI: 10.1590/0034-761220200378.

PEDROLO, Edivane; SANTANA, Leni de Lima; ZIESEMER, Nadine de Biagi Souza; CARVALHO, Telma Pelae De; RAMOS, Tangriane Hainiski; HAEFFNER, Rafael.

Impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida e no estresse de docentes de uma instituição federal. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 4, p. e43110414298, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i4.14298.

PENACHI, Eliza; TEIXEIRA, Edival Sebastião. Ocorrência da síndrome de burnout em um grupo de professores universitários. **Educação (UFSM)**, [S. l.], v. 45, p. 9–1, 2020. DOI: <https://10.5902/1984644431778>.

PISCITELLI, Adriana. Interseccionalidades, categorias de articulação e experiências de migrantes brasileiras. **Sociedade e Cultura**, v.11, n.2, [S. l.], v. 11, n. 2, p. 263–274, 2008. DOI: <https://doi.org/10.5216/sec.v11i2.5247>.

PLESSIS, Melissa Du. Coping with occupational stress in an open distance learning university in South Africa. **Journal of Psychology in Africa**, [S. l.], v. 29, n. 6, p. 570–575, 2019. DOI: 10.1080/14330237.2019.1689466.

QIU, Jianyin; SHEN, Bin; ZHAO, Min; WANG, Zhen; XIE, Bin; XU, Yifeng. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. **General Psychiatry**, [S. l.], v. 33, n. 2, p. 1–4, 2020. DOI: 10.1136/gpsych-2020-100213.

RATINAUD, Pierre. **IRAMUTEQ: Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires**. 2009. Disponível em: <http://www.iramuteq.org/>.

RODRIGUES, Olga Maria Piazzentin Rolim; NOGUEIRA, Sária Cristina. Educational practices and indicators of anxiety, depression and maternal stress. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S. l.], v. 32, n. 1, p. 35–44, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-37722016012293035044>.

SÁ, Adrielle Lourenço De; NARCISO, Ana Lucia do Carmo; NARCISO, Luciana do Carmo. Ensino remoto em tempos de pandemia: os desafios enfrentados pelos professores. In: ANAIS DO ENCONTRO VIRTUAL DE DOCUMENTAÇÃO EM SOFTWARE LIVRE E CONGRESSO INTERNACIONAL DE LINGUAGEM E TECNOLOGIA ONLINE 2020, **Anais** [...]. [s.l.: s.n.] Disponível em: <https://nasnuv.com/ojs2/index.php/CILTecOnline/article/view/844>.

SANTAMARÍA, María Dosil; MONDRAGON, Nahia Idoiaga; SANTXO, Naiara Berasategi; OZAMIZ-ETXEBARRIA, Naiara. Teacher stress, anxiety and depression at the beginning of the academic year during the COVID-19 pandemic. **Global Mental**

**Health**, [S. l.], v. 8, p. 1–8, 2021. DOI: 10.1017/gmh.2021.14.

SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix Dos; SILVA, Maria Elaine Da; BELMONTE, Bernardo do Rego. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.**, [S. l.], v. 21, p. 5245–5251, 2021. DOI: 10.1590/1806-9304202100S100013.

SANTOS, Hugo Miguel Ramos Dos. The challenges of educating through zoom in a pandemic context: Investigating the experiences and perspectives of Portuguese teachers. **Praxis Educativa**, [S. l.], v. 15, p. 1–17, 2020. DOI: 10.5212/PRAXEDUC.V.15.15805.091.

SILVA, Fabiane Ferreira Da; SOARES, Cristiane Barbosa. Professoras universitárias negras rompendo a fronteira da invisibilidade. *In*: ANAIS ELETRÔNICOS DO VII SEMINÁRIO CORPO, GÊNERO E SEXUALIDADE, DO III SEMINÁRIO INTERNACIONAL CORPO, GÊNERO E SEXUALIDADE E DO III LUSO-BRASILEIRO EDUCAÇÃO EM SEXUALIDADE, GÊNERO, SAÚDE E SUSTENTABILIDADE 2018, Rio Grande- RS. **Anais [...]**. Rio Grande- RS: FURG, 2018 Disponível em: <https://7seminario.furg.br/images/arquivo/35.pdf>.

SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias; PADOVAM, Valquiria Aparecida Rossi. Bases Teóricas de Bem-Estar Subjetivo , Bem-Estar Psicológico e Bem-Estar no Trabalho. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S. l.], v. 24, n. 2, p. 201–209, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/ZkX7Q4gd9mLQXnH7xbMgbpM/?format=pdf&lang=pt>.

SNYDER, C. R. ...; HARRIS, C. ...; ANDERSON, J. R. ...; HOLLERAN, S. A. ...; IRVING, L. M. ...; SIGMON, S.T.; YOSHINOBU, L. ...; GIBB, J. ...; LANGELLE, C. ...; HARNEY, P. The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. **Journal of Personality and Social Psychology**, [S. l.], v. 60, n. 4, p. 570–585, 1991.

SOARES, Cristiane Barbosa; SILVA, Fabiane Ferreira Da. Raça e Gênero no corpo docente da Universidade Federal do Pampa. **Cadernos de Gênero e Diversidade**, [S. l.], v. 5, n. 3, p. 30, 2019. DOI: 10.9771/cgd.v5i3.33787. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/interaccoes/article/view/21073?msclkid=124a7fadb8d511eca7a2d89da03b034f>.

SOARES, Michelle Barbosa; MAFRA, Simone Caldas Tavares; FARIAS, Evandro Rodrigues De. Fatores associados à percepção de estresse em docentes universitários em uma instituição pública federal. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [S. l.],

v. 17, n. 1, p. 90–98, 2019. DOI: 10.5327/Z1679443520190280.

SOUSA, Caio Victor de Paula; SOUSA, Felipe Gerhard de Paula; PEÑALOZA, Verónica Lúcia; MESQUITA, Edilson de Oliveira. A influência da renda sobre a satisfação com a vida. **Empreendedorismo, Gestão e Negócios**, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 124–146, 2021. Disponível em: <https://fatece.edu.br/arquivos/arquivos-REVISTAS/empreendedorismo/volume10/Caio Victor de Paula Sousa et al.pdf>.

SOUSA, Aline Rodrigues De; SANTOS, Rayane Bezerra; SILVA, Rodrigo Marques Da; SANTOS, Carla Chiste Tomazoli; LOPES, Victor Cauê; MUSSI, Fernanda Carneiro. Occupational stress and sleep quality in professors of the health area. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, [S. l.], v. 19, p. e33088, 2018. DOI: 10.15253/2175-6783.20181933088.

SPIELBERGER, Charles Donald; GORSUCH, Richard L.; LUSHENE, Robert E. **STAI: manual for the State - Trait Anxiety Inventory**. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1970. v. 2

VIDAL, Marilnalia Lemos Gonçalves. A gestão do tempo no trabalho docente : uma análise de gênero no contexto da pandemia. **Revista Interacções**, [S. l.], v. 50, n. 54, p. 94–105, 2020. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/interaccoes/article/view/21073?msckid=124a7fad8d511eca7a2d89da03b034f>.

WANG, Cuiyan; RIYU, P.; XIAOYANG, W.; YILIN, T.; LINKANG, X.; CYRUS, S. H.; C.H., Roger. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. **Environmental Research and Public Health**, [S. l.], v. 17, n. 5, p. 1–25, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17051729.

WEIDE, Juiana Niederauer; VICENTINI, Eliana Cristina Chiminazzo; ARAUJO, Murilo Fernandes De; MACHADO, Wagner de Lara; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. **Cartilha para enfrentamento do estresse em tempos de pandemia. Estudos de Psicologia (Campinas)** 2020. Disponível em: <http://www.pucrs.br/wp-content/uploads/2020/04/Cartilha-para-Enfrentamento-do-Estresse-em-Tempos-de-Pandemia.pdf>.

WILDER-SMITH, A.; FREEDMAN, D. O. Isolation, quarantine, social distancing and community containment: Pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. **Journal of Travel Medicine**, [S. l.], v. 27, n. 2, p.

1–4, 2020. DOI: 10.1093/jtm/taaa020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Coronavirus disease 2019 (COVID-19): situation report**. WHO, 2020 a. Disponível em: [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200121-sitrep-1-2019-ncov.pdf?sfvrsn=20a99c10\\_4](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200121-sitrep-1-2019-ncov.pdf?sfvrsn=20a99c10_4).

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020**. 2020 b. Disponível em: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>.

YI, Ye; LAGNITON, Philip N. P.; YE, Sen; LI, Enqin; XU, Ren He. COVID-19: What has been learned and to be learned about the novel coronavirus disease. **International Journal of Biological Sciences**, [S. l.], v. 16, n. 10, p. 1753–1766, 2020. DOI: 10.7150/ijbs.45134.

YOU, Ji Won. Testing the three-way interaction effect of academic stress, academic self-efficacy, and task value on persistence in learning among Korean college students. **Higher Education**, [S. l.], v. 76, n. 5, p. 921–935, 2018. DOI: 10.1007/s10734-018-0255-0.

ZANON, Cristian; BARDAGI, Marucia P.; LAYOUS, Kristin; HUTZ, Claudio S. Validation of the Satisfaction with Life Scale to Brazilians: Evidences of Measurement Noninvariance Across Brazil and US. **Social Indicators Research**, [S. l.], v. 119, n. 1, p. 443–453, 2014. DOI: 10.1007/s11205-013-0478-5.

## 5. DISCUSSÃO GERAL

O estudo do estresse na comunidade científica vem ganhando visibilidade nos últimos anos, tratando-se, essencialmente dos impactos negativos à saúde e bem-estar das pessoas. Nos dias atuais, o estresse em excesso é visto como um problema mundial que pode trazer danos para a qualidade de vida do indivíduo (FADEL et al., 2019; MACEDO; ALMARIO; SOARES, 2019), ocupando o segundo lugar na categoria das doenças ocupacionais no Brasil (BAPTISTA et al., 2019). O estresse é entendido como um processo complexo que envolve condições psicológicas, físicas e bioquímicas, desencadeado a partir da interpretação dos estímulos internos e externos (COSTELLO et al., 2018). No âmbito laboral, existem diversos fatores psicossociais estressores que pode afetar a saúde física e mental dos trabalhadores. Tais fatores têm origem em diversas fontes, como nas relações humanas, nos aspectos físicos e nos sistemas trabalhistas (COMITÉ MIXTO OIT-OMS, 1984).

No trabalho docente, existem fatores estressores externos, como a sobrecarga de trabalho e o tempo insuficiente para realizar as atividades acadêmicas e os fatores internos, como o esgotamento emocional, ansiedade e insegurança (COSTELLO et al., 2018; DALAGASPERINA; MONTEIRO, 2016; HIRSCH et al., 2018; GARCÍA-GONZÁLEZ; TORRANO; GARCÍA-GONZÁLEZ, 2020). Outros fatores que aumentam os níveis de estresse em docentes são as atividades administrativas, a carga horária de ensino e atuação na pós-graduação (SOARES; MAFRA; FARIAS, 2019).

Kyriacou e Sutcliffe (1977) foram os pioneiros na literatura científica que trata do estresse no trabalho docente, conceituando-o como um fenômeno resultante das vivências e práticas adversas que resultam em sentimentos negativos, como a ansiedade, raiva e depressão. Os docentes vivenciam tensão nos seus ambientes de trabalho, em ritmo acelerado e muitas vezes em situação de precarização das condições de trabalho, levando ao adoecimento (QUEIRÓZ; EMILIANO, 2020).

Nesse sentido, a profissão docente é considerada um ambiente potencial para o desenvolvimento do estresse, visto que os professores são submetidos a uma sobrecarga de atividades acadêmicas (ARAUJO et al., 2020). Outro ponto a ser observado é que o aumento da carga de trabalho implica na redução do tempo do docente para se dedicar às outras demandas acadêmicas, que frequentemente exigem um conhecimento além da

sua formação. Assim, os docentes ficam com muitas atividades a serem feitas, porém, com menos tempo para realizá-las (SOARES; MAFRA; FARIAS, 2019).

Queiróz e Emiliano (2020) apontam em seu estudo que, dos 208 professores universitários que participaram da pesquisa, 85,10% trabalham mais de oito horas por dia e 89,6% nos finais de semana, sendo 79,1% relatam se sentir estressados. Além disso, a demanda cada vez maior pela atuação dos docentes nos três pilares do tripé ensino, pesquisa e extensão causa carga intensa nas atividades acadêmicas devido às cobranças, exigências por publicações, planejamento de aulas, participação em eventos e congressos científicos (PETTO et al., 2016). O que corrobora com os resultados de Fadel et al., (2019), que afirmaram que o cotidiano na docência superior por si só, torna-se um agente estressor.

