



**Percepção de suporte social no trabalho e saúde docente**  
**Perceived social support at work and teacher health**

**Fernanda Figueiredo Rodrigues Chinellato de Lima<sup>1</sup>**  
**Virgínia D. Carvalho<sup>2</sup>**

**RESUMO**

O artigo visou a analisar a relação entre a percepção de suporte social no trabalho e a prevalência de danos físicos e transtornos mentais comuns entre docentes da educação básica pública, atuantes na região Sul de Minas Gerais. Participaram 452 docentes, que responderam à Escala de Percepção de Suporte Social no Trabalho; ao Questionário de Saúde Geral (QSG-12); a uma escala de levantamento de danos físicos relacionados ao trabalho, elaborada a partir de um dos fatores que compõem o Inventário sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento e a um formulário sociodemográfico e laboral. Os resultados apontaram que a percepção de suporte social no trabalho apresentou capacidade explicativa do adoecimento docente, em especial, dos transtornos mentais comuns. Destacaram-se as contribuições preditivas das dimensões de suporte social instrumental e emocional, sendo a primeira em relação aos transtornos mentais comuns e às dores no corpo e a segunda, no que se refere aos transtornos mentais comuns e aos distúrbios biológicos.

**Palavras-chave:** Percepção de Suporte Social no Trabalho. Transtornos Mentais Comuns. Danos físicos. Docentes. Educação básica.

**ABSTRACT**

This article aimed to analyze the relationship between perceived social support at work and prevalence of physical damage and common mental disorders among teachers of public basic education working in the southern region of Minas Gerais, Brazil. A total of 452 teachers responded to the Perceived Social Support at Work Scale; the General Health Questionnaire (GHQ-12); to a physical damage survey scale, elaborated from one of the factors of the Inventory on Work and Risks of Illness and a sociodemographic and labor form. The results showed that perceived social support at work presented a predictive power for teaching illness, especially common mental disorders. The predictive contributions of the dimensions of instrumental and emotional social support were highlighted, the first in relation to common mental disorders and

<sup>1</sup> Mestre em Gestão Pública e Sociedade - UNIFAL-MG. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9842-6445>. e-mail: [fernandadvogada@yahoo.com.br](mailto:fernandadvogada@yahoo.com.br)

<sup>2</sup> Doutora em Psicologia Social – Docente na UNIFAL-MG. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7926-0466>. e-mail: [virginiadcarvalho@gmail.com](mailto:virginiadcarvalho@gmail.com)



body pain and the second in relation to common mental disorders and biological disorders.

**Keywords:** Perceived Social Support at Work. Common Mental Disorders. Physical damage. Teachers. Basic education.

## 1 INTRODUÇÃO

A organização do trabalho na educação vem se adequando às mudanças mundiais decorrentes da globalização e do avanço tecnológico que passaram a exigir novas habilidades dos trabalhadores, como flexibilidade, polivalência, capacitação tecnológica e adaptabilidade (ARAÚJO; PINHO; MASSON, 2019; TOSTES ET AL., 2018). O espaço de liberdade do docente junto à instituição de ensino vem sendo mitigado, as tarefas são impostas e sobrepostas, gerando sofrimento físico e mental (ASSUNÇÃO; OLIVEIRA, 2009; PORTO et al., 2006) e afetando a capacidade para o trabalho, em um ciclo de mal-estar que, além da produção de adoecimento e envelhecimento funcional precoce junto aos docentes, traz consequências negativas para a qualidade da educação (ALCÂNTARA et al., 2019).

No ensino público, além da sobrecarga no trabalho, com tarefas extraclases, reuniões e acúmulo de turmas; as metas de produção sem acompanhamento das diversas realidades e das vivências do professor; o ambiente de ensino que sequer acompanha as inovações tecnológicas e, quando as acompanha, não oferece instrumentos para adaptação dos docentes; a falta de suporte financeiro adequado por parte do Estado são outros fatores agravantes que repercutem na saúde dos docentes (GUERREIRO et al., 2016; MORICONI; GIMENES; PRÍNCEPE, 2015; PIOLLI; SILVA; HELOANI, 2015).

O sofrimento vivenciado por esses profissionais envolve vivências e vínculos na relação laboral, ocasionando a incidência de transtornos mentais comuns (TMC) e desgaste físico que se traduz em dores musculoesqueléticas e distúrbios biológicos de diferentes naturezas (ASSUNÇÃO; OLIVEIRA, 2009; GABANI et al, 2018; GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2006; JACINTO; TOLFO, 2017; PORTO et al., 2006). Como agravante, muitas vezes, os sintomas de desgaste e ansiedade, dentre outros, são considerados normais da profissão e que se acentuam de acordo com o calendário letivo (ARAÚJO; CARVALHO, 2009).

