

Actas do 13º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde

Organizado por Henrique Pereira, Samuel Monteiro, Graça Esgalhado, Ana Cunha, & Isabel Leal

30 de Janeiro a 1 de Fevereiro de 2020, Covilhã: Faculdade de Ciências da Saúde

GENDER OCCUPATIONAL HEALTH: HOW TO SUPPORT HIGHER EDUCATION TEACHERS?

Isabel Souto^{1,2}, Anabela Pereira^{1,2,3}, Elisabete Brito^{1,4,5}, & Inês Direito⁶

¹ Laboratório de Estudos e Intervenção no Stresse, Universidade de Aveiro (StressLab), Portugal

² Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Portugal

³ Centro de Investigação em Didática e Tecnologia na Formação de Formadores (CIDTFF), Portugal

⁴ Escola Superior de Tecnologias e Gestão de Águeda, Universidade de Aveiro, Portugal

⁵ Centro de Investigação em Governança, Competitividade e Políticas Públicas (GOVCOPP), Portugal

⁶ Centre for Engineering Education, University College of London, UK

Sabe-se que o *Stress* Ocupacional (SO) pode prejudicar a saúde física e mental do trabalhador, resultando em comprometimento funcional temporário ou permanente (European Agency for Safety and Health at Work [EU-OSHA], n.d.; Hassard, Cox, Murawski, De Meyer, & Muylaert, 2011; Leka & Jain, 2010). Vários autores apontam os Riscos Psicossociais (RPs) como centrais a este fenómeno, os quais correspondem a um conjunto de fatores relacionados ao trabalho (conteúdo ou contexto) passíveis de gerar *stress* (EU-OSHA, 2018; Leka & Jain, 2010; Wolf, Ivanov, Mugdal, Bos, & Neira, 2018; World Health Organization [WHO], 2013). De acordo com Wolf et al., (2018), para enfrentar esse risco global à saúde é necessário lidar com as ameaças (à saúde) no local de trabalho (como *stress*). Observe que o paradigma de gestão de RPs tem sido recomendado como mais eficaz do que simples intervenções no local de trabalho (Wolf et al., 2018) esperando-se que seja mais eficaz na proteção e promoção da saúde dos trabalhadores. Em Portugal, a avaliação e prevenção das RPs estão no escopo da Legislação de Segurança e Saúde no Trabalho (Lei n^o3/2014 de 28 de janeiro, 2014). Esta legislação prediz também o combate aos riscos para a segurança e a saúde do trabalhador na sua origem (incluindo os riscos psicossociais), no entanto, é reconhecida a necessidade desenvolver diretrizes de prevenção adequadas,

principalmente com base na identificação das diferentes necessidades específicas de contextos de trabalho, o que pode ser feito através de uma avaliação eficaz (Hassard et al., 2011).

O estudo da SO é particularmente relevante no contexto do Ensino Superior (ES): para professores que trabalham deste contexto, o trabalho é marcado por altas exigências pessoais, profissionais e científicas, inerentes à constante inovação e clima de turbulência, decorrentes da reconciliação dos sistemas de ensino na Europa (Processo de Bolonha), aumento do número de alunos, inovação e integração tecnológica, e não só (Cladellas & Castelló, 2011; Slišković & Maslić Seršić, 2011; Sun, Wu, & Wang, 2011). Sabe-se que os problemas de saúde ocupacional nos professores são atuais e prevalentes (Jardim & Pereira, 2016; Leka & Jain, 2010), com consequências individuais e organizacionais (Cladellas & Castelló, 2011; Slišković & Maslić Seršić, 2011), no entanto, a maioria dos estudos nesta área é direcionada a professores dos ciclos de estudo até ao secundário, ou direcionados/limitado à investigação associada ao síndrome de *Burnout* (Cladellas & Castelló, 2011). Estudos recentes evidenciaram que os docentes que trabalham em ES em Portugal apresentam altos níveis de *stress* e elevadas exigências trabalho, as quais correlacionadas com muitos RPs (Souto, Pereira, Brito, Sancho, & Barros, 2019; Souto, Pereira, Brito, Sancho, & Jardim, 2018). Além disso, foram encontradas diferenças significativas entre os grupos de género, nos quais as mulheres apresentaram maior *distress* e ansiedade, bem como diferenças significativas em alguns fatores de RPs (Souto et al., 2019). O paralelismo dos resultados com a tendencial disparidade de género neste contexto é inegável (Comissão para a Cidadania e Igualdade [CIG], 2017), reforçando que a integração da perspectiva de género também deve ser considerada ao abordar a SO (International Labour Organization [ILO], 2019).