Na presente dissertação, o trabalho remoto emergencial foi relatado pelos docentes como um fator desencadeante do estresse. Diante da interrupção das atividades presenciais decorrente da pandemia de COVID-19, o desenvolvimento do trabalho docente foi colocado em pauta, principalmente em relação aos saberes profissionais no ensino remoto emergencial (CRUZ; COELHO; FERREIRA, 2021). Nesse novo contexto, os professores foram expostos a diferentes situações e pressões das instituições, e por consequência, apresentando repercussões no adoecimento, sobretudo relacionado à saúde mental (SILVA et al., 2020). A alta carga negativa de experiências e emoções vivenciadas na pandemia, a propagação de notícias enganosas e o afastamento familiar e social causaram danos à saúde mental da população (PEREIRA et al., 2020).

A pandemia causou amplas transformações, tanto no âmbito laboral como no estilo de vida das pessoas. Muitas dessas mudanças resultaram em aumento no consumo de álcool, síndrome de *Burnout*, altos níveis de ansiedade e depressão, ou seja, afetando diretamente a saúde mental dos indivíduos (AHMED et al., 2020). Além disso, as consequências negativas à saúde mental dos docentes podem prejudicar o sono, causando inclusive, problemas físicos. Tais fatores tornam-se favoráveis para o afastamento das obrigações profissionais (HERNANDES; ROZÁRIO, 2021).

Diante do exposto, a presente dissertação teve como objetivo analisar o estresse acadêmico e os indicadores de bem/mal-estar em professores universitários. Para atender ao objetivo proposto, realizou-se inicialmente uma revisão integrativa da

literatura no período entre 2010 a 2021 sobre instrumentos psicométricos utilizados para avaliação do estresse no contexto acadêmico. Em seguida, partiu-se para estudos empíricos, cujos objetivos específicos foram: a) adaptar a escala de Estresse Acadêmico para o contexto docente, reunindo as suas propriedades psicométricas e; b) investigar os preditores e correlatos do estresse acadêmico e bem/mal estar em professores universitários durante o ensino remoto na pandemia de COVID-19, além de identificar fatores estressores e estratégias de enfrentamento utilizadas.

Desse modo, foram elaborados três artigos cujos principais resultados empíricos serão revisitados no decorrer desta discussão. Ademais, considera-se que a presente dissertação trouxe potenciais contribuições para a comunidade acadêmica, gestores e reitores de instituições de ensino superior. As perspectivas apresentadas e o instrumento de avaliação proposto podem servir para um melhor entendimento da saúde mental dos professores universitários brasileiros.

O primeiro artigo foi realizado sob uma perspectiva teórica e de cunho informativo. O propósito da revisão integrativa de literatura foi de realizar um levantamento de instrumentos psicométricos utilizados para medir o estresse, uma vez que foi constatada uma ausência de estudos com esse objetivo. Posteriormente no processo de triagem, observou-se que alguns instrumentos aplicados no contexto universitário utilizaram amostras diversas em seus estudos de elaboração/adaptação. No entanto, Borsa, Damásio e Bandeira (2012) salientam que a avaliação pelo público-alvo é uma das etapas a ser considerada no processo de validação/adaptação, pois pode indicar se as instruções de um instrumento são claras e se os itens que o compõe são adequados para o contexto. Nesse sentido, optou-se por abordar os instrumentos que consideraram amostra estritamente universitária (estudantes e professores).

Ao identificar as evidências psicométricas (validade e fidedignidade) destes instrumentos, notou-se que muitos ainda carecem de investigações psicométricas propostas pelos *Standards for Educational and Psychological Testing*, que ainda são pouco abordadas nos estudos de construção/adaptação (ASSOCIATION; ASSOCIATION; EDUCATION, 2014). Além disso, foi possível constatar uma escassez de instrumentos que avaliam o constructo “estresse acadêmico” em professores universitários, tendo mais instrumentos voltados para o público de estudantes. Nesta

direção, a base deste artigo foi considerada para o desenvolvimento do segundo trabalho.

Assim, o segundo artigo tratou-se de um estudo de cunho psicométrico, com o objetivo de adaptar um instrumento de avaliação do estresse acadêmico para os professores. De acordo com Borsa, Damásio e Bandeira (2012), adaptar um instrumento já existente pode ser mais vantajoso que construir um novo, uma vez que o pesquisador terá como base os dados já obtidos em contextos diferentes. Por se tratar de uma mesma medida, o constructo pode ser avaliado nos alicerces de uma mesma base teórica e metodológica. Neste sentido, objetivou-se realizar uma adaptação da Escala de Estresse Acadêmico (EEA, FREIRES et al., 2018), reunindo as evidências preliminares e confirmatórias de validade e precisão no contexto docente. Os resultados apontaram uma estrutura fatorial em um único fator, tendo 44,3% da variância total, apresentando índices de confiabilidade e de parâmetros de discriminação e dificuldade satisfatórios. Concluiu-se que a medida adaptada mostra-se adequada para medir o estresse acadêmico em professores universitários.

Por fim, o último artigo, de abordagem mista (quanti-qualitativa) e correlacional, objetivou-se investigar os correlatos e preditores do estresse acadêmico e bem/mal-estar em professores universitários durante a pandemia de COVID-19. Dentre os resultados apresentados, destaca-se o modelo de mediação, tendo a variável estresse acadêmico como mediadora. Após a inserção da variável estresse acadêmico na estrutura, observou-se a influência do impacto do medo da COVID-19 na ansiedade-traço, uma vez que foi mediada pelo efeito indireto significativo, confirmando a hipótese inicialmente estabelecida. Ou seja, o estresse acadêmico se relaciona diretamente a maiores níveis de ansiedade-traço e medo de COVID-19.

O medo da infecção aumentou os níveis de ansiedade e estresse durante a pandemia, e pessoas que apresentam algum transtorno psiquiátrico pré-existente tiveram sintomas intensificados (SHIGEMURA et al., 2020). Na amostra do presente estudo, 25,3% dos participantes haviam sido diagnosticados com algum transtorno psicológico. Em relação à ansiedade, os professores apresentaram grau médio de ansiedade-traço e alto grau de ansiedade-estado. No campo do estresse, apresentaram níveis medianos tanto no estresse acadêmico como no percebido.

Nesse sentido, para compreender as repercussões da Pandemia de COVID-19 na saúde mental dos docentes, devem ser consideradas as emoções e sentimentos envolvidas nesse contexto. O medo, o estresse e a ansiedade apresentaram-se como fatores prejudiciais à saúde das pessoas durante a pandemia (OMS, 2020). Na presente dissertação, foi apontado um “medo moderado” da COVID-19 na amostra, sendo que 17,9% foram diagnosticados para esta doença. O medo é, de acordo com a American Psychiatric Association (p.189, 2014), “uma resposta emocional a ameaça iminente real ou percebida”, ou seja, o receio de algum fator externo que se apresente como uma situação de risco concreto, capaz de causar ameaça à integridade física ou psicológica do indivíduo. Um estudo realizado por Wang et al., (2020), indicou que 75,5% dos participantes relataram ter medo de seus familiares contraírem a COVID-19, demonstrando esse impacto na saúde mental.

No que se diz respeito à ansiedade, embora seja uma das emoções básicas e normal do ser humano devido o seu benefício para a manutenção da espécie, ela também pode se apresentar como algo maléfico, uma vez que se trata de um estado de medo absoluto em relação a algo que ainda possa ou não vir acontecer. Geralmente, a pessoa experimenta uma sensação de paralisia ao não conseguir lidar com o desequilíbrio de seus sentimentos e emoções (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020). Em relação ao estresse, este pode gerar sentimentos de tensão, medo ou ameaça, podendo ser de origem interna ou externa. O estresse é conceituado como a consequência dos esforços da pessoa para se adaptar a uma situação ou experiência (ARALDI-FAVASSA; ARMILIATO; KALININE, 2005).

Estudos apontam que as docentes do sexo feminino apresentam maiores níveis de angústia e ansiedade em relação aos homens (GHANDOUR et al., 2020; PINHO et al., 2021). Essa realidade dos gêneros foi uma pauta levantada no artigo III, embora as correlações entre grupo de gênero não tenha sido significativo. Os resultados encontrados refletem a realidade das docentes do presente estudo, apresentando maiores médias de estresse acadêmico, estresse percebido, ansiedade-traço e Medo da COVID-19 quando comparadas aos homens.

De acordo com a literatura, a discrepância e desigualdade entre gêneros na sociedade estão associados às responsabilidades domésticas e cuidados familiares, situação em que a mulher, geralmente, é delegada a fazer (ARAÚJO et al., 2021).

Tradicionalmente as mulheres exercem dupla jornada, após a pandemia, essa situação ficou mais evidente, uma vez que a barreira entre ambiente de trabalho e domicílio deixou de existir. Essa realidade acabou sobrecarregando ainda mais as mulheres, que ficaram submetidas a rotinas exaustivas (HERNANDES; ROZÁRIO, 2021).

Embora os objetivos propostos dessa dissertação tenham sido alcançados, não se deve isentá-la de possíveis limitações. A principal delas está relacionada ao critério metodológico estabelecido nos estudos empíricos, que adotaram a técnica de amostragem não-probabilística, selecionando as amostras por conveniência. Neste sentido, a generalização de conclusões tanto a respeito da medida avaliativa, como dos resultados dos níveis de estresse e bem/mal-estar pode ser limitada para além do escopo do estudo.

Além disso, deve-se atentar ao período em que a coleta foi realizada, pois os resultados apontados refletem o momento que os professores se encontravam, em um contexto totalmente atípico decorrente da pandemia causada pelo novo coronavírus. Nesse sentido, considera-se relevante a realização de novas pesquisas que ampliem a coleta de dados para a população geral, essencialmente para os grupos de docentes representativos dos marcadores sociais (gênero, cor/raça, classe social, sexualidade, dentre outros), por entender que o aspecto psicossocial e sua interseccionalidade emergem questões pertinentes para a criação de políticas públicas.

Uma vez que não houve tempo hábil para realizar uma coleta de dados de uma amostra representativa de todas as regiões do Brasil, estudos subsequentes focados na normatização da escala de medida de estresse acadêmico contribuiriam para a aplicabilidade do instrumento de forma mais ampla. De acordo com Nakano (2013), no quesito de qualidade psicométrica de instrumentos, a normatização deve sempre ser levada em consideração, para além de evidências de validade e precisão. Sem apontar as indicações de uso e abrangência da população a ser atingida, a padronização do instrumento torna-se discutível, devido à necessidade da uniformidade de procedimentos utilizados no momento da aplicação.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse no contexto acadêmico já era discutido antes mesmo da ocorrência da pandemia de COVID-19, uma vez que o próprio ambiente de trabalho é tido como um agente estressor. No entanto, investigar esse processo numa pandemia em curso, faz com que as pessoas reflitam e compreendam como os indicadores de bem/mal-estar em professores se articulam ao novo contexto. Desse modo, espera-se que os resultados apresentados no presente trabalho possam auxiliar a comunidade acadêmica, gestores de Instituições de Ensino Superior e profissionais de saúde na compreensão e dimensionamento do problema.

Os resultados apresentados nessa dissertação também podem contribuir com a criação de novas intervenções e estratégias de enfrentamento do estresse e ao mal-estar vivenciado na universidade, com a finalidade de diminuir os impactos e oferecer maior qualidade de vida a essa população. Um exemplo disso é o um projeto de Lei (PL) 3.383/2021 aprovado em 15 de fevereiro de 2022 (SENADO FEDERAL, 2022), abordando a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. Este projeto tem como objetivo amenizar os prejuízos da pandemia na saúde mental em professores, funcionários, estudantes e seus familiares.

Ampliar a discussão sobre o tema possibilitará um melhor planejamento e resiliência frente às situações conflituosas e geradoras de estresse, preparando os docentes para possíveis enfrentamentos e promovendo uma melhor adaptação à universidade. Ademais, entende-se que a frequência de prática de atividades físicas poderá auxiliá-los no manejo do estresse, devendo-se atentar o tempo que estes disponibilizam para realizar tais atividades, visto que a literatura aborda a sobrecarga de trabalho em que os docentes são submetidos.