Nesse contexto, permeado por fatores de risco psicossocial aos docentes,



emerge o suporte social no trabalho como potencial variável protetora, tendo em vista as indicações da literatura de que tende a oferecer elementos que contribuem para diminuir o adoecimento ocupacional (HO, 2016; MELROSE; BROWN; WOOD, 2015). O suporte social, definido de maneira mais ampla, tem sido indicado como um processo interativo onde a ajuda e o apoio recebidos, sob a forma de recursos materiais e/ou psicológicos, de outras pessoas ou entidades que constituem a rede social do indivíduo, repercutem positivamente na sua saúde física e mental (SIQUEIRA; GOMIDE JUNIOR, 2008), contribuindo para a satisfação pessoal (UCHINO; BOWEN; KENT, 2016).

Considerando-se a distinção que deve ser estabelecida entre o suporte social percebido e o efetivamente recebido, visto que nem todo apoio prestado é efetivamente notado pelo receptor (UCHINO; BOWEN; KENT, 2015), Barrera (1986) já assinalava que um conceito global de suporte social deveria dar lugar a conceitos mais delimitados e precisos e, assim, no que tange especificamente ao suporte percebido, focalizado na presente pesquisa, o definiu em termos de uma avaliação cognitiva da existência de conexão confiável com outros. Uchino, Bowen e Kent (2016) pontuaram, ainda, que o suporte social percebido, em comparação ao recebido, tem demonstrado relação mais consistente com indicadores positivos de saúde mental e que o simples fato de saber (perceber) que se pode contar com o apoio de outros (independentemente de acionar esse suporte) já tende a produzir resultados benéficos.

Tal característica protetiva pode se manifestar não apenas em termos de suporte emocional, como também nos seus aspectos instrumentais e informacionais, os quais compõem as denominadas funções ou dimensões gerais de suporte social (COHEN; WILLS, 1985; SIQUEIRA; GOMIDE JÚNIOR, 2008). Assim, tomando-se, mais especificamente, a percepção de suporte emocional no trabalho, estaria relacionada à compreensão do trabalhador de que há disponibilidade de apoio pessoal dado através de conselhos e escuta ativa, percebidos como carinho e empatia. Nesse mesmo contexto, a percepção de suporte instrumental diz respeito à noção de que se pode contar com os recursos materiais necessários nas situações práticas do cotidiano laboral, que auxiliam o servidor a desempenhar o seu ofício, tanto em termos de amparo tecnológico e institucional, como de sua devida valorização em termos



remuneratórios. A percepção de suporte informacional no trabalho, por sua vez, remete à crença do trabalhador de que há oferta de ajuda técnica operacional orientada para a resolução de problemas e tomada de decisões (CAMPOS; ESTIVALETE, 2013; SIQUEIRA; GOMIDE JÚNIOR, 2008).

Torna-se compreensível, portanto, que algumas pesquisas venham sendo desenvolvidas sobre esse tema entre docentes da educação básica, sendo que estas já observaram sua relação com diferentes variáveis, tendo constatado, sua associação negativa com o adoecimento por burnout (HO, 2016; VASQUES-MENEZES & SORATTO, 1999) e positiva com os níveis de satisfação laboral e comprometimento com a organização (CAMPOS; ESTIVALETE, 2013; SORATTO; RAMOS, 1999), por exemplo. Mesmo no âmbito das discussões sobre estresse laboral, onde a noção de suporte muitas vezes é abordada exclusivamente em seu aspecto emocional (escuta e apoio de colegas e superiores), seus efeitos benéficos em termos de proteção à saúde docente também têm sido observados (BIROLIM et al., 2019; PORTO et al.2006; REIS et al., 2006).