Este projeto tem como objetivo estudar OS na ES, implementando uma abordagem inovadora integrada e intercultural de género. Usando uma abordagem de pesquisa de métodos mistos, pretendemos contribuir com dados baseados em evidências que apoiam o desenvolvimento adequado de diretrizes de saúde para a ES. Procuramos ainda contribuir para a agenda da ONU para 2030, ou seja, realizações de trabalho decente, promover ambientes de trabalho seguros e protegidos, igualdade de género e *empowerment* das mulheres, para além de fortalecer a capacidade de gestão e redução de riscos nacionais e globais à saúde (UN Women, 2018; United

Nations, 2015). Procuramos atingir (de forma integrada e multidimensional) os seguintes objetivos:

- 1) Identificar e caracterizar os níveis de *Distress* e *Burnout*, bem como os RPs presentes no contexto de trabalho de professores de ES;
- 2) Analisar as relações entre RPs, *Distress* e *Burnout*, dimensões de Coping e características sociodemográficas (género) dos participantes;
- 3) Identificar quais RPs do contexto de trabalho específico atuam como preditores para o desenvolvimento de *stress* relacionado com o trabalho (e respetivos impactos na saúde), bem como bem como, cruzar os diferentes papéis de trabalho desempenhados pelos professores e características sociodemográficas.
- 4) Perceber e integrar os significados subjacentes dos RPs significativos observados, bem como expectativas de *performance*, habilidades necessárias/estratégias usadas para lidar com *distress* relacionado com o trabalho (*coping skills*), integrando uma perspetiva de género e abordagem comparativa intercultural.
- 5) Integrar todos os dados no desenvolvimento de *guidelines* adequadas à prevenção e intervenção de riscos para a doença e promoção de saúde ocupacional, de forma a fortalecer e promover o bem-estar e *performance* dos professores.

Descrição Detalhada do Programa de Investigação

Para o desenvolvimento adequado de diretrizes de prevenção e intervenção, a avaliação precedente deve ser capaz de fornecer dados baseados em evidências sobre necessidades específicas do público-alvo. Dessa forma, consideramos prioritário o inventário adequado as necessidades, por meio da abordagem quantitativa e qualitativa de pesquisa, com a inclusão gradual dos objetivos propostos, em três estudos:

ESTUDO 1: ESTUDO EXPLORATÓRIO

Nesta fase pretende-se desenvolver um estudo empírico, envolvendo uma amostra representativa nacional de professores ES. Esta (primeira) recolha de dados de carácter quantitativo, com recurso a um protocolo de

questionários, visa responder aos 3 primeiros objetivos do presente projeto, com produção científica correspondente (artigo científico).

Instrumentos

Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ; versão portuguesa de Silva et al., 2011) é uma ferramenta que reúne consenso internacional sobre a adequação para avaliar os RPs mais importantes no local de trabalho, diferindo de outras escalas pela integração do impacto na saúde que a respetiva exposição representa (Fernandes & Pereira, 2016; Silva et al., 2011). A versão média é composta por 76 itens, distribuídos por 29 sub-escalas, agrupadas em 8 dimensões principais, nomeadamente: Exigências no trabalho, Organização e Conteúdo do trabalho, Relações sociais e Liderança, interface individuo-trabalho, Valores no local de trabalho, Personalidade, Exposição a comportamentos ofensivos, Saúde e Bem-estar.

Kessler Psychological Distress Scale (K10; versão portuguesa de Pereira et al., 2017), é uma escala de autorrelato breve, composta por 10 itens, altamente confiável para avaliar distress psicológico. A amplitude dos resultados permite verificar a presença/ausência de sintomas de distress com significância clínica, e que representam risco para desenvolvimento de perturbação.

Oldenburg Burnout Inventory (OLBI; versão portuguesa de Sinval, Queirós, Pasian, & Marôco, 2019), é uma escala breve, composta por 16 itens que permite avaliar e entender o burnout nas organizações. Difere de outras escalas, uma vez que não se constitui como uma dimensão essencial do burnout mas, para além de integrar uma perspetiva de género, pode também ser interpretada em função das possíveis consequências da síndrome (Sinval et al., 2019): inclui a subescala de exaustão (aspetos cognitivos, físicos e emocionais/afetivos da exaustão) e a subescala de desengajamento (distanciamento do trabalho em geral ou distanciamento do próprio do conteúdo e do objetivo, além de experimentar atitudes negativas).