## Referências

AHMED, Zahir; AHMED, Oli; AIBAO, Zhou; HANBIN, Sang; SIYU, Liu; AHMAD, Akbaruddin. Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ' s public news and information. **Asian Journal of Psychiatry**, [S. l.], v. 51, p. 102092, 2020.

ARCHANJO, Viviane de Paula; ROCHA, Fátima Niemeyer Da. Estresse Acadêmico e o olhar da Psicologia Positiva. **Revista Mosaico**, [S. l.], v. 10, n. 1, 2019.

ARALDI-FAVASSA, Celí Teresinha; ARMILIATO, Neide; KALININE, Iouri. Aspectos Fisiológicos e Psicológicos do Estresse. **Revista de Psicologia da UnC**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 84–92, 2005. Disponível em: [www.nead.uncnet.br/revista/psicologia](http://www.nead.uncnet.br/revista/psicologia).

ARAUJO, Renata Mendes De; AMATO, Cibelle A. de la Higuera; MARTINS, Valéria Farinazzo; ELISEO, Maria Amélia; SILVEIRA, Ismar Frango. COVID-19, Mudanças em Práticas Educacionais e a Percepção de Estresse por Docentes do Ensino Superior no Brasil. **Revista Brasileira de Informática na Educação**, [S. l.], v. 28, p. 864–891, 2020. DOI: 10.5753/rbie.2020.28.0.864.

ARAÚJO, Maria da Purificação Nazaré; BARROSO, Rosemary da Rocha Fonseca; MACHADO, Martha Luísa; CUNHA, Carla de Magalhães; QUEIROZ, Valterlinda Alves de Oliveira; MARTINS, Poliana Cardoso; SANTANA, Mônica Leila Portela De. Residência é residência, trabalho é trabalho: estudo quali-quantitativo sobre o trabalho remoto de professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 9, p. e24310918068, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.18068.

ASSOCIATION, American Educational Research; ASSOCIATION, American Psychological; EDUCATION, National Council on Measurement in. **Standards for educational and psychological testing**. Washington: DC: American Educational Research Association, 2014.

ASSOCIATION, American Psychiatric. Transtorno de Ansiedade. *In: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais- DSM-5*. [s.l: s.n.]. p. 189.

BAPTISTA, Makilim Nunes; SOARES, Thiago Francisco Pereira; RAAD, Alexandre José; SANTOS, Luísa Milani. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, [S. l.], v. 19,

n. 1, p. 564–570, 2019. DOI: 10.17652/rpot/2019.1.15417.

BORSA, Juliane Callegaro; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo; BANDEIRA, Denise Ruschel. Adaptação e Validação de Instrumentos Psicológicos entre Culturas: Algumas Considerações. **Paidéia**, [S. l.], v. 22, n. 53, p. 423–432, 2012. DOI:10.1590/S0103-863X2012000300014.

COMITÉ MIXTO OIT-OMS. **Factores psicosociales en el Trabajo: naturaleza, incidencia y prevención**. [s.l: s.n.]. v. 56. Disponível em: [http://biblioteca.uces.edu.ar/MEDIA/EDOCS/FACTORES\\_Texto.pdf](http://biblioteca.uces.edu.ar/MEDIA/EDOCS/FACTORES_Texto.pdf).

COSTELLO, Harry; WALSH, Sebastian; COOPER, Claudia; LIVINGSTON, Gill. A systematic review and meta-analysis of the prevalence and associations of stress and burnout among staff in long-term care facilities for people with dementia. **International Psychogeriatrics**, [S. l.], v. 31, n. 8, p. 1203–1216, 2018. DOI: 10.1017/S1041610218001606.

CRUZ, Lilian Moreira; COELHO, Livia Andrade; FERREIRA, Lúcia Gracia. Docência em tempos de pandemia: saberes e ensino remoto. **Debates em Educação**, [S. l.], v. 13, n. 31, p. 992, 2021. DOI: 10.28998/2175-6600.2021v13n31p992-1016.

DALAGASPERINA, Patrícia; MONTEIRO, Janine Kieling. Estresse e Docência: Um Estudo no Ensino Superior Privado. **Revista Subjetividades**, [S. l.], v. 16, n. 1, p. 37–51, 2016. DOI: 10.5020/23590777.16.1.37-51.

FADEL, Cristina Berger; FLORES, Makielle Tadei; BRIGOLA, Sabrina; ZANESCO, Camila; BORDIN, Danielle; MARTINS, Alessandra de Souza. Processo de trabalho e disposição ao estresse entre docentes de ciências biológicas e da saúde. **Rev. pesqui. cuid. fundam. (Online)**, [S. l.], v. 11, n. 4, p. 843–848, 2019. DOI: 10.9789/2175-5361.2019.v11i4.843-848.

FREIRES, Leogildo Alves; SOUSA, Erlândio Andrade De; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; MONTEIRO, Renan Pereira; GOUVEIA, Valdiney Veloso. Estresse Acadêmico: adaptação e evidências psicométricas de uma medida. **Revista Psicologia em Pesquisa**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 22–32, 2018. DOI: 10.24879/2018001200300532.

FOLKMAN, Susan; LAZARUS, Richard S. **Stress, appraisal, and coping**. New York, 1984.

GARCÍA, Nathaly Berrío; ZEA, Rodrigo Mazo. Estrés Académico. **Revista de Psicología: Universidade de Antioquia**, [S. l.], v. 3, n. 2, 2011.

GARCÍA-GONZÁLEZ, Marialuz Arántzazu; TORRANO, Fermín; GARCÍA-GONZÁLEZ, Guillermo. Analysis of stress factors for female professors at online universities. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [S. l.], v. 17, n. 8, p. 1–13, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17082958.

GHANDOUR, Rula et al. Double burden of covid-19 pandemic and military occupation: Mental health among a palestinian university community in the west bank. **Annals of Global Health**, [S. l.], v. 86, n. 1, p. 1–11, 2020. DOI: 10.5334/aogh.3007.

Haidar, Suzan A.; VRIES, N. K. De; KARAVETIAN, Mirey; EL-RASSI, Rola. Stress, Anxiety, and Weight Gain among University and College Students: A Systematic Review. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, [S. l.], v. 118, n. 2, p. 261–274, 2018. DOI: 10.1016/j.jand.2017.10.015.

HASAN, Najmul; BAO, Yukun. Impact of “e-Learning crack-up” perception on psychological distress among college students during COVID-19 pandemic: A mediating role of “fear of academic year loss”. **Children and Youth Services Review**, [S. l.], v. 118, n. August, p. 105355, 2020. DOI: 10.1016/j.childyouth.2020.105355.

HERMAN, Keith C.; HICKMON-ROSA, Jal’et; REINKE, Wendy M. Empirically Derived Profiles of Teacher Stress, Burnout, Self-Efficacy, and Coping and Associated Student Outcomes. **Journal of Positive Behavior Interventions**, [S. l.], v. 20, n. 2, p. 90–100, 2018. DOI: 10.1177/1098300717732066.

HERMAN, Keith C.; PREWITT, Sara L.; EDDY, Colleen L.; SAVALE, Alyson; REINKE, Wendy M. Profiles of middle school teacher stress and coping: Concurrent and prospective correlates. **Journal of School Psychology**, [S. l.], v. 78, n. June 2018, p. 54–68, 2020. DOI: 10.1016/j.jsp.2019.11.003.

HERNANDES, Lincon Fricks; ROZÁRIO, Jefferson Diório. Tempos de pandemia e educação : um olhar para a saúde mental dos professores universitários. **Pensar Acadêmico**, [S. l.], v. 19, n. 5, p. 1359–1368, 2021. DOI: 10.21576/pa.2021v19i5.3070.

HIRSCH, Carolina Domingues; BARLEM, Edison Luiz Devos; ALMEIDA, Leda Karine De; TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri; LUNARDI, Valéria Lerch; RAMOS, Aline Marcelino. Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. **Texto e Contexto Enfermagem**, [S. l.], v. 27, n. 1, p. 1–11, 2018. DOI: 10.1590/0104-07072018000370014.

KYRIACOU, Chris; SUTCLIFFE, John. Teacher Stress: A review. **Educational Review**, [S. l.], v. 29, n. 4, p. 299–306, 1977. DOI: 10.1080/0013191770290407.

LI, Wen; YANG, Yuan; LIU, Zi Han; ZHAO, Yan Jie; ZHANG, Qinge; ZHANG, Ling; CHEUNG, Teris; XIANG, Yu Tao. Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China. **International Journal of Biological Sciences**, [S. l.], v. 16, n. 10, p. 1732–1738, 2020. DOI: 10.7150/ijbs.45120.

LIPP, Marilda. **Pesquisas sobre stress no Brasil: Saúde, ocupações e grupos de risco**. Papyrus ed., 2001.

LOURO, Viviane; LOURO, Fabiana dos Santos; DUARTE, Plinio Gladstone. O estresse gerado pela pandemia como risco para adoecimento mental e físico do músico a partir das neurociências cognitivas. **Revista Música**, [S. l.], v. 20, n. 2, p. 379–396, 2020. DOI: 10.11606/rm.v20i2.178817.

MACEDO, M. N. S.; ALMARIO, Alan; SOARES, Camila. Estresse e qualidade de vida no trabalho: uma revisão de literatura para intervenções atuais. **Revista da Universidade Ibirapuera**, [S. l.], v. 17, p. 38–46, 2019. Disponível em: <https://www.ibirapuera.br/seer/index.php/rev/article/view/176>.

NAKANO, Tatiana De Cássia. Problemas apresentados pelos instrumentos com parecer desfavorável no SATEPSI. **Avaliação Psicológica**, [S. l.], v. 12, n. 2, p. 121–130, 2013.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Saúde Mental e COVID-19: oms, 2020. Disponível em: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/technical-guidance/mental-health-and-covid-19>.

PATSALI, Mikaella E.; MOUSA, Danai Priskila V.; PAPADOPOULOU, Eleni V. K.; PAPADOPOULOU, Konstantina K. K.; KAPAROUNAKI, Chrysi K.; DIAKOGIANNIS, Ioannis; FOUNTOULAKIS, Konstantinos N. University students' changes in mental health status and determinants of behavior during the COVID-19 lockdown in Greece. **Psychiatry Research**, [S. l.], v. 292, p. 113298, 2020. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.113298.

PEREIRA, Mara Dantas; OLIVEIRA, Leonita Chagas De; COSTA, Cleberson Franklin Tavares; BEZERRA, Claudia Mara de Oliveira; PEREIRA, Míria Dantas; SANTOS, Cristiane Kelly Aquino Dos; DANTAS, Estélio Henrique Martin. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, [S. l.],

PETTO, Jefferson; SANTOS, Guilherme Morais; NONATO, James Batista; SANTIAGO, Marcus Vinícius; SILVA, Vitor Da; DO NASCIMENTO, Weris Lany; SANTOS, Alan Carlos Nery; LADEIA, Ana Marice. Percepção de estresse em docentes do ensino superior. **Revista Diálogos Possíveis**, [S. l.], v. 15, n. 1, p. 70–84, 2016.

Disponível em:

<http://revistas.unisba.edu.br/index.php/dialogospossiveis/article/view/410/0>.

PINHO, Paloma de Sousa; FREITAS, Aline Macedo Carvalho; CARDOSO, Mariana de Castro Brandão; SILVA, Jéssica Silva Da; REIS, Livia Ferreira; MUNIZ, Caio Fellepe Dias; ARAÚJO, Tânia Maria De. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, [S. l.], v. 19, 2021. DOI: 10.1590/1981-7746-sol00325.

QUEIRÓZ, Maria de Fátima Ferreira; EMILIANO, Laiany Lara. Ser docente no século XXI: o trabalho em uma universidade pública brasileira. **Revista Katálysis**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 687–699, 2020. DOI: 10.1590/1982-02592020v23n3p687.

ROLIM, Josiane; OLIVEIRA, Aldecir Ramos De; BATISTA, Eraldo Carlos. Manejo da Ansiedade no Enfrentamento da Covid-19. **Rev Enfermagem e Saúde Coletiva - FSP**, [S. l.], n. August, p. 64–74, 2020. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/343678426>.

SANTOS, Fernando Silva; MAIA, Carlos Rogério Cândido; FAEDO, Fernanda Cunhasque; GOMES, Gabriel Pereira Coelho; NUNES, MELRIDEN ELYAM LIVEIRA, Marcos Vinícius Macedo. Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S. l.], v. 41, n. 2, p. 194–200, 2017.

SENADO FEDERAL. Institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares (PL 3383/2021). **Câmara dos Deputados**, 2022. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=2314799>. Acesso em 20 de Fevereiro/2022.

