



A UTILIZAÇÃO DA ESCALA TOULOUSAINNE DE ESTRESSE E A ESCALA TOULOUSAINNE DE COPING: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE PROFISSIONAIS DE VÁRIOS SEGMENTOS

THE USE OF THE TOULOUSAINNE SCALE OF STRESS AND THE TOULOUSAINNE DE COPING SCALE: A COMPARATIVE STUDY BETWEEN PROFESSIONALS FROM VARIOUS SEGMENTS

Marcelo dos Santos Feitosa¹, Edna Maria Querido de Oliveira Chamon²

¹Enfermeiro, Mestrado em Desenvolvimento Humano: formação, políticas e práticas sociais pela Universidade de Taubaté -UNITAU, Endereço: Avenida Gen. Luiz Paulo Fernandes de Almeida, 705, Residencial Independência, Taubaté/SP, 12040-780, E-mail: marcelofeitosa.santos@gmail.com, ORCID:<https://orcid.org/0000-0003-0733-9296>.

²Professora do Programa de Mestrado em Desenvolvimento Humano: formação, políticas e práticas sociais pela Universidade de Taubaté – UNITAU, Endereço: Visconde do Rio Branco, 210, Centro, 12020-040, Taubaté-SP. E-mail: edna.chamon@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2835-6554>

Resumo

O estresse é uma realidade inevitável diante da complexidade da vida humana e do momento pandêmico no qual estamos vivendo. O presente estudo tem como objetivo identificar e comparar os níveis de estresse global entre profissionais de vários segmentos e as estratégias



de enfrentamento utilizadas pelos mesmos. Trata-se de uma pesquisa quantitativa de natureza descritiva, a coleta de dados foi por meio de revisão bibliográfica e levantamento entre os anos de 2005 a 2020, nas bases de dados da Universidade de Taubaté, percebeu-se que quatro das sete dissertações evidenciaram um nível de estresse global igual e/ou acima de 30%, sendo o maior índice foi de 72,5%. Concluímos que os resultados apontam a predominância do estresse global, físico e psicológico e as estratégias de enfrentamento ao estresse utilizadas pelos sujeitos foram de controle e recusa, entende-se que há necessidade de desenvolvimento de outras pesquisas corroborando com o tema em questão.

Palavras-chave: Estresse, Estratégias de enfrentamento, Classificação, Escala toulousaine de estresse, Escala toulousaine de coping.

Introdução

O estresse é uma realidade inevitável diante da complexidade da vida humana e do momento pandêmico no qual estamos vivendo. Deve-se considerar o estresse como uma ocorrência fisiológica normal e como uma ocorrência global, tanto do ponto de vista físico quanto do ponto de vista emocional (PAFARO & DE MARTINO, 2004; MONTEIRO et al., 2007).

Afirma-se, que existem dois fatores essenciais, que são as situações que podem desenvolver o estresse, que são denominadas de estímulo estressor, e de outro lado a resposta ou o processo de estresse. Sendo assim, essa resposta se for negativa, desenvolve um processo de adaptação inadequado, originando uma doença chamada distress. Se a resposta for positiva, o esforço de adaptação gera sensação de realização pessoal e profissional, bem-estar e satisfação das necessidades, mesmo que deste fato possa ocorrer esforços inesperados, sendo considerado um esforço sadio na garantia de sobrevivência (LEMOS et al., 2012).



Objetivo

O presente estudo tem como objetivo identificar e comparar os níveis de estresse global entre profissionais de vários segmentos e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos mesmos.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa quantitativa de natureza descritiva. A técnica utilizada para a coleta de dados foi por meio da revisão bibliográfica e levantamento. Como critérios de inclusão foram utilizadas dissertações disponíveis em português, on-line, com recorte temporal do ano de 2005 a 2020, que utilizaram as Escalas: Toulousaine de Estresse e Toulousaine de Coping. Os critérios de exclusão foram dissertações, que fogem da temática do estudo e do recorte temporal. As bases de dados para a busca das dissertações foram o repositório institucional e a biblioteca on-line da Universidade de Taubaté – UNITAU.

A Escala Toulousaine de Estresse é utilizada para avaliar o nível de estresse do indivíduo ou de grupos de indivíduos. A escala é composta por trinta questões distribuídas ao longo da escala, de forma alternada e mostra a classificação do nível de estresse, que considera a categoria global do estresse, por meio da soma dos índices das quatro dimensões – física, psicológica, psicofisiológica e de temporalidade (CHAMON, 2006).