Tais constatações despontam indicando um campo de estudos a ser mais explorado, haja vista que a percepção de suporte social no trabalho como possível aspecto contributivo para a redução da prevalência não somente de transtornos mentais comuns, mas também de danos físicos relacionados ao trabalho docente é tema que ainda demanda maior atenção na literatura. Ademais, os esforços envidados no sentido de analisar as qualidades protetivas do suporte social no trabalho entre docentes tenderam a um maior foco na associação entre esse último e as variáveis concernentes à saúde mental desses profissionais. Não obstante os resultados de pesquisas como a de Melrose, Brown e Wood (2015), desenvolvida junto a trabalhadores em diversas ocupações, reforçarem a noção de que a percepção de suporte social tende a se relacionar de maneira mais forte com o bem-estar mental do que físico, entende-se que é uma questão que merece ser examinada com maior cuidado. Desse modo, o presente estudo se orientou pelo objetivo de analisar a relação entre a percepção do suporte social no trabalho e a prevalência de danos físicos e transtornos mentais comuns entre docentes de educação básica da rede estadual, atuantes na região Sul de Minas Gerais, buscando contribuir com novas evidências sobre os pontos de relação entre os referidos fatores.



## 2 MÉTODO

A presente pesquisa é derivada de um amplo projeto que avalia a saúde psíquica no trabalho docente contemplando uma série de variáveis contextuais e individuais para a compreensão do fenômeno e fez uso de corte transversal, tendo se desenvolvido junto a uma população de 790 docentes da rede estadual de ensino lotados em 20 escolas na região Sul de Minas Gerais. A amostra não probabilística por conveniência foi composta por 452 docentes, provenientes de 19 das 20 escolas com as quais se fez contato.

As participantes da pesquisa foram, em sua maioria, mulheres (73,5%), casadas (58%), com idade entre 31 e 50 anos (67,6%), possuindo vínculo efetivo de trabalho (63%) e tempo de docência de 14,51 anos. O rendimento salarial médio foi de 1 a 5 salários-mínimos (84,9%) e os índices de escolaridade demonstraram que mais da metade dos respondentes (55%) havia cursado especialização. Já com relação à carga horária semanal em sala de aula, a média apurada de 29,44 horas se mostra elevada, considerando as atividades extraclases que são comuns ao exercício da profissão docente.

Os instrumentos utilizados para a coleta das informações foram quatro questionários, sendo: a Escala de Percepção de Suporte Social no Trabalho (EPSST); o Questionário de Saúde Geral (QSG-12); um questionário elaborado com base nos itens constantes do fator danos físicos, presente na Escala de Avaliação dos Danos Relacionados ao Trabalho (EADRT), que compõe o Inventário sobre o Trabalho e Riscos de Adoecimento (ITRA); e o formulário sociodemográfico e laboral.

A EPSST, apresentada por Siqueira e Gomide Júnior (2008), é um instrumento com 18 itens, respondidos em uma escala do tipo Likert de quatro pontos, variando de “discordo totalmente” a “concordo totalmente”. Tais itens são subdivididos em três dimensões que apontam as percepções de suporte social emocional, instrumental e informacional no trabalho. A versão da EPSST que se optou por utilizar aqui, entretanto, foi aquela derivada do estudo de Andrade e Estivalet (2013), por ter proporcionado uma estrutura mais parcimoniosa, com 15 itens distribuídos nas mesmas dimensões acima mencionadas.



Após a indicação de fatorabilidade dos dados ( $KMO = 0,93$ ;  $p < .001$ ) a escala foi submetida à análise fatorial exploratória (fatoração pelos eixos principais e rotação oblíqua) e à testagem de confiabilidade no intuito de avaliar a adequação dessa versão da EPSST na mensuração da percepção de suporte social no trabalho junto aos professores aqui pesquisados. A solução obtida apontou três fatores (com variância total explicada de 59,8%) nos quais os itens se distribuíram de maneira clara, reproduzindo quase integralmente a estrutura obtida por Andrade e Estivaleta (2013). A exceção foi o item “pode-se confiar nos superiores” que na versão das referidas autoras havia se posicionado no fator suporte informacional e aqui carregou no fator suporte emocional, com o qual guarda maior coerência. Os três fatores apresentaram bons índices de confiabilidade, sendo o primeiro deles percepção de suporte social informacional no trabalho ( $\alpha = 0,93$  / cargas fatoriais entre 0,73 e 0,92), o segundo percepção de suporte social emocional no trabalho ( $\alpha = 0,87$  / cargas fatoriais entre 0,38 e 0,83) e o terceiro percepção de suporte social instrumental no trabalho ( $\alpha = 0,71$  / cargas fatoriais entre 0,42 e 0,81).