SHIGEMURA, Jun; URSANO, Robert J.; MORGANSTEIN, Joshua C.; KUROSAWA, Mie; BENEDEK, David M. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. **Psychiatry and Clinical Neurosciences**, [S. l.], v. 74, n. 4, p. 281–282, 2020. DOI: 10.1111/pcn.12988.

SILVA, Andrey Ferreira Da; ESTRELA, Fernanda Matheus; LIMA, Nayara Silva; ABREU, Carlos Tibúrcio de Araújo. Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, [S. l.], v. 30, n. 2, p. 2–5, 2020. DOI: 10.9789/propgpi-22.05.2020.

SOARES, Michelle Barbosa; MAFRA, Simone Caldas Tavares; FARIAS, Evandro Rodrigues De. Fatores associados à percepção de estresse em docentes universitários em uma instituição pública federal. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 90–98, 2019. DOI: 10.5327/Z1679443520190280.

TRAVERS, Cheryl. Educator stress: An occupational health perspective. *In: **Current Knowledge on the Nature, Prevalence, Sources and Potential Impact of Teacher Stress***. Springer ed. Cham, Switzerland. p. 23–54.

VELAVAN, Thirumalaisamy P.; MEYER, Christian G. The COVID-19 epidemic. **Tropical Medicine and International Health**, [S. l.], v. 25, n. 3, p. 278–280, 2020. DOI: 10.1111/tmi.13383.

WANG, Cuiyan; RIYU, P.; XIAOYANG, W.; YILIN, T.; LINKANG, X.; CYRUS, S. H.; C.H., Roger. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. **Environmental Research and Public Health**, [S. l.], v. 17, n. 5, p. 1–25, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17051729.

## 7. ANEXOS

### Anexo I- Lista de referências dos estudos selecionados na Revisão Integrativa da Literatura

ALAHMAR, Ulysses; MURRA, Mariana dos Santos; MENEGASSI, Bruna; SPEXOTO, Maria Claudia Bernardes. Fatores associados ao estresse percebido em universitários. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, [S. l.], v. 2, n. 12, p. 588–596, 2018.

ALBÁN, Jacqueline. AUTOESTIMA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA SUR. **Journal of Chemical Information and Modeling**, [S. l.], v. 53, n. 9, p. 1689–1699, 2018.

ALFREDO, Patricia Pereira; BIONDI, Juliana Carneiro Leão; MANNA, Vania. Avaliação da qualidade de vida e estresse em acadêmicos do curso de Fisioterapia. **J. Health Sci. Inst.**, [S. l.], p. 224–230, 2016.

ALMEIDA, Letícia Yamawaka De; CARRER, Marília Orlandelli; SOUZA, Jacqueline De; PILLON, Sandra Cristina. Avaliação do apoio social e estresse em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [S. l.], v. 52, n. 0, p. 1–8, 2018. DOI: 10.1590/s1980-220x2017045703405.

ALMEIDA, Letícia Maria da Silva; DUMITH, Samuel de Carvalho. Association between musculoskeletal symptoms and perceived stress in public servants of a Federal University in the South of Brazil. **Brazilian Journal Of Pain**, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 9–14, 2018. DOI: 10.5935/2595-0118.20180004.

ARAÚJO, Bruna Luiza de Souza; GOMES, Danyara Vaz; PIRES, Viviane dos Santos; FILHO, Iel Marciano de Moraes; COSTA, Ana Lúcia Siqueira. Estresse Ocupacional Em Docentes De Uma Instituição De Ensino Superior Da Região Metropolitana De Goiânia Occupational Stress in Teachers of a Higher Level Education Institute on Metropolitan Area of Goiânia. **REVISA**, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 96–104, 2015.

ARBONA, Consuelo; JIMENEZ, Carolina. Minority stress, ethnic identity, and depression among Latino/a college students. **Journal of Counseling Psychology**, [S. l.], v. 61, n. 1, p. 162–168, 2014.. DOI: 10.1037/a0034914.

ASSIS, C. L.; SILVA, A. P. F.; LOPES, M. S.; SILVA, P. C. B.; SANTINI, T. O. Sintomas de Estresse em Concluintes do Curso de Psicologia de Uma Faculdade Privada do Norte do País. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 23–28, 2013. DOI: 10.15603/2176-1019/mud.v21n1p23-28.

AZEVEDO, Mariana Ladeira de; MENEZES, Carolina Baptista. Efeitos do Programa Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness sobre estresse, autoeficácia e mindfulness em universitários. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, [S. l.], v. 16, n. 3, p. 44–54, 2020. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.165513.

BAPTISTA, Makilim Nunes; CARNEIRO, Adriana Munhoz. Validade da escala de depressão: relação com ansiedade e stress laboral. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S. l.], v. 28, n. 3, p. 345–352, 2011. DOI: 10.1590/s0103-166x2011000300006.

BAPTISTA, Makilim Nunes; SOARES, Thiago Francisco Pereira; RAAD, Alexandre José; SANTOS, Luísa Milani. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 564–570, 2019. DOI: 10.17652/rpot/2019.1.15417.

BATISTA, Karla De Melo; BORGES, Lavinia Moreira. Terapia Reiki como estratégia de intervenção na dor e no estresse em estudantes de enfermagem Reiki therapy as an intervention strategy for pain and stress in nursing students La terapia de Reiki como estrategia de intervención para el dolor y el estrés e. [S. l.], v. 9, n. 1, p. 109–117, 2020.

BEDEWY, Dalia; GABRIEL, Adel. Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. **Health Psychology Open**, [S. l.], v. 2, n. 2, 2015. DOI: 10.1177/2055102915596714.

BENETON, EMANUELI RIBEIRO SCHMITT, Marina; ANDRETTA, Ilana. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. **Revista da SPAGESP**, [S. l.], v. 22, n. 1, p. 145–159, 2021.

BONIFÁCIO, Shirlei de Paula; SILVA, Regina Cláudia Barbosa Da; MONTESANO, Fábio Tadeu; PADOVANI, Ricardo da Costa. Investigação e manejo de eventos estressores entre estudantes de Psicologia. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, [S. l.], v. 7, n. 1, p. 15–20, 2011. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872011000100004&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872011000100004&script=sci_arttext).

BORINE, Rita De Cassia Calderani; WANDERLEY, Kátia Da Silva; BASSITT, Débora Pastore. Relationship between the quality of life and stress in health area students. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 100, 2015.

BUBLITZ, Susan; FREITAS, Etiane de Oliveira; KIRCHHOF, Raquel Soares; LOPES, Luis Fellipe Dias; GUIDO, Laura de Azevedo. Estressores Entre Acadêmicos De Enfermagem de uma Universidade Pública. **Rev. enferm**, [S. l.], v. 20, p. 739–745, 2012.

CAMARGO, Edina Maria De; PONESTKI OLIVEIRA, Marcelo; RODRIGUEZ-AÑEZ, Ciro Romelio; AKIRA FERREIRA HINO, Adriano; SIQUEIRA REIS, Rodrigo. Estresse percebido, comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários. **Psicologia Argumento**, [S. l.], v. 31, n. 75, p. 589–597, 2013. DOI: 10.7213/psicol.argum.31.075.ds01.

CARDOSO, Hugo Ferrari; BAPTISTA, Makilim Nunes. Escala de Suporte Laboral: Correlação com suporte social, estresse e suporte organizacional. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, [S. l.], v. 15, n. 4, p. 374–383, 2015. DOI: 10.17652/rpot/2015.4.631.

CARPENA, Marina Xavier; MENEZES, Carolina Baptista. Efeito da Meditação Focada no Estresse e Mindfulness Disposicional em Universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S. l.], v. 34, p. 1–12, 2018. DOI: 10.1590/0102.3772e3441.

CASTILLO, Irma Yolanda; BARRIOS, Arleth; ALVIS, Luis. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. **Investig. enferm**, [S. l.], p. 1–11, 2018.

CESTARI, Virna Ribeiro Feitosa; BARBOSA, Islene Victor; FLORÊNCIO, Raquel Sampaio; PESSOA, Vera Lúcia Mendes de Paula; MOREIRA, Thereza Maria Magalhães. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas Stress in nursing students: study on sociodemographic and academic vulnerabilities. **Acta Paul Enferm**, [S. l.], v. 30, n. 2, p. 190–196, 2017. DOI: 10.1590/1982. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982->.

CHEE, Christine L.; SHORTY, Gerald; KURPIUS, Sharon E. Robinso. Academic stress of Native American undergraduates: The role of ethnic identity, cultural congruity, and self-beliefs. **Journal of Diversity in Higher Education**, [S. l.], v. 12, n. 1, p. 65–73, 2019. DOI: 10.1037/dhe0000094.

COSTA, Christefany Régia Braz; MAYNART, Willams Henrique da Costa; OLIVEIRA, Layze Braz De; ALBUQUERQUE, Maria Cícera dos Santos De; CORREIA, Divanise Suruagy. Estresse Entre Estudantes De Graduação Em Enfermagem: Associação De Características Sociodemográficas E Acadêmicas. **Saúde e Pesquisa**, [S. l.], v. 11, n. 3, p. 475, 2018. DOI: 10.17765/1983-1870.2018v11n3p475-482.

COSTA, Deyvison Soares Da; MEDEIROS, Natany de Souza Batista; CORDEIRO, Rayane Alves; FRUTUOSO, Everton de Souza; LOPES, Johnnatas Mikael; MOREIRA, Simone da Nóbrega Tomaz. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S. l.], v. 44, n. 1, p. 1–10, 2020 a. DOI: 10.1590/1981-5271v44.1-20190069.

COSTA, Katlyn Laury Fernandes; SIMÕES, Lorena de Oliveira; SOUZA, Natâ Filipe Lima; ANDRADE, Victória S. Marques; CHAVES, Carolina Marques Carvalho; LOPES, Renata Antunes. Avaliação dos níveis de ansiedade, estresse e qualidade de vida em acadêmicos de Fisioterapia. **Fisioter Bras**, [S. l.], v. 20, n. 5, p. 659–667, 2019.

COSTA, Tiago Almeida; LIMA, Maria Adriely Cunha; GOMES, Julyana de Oliveira; MENEZES, Mariana Siqueira; OLIVEIRA, Halley Ferraro. Prevalência dos sintomas de estresse nos estudantes de medicina em uma universidade de Sergipe. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 3, n. 4, p. 9553–9569, 2020 b. DOI: 10.34119/bjhrv3n4-192.

COZZA, H. F. P.; NOGUEIRA, J. C. G.; CECATO, J. F.; MONTIEL, J. M.; BARTHOLOMEU, D. Avaliação de Estresse no Ambiente de Trabalho de Um Grupo de Estudantes de Enfermagem. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 41–47, 2013. DOI: 10.15603/2176-1019/mud.v21n1p41-47.

DÁVILA, Olga S.; GOTARATEC, Félix B.; SOLANO, Olga. B. Estresse acadêmico em estudantes universitários usando análise multivariada. **Sigmae, Alfenas**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 348–358, 2019.

DIAS, Ernandes Gonçalves; BARBOSA, Elton Teixeira; BARBOSA, Elizeu Kleno Teixeira; BARDAQUIM, Vanessa Augusto. Ocorrência de estresse entre acadêmicos de enfermagem de uma instituição de ensino superior. **Avances en Enfermería**, [S. l.], v. 39, n. 1, p. 11–20, 2021. DOI: 10.15446/avenferm.v39n1.84665.

DURAK, Mithat; SENOL-DURAK, Emre. The development and psychometric properties of the Turkish version of the stress appraisal measure. **European Journal of Psychological Assessment**, [S. l.], v. 29, n. 1, p. 64–71, 2013. DOI: 10.1027/1015-5759/a000079.

EDUARDO, Lara Sotomayor Juan; MORENO, Manuel Pando. El Mobbing y los Síntomas de Estrés en Docentes Universitarios del Sector Público Mobbing and symptoms of stress in public sector university faculty. **Ciencia & trabajo**, [S. l.], v. 16, n. 49, p. 43–48, 2014. Disponível em: [http://www.scielo.cl.sci-hub.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-24492014000100008](http://www.scielo.cl.sci-hub.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492014000100008).

FARO, Andre. Stress and stressors in graduate programs: a study with graduate students in Brazil/Estresse e estressores na pos-graduacao: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil.(articulo en portugues). **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S. l.], v. 29, n. 1, p. 51, 2013 a.