Brief COPE (versão portuguesa de Ribeiro & Rodrigues, 2004), é um instrumento usado para avaliar as estratégias de coping usadas para lidar com o stress, podendo ser ajustada para investigar o Estado (focado na

situação específica/momento presente) ou o Traço (estilo usual de autorregulação). É composto por 28 itens distribuídos em 14 dimensões: autodistração, coping ativo, negação, uso de substâncias, uso de apoio emocional, uso de suporte instrumental, distanciamento comportamental, distanciamento mental, reinterpretação positiva, planejamento, humor, aceitação, religião e aceitação e culpa.

Características demográficas e do trabalho dos participantes

O questionário sociodemográfico visará a recolha de informações demográficas e informações específicas do trabalho (contexto de lecionação, área científica, anos de trabalho, tipo de contrato e horário, funções desempenhadas/ acumuladas e sobrecarga das mesmas).

ESTUDO 2: ENTREVISTAS E *FOCUS GROUP*

Considerando que as necessidades de prevenção e intervenção não derivam apenas dos contextos individuais de trabalho, mas também de um conjunto de significados (pressupostos, valores e crenças), não só dos fatores de PRs, como também o conjunto expectativas relacionadas com trabalho/diferentes funções desempenhadas e/ou pressupostos de desempenho. Evidencia-se assim a adequação de recolha de dados/informações mais diversificadas visando enquadrar estas dimensões, bem como explorar as estratégias coping usualmente adotadas para lidar com a exposição diária ao stress relacionado com o trabalho. Assim, tendo por base os resultados obtidos no primeiro estudo, serão desenvolvidas *guidelines* para um segundo estudo que incidirá numa metodologia qualitativa, através de entrevistas e *focus group*. Neta fase será também integrada uma perspetiva de género (visando entender o papel desse fator na dinâmica específica do contexto de trabalho) e intercultural, a partir da qual é possível encontrar o verdadeiro valor e significado de um fenómeno, bem como perceber a tendência de resposta inata (Finuras, 2018).

As entrevistas (com uma amostra uma amostra representativa) e *focus group* (com um grupo de especialistas) serão realizadas em Portugal e em

Inglaterra, na University College of London (UCL), destacando-se esta Universidade pelo apoio à igualdade e avanço das carreiras das mulheres na ciência, reconhecido pela atribuição de um *Athena SWAN* de prata em 2018. Todos os dados recolhidos serão incorporados e analisados de acordo com o objetivo 4, esperando-se que os resultados culminem numa produção científica respetiva (artigo).

ESTUDO 3: TRIANGULAÇÃO DOS DADOS, DESENVOLVIMENTO DE GUIDELINES QUE FORTALEÇAM E PROMOVAM A SAÚDE OCUPACIONAL, BEM-ESTAR E PERFORMANCE DE PROFESSORES ES

Todos os dados recolhidos serão triangulados e analisados de acordo com o objetivo Assim, serão desenvolvidas um conjunto de *guidelines* de prevenção e intervenção adequadas às especificidades do contexto de trabalho do público alvo, de forma alinhada não só com a legislação Portuguesa (no que toca a prevenção na origem), como também com as diretrizes internacionais no que concerne a prevenção de riscos global. Espera-se que o *output* seja divulgado em formato de *Good Practices Book*, bem como disseminado através de *workshops*/sessões de informação, cujo objetivo será aproximar as práticas dos profissionais e institucionais para as boas práticas em saúde ocupacional.

O presente projeto pretende responder à lacuna de investigação no contexto relacionado ao trabalho de professores de ES, constituindo-se como o primeiro passo para a construção de ferramentas de intervenção integradas nas especificidades do mesmo, com desenvolvimento de ações efetivas de prevenção e promoção da saúde em uma perspetiva holística e multidisciplinar.

Notas do Autor

Este trabalho surge no âmbito do projeto de investigação de Doutoramento em Psicologia da Universidade de Aveiro, Portugal. Contacto do autor: Isabel Souto, isabel.souto@ua.pt.

