

RESUMO EXPANDIDO - TECNOLOGIAS, INDICADORES E AVALIAÇÃO DE IMPACTO PARA A MELHORIA CONTÍNUA DE PROCESSOS EM SAÚDE BASEADOS EM EVIDÊNCIAS: REÚNE ESTUDOS QUE APRESENTAM O PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DE INOVAÇÕES OU DE TRADUÇÃO DAS EVIDÊNCIAS EM PRODUTOS OU INTERVENÇÕES PARA APLICAÇÃO NAS PRÁTICAS EM ENFERMAGEM E SAÚDE.

CARGA MENTAL DE TRABALHO SUBJETIVA DE PROFESSORES DO ENSINO PÚBLICO DO RIO GRANDE DO SUL

Thaynan Silveira Cabral (thaynan.cabral@acad.ufsm.br)

Matheus Silvelo Franco (matheus.franco@acad.ufsm.com)

Alberto Enrique Morales Perez (alberto.morales@acad.ufsm.br)

Talia Patatt Simonetti (talia.simonetti@acad.ufsm.br)

Emily Priscilla Marques (emily.marques@acad.ufsm.br)

Valdecir Zavarese Da Costa (valdecir.costa@ufsm.br)

Introdução:

Os professores fazem parte de uma classe profissional que transmite conhecimentos e medeia o processo de ensino-aprendizagem nas instituições de educação. Para realizar o processo de trabalho, o professor utiliza sua capacidade física e cognitiva para alcançar uma finalidade que resulta em um produto imaterial, o conhecimento^{1,2}. A Carga Mental de Trabalho Subjetiva (CMTS) é entendida como uma suscetibilidade a pressões mentais causadas pelo processo de trabalho, podendo resultar da interação entre atributos

individuais, natureza das tarefas e contexto organizacional, os quais, quando estão em desarmonia, podem desencadear sofrimento psíquico e impactos psicossociais². A partir disso, professores são propensos a adoecer em razão do trabalho, visto que a relação trabalho-saúde é ameaçada por demandas laborais críticas, que eventualmente culminam em afastamento da ocupação. A qualidade de vida desta classe profissional é ameaçada por baixo apoio social, carga horária pesada, alta demanda de trabalho e baixo controle do trabalho, condições que se associam com o adoecimento¹.

Objetivo:

Descrever a Carga Mental de Trabalho Subjetiva de professores da rede pública estadual do Rio Grande do Sul.

Método:

Trata-se de uma pesquisa quantitativa do tipo transversal descritiva. Foi adotado como cenário de pesquisa as instituições de ensino público do Estado do Rio Grande do Sul. A população da pesquisa foi composta pelos professores do quadro efetivo da rede pública estadual de ensino do Rio Grande do Sul, que representa um quantitativo de 34.182 profissionais. A amostra foi obtida a partir dos 16.657 professores com regência de classe, isto é, responsáveis pelas turmas e em atuação. A amostragem foi do tipo não probabilística. Para o cálculo amostral, considerou-se nível de confiança de 95% e margem de erro de 5%. O resultado obtido indicou uma amostragem mínima de 380 professores. Foram incluídos professores efetivos com regência de classe e em atuação profissional, e excluídos professores em disposição, atividades de setor, licença, férias e/ou afastamento das atividades laborais.

Foi utilizado um instrumento para coletar informações sociodemográficas, laborais e de saúde. Para avaliar a Carga Mental de Trabalho Subjetiva (CMTS), foi utilizada a Escala Subjetiva de Carga Mental de Trabalho (ESCAM)². Trata-se de uma escala do tipo Likert (1–5), com cinco dimensões que totalizam 20 itens e avaliam a relação do trabalhador frente às suas tarefas executadas no trabalho. As dimensões da ESCAM são apresentadas a seguir: demandas cognitivas e complexidade da tarefa; características da tarefa; organização temporal; ritmo de trabalho; e consequências para a saúde.

A coleta de dados foi realizada de forma remota, a partir do preenchimento do questionário de pesquisa online, criado no Google Formulários. Os dados foram planilhados no Google Planilhas e posteriormente organizados e

processados no software Statistical Package for Social Science (SPSS), versão 21. Obteve-se a estatística descritiva das variáveis sociodemográficas, laborais, de saúde e CMTS. Consideraram-se medidas de frequência absoluta (n) e relativa (%), e medidas de tendência central (média) e de dispersão (desvio padrão).