FARO, André. Um modelo explicativo para o bem-estar subjetivo: Estudo com mestrandos e doutorandos no brasil. **Psicologia: Reflexao e Critica**, [S. l.], v. 26, n. 4, p. 654–662, 2013 b. DOI: 10.1590/S0102-79722013000400005.

FEKIH-ROMDHANE, Feten; ELKHOUNI, Chams; SASSI, Hadhami; CHEOUR, Majda. The role of personal factors and learning environment in suicidal ideation among Tunisian medical students. **Crisis**, [S. l.], v. 42, n. 1, p. 20–31, 2021. DOI: 10.1027/0227-5910/a000678.

FILHO, Paulo Roberto Taborda de Souza; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Evidências de validade da Escala de Estresse em Estudantes para universitários brasileiros. **Revista de Psicologia**, [S. l.], v. 38, n. 1, p. 65–86, 2020. DOI: 10.18800/psico.202001.003.

FLINCHBAUGH, Carol; LUTH, Matthew T.; LI, Pingshu. A challenge or a hindrance? Understanding the effects of stressors and thriving on life satisfaction. **International Journal of Stress Management**, [S. l.], v. 22, n. 4, p. 323–345, 2015. DOI: 10.1037/a0039136.

FRANÇA, Felipe Douglas Pereira; DIAS, Tatiane. Adaptação, Evidências de Validade E Confiabilidade Para a População Brasileira Da Escala the Perceptions of Academic Stress (Pas) Scale. **Psicologia: Teoria e Prática**, [S. l.], v. 23, n. 1, p. 1–22, 2021.

FREIRES, Leogildo Alves; SOUSA, Erlândio Andrade de; LOURETO, Gleidson Diego Lopes; MONTEIRO, Renan Pereira; GOUVEIA, Valdiney Veloso. Estresse Acadêmico: adaptação e evidências psicométricas de uma medida. **Revista Psicologia em Pesquisa**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 22–32, 2018. DOI: 10.24879/2018001200300532.

FRIEDRICH, Ariela Cristine Dias; MACEDO, Fernando; REIS, Aline Henriques. Vulnerabilidade ao stress em adultos jovens. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, [S. l.], v. 15, n. 1, p. 59–70, 2015. DOI: 10.17652/rpot/2015.1.499.

GOUVEIA, Samara S. Vasconcelos; ALVES, Alyne B. Alves; COSTA, Thays Andreia Soares. Análise do nível de estresse e dos fatores de risco de doença cardiovascular em professores da universidade federal do Piauí- campus Parnaíba. **Revisat Baiana de Saúde Pública**, [S. l.], v. 37, p. 979–990, 2013.

GREER, Tawanda M.; BROWN, Porschia. Minority status stress and coping processes among African American college students. **Journal of Diversity in Higher Education**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 26–38, 2011. DOI: 10.1037/a0021267.

HIRSCH, Carolina Domingues; BARLEM, Edison Luiz Devos; DE ALMEIDA, Leda Karine; TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri; LUNARDI, Valéria Lerch; RAMOS, Aline Marcelino. Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. **Texto e Contexto Enfermagem**, [S. l.], v. 27, n. 1, p. 1–11, 2018. DOI: 10.1590/0104-07072018000370014.

JARDIM, Marília Guimarães Leal; CASTRO, Tathyane Silva; FERREIRA-RODRIGUES, Carla Fernanda. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. **Psico-USF**, [S. l.], v. 25, n. 4, p. 645–657, 2020. DOI: 10.1590/1413/82712020250405.

JOHNSON, Sheena J.; WILLIS, Sara M.; EVANS, Jack. An examination of stressors, strain, and resilience in academic and non-academic U.K. university job roles. **International Journal of Stress Management**, [S. l.], v. 26, n. 2, p. 162–172, 2019. DOI: 10.1037/str0000096.

KAM, Suzana Xui Liu; TOLEDO, Ana Luiza Siqueira De; PACHECO, Carla Colombo; SOUZA, Giovanna Fernandes Borges De; SANTANA, Victória Linhares Maia; BONFÁ-ARAÚJO, Bruno; CUSTÓDIO, Cássia Regina da Silva Neves. Stress in Undergraduate Medical Students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S. l.], v. 43, n. 1 suppl 1, p. 246–253, 2019.

KEECH, Jacob J.; HAGGER, Martin S.; HAMILTON, Kyra. Changing stress mindsets with a novel imagery intervention: A randomized controlled trial. **Emotion**, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 123–136, 2021. DOI: 10.1037/emo0000678.

KELMENDI, Kaltrina. Exploring masculine gender role stress and intimate partner violence among male students in

Kosovo. **Psychology of Men and Masculinity**, [S. l.], v. 21, n. 3, p. 479–489, 2020. DOI: 10.1037/men0000229.

KESTENBERG, Celia Caldeira Fonseca; ROSA, Bárbara Marins Santos; SILVA, Alexandre Vicente da; FABRI, Janaina M. Gomes; REGAZI, Isabel Cristina Ribeiro. Estresse em graduandos de enfermagem. **Revista Enfermagem**, [S. l.], v. 25, n. 1, p. 1–6, 2017. DOI: 10.12957/reuerj.2017.26716.

LAFERTON, Johannes A. C.; STENZEL, Nikola M.; FISCHER, Susanne. The beliefs about stress scale (BASS): Development, reliability, and validity. **International Journal of Stress Management**, [S. l.], v. 25, n. 1, p. 72–83, 2016. DOI: 10.1037/str0000047.

LAMEU, Joelma do Nascimento; SALAZAR, Thiene Lívio; SOUZA, Wanderson Fernandes De. Prevalence of stress symptoms among students of a public university. **Revista Psicologia da Educação**, [S. l.], n. 42, p. 13–22, 2015. DOI: 10.5935/2175-3520.20150021.

LILLA, Márcia; TULETA, Izabela Dorota; AMARAL, Jônatas Bussador do; SOUZA, Patrícia Colombo De; FRANÇA, Carolina Nunes. Estresse em Estudantes do Quarto Ano de Graduação Expostos à Realização do Trabalho de Conclusão de Curso. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, [S. l.], v. 21, n. 4, p. 307–312, 2017. DOI: 10.4034/rbcs.2017.21.04.04.

LIMA, Daysi Alves et al. Stress factors associated with depressive symptoms and sleep quality in nursing students. **REVISA**, [S. l.], v. 9, n. 4, p. 834–845, 2020.

LIMA, Rebeca Ludmila de; SOARES, Maryella Eduarda C. Soares; PRADO, Stefani, N. de Prado; ALBUQUERQUE, Guilherme S. Cavalcanto. Estresse do Estudante de medicina e rendimento acadêmico Stress among medical Students and academic Performance. **Revista Brasileira de educação Médica**, [S. l.], v. 40, n. 4, p. 678–684, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v40n4e01532015>.

LORICCHIO, Tânia Mara Brito; LEITE, José Roberto. Estresse, ansiedade, crenças de autoeficácia e o desempenho dos bacharéis em Direito. **Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 37–47, 2012.

MACHADO, Patrícia Inez da Silva; DEL MOURO, Neirlsléia Francisconi; LAAT, Erivelton Fontana De; KÜHL, Marcos Roberto. Estressores: Um Estudo Com Discentes Do Curso De Direito De Uma Faculdade Particular Paranaense. **Revista de Carreiras e Pessoas**, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 97–112, 2018. DOI: 10.20503/recape.v8i1.33160.

MARCHESI, Bruno; ALMEIDA, William Crisóstomo; GOMIDE, Paula Inez da Cunha. Dupla jornada, estresse e aproveitamento acadêmico. **TUIUTI: CIÊNCIA E CULTURA**, [S. l.], v. 4, n. 49, p. 73–87, 2014.

MAYORGA, Nubia A.; JARDIN, Charles; BAKHSHAIE, Jafar; GAREY, Lorra; VIANA, Andres G.; CARDOSO, Jodi Berger; ZVOLENSKY, Michael. Acculturative stress, emotion regulation, and affective symptomatology among Latino/a college students. **Journal of Counseling Psychology**, [S. l.], v. 65, n. 2, p. 247–258, 2018. DOI: 10.1037/cou0000263.

MENDES, Rafaela C.; CORREIA, Manoela G.; KOCK, Kelser. Relação entre atividade física , índice de massa corporal e estresse em acadêmicos de medicina de uma universidade do sul de Santa Catarina Relationship between physical activity , body mass index and stress in academics of medicine of a u. **Rev. bras. Ci. e Mov.**, [S. l.], v. 28, p. 92–101, 2020.

MENDES, Sandra Soares; MARTINO, Milva Maria Figueiredo. Fatores de estresse em estudantes do último ano da graduação em enfermagem. **Rev Esc Enferm USP**, [S. l.], v. 54, p. 1–8, 2020.

MENDONÇA, Vera Lúcia Gama De; COELHO, Jorge Artur Peçanha de Miranda; JÚCA, Mário Jorge. Síndrome de Burnout em médicos docentes de uma instituição pública. **Psicologia em Pesquisa**, [S. l.], v. 6, n. 2, p. 90–100, 2012. DOI: 10.5327/z1982-12472012000200002.

MENON, Chloe V.; HARTER, Stephanie L. Examining the impact of acculturative stress on body image disturbance among Hispanic college students. **Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology**, [S. l.], v. 18, n. 3, p. 239–246, 2012. DOI: 10.1037/a0028638.

MOREIRA, Danila Perpétua; FUREGATO, Antonia Regina Ferreira. Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [S. l.], v. 21, n. SPL, p. 155–162, 2013. DOI: 10.1590/S0104-11692013000700020.

MORETTI, Felipe Azevedo; MARTHA, Maria; HÜBNER, Costa. O estresse e a máquina de moer alunos do ensino superior: vamos repensar nossa política educacional? **Revista Psicopedagogia**, [S. l.], v. 34, n. 105, p. 258–267, 2017.

MOSQUERA, Leidy Yulieth Arias; GALLO, Lina Isabel Montoya; HENAO, Andrés Felipe Villegas; GÁZQUEZ, María de los Ángeles Rodríguez. Estresores en las prácticas clínicas de los estudiantes de enfermería. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* [revista de internet] 2018 [acceso 9 de julio del 2019]; 20(1): 1-11. **Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo**, [S. l.], v. 20, n. 1, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie20-1.epce>.

MOTA, Nyanne Ingrid Farias; ALVES, Estela Rodrigues Paiva; LEITE, Gerlaine de Oliveira; SOUSA, Brena Stefani Meira Acioly de; FERREIRA FILHA, Maria de Oliveira; DIAS, Maria Djair. Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. **SMAD. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 163, 2016. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.v12i3p163-170.

MUSSI, Fernanda Carneiro; PIRES, Cláudia Geovana; CARNEIRO, Luciana Santos; RIBEIRO, Fernanda Michele Santos; SANTOS, Andréia Ferreira. Comparacao do estresse em universitarios de enfermagem ingressantes e concluintes do curso. **Revista da escola de enfermagem**, [S. l.], v. 53, p. 1-7, 2019.

NAVARRO, Mónica Quiliano; NAVARRO, Miryam Quiliano. Emotional intelligence and academic stress in nursing students. **Ciencia y Enfermeria**, [S. l.], v. 26, n. 3, p. 1-9, 2020. DOI: 10.4067/s0717-95532020000100203.

NEGREIROS, Cíntia Taumaturgo Fernandes De; SILVA, Sarah Rebecca Sousa Da; SILVA, Rodrigo Marques Da; COSTA, Ana Lúcia Siqueira; FARIAS, Fabiane Coelho; CANGUSSU, Débora Dadiani Dantas; KIMURA, Cristilene Akiko. Associação da Qualidade do Sono e Perfil Acadêmico com o Estresse de Estudantes de Enfermagem. **Revista Baiana de Enfermagem**, [S. l.], v. 33, p. 1-10, 2020. DOI: 10.18471/rbe.v33.33482.

NOGUEIRA, Patrícia Simone; FERREIRA, Márcia Gonçalves; RODRIGUES, Paulo Rogério Melo; MURARO, Ana Paula; PEREIRA, Lúcia Pitaluga; PEREIRA, Rosângela Alves. Estudo longitudinal sobre estilo de vida e saúde em estudantes universitários (ELESEU): Delineamento, procedimentos metodológicos e resultados preliminares. **Cadernos de Saude Publica**, [S. l.], v. 34, n. 4, p. 1-15, 2018. DOI: 10.1590/0102-311x00145917.