A aferição dos TMC foi realizada por meio da aplicação do QSG, que é um instrumento para avaliação da saúde psíquica criado por Goldberg, em 1972, possuindo versões com 60, 30, 28 e 12 itens. Dentre estas, o QSG-12 tem aplicação internacional consolidada no campo ocupacional e utiliza 12 perguntas com quatro opções de resposta numa escala de concordância que vai de 0 a 3 pontos. Diante das evidências de validade que foram examinadas por Borges e Argolo (2002), no Brasil, foi aqui empregada a versão testada por esses últimos autores. A solução unifatorial foi adotada, haja vista que essa escala foi submetida à testagem, após verificação da fatorabilidade dos dados ( $KMO = 0,93$ ;  $p < .001$ ) e o resultado da análise fatorial exploratória (fatoração pelos eixos principais e rotação oblíqua) indicou como melhor alternativa tal solução, a qual apresentou bons índices de consistência interna, com alfa de Cronbach elevado ( $\alpha = 0,92$ ), cargas fatoriais entre 0,57 e 0,82 e variância total explicada de 49,31%.

No que se refere ao instrumento que mensurou os danos físicos, desenvolvido a partir de um fator do mesmo nome, o qual compõe a EADRT (MENDES; FERREIRA, 2007), os 12 itens apresentados indicam os sintomas físicos relacionados ao trabalho mais recorrentes entre os respondentes. Estes devem ser respondidos a partir de uma



escala de sete pontos (0 a 6) que avalia os danos provocados pelo trabalho nos últimos três meses. Algumas pequenas modificações, entretanto, foram realizadas, sendo: uma delas no enunciado da escala, ampliando o período de avaliação dos danos para os últimos seis meses, conforme recomenda a Associação Internacional para o Estudo da Dor (GABANI et al., 2018); e, as outras, a partir do exame das evidências de validade da medida para aplicação junto ao público em questão.

No que tange a estas últimas, após a indicação de fatorabilidade dos dados ( $KMO = 0,91$ ;  $p < .001$ ), os resultados da análise fatorial exploratória (fatoração pelos eixos principais e rotação oblíqua) indicaram a exclusão de dois itens “distúrbios respiratórios” e “distúrbios auditivos”, os quais apresentaram comunalidades muito baixas (próximas a 0,20) e a distribuição bifatorial dos demais como a melhor solução, a qual apresentou variância total explicada da ordem de 49.44%. Os dois fatores apresentaram bons índices de consistência interna, sendo denominados dores no corpo ( $\alpha = 0,85$ /cargas fatoriais entre 0,48 e 0,90) e distúrbios biológicos ( $\alpha = 0,78$ /cargas fatoriais entre 0,40 e 0,79). O primeiro compreendeu 5 itens concernentes às dores no corpo, braços, cabeça, costas e pernas e, o segundo, contemplou itens indicadores de distúrbios digestivos, alterações de apetite, distúrbios na visão, alterações do sono e distúrbios circulatórios.

O formulário sociodemográfico e laboral envolveu questões como idade, gênero, estado civil, renda, nível de escolaridade, tempo de atuação como docente, níveis de ensino em que atua, número de escolas em que atua e carga horária semanal, de modo que as respostas auxiliaram a traçar um perfil dos docentes pesquisados.

A prospecção das informações colhidas no âmbito do projeto “Saúde psíquica no trabalho docente”, do qual o presente artigo é derivado, se deu no primeiro semestre de 2019, concentrando-se, especialmente entre os meses de fevereiro e março, a partir de reuniões previamente agendadas pelas direções das escolas, com a participação de um significativo número de docentes.

O referido projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da instituição a qual se encontra vinculado. Todos os participantes da pesquisa foram devidamente esclarecidos quanto aos objetivos do estudo e requisitados a assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no momento da coleta das informações.

Para a análise das informações, foi utilizado o programa SPSS (*Statistics Package for Social Science*) que permitiu tratar as informações coletadas, por meio de estatísticas descritivas, como cálculos de média, desvio padrão e frequência, para obtenção do perfil dos pesquisados, análise fatorial exploratória para testagem das escalas e análises de correlação e regressão, para o exame da relação entre a percepção de suporte social no trabalho e o adoecimento docente.

### 3 RESULTADOS

A fim de atender ao objetivo da pesquisa, as análises de correlação e regressão múltipla foram realizadas visando a examinar a magnitude da associação entre as variáveis envolvidas, bem como a capacidade preditiva da percepção de suporte social no trabalho em relação aos indicadores de TMC, dores no corpo e distúrbios biológicos entre os docentes pesquisados.