Para analisar as dimensões da ESCAM, adotou-se a padronização dos escores com base nos critérios de classificação sugeridos por Lopes³. Foi considerado: subcarga muito baixa, os valores entre 0,00 e 20,00; subcarga baixa, os valores entre 20,00 e 40,00; carga adequada, os valores entre 40,01 e 60,00; sobrecarga alta, os valores entre 60,01 e 80,00; e sobrecarga muito alta, os valores entre 80,01 e 100,00.

Os pesquisadores do estudo seguiram as prerrogativas institucionais dispostas nas resoluções do Conselho Nacional de Saúde nº 466/2012 e 510/2016, que estabelecem normas para pesquisa envolvendo seres humanos. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), sob parecer nº 6.755.283 e CAAE nº 55631922.4.0000.5346.

Resultados:

Este estudo contou com uma amostra de 300 professores da rede pública do Rio Grande do Sul, com idade média de 46,47 anos e 34,66 horas semanais de trabalho. Houve predomínio de mulheres (n=246; 82,0%), brancos (n=258; 86,0%), casados (n=142; 47,3%), com filhos (n=207; 69,0%), moradia própria quitada (n=150; 50,0%) e renda mensal entre 4 e 6 salários mínimos (n=161; 53,7%).

Quanto ao perfil laboral, a maioria atua no Ensino Médio (n=141; 47,0%) e não tem outro trabalho (n=231; 77,0%). No perfil de saúde, 55,3% utilizam medicação (n=166), 52,3% praticam exercícios físicos (n=157), 60% consomem bebida alcoólica (n=180), 92,3% não fumam (n=277), 56% não reconhecem doença crônica (n=168), 54% não referem necessidade de terapia no último ano (n=162) e 77,3% não fazem terapia regularmente (n=232).

A maioria dorme até 8 horas por dia (n=185; 61,7%), teve a cidade atingida pelas enchentes (n=169; 56,3%), mas não a escola (n=249; 83%) nem a residência (n=278; 92,7%). Os dados sobre as enchentes referem-se às inundações no estado em maio de 2024.

A análise das dimensões da Escala Subjetiva de Carga Mental de Trabalho (ESCAM) mostrou níveis elevados de percepção de carga mental. A dimensão Demandas Cognitivas e Complexidade da Tarefa (DCCT) obteve a maior média (4,1; DP=0,80), evidenciando alta exigência cognitiva. A dimensão Consequências para a Saúde (CS) também teve média alta (4,1; DP=1,07), indicando percepção significativa de impactos do trabalho sobre o bem-estar. Já as Características da Tarefa (CT) apresentaram média de 3,6 (DP=1,36), mostrando que os atributos das tarefas aumentam a carga mental. O Ritmo de Trabalho (RT) teve média de 4,0 (DP=1,06), sugerindo que a intensidade das atividades contribui de forma importante para a sobrecarga. Por fim, a Organização Temporal (OT) obteve a menor média (3,4; DP=1,13), indicando menor percepção de sobrecarga relacionada à gestão do tempo.

Após a padronização das dimensões, a DCCT foi a mais crítica, com 52,33% dos professores classificados com sobrecarga mental alta e 37% com sobrecarga muito alta, totalizando cerca de 90%. Em CS, 22% apresentaram sobrecarga alta e 58% muito alta, refletindo efeitos significativos na saúde. Em CT, 39% apresentaram sobrecarga alta e 26,67% muito alta. Na OT, 25% apresentaram carga moderada, e cerca de 51% alta ou muito alta. No RT, 29% tiveram carga moderada, e 57% alta ou muito alta, também merecendo atenção.

Conclusão:

Este estudo evidenciou elevados níveis de Carga Mental de Trabalho Subjetiva entre professores da rede pública do Rio Grande do Sul, principalmente nas dimensões “Demandas Cognitivas” e “Consequências para a Saúde”, embora as demais dimensões da Escala Subjetiva da Carga Mental de Trabalho também tenham se apresentado elevadas. Esses achados destacam sobrecarga mental e potencial impacto na saúde dos professores, e reforçam a necessidade de estratégias institucionais e políticas públicas que promovam o bem-estar físico e emocional da categoria.

Palavras-chave: carga mental de trabalho; carga de trabalho; professores escolares; saúde ocupacional.