OLIVEIRA, Jéssica Cristina Barros De; CARVALHO, Larissa Coelho De; ALMEIDA, Gisele Casanova da Veiga Martins; FIGUEREDO, Patrícia da Motta Vieira. O Estresse Dos Estudantes Universitários De Enfermagem De Uma Instituição Privada Do Rio De Janeiro Oliveira,. **Journal of Chemical Information and Modeling**, [S. l.], v. 53, n. 9, p. 1689-1699, 2013.

OLIVEIRA, Sandson Cleyton F. S. O.; QUEIROZ, Rauhan Gomes de Queiroz; COSTA, Moan Jéfter F. Costa; VIEIRA, Basílio Rodrigues; MELQUÍADES, Luanna A. Diniz; GUÊNES, Gymenna Maria Tenório. Prevalência de estresse em graduandos de odontologia de uma universidade pública federal. [S. l.], n. June, 2019.

PADOVANI, Ricardo da Costa; NEUFELD, Carmem Beatriz; MALTONI, Juliana; BARBOSA, Leopoldo Nelson Fernandes; SOUZA, Wanderson Fernandes De; CAVALCANTI, Helton Alexandro Firmino; LAMEU, Joelma do Nascimento. Vulnerability and psychological well-being of college student. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 2-10, 2014. DOI: 10.5935/1808-5687.20140002.

PANACIONI, Graziela França Alves; ZANINI, Claudia Regina de Oliveira. Musicoterapia na promoção da saúde: contribuindo para o controle do estresse acadêmico. **Opus**, [S. l.], p. 225-256, 2012. Disponível em: <http://www.anppom.com.br/revista/index.php/opus/article/view/184/162>.

PEIXOTO, Evandro Moraes; FRANCO, José de Oliveira. Avaliação da mentalidade sobre o estresse em amostra do Norte e Nordeste brasileiro. **Estudos de Psicologia**, [S. l.], v. 24, n. 3, p. 328-339, 2019. DOI: 10.22491/1678-4669.20190033.

PELLEGRINI, Carla Fernanda de Sousa; CALAIS, Sandra Leal; SALGADO, Manoel Henrique. Habilidades sociais e administração de tempo no manejo do estresse. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, [S. l.], v. 64, n. 3, p. 110-129, 2012.

PEREIRA, Rosamaria Reo; SILVA, Simone Souza da Costa; FACIOLA, Rosana Assef; PONTES, Fernando Augusto Ramos; RAMOS, Maély Ferreira Holanda; RAMOS, Edson Marcos Leal Soares. Estresse e Características Resilientes em Alunos com Deficiência e TFE na UFPA. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S. l.], v. 39, p. 1-16, 2019. DOI: 10.1590/1982-3703003180093.

PÉREZ, Yolima Judith Llorente; HERRERA, Jorge Luis Herrera; GALVIS, Diana Yelipza Hernández; GÓMEZ, Maité Padilla; CHOPERENA, Candelaria Isabel Padilla. Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. **Revista Cuidarte**, [S. l.], n. 2019, 2020. DOI: 10.15649/cuidarte.1108.

PHUN, Elena Tam; DOS SANTOS, Claudia Benedita. El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [S. l.], v. 18, n. 496-503, p. 8, 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692010000700003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692010000700003&lng=es&nrm=iso&tlng=es).

RIBEIRO, Fernanda Michelle Santos e Silva; MUSSI, Fernanda Carneiro; PIRES, Cláudia Geovana da Silva; SILVA, Rodrigo Marques Da; MACEDO, Tássia Teles Santana; DE, Santos; SANTOS, Carlos Antônio de Souza Teles. Stress level among undergraduate nursing students related to the training phase and sociodemographic factors. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [S. l.], v. 28, p. 1–11, 2020. DOI: 10.1590/1518-8345.3036.3209.

RODRIGUES, Eliana Ofélia Llapa; MARQUES, Daniel Almeida; NETO, David Lopes; MONTESINOS, María José López; DE OLIVEIRA, Adriana Sousa Amado. Stressful situations and factors in students of nursing in clinical practice. **Investigacion y Educacion en Enfermeria**, [S. l.], v. 34, n. 1, p. 211–220, 2016. DOI: 10.17533/udea.iee.v34n1a23.

ROSSATO, Gabrieli; DAL ONGARO, Juliana; GRECO, Patrícia Bitencourt Toscani; LUZ, Emanuelli Mancio F. Da; MAGNAGO, Tânia Solange. Estresse e resiliência no trabalho em servidores públicos federais. **Enfermagem em Foco**, [S. l.], v. 11, n. 3, p. 78–86, 2020. DOI: 10.21675/2357-707x.2020.v11.n4.3452.

ROVIDA, Tânia Adas Saliba; SUMIDA, Doris Hissako; SANTOS, Amanda Silva; MOIMAZ, Suzely Adas Saliba; GARBIN, Cléa Adas Saliba. Estresse e o estilo de vida dos acadêmicos ingressantes em um curso de graduação em Odontologia. **Revista da ABENO**, [S. l.], v. 15, n. 3, p. 26–34, 2015. DOI: 10.30979/rev.abeno.v15i3.193.

SÁ, Sthefani Cardoso de Andrade; SILVA, Rodrigo Marques Da; KIMURA, Cristilene Akiko; PINHEIRO, Graziela Queiroz; GUIDO, Laura de Azevedo; FILHO, Iel Marciano de Moraes Filho. De Uma Faculdade Privada Do Entorno Do Distrito Federal Stress in University Teachers of the Health Area of a Private. [S. l.], v. 7, n. 3, p. 200–207, 2018.

SANCHES, Beatriz Palombarini; SILVA, Nilson Rogério Da; SILVA, Meire Luci. Avaliação Do Estresse Em Estudantes Concluintes De Terapia Ocupacional. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, [S. l.], v. 26, n. 1, p. 153–161, 2018. DOI: 10.4322/2526-8910.ctoao1025.

SANTANA, Árgila Gonçalves de Carvalho et al. Fatores de risco para doença arterial coronária em docentes de uma faculdade privada do interior da Bahia. [S. l.], p. 1–7, 2019.

SANTOS, Fernando Silva; MAIA, Carlos Rogério Cândido; FAEDO, Fernanda Cunhasque; GOMES, Gabriel Pereira Coelho; NUNES, MELRIDEN ELYAM LIVEIRA, Marcos Vinícius Macedo. Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S. l.], v. 41, n. 2, p. 194–200, 2017.

SILVA, Kézia Katiane Medeiros Da; MARTINO, Milva Maria Figueiredo De; BEZERRA, Clarissa Maria Bandeira; SOUZA, Ángela Monic Lima De; SILVA, Danila Maria Da; NUNES, Jacqueline Targino. Estresse e qualidade do sono em alunos de graduação em enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S. l.], v. 73, n. Supl 1, p. 1–6, 2020.  
Disponível em:  
<https://ahs.idm.oclc.org/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=143305837&site=ehost-live&scope=site>.

SOARES, Marcos Hirata; OLIVEIRA, Felipe Santana. A relação entre álcool, tabaco e estresse em estudantes de enfermagem. **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.**, [S. l.], v. 9, n. 2, p. 88–94, 2013.

SOARES, Michelle Barbosa; MAFRA, Simone Caldas Tavares; DE FARIA, Evandro Rodrigues. Factors associated with perceived stress among professors at a federal public university. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 90–98, 2019. DOI: 10.5327/Z1679443520190280.

SOUZA, Verusca Soares de; COSTA, Maria Antonia Ramos; RODRIGUES, Anderson Carlos; DE FREITAS BEVILAQUA, Jéssica; INOUE, Kelly Cristina; DE OLIVEIRA, João Lucas Campos; MATSUDA, Laura Misue. Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university. **Investigacion y Educacion en Enfermeria**, [S. l.], v. 34, n. 3, p. 518–527, 2016. DOI: 10.17533/udea.iee.v34n3a11.

ŚREDNIAWA, Anna; DRWIŁA, Dominika; KROTOS, Anna; WOJTAS, Damian; KOSTECKA, Natalia; TOMASIK, Tomasz. Insomnia and the level of stress among students in krakow, poland. **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, [S. l.], v. 41, n. 1, p. 60–68, 2019. DOI: 10.1590/2237-6089-2017-0154.

SUÁREZ, Oscar Jardey; MARQUEZ, Oscar Antonio; CARDOZO, Alejandro Hurtado. Estrés académico en estudiantes de Ingeniería que cursan Física: Análisis exploratorio Académico. **Revista Científica**, [S. l.], p. 76–83, 2019.

SUÁREZ, Oscar Jardey; RAMÍREZ DÍAZ, Mario Humberto. Estrés académico en estudiantes que cursan asignaturas de Física en ingeniería: dos casos diferenciados en Colombia y México. **Revista Científica**, [S. l.], v. 39, n. 3, p. 341–352, 2020. DOI: 10.14483/23448350.15989.

TEIXERA, Talita da Silveira; MARQUEZE, Elaine Cristina; MORENO, Claudia Roberta de Castro. Produtivismo acadêmico : quando a demanda supera o tempo de trabalho. **Revista de Saúde Pública**, [S. l.], v. 54, p. 1–11, 2020.

URBANETTO, Janete de Souza; DA ROCHA, Pâmela Silva; DUTRA, Rosangela Carvalho; MACIEL, Maria Carolina; BANDEIRA, Andrea Gonçalves; MAGNAGO, Tania Solange Bosi de Souza. Stress and overweight/obesity among nursing students. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [S. l.], v. 27, 2019. DOI: 10.1590/1518-8345.2966.3177.

VENÂNCIO, Patrícia Espíndola; MOTA; FERNANDES, Ana Gabriela; ROSA, Bruna Pereira Da; SILVA, LUCAS MORAIS DA FERNANDES, Vitória Mazon; JUNIOR, Jairo Teixeira; TOLENTINO, Grassyara Pinho. Estresse e estilo de vida de estudantes universitários. **International Journal of Development Research**, [S. l.], v. 11, n. March, p. 45244–48, 2021. DOI: 10.37118/ijdr.21292.03.2021.

VIEIRA, Lidiani Nunes; SCHERMANN, Lígia Braun. Estresse e fatores associados em alunos de psicologia de uma universidade particular do sul do Brasil. **Aletheia**, [S. l.], v. 46, p. 120–130, 2015.

WAGNER, Marcia Fortes; PICCININI, Jéssica; PICCININI, Juliana. Empatia, sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores do Ensino Superior. **Revista da SPAGESP**, [S. l.], v. 20, n. 19, p. 1–4, 2014.

WEI, Meifen; HEPPNER, P. Paul; KU, Tsun Yao; LIAO, Kelly Yu Hsin. Racial discrimination stress, coping, and depressive symptoms among Asian Americans: A moderation Analysis. **Asian American Journal of Psychology**, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 136–150, 2010. DOI: 10.1037/a0020157.

WEI, Meifen; KU, Tsun Yao; LIAO, Kelly Yu Hsin. Minority Stress and College Persistence Attitudes Among African American, Asian American, and Latino Students: Perception of University Environment as a Mediator. **Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology**, [S. l.], v. 17, n. 2, p. 195–203, 2011. DOI: 10.1037/a0023359.

WEI, Meifen; LIAO, Kelly Yu Hsin; CHAO, Ruth Chu Lien; MALLINCKRODT, Brent; TSAI, Pei Chun; BOTELLO-ZAMARRON, Raquel. Minority Stress, Perceived Bicultural Competence, and Depressive Symptoms Among Ethnic Minority College Students. **Journal of Counseling Psychology**, [S. l.], v. 57, n. 4, p. 411–422, 2010 b. DOI: 10.1037/a0020790.

YOSETAKE, Ana Luiza; CAMARGO, Isabela Masucci de Lima; LUCHESI, Luciana Barizon; TEIXEIRA, Carla Araujo Bastos. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. **SMAD, Rev. eletrônica saúde mental alcool drog**, [S. l.], v. 14, n. 2, p. 117–124, 2018. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.000336.

ZEA, Rodrigo Mazo; MARTÍNEZ, Katherine Londoño; VÉLEZ, Yeison Felipe Gutiérrez. Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. **Informes Psicológicos**, [S. l.], v. 13, n. 2, p. 121–134, 2013. Disponível em: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/2796/2441>.