A Escala Toulousaine de Coping considera as quatro estratégias isoladamente – controle, apoio social, isolamento e recusa, e não possui um índice global de enfrentamento, pois as estratégias podem ser positivas ou negativas, sendo compostas por cinquenta e quatro questões (CHAMON, 2006).

A coleta dos dados ocorreu no mês de abril de 2021, por meio de uma pré-seleção e a partir da leitura das dissertações, chegando-se a uma amostra final de sete dissertações no que tange profissionais de diversos segmentos, envolvendo professores, profissionais das áreas de



gestão, pesquisa, tecnologia e da construção civil, gestores de escolas públicas, setores sócios produtivos e profissionais da enfermagem.

Observou-se que as publicações ocorreram nos anos de 2005, 2007, 2009, 2010 e 2017. No que diz respeito ao desenho metodológico, identificou-se que as seis dissertações utilizaram como método a pesquisa do tipo exploratória, descritiva com abordagem quantitativa e, apenas uma dissertação utilizou a abordagem quanti-qualitativa, entretanto, utilizaremos apenas as informações quantitativas.

Resultados e Discussões

Ao analisarmos as dissertações, percebemos que quatro das sete dissertações evidenciaram um nível de estresse global igual e/ou acima de 30%, sendo o maior índice de 72,5% nesse quesito e o menor 15,9%.

Em um estudo realizado por Silva (2017), com o objetivo de caracterizar como se manifesta o estresse e as estratégias de enfrentamento de docentes de uma rede municipal de ensino de uma cidade do Vale do Paraíba paulista, participaram 555 docentes (profissionais da Educação Infantil e Básica do Ensino Fundamental), obtiveram um nível de estresse global de 72,5%, nesse contexto, 25,0% dos docentes apresentaram sintomas de estresse físico, que podem dificultar o docente no exercício profissional e, conseqüentemente provocar absenteísmo. Evidenciou-se também, quanto ao tempo de profissão, que os professores que se encontram na faixa de tempo entre 10 e 20 anos são os que apresentam maiores índices de estresse global e também fazem uso de estratégias de enfrentamento positivas o que pode causar menos danos à saúde. Quanto às estratégias de enfrentamento utilizadas pelos docentes, 59,0% procuram manter o controle da situação, 36,1% buscam auxílio e conselhos de terceiros (apoio social), 31,4% dos docentes apresentam estratégias negativas de isolamento e 41,9% de recusa, nas quais os sujeitos tendem a ignorar as situações estressantes.



Os resultados encontrados no estudo realizado por Hardt (2009), com 312 professores do ensino fundamental na cidade de Taubaté/SP, no ano de 2009, foram diferentes do que vimos a apresentar. Concluiu-se nessa pesquisa (também com docentes) que 31,7% dos pesquisados apresentam um nível de estresse global acima da média da população brasileira, e manifestações de estresse em maior ou menor grau, que na pesquisa anterior relatada. No que se refere aos sintomas físicos, evidenciou-se que 25,1% dos professores apresentaram sintomas de estresse físico, fato este, que também corrobora para o alto índice de absenteísmo observado na pesquisa anterior. Quanto às estratégias de enfrentamento verificou-se que a maioria dos sujeitos utiliza como estratégia de enfrentamento o controle (31,4%) positiva e a recusa (62,1%) negativa.

Dados semelhantes foram encontrados na pesquisa realizada em escolas públicas na cidade de Belém, Estado do Pará, no ano de 2010, com 193 gestores de escolas públicas, com o objetivo de identificar o estresse, suas manifestações e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos gestores de escolas, estabelecendo comparação com a média da população brasileira, o resultado obtido para a amostra pesquisada foi uma média de 71,8, ou seja, um pouco inferior à média nacional de 77,3, no entanto, há que se destacar que 42,5% dos indivíduos apresentaram nível de estresse global acima da média. Ainda nessa pesquisa, constatou-se que a recusa e o isolamento foram as estratégias de enfrentamentos mais utilizadas. Cabe salientar, que as estratégias de enfrentamento colaboram para a superação das situações geradoras de estresse se positivas pois permitem o gerenciamento das emoções. Entretanto as estratégias negativas têm tendência a aumentar o estresse e os seus impactos junto aos sintomas dos sujeitos (TOJAL, 2010).