REFERÊNCIAS

- Cladellas, R., & Castelló, A. (2011). University Professors' Stress and Perceived State of Health in Relation to Teaching Schedules. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(23), 217-240.
- Comissão para a Cidadania e Igualdade [CIG]. (2017). *Igualdade de Género em Portugal: Boletim Estatístico 2017. Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género*. <https://doi.org/10.1002/polb.23979>
- European Agency for Safety and Health at Work [EU-OSHA]. (n.d.). HealthyWorkplaces Good Practice Awards 2014-2015.
- European Agency for Safety and Health at Work [EU-OSHA]. (2018). Psychosocial risks and stress at work – Safety and health at work – EU-OSHA. Retrieved January 30, 2018, from <https://osha.europa.eu/en/themes/psychosocial-risks-and-stress>
- Fernandes, C., & Pereira, A. (2016). Exposure to psychosocial risk factors in the context of work: a systematic review. *Revista de Saúde Pública*, 50(0), 1-15. <https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2016050006129>
- Finuras, P. (2018). *Globalização e Gestão das Diferenças Culturais* (2nd ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Hassard, J., Cox, T., Murawski, S., De Meyer, S., & Muylaert, K. (2011). *Mental health promotion in the workplace – A good practice report*. (European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA), Ed.), *Safety And Health*. European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA). <https://doi.org/10.2802/78228>
- International Labour Organization [ILO]. (2019). *A quantum leap for gender equality: For a better future of work for all*. Geneva. Retrieved from www.ifro.org
- Jardim, J., & Pereira, A. (2016). Perceived impact of lifelong training in teachers. *Interações*, 31(42), 22–31. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmod.2015.02.006>.
- Lei nº3/2014 de 28 de janeiro. (2014). *Diário da República 1ª série, Nº 19, 28 de janeiro de 2014*. Lisboa: Assembleia de República. Retrieved from <https://dre.pt/application/dir/pdf1sdip/2014/01/01900/0055400591.pdf>
- Leka, S., & Jain, A. (2010). *Health impact of psychosocial hazards at work: an overview*. Geneva. Pereira, A., Oliveira, C. A., Vagos, P., Bártolo, A., Jardim, J., & Monteiro, S. (2017). Reliability and Factor Structure of the 10-item Kessler

- Psychological Distress Scale (K10) among Portuguese adults. *Revista Ciência e Saúde Coletiva*. <https://doi.org/0191/2017-14138123.39075643801200>
- Ribeiro, J. P., & Rodrigues, A. P. (2004). Questões acerca do coping: A propósito do estudo de adaptação do Brief COPE [Some questions about coping: The study of the Portuguese adaptation of the Brief COPE]. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5(1), 3-15. <https://doi.org/ISSN 1645-0086>
- Silva, C., Amaral, V., Pereira, A., Bem-haja, P., Pereira, A., Rodrigues, V., . . . (1). (2011). *Copenhagen Psychosocial Questionnaire: Portugal e Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa*. (FCT – Fundação para Ciência e Tecnologia, Ed.). Aveiro: Departamento de Educação: Universidade de Aveiro. Retrieved from http://aciff.pt/uploads/Copenhagen psychosocial questionnaire_COPSOQ.pdf
- Sinval, J., Queirós, C., Pasian, S. R., & Marôco, J. (2019). Transcultural adaptation of the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) for Brazil and Portugal. *Frontiers in Psychology*, 10(March). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00338>
- Slišković, A., & Maslić Seršić, D. (2011). Work stress among university teachers: Gender and position differences. *Arhiv Za Higijenu Rada i Toksikologiju*, 62(4), 299-307. <https://doi.org/10.2478/10004-1254-62-2011-2135>
- Souto, I., Pereira, A., Brito, E., Sancho, L., & Barros, S. (2019). Occupational Health Risk Among Teachers in Higher Education. In T. P. Cotrim, F. Serranheira, P. Sousa, S. Hignett, S. Albolino, & R. Tartaglia (Eds.), *Health and Social Care Systems of the Future: Demographic Changes, Digital Age and Human Factors* (pp. 311-322). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-24067-7_36
- Souto, I., Pereira, A., Brito, E., Sancho, L., & Jardim, J. (2018). Psychosocial Risk Factors And Distress In Higher Education Teachers. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, XLVIII, 127-140. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.11.14>
- Sun, W., Wu, H., & Wang, L. (2011). Occupational stress and its related factors among university teachers in China. *Journal of Occupational Health*, 53(4), 280-286. <https://doi.org/10.1539/joh.10-0058-OA>
- UN Women. (2018). *Turning Promises Into Action: Gender Equality in the 2030 Agenda for Sustainable Development*. Retrieved from <http://www.unwomen.org/-/media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2018/sdg-report-summary-gender-equality-in-the-2030-agenda-for-sustainable-development-2018-en.pdf?la=en&vs=949>
- United Nations. (2015). *Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development*. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>

Wolf, J., Ivanov, I., Mugdal, S., Bos, R., & Neira, M. (2018). *Preventing Disease Through a Healthier and Safer Workplace*. Switzerland: World Health Organization. World Health Organization [WHO]. (2013). *Investing in mental health: Evidence for action*. Switzerland: World Health Organization. Retrieved from <http://www.who.int/iris/handle/10665/87232>