## **Anexo II- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) utilizado no Artigo II**

Você está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa “Escala de Estresse Acadêmico – D (EAA-D): Análises de evidências de validade e precisão no contexto docente”, dos pesquisadores Leonita Chagas de Oliveira e Prof. Dr. Leogildo Alves Freires. A seguir, as informações do projeto de pesquisa com relação a sua participação neste projeto:

1. O estudo se destina a adaptar EAA-D para o contexto docente e reunir evidências de adequação psicométrica a partir de dois eixos principais: (1) validade e precisão da EAA-D no contexto docente (estrutura fatorial e consistência interna) e (2) comprovação dos parâmetros individuais dos itens da EAA-D (discriminação e dificuldade).
2. A importância deste estudo é disponibilizar para a comunidade acadêmica e científica uma escala que avalia o estresse especificamente em professores universitários, obtendo dados para se pensar em estratégias de enfrentamento, uma vez que o estresse pode interferir no desempenho profissional dos docentes.
3. Os resultados que se desejam alcançar são os seguintes: obter EAA-D adaptada e validada e assim, avaliar o estresse no contexto de docência em universidades de diferentes locais do Brasil. Espera-se que este estudo contribua para outras pesquisas, posto que as etapas que compõem o processo de adaptação serão descritos, de forma detalhada, com evidências de validade e precisão.
4. A coleta de dados começará em 18 de outubro de 2020 e terminará em 06 de dezembro de 2020. (a coleta terá seu início assim que obtivermos a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa).
5. O estudo será feito da seguinte maneira: para a caracterização da amostra da presente pesquisa, será utilizado um questionário sociodemográfico e a *Escala de Estresse Acadêmico - D (EAA-D)* já adaptada, sendo que a análise do conteúdo dos itens para o contexto de docência será realizada por três juízes experts.
6. A sua participação será nas seguintes etapas: responder voluntariamente um formulário (tempo médio de 8 minutos para responder o questionário da pesquisa) autoaplicável eletrônico, contendo todas as instruções necessárias no próprio questionário, hospedado na plataforma *Google Docs*. Caso seja necessário interromper o preenchimento do questionário online, este poderá ser retomado posteriormente, desde

que não apague seu histórico de navegação. O formulário ficará disponível durante 90 dias, ou pelo tempo necessário para completar as amostras do presente estudo.

7. Os incômodos e possíveis riscos à sua saúde física e/ou mental são: os possíveis riscos e desconfortos gerados durante a pesquisa poderão estar relacionados ao uso do computador ou dispositivos móveis durante o tempo utilizado para responder os questionários como: desconforto visual, dor de cabeça ou cansaço mental. Além disso, a participação no estudo poderá provocar desconforto emocional.

8. Os benefícios esperados com a sua participação no projeto de pesquisa, mesmo que não diretamente é: sua colaboração na validação de um instrumento capaz de avaliar o estresse no contexto acadêmico poderá contribuir para a sociedade e comunidade científica/acadêmica, uma vez que estará proporcionando uma investigação mais específica e aprofundada acerca do impacto do estresse entre os docentes.

9. Você poderá contar com a seguinte assistência: a pesquisadora do presente projeto mostra-se à disposição para fazer um acolhimento ao participante que apresentar alguma questão decorrente da pesquisa. Além disso, o Instituto de Psicologia conta com o serviço psicológico que pode ser acionado.

10. Você será informado (a) do resultado final do projeto e sempre que desejar, serão fornecidos esclarecimentos sobre cada uma das etapas do estudo.

11. A qualquer momento, você poderá recusar a continuar participando do estudo e, também, que poderá retirar seu consentimento, sem que isso lhe traga qualquer penalidade ou prejuízo.

12. As informações conseguidas através da sua participação não permitirão a identificação da sua pessoa, exceto para a equipe de pesquisa, e que a divulgação das mencionadas informações só será feita entre os profissionais estudiosos do assunto após a sua autorização.

13. O estudo não acarretará nenhuma despesa para você.

14. Você será indenizado (a) por qualquer dano que venha a sofrer com a sua participação na pesquisa (nexo causal).

15. Você receberá uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado por todos.

Eu....., tendo compreendido perfeitamente tudo o que me foi informado sobre a minha participação no mencionado estudo e estando consciente dos meus direitos, das minhas responsabilidades, dos riscos e dos benefícios que a minha participação implicam, concordo em dele participar e para isso eu DOU O MEU CONSENTIMENTO SEM QUE PARA ISSO EU TENHA SIDO FORÇADO OU OBRIGADO.

**Endereço da equipe da pesquisa (OBRIGATÓRIO):**

Instituição: Universidade Federal de Alagoas  
Endereço: Av. Lourival Melo Mota, S/N, Tabuleiro do Martins  
Complemento: Campus A.C Simões  
Cidade/CEP: Maceió – AL, Cep: 57072-970  
Telefone: (82) 3214-1786

Contato de urgência: Sr(a).  
Endereço: Av. Lourival Melo Mota, S/N, Tabuleiro do Martins  
Complemento: Instituto de Psicologia, sala 26.  
Cidade/CEP: Maceió – AL, Cep: 57072-970  
Telefone: (82) 3214-1353/1336/1786  
Nome do responsável: Leogildo Alves Freires  
E-mail: [coordenacao.ppgpsi@ip.ufal.br](mailto:coordenacao.ppgpsi@ip.ufal.br)

**ATENÇÃO:** *O Comitê de Ética da UFAL analisou e aprovou este projeto de pesquisa. Para obter mais informações a respeito deste projeto de pesquisa, informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo, dirija-se ao:*

- Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Alagoas
- Prédio do Centro de Interesse Comunitário (CIC), Térreo, Campus A. C. Simões, Cidade Universitária.
- Telefone: 3214-1041 – Horário de Atendimento: das 8:00 as 12:00hs.
- E-mail: [comitedeeticaufal@gmail.com](mailto:comitedeeticaufal@gmail.com)

Maceió, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2021

### **Anexo III- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)- utilizado no Artigo III**

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa “Correlatos e Preditores do Estresse Acadêmico e Mal-estar na universidade: um estudo comparativo entre docentes e discentes”, dos pesquisadores Leonita Chagas de Oliveira e Prof. Dr. Leogildo Alves Freires. A seguir, as informações do projeto de pesquisa com relação a sua participação neste projeto:

1. O estudo se destina conhecer os correlatos e preditores do bem/mal-estar subjetivo e o estresse acadêmico em docentes e discentes da Universidade Federal de Alagoas e identificar possíveis aspectos estressores na população universitária que pode afetar a saúde mental, e consequentemente, interferindo negativamente o seu desempenho acadêmico.
2. A importância deste estudo é auxiliar na avaliação dos aspectos do bem-estar dos docentes e discentes, propondo intervenções que fortaleçam e reforçam esses aspectos, como uma forma de estratégia de enfrentamento ao estresse e ao mal-estar vivenciados na universidade, a modo de diminuir os impactos nessa população.
3. Os resultados que se desejam alcançar são os seguintes: Espera-se que esse estudo contribua de forma consistente à sociedade e à comunidade acadêmica, uma vez que ao ampliar a discussão sobre o tema, pode possibilitar uma melhor elaboração da regulação emocional, propiciar tomada de consciência e resiliência frente às situações conflituosas e geradoras de estresse, preparando os docentes e discentes para possíveis enfrentamentos e promovendo uma melhor adaptação.
4. A coleta de dados começará em 16 de dezembro de 2020 e terminará em 25 de março de 2021.
5. O estudo será feito da seguinte maneira: para a caracterização da amostra da presente pesquisa, será utilizado um questionário sociodemográfico e mais seis tipos de instrumentos, a saber: escala de estresse acadêmico, escala de estresse percebido, escala medo da COVID-19, escala de ansiedade traço-estado, escala disposicional, escala de satisfação com a vida.
6. A sua participação será nas seguintes etapas: responder voluntariamente um formulário (tempo médio de 15 minutos para responder o questionário da pesquisa) autoaplicável eletrônico, contendo todas as instruções necessárias no próprio questionário, hospedado na plataforma *Google Docs*. Caso seja necessário interromper o preenchimento do questionário online, este poderá ser retomado posteriormente, desde que não apague seu histórico de navegação. O formulário ficará disponível durante 90 dias, ou pelo tempo necessário para completar as amostras do presente estudo.
7. Os incômodos e possíveis riscos à sua saúde física e/ou mental são: os possíveis riscos e desconfortos gerados durante a pesquisa poderão estar relacionados ao uso do computador ou dispositivos móveis durante o tempo utilizado para responder os questionários como: desconforto visual, dor de cabeça ou cansaço mental. Além disso, a participação no estudo poderá provocar desconforto emocional.

8. Os benefícios esperados com a sua participação no projeto de pesquisa, mesmo que não diretamente é: contribuir na investigação científica de que maneira o contexto universitário influencia nos níveis de estresse e quais suas consequências e correlações com o bem-estar subjetivo, para enfim compreender fatores que podem influenciar negativamente na qualidade das experiências acadêmicas.
9. Você poderá contar com a assistência da pesquisadora do presente projeto, que mostra-se à disposição para fazer um acolhimento ao participante que apresentar alguma questão decorrente da pesquisa. Além disso, o Instituto de Psicologia conta com o serviço psicológico que pode ser acionado.
10. Você será informado (a) do resultado final do projeto e sempre que desejar, serão fornecidos esclarecimentos sobre cada uma das etapas do estudo.
11. A qualquer momento, você poderá recusar a continuar participando do estudo e, também, que poderá retirar seu consentimento, sem que isso lhe traga qualquer penalidade ou prejuízo.
12. As informações conseguidas através da sua participação não permitirão a identificação da sua pessoa, exceto para a equipe de pesquisa, e que a divulgação das mencionadas informações só será feita entre os profissionais estudiosos do assunto após a sua autorização.
13. O estudo não acarretará nenhuma despesa para você.
14. Você será indenizado (a) por qualquer dano que venha a sofrer com a sua participação na pesquisa (nexo causal).
15. Você receberá uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado por todos.

Eu ....., tendo compreendido perfeitamente tudo o que me foi informado sobre a minha participação no mencionado estudo e estando consciente dos meus direitos, das minhas responsabilidades, dos riscos e dos benefícios que a minha participação implicam, concordo em dele participar e para isso eu DOU O MEU CONSENTIMENTO SEM QUE PARA ISSO EU TENHA SIDO FORÇADO OU OBRIGADO.

## Anexo IV- Questionário Sociodemográfico

**INSTRUÇÕES.** Gostaríamos de conhecer algumas características dos e das participantes de nossa pesquisa. Para tal, solicitamos que preencha o questionário a seguir. Não é necessário identificar-se.

01. Por favor, indique sua idade (digite apenas números): \_\_\_\_\_ anos.

02. Gênero:  Masculino  Feminino  Outros: \_\_\_\_\_

03. Qual a sua orientação sexual?

Homossexual  Heterossexual  Bissexual  Outro: \_\_\_\_\_

04. Estado Civil:

Solteiro (a)  Casado (a)  União Estável

Divorciado (a)  Viúvo (a)  Outros: \_\_\_\_\_

05. Você tem filho (a)?

Sim  Não

06. Se a resposta da pergunta anterior for “sim”, quantos? (digite apenas números)

\_\_\_\_\_

07. Indique por gentileza sua cor/raça:

Preto (a)  Pardo (a)  Branco (a)  Indígena  Amarelo (a)

08. Em comparação com as pessoas do seu estado, você diria que sua família é:

**1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**

**Classe baixa**

**Classe média**

**Classe alta**

09. Além de você, quantas pessoas moram na sua casa?

0  1  2  3  4  5 ou mais

10. Marque a modalidade que você ensina atualmente:

Graduação  Mestrado  Doutorado  Outros \_\_\_\_\_

11. Você leciona em universidade/faculdade:

Particular  Pública

12. Em qual região fica localizada a universidade/faculdade que você leciona?

Nordeste  Norte  Centro-Oeste  Sudeste  Sul

13. Indique os turnos que leciona:

Matutino    Vespertino    Noturno    Integral

15. Qual a área de conhecimento em que você atua?

Ciências Exatas e da Terra

Ciências Biológicas

Engenharias

Ciências da Saúde

Ciências Agrárias

Ciências Sociais Aplicadas

Ciências Humanas

Linguística, Letras e Artes

Outros

19. Você é ou já foi diagnosticado com algum transtorno psicológico?

Sim    Não

20. Você faz uso de alguma medicação psiquiátrica?

Sim    Não

21. Quais fatores e/ou acontecimentos tem elevado o seu níveis de estresse nos últimos 5 meses?

22. Quais estratégias (comportamentos, pensamentos, etc.) você tem utilizado para aumentar seus níveis de bem estar durante esses últimos 5 meses?