Uma pesquisa realizada no ano de 2010, com amostra composta de 100 funcionários, cujo o objetivo foi de identificar o estresse, as estratégias de enfrentamento e caracterizar a qualidade de vida no trabalho dos profissionais de uma empresa de médio porte da construção



civil do sul de Minas Gerais. A pesquisa evidenciou-se que 30% dos sujeitos pesquisados revelaram manifestações de estresse global acima da média brasileira (PEREIRA, 2010).

Resultados semelhantes foram encontrados em outra pesquisa realizada no ano de 2009. O objetivo foi investigar como se manifestava o estresse em 242 funcionários públicos de um Instituto de Pesquisas e quais as estratégias de enfrentamento adotadas pelos mesmos, os resultados apontaram que os funcionários do Instituto de Pesquisas avaliado são menos estressados que a média da população brasileira (estresse global), com nível de estresse global de 27,28% (LEITE JUNIOR, 2009).

Já outra pesquisa realizada no ano de 2005, em um Hospital Privado, com o objetivo de identificar as manifestações do estresse ocupacional, as estratégias de enfrentamento (coping) e a síndrome de burnout em seus três níveis. Nesse trabalho participaram 96 profissionais de enfermagem, e observou-se que 23,9% dos pesquisados requeriam cuidados pois apresentam todas as manifestações do estresse (MARINHO, 2005).

Finalmente a última pesquisa realizada tratou de uma empresa no ramo de fundição de metal e alumínio, no ano de 2007. O objetivo foi de identificar as manifestações do estresse e os seus efeitos físicos, psíquicos, psicofisiológicos e de temporalidade no grupo pesquisado, e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos trabalhadores no setor socioproductivo. A amostra foi de 176 trabalhadores, e foi constatado que 15,9%, apresentam todas as manifestações do estresse (SANTOS, 2007).

Considerações Finais

Concluimos que os resultados apontam a predominância do estresse global, físico e psicológico em todas as amostras estudadas em maior ou menor grau. Concluiu-se que há necessidade de desenvolver outras pesquisas corroborando com o tema em questão. A pesquisa mostrou a importância da Escala de Toulousaine de Estresse e de Toulousaine de Coping, que possibilitam identificar posições permanentes ou habituais, a respeito de



situações percebidas como estressantes em uma perspectiva psicossocial, isto é, não somente avaliar os índices de estresse, mas sobretudo as estratégias utilizadas no seu enfrentamento.

Referências

- CHAMON, E. M. O. Q. (2006). Estresse e estratégias de enfrentamento: o uso da Escala Toulousaine no Brasil. *Rev. Psicol. Organ. Trab.* [online], 6 (2), 43-64.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572006000200003&lng=pt&tlng=pt.
- HARDT, P. O. S. (2009). *Estresse e estratégias de enfrentamento em professores do ensino fundamental*. Taubaté. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional), Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.
- LEITE JÚNIOR, J. A. P. (2009). *Estresse, estratégias de enfrentamento e qualidade de vida no ambiente de trabalho: um estudo em um instituto de pesquisas*. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional). Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.
- LEMONS, M. C., RENNO, C.O., & PASSOS, J. P. (2012). Satisfação no trabalho da enfermagem em UTI. *Revista Pesquisa Cuidado Fundamental*, 4 (4), 2890-2900.
- MARINHO, R. C. (2005). *Estresse ocupacional, estratégia de enfrentamento e síndrome de burnout: um estudo em hospital privado*. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional), Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.
- MONTEIRO, C. F. de S., FREITAS, J. F. de M., & RIBEIRO, A. A. P. (2007). Estresse no Cotidiano dos Alunos de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Esc. Anna Nery Rev. Enferm*, 1 (11):66-72. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452007000100009>
- PAFARO, R. C & DE MARTINO, M. M. F. (2004). Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev. Esc. Enferm. USP*, 38 (2):152-160. <https://doi.org/10.1590/S0080-62342004000200005>
- PEREIRA, L. T. Z. (2009). *Estresse, estratégias de enfrentamento e qualidade de vida no trabalho: estudo de caso na área de construção civil*. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional). Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.



SILVA, G.A.C da. (2017). *Estratégias de enfrentamento do estresse docente em escolas municipais*. Dissertação (Educação e Desenvolvimento Humano: Formação, Políticas e Práticas). Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.

SANTOS, O.A. S. G. (2007). *Estresse e estratégias de enfrentamento: um estudo de caso no setor sócio produtivo*. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional). Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.

TOJAL, M. C. (2010). *Estresse e Estratégia de Enfrentamento: estudo com gestores de escolas públicas na cidade de Belém, Estado do Pará*. Dissertação (Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional). Universidade de Taubaté, Taubaté, SP.