**Anexo V – Escala de Estresse Acadêmico - D (EEA-D)- (versão contexto docente)**

**INSTRUÇÕES:** abaixo são apresentadas 13 afirmações acerca de como você pode se sentir no seu dia a dia em relação ao contexto acadêmico. Leia cada uma com atenção e, utilizando a escala de resposta abaixo, indique o número correspondente ao seu grau de concordância/discordância com o conteúdo de cada item.

| <b>1</b>            | <b>2</b> | <b>3</b>    | <b>4</b> | <b>5</b>            |
|---------------------|----------|-------------|----------|---------------------|
| Discordo Totalmente | Discordo | Indiferente | Concordo | Concordo Totalmente |

|  |
|--|
| 1. A forma como as aulas são distribuídas entre as disciplinas tem me deixado nervoso.   |
| 2. Na universidade, a falta de autonomia na execução das minhas atividades docentes tem sido desgastante.  |
| 3. Tenho me sentindo incomodado com a falta de confiança do coordenador sobre os meus trabalhos.   |
| 4. Sinto-me irritado com a deficiência na divulgação de informações sobre decisões acadêmicas.   |
| 5. Sinto-me incomodado por ter que realizar tarefas que estão além da minha capacidade.  |
| 6. Tenho me sentido incomodado com a deficiência na minha carreira docente.  |
| 7. Fico de mau humor por me sentir isolado na Universidade.  |
| 8. Fico irritado por ser pouco valorizado pelo coordenador.  |
| 9. As poucas perspectivas de crescimento na carreira docente têm me deixado angustiado.  |
| 10. Tenho me sentido incomodado por me dedicar a atividades abaixo do meu nível de habilidade.   |
| 11. A competitividade na Universidade tem me deixado de mau humor.   |
| 12. A falta de compreensão sobre quais são as minhas responsabilidades na Universidade tem me causado irritação.   |
| 13. O tempo insuficiente para realizar meu volume de atividades de docência (ex. correção de provas, administrar aulas, participar de palestras do curso etc.) deixa-me nervoso. |

## Anexo VI- Escala de Estresse Percebido

**INSTRUÇÕES:** Nesta escala fazemos perguntas acerca dos seus sentimentos e pensamentos que ocorreram no último mês. Em cada uma pedimos para indicar com que frequência você se sentiu ou pensou de determinada maneira. Embora algumas das questões sejam parecidas, há diferenças entre elas e deverá responder a cada uma como uma questão diferente. A melhor maneira de fazê-la é responder a cada questão rapidamente. Ou seja, não se preocupe em lembrar-se do número de vezes que se sentiu de determinada maneira. Em vez disso assinale a alternativa que lhe pareça uma estimativa razoável. As alternativas que pode escolher são: “Nunca”; “Quase Nunca”, “Algumas vezes”; “Com muita frequência”; e “Muitas Vezes”.

|   | Nunca | Quase nunca | Algumas vezes | Com frequência | Muitas vezes |
|---|-------|-------------|---------------|----------------|--------------|
| 1. No mês passado, quantas vezes você ficou chateado (a) por causa de algo que aconteceu inesperadamente?   | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 2. No mês passado, quantas vezes você se sentiu incapaz de controlar as coisas importantes na sua vida?   | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 3. No mês passado, quantas vezes você se sentiu nervoso (a) ou estressado(a)?   | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 4. No mês passado, quantas vezes você lidou com sucesso com os problemas e aborrecimentos do dia a dia?   | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 5. No mês passado, quantas vezes você sentiu que estava lidando de forma eficaz com as mudanças importantes que estavam acontecendo na em sua vida? | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 6. No mês passado, quantas vezes você se sentiu confiante nas suas capacidades para lidar com os seus problemas pessoais?                           | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 7. No mês passado, quantas vezes você sentiu que as coisas estavam ocorrendo a sua maneira (do seu jeito)?  | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 8. No mês passado, quantas vezes você percebeu que não poderia lidar com todas as coisas que você tinha para fazer?                                 | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 9. No mês passado, quantas vezes você foi capaz de controlar as irritações da sua vida?   | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 10. No mês passado, quantas vezes você sentiu que estava no topo das coisas (no controle das coisas)?   | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 11. No mês passado, quantas vezes você se irritou por coisas que aconteceram que estavam fora de seu controle?                                      | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 12. No mês passado, quantas vezes você deu por si pensando nas coisas que tinha que fazer?  | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 13. No mês passado, quantas vezes você foi capaz de controlar a maneira como gastar seu tempo?  | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |
| 14. No mês passado, quantas vezes você sentiu que as dificuldades estavam se acumulando tanto que você não poderia superá-las?                      | 0     | 1           | 2             | 3              | 4            |

**Anexo VII- Escala Medo da Covid-19**

**INSTRUÇÕES:** Abaixo são apresentadas algumas frases a respeito da COVID-19. Leia cada uma delas e assinale um X no número que melhor descreve você, conforme o esquema de respostas abaixo:

| 1                   | 2        | 3                          | 4        | 5                   |
|---------------------|----------|----------------------------|----------|---------------------|
| Discordo Fortemente | Discordo | Nem concordo, nem discordo | Concordo | Concordo Fortemente |

|  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| Eu tenho muito medo da COVID-19  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Pensar sobre a COVID-19 me deixa desconfortável  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Minhas mãos ficam úmidas/frias quando penso na COVID -19   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Eu tenho medo de morrer por causa da COVID-19  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Eu fico nervoso ou ansioso quando vejo notícias nos jornais e nas redes sociais sobre a COVID-19 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Não consigo dormir porque estou preocupado em ser infectado pela COVID-19.                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Meu coração dispara ou palpita quando penso em ser infectado pela COVID-19.                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Anexo VIII- Inventário de Ansiedade Traço (IDATE)**

**INSTRUÇÕES:** Leia cada pergunta e marque no número à direita que melhor indicar como você geralmente se sente. Não gaste muito tempo numa única afirmação, mas tente dar a resposta que mais se aproximar de como você se sente geralmente.

Avaliação: Quase nunca -1 / Às vezes-2 / Frequentemente-3 / Quase sempre-4

|    |  |   |   |   |   |
|----|--|---|---|---|---|
| 1  | Sinto-me bem   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2  | Canso-me facilmente  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3  | Tenho vontade de chorar  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4  | Gostaria de pode ser tão feliz quanto os outros parecem ser                          | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5  | Perco oportunidades porque não consigo tomar decisões rapidamente.                   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6  | Sinto-me descansado  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7  | Sou calmo, ponderado e senhor de mim mesmo.  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8  | Sinto que as dificuldades estão se acumulando de tal forma que não consigo resolver. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9  | Preocupo-me demais com coisas sem importância  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Sou feliz  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Deixo-me afetar muito pelas coisas   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Não tenho muita confiança em mim mesmo   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Sinto-me seguro  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Evito ter que enfrentar crises ou problemas  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Sinto-me deprimido   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Estou satisfeito   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Às vezes, ideias sem importância me entram na cabeça e ficam-me preocupando          | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Levo os desapontamentos tão a sério que não consigo tirá-los da cabeça.              | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Sou uma pessoa estável   | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Fico tenso e perturbado quando penso em meus problemas do momento.                   | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Anexo IX- Inventário de Ansiedade Estado (IDATE)**

**INSTRUÇÕES:** Leia cada pergunta e marque no número à direita que melhor indicar como você geralmente se sente. Não gaste muito tempo numa única afirmação, mas tente dar a resposta que mais se aproximar de como você se sente geralmente.

Avaliação: 1-Absolutamente não / 2- Um pouco / 3- Bastante /4- Muitíssimo

|    |  |   |   |   |   |
|----|--|---|---|---|---|
| 1  | Sinto-me calmo                           | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2  | Sinto-me seguro                          | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3  | Estou tenso                              | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4  | Estou arrependido                        | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5  | Sinto-me a vontade                       | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6  | Sinto-me perturbado                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7  | Estou preocupado com possíveis problemas | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8  | Sinto-me descansado                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9  | Sinto-me ansioso                         | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Sinto-me “em casa”                       | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Sinto-me confiante                       | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Sinto-me nervoso                         | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Estou agitado                            | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Sinto-me uma pilha de nervos             | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Estou descontraído                       | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Sinto-me satisfeito                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Estou preocupado                         | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Sinto-me super agitado e confuso         | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Sinto-me alegre                          | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Sinto-me bem                             | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Anexo X- Escala de Esperança Disposicional**

**INSTRUÇÕES:** Leia com atenção e merque a opção que você acha a mais adequada.

**1) Eu posso pensar em várias formas de lidar com situações difíceis.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**2) Eu me esforço para atingir meus objetivos.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**3) Eu me sinto cansado a maior parte do tempo.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**4) Existem sempre muitas formas de resolver os problemas.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**5) Eu sou facilmente derrotado em discussões.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**6) Eu posso pensar em muitas formas de conseguir as coisas que são muito importantes para a minha vida.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**7) Eu me preocupo com a minha saúde.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**8) Mesmo quando os outros desistem, eu sei que posso encontrar alguma forma de resolver os problemas.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**9) Minhas experiências no passado me prepararam bem para enfrentar o futuro.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**10) Eu tenho tido muito sucesso na vida.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**11) Frequentemente eu fico me preocupando com alguma coisa.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

**12) Eu atinjo os objetivos que estabeleço para mim.**

Totalmente Falsa 1 / 2 / 3 / 4 / 5 Totalmente Verdadeira

### Anexo XI- Escala de Estado de Satisfação com a Vida

**INSTRUÇÕES:** Seguidamente vai ler cinco afirmações com as quais pode concordar ou não. Utilize a escala de 1 a 7 para indicar a sua concordância com cada afirmação. Marque no número apropriado na linha à frente a cada afirmação. A escala de 7 pontos é a seguinte:

- 1- Discordo totalmente
- 2- Discordo
- 3- Discordo ligeiramente
- 4- Neutro, não concordo, nem discordo
- 5- Concordo ligeiramente
- 6- Concordo
- 7- Concordo totalmente

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | No momento presente, em diversos aspectos, a minha vida está próxima do meu ideal.    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | As minhas condições de vida atuais são excelentes                                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Atualmente estou satisfeito com a minha vida.   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Até o dia de hoje, tenho alcançado as coisas importantes que quero para a minha vida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | Hoje acredito que se pudesse viver a minha vida de novo não mudaria quase nada        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

## Anexo XII- Parecer aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
ALAGOAS



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** ESTRESSE E BEM-ESTAR SUBJETIVO NO CONTEXTO ACADÊMICO: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE DOCENTES E DISCENTES

**Pesquisador:** Leogildo Alves Freires

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 37727120.5.0000.5013

**Instituição Proponente:** Instituto de Psicologia

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.410.424

#### Apresentação do Projeto:

O estresse é o resultado de um desequilíbrio entre demandas e recursos internos disponíveis no indivíduo frente às situações ameaçadoras, provocando reações físicas e psíquicas (Lazarus e Folkman, 1984) e está presente em todos os ambientes, inclusive na esfera educacional. O estresse é uma condição inevitável da vida e ocorre quando o indivíduo é submetido às diversas demandas, havendo uma extrapolação da sua capacidade de lidar com o excesso de atividades (Haidar et al., 2018). Sendo assim, o estresse pode interferir nas respostas mais adequadas e esperadas em determinada situação, visto como um fator prejudicial à saúde e ao bem-estar das pessoas (Santos et al., 2017). No contexto acadêmico onde há exigências, obrigações e prazos a serem atingidos, tanto para estudantes como para docentes, existe a necessidade de um olhar direcionado essencialmente ao impacto do estresse nas emoções e no bem-estar subjetivo. Segundo Goodwin et al., (2016), há escassos serviços adequados de apoio à saúde mental preventiva aos estudantes, dificultando-os de lidar com os problemas vivenciados no contexto acadêmico e conseqüentemente, apresentando um risco significativo para distúrbios como ansiedade, depressão e até mesmo ideação suicida, tais aspectos afetam de forma negativa o seu bem-estar. Desta forma, a presente pesquisa objetiva avaliar o estresse e o bem/mal-estar em estudantes e docentes no contexto universitário.

A presente pesquisa é composta por três estudos. No primeiro momento será realizada

**Endereço:** Av. Lourival Melo Mota, s/n - Campus A. C. Simões,

**Bairro:** Cidade Universitária

**CEP:** 57.072-900

**UF:** AL

**Município:** MACEIO

**Telefons:** (82)3214-1541

**E-mail:** comitedeetic.ufal@gmail.com