Operacionalizando-se a EPSST de forma unifatorial, para uma visão geral da relação de suporte social no trabalho com os indicadores de adoecimento aqui analisados, observou-se que houve correlação negativa entre aquele indicador e os transtornos mentais comuns, as dores no corpo e os distúrbios biológicos ( $r = -0,36$ ;  $r = -0,17$ ;  $r = -0,14$ ;  $p < 0,001$ , respectivamente), o que indica que quanto menor a percepção de suporte social no trabalho, de modo geral, maior tendeu a ser a prevalência de transtornos mentais comuns, dores no corpo e distúrbios biológicos entre os docentes pesquisados (tabela 1). Nota-se, ainda, que a associação entre as três dimensões da percepção de suporte social com os TMC foi expressivamente maior do que com os danos físicos (dores no corpo e distúrbios biológicos).

**Tabela 1 – Correlação entre percepção de suporte social no trabalho, TMC, dores no corpo e distúrbios biológicos entre docentes da educação básica**

	TMC (r)	Dores no corpo (r)	Distúrbios biológicos (r)
Percepção de suporte social total	-0,36**	-0,17**	-0,14**





---

Percepção de suporte social emocional	-0,31**	-0,14**	-0,15**
Percepção de suporte social informacional	-0,28**	-0,14**	-0,10*
Percepção de suporte social instrumental	-0,34**	-0,19**	-0,11**

---

Fonte: Dados da pesquisa.

Legenda: r = coeficiente de correlação; \*p<0,05; \*\*p<0,01

A maior correlação com os TMC retrata a importância do suporte social no trabalho para contenção no avanço do referido agravo de saúde, em especial, quando se considera a dimensão de suporte social instrumental, que foi aquela a apresentar o coeficiente mais expressivo ( $r = -0,34$ ), comparativamente às demais dimensões do construto. Isto decorre, essencialmente, da sua relevância no cotidiano do trabalho docente, pois envolve a crença do docente de que a escola fornece recursos materiais (equipamentos) e financeiros necessários para o desempenho do trabalho, conforme apontado por Siqueira e Gomide Júnior (2008). O suporte social instrumental foi, ainda, o que apresentou maior correlação com as dores no corpo ( $r = -0,19$ ;  $p < 0,001$ ), ratificando a relevância das condições de trabalho adequadas para mitigar os processos de adoecimento.

No que tange à percepção de suporte social emocional, nota-se que apresentou correlação próxima da encontrada para a instrumental em relação às variáveis aqui examinadas, sendo um pouco mais baixa para os TMC e para as dores no corpo e mais elevada para os distúrbios biológicos. A maior magnitude da correlação entre a percepção de suporte social emocional e os TMC (comparativamente aos danos físicos), possivelmente, deriva do papel que o primeiro desempenha no alívio da tensão psicológica do trabalho, através da crença do indivíduo de que existem pessoas confiáveis, que se gostam e se preocupam umas com as outras, permitindo a expressão de sentimentos e redução da angústia (COHEN; WILLS, 1985; COHEN, 2004; SIQUEIRA; GOMIDE JÚNIOR, 2008).

Importante relatar, ainda, a importância do suporte social informacional no adoecimento docente, em especial, em relação aos TMC ( $r = -0,28$ ;  $p < 0,001$ ), o que

provavelmente ocorre em virtude de maior facilidade na operacionalização do trabalho, através da disponibilidade de informações úteis repassadas ao profissional, ajudando a lidar com a resolução de problemas.

No intuito de conhecer melhor a relação entre tais variáveis, buscando verificar a capacidade preditiva da percepção de suporte social no trabalho em relação aos sintomas aqui analisados, a regressão múltipla linear foi realizada. Para tal, as três dimensões da percepção de suporte social no trabalho foram tomadas como variáveis independentes e os transtornos mentais comuns, as dores no corpo e os distúrbios biológicos como variáveis dependentes em cada uma das três análises empreendidas. Importa salientar que não foi constatada multicolinearidade entre as variáveis, considerando os baixos valores de VIF (VIF= 2,1; VIF= 1,7; VIF= 1,6). Os resultados da análise são apresentados na tabela 2.

**Tabela 2 – Capacidade preditiva da percepção de suporte social no trabalho em relação aos TMC, dores no corpo e distúrbios biológicos entre docentes da educação básica**

	<b>TMC</b>	<b>Dores no corpo</b>	<b>Distúrbios Biológicos</b>
<b>Coeficientes <math>\beta</math></b>			
Percepção de suporte social emocional	-0,17**	-0,06	-0,14*
Percepção de suporte social informacional	-0,02	-0,01	0,01
Percepção de suporte social instrumental	-0,26**	-0,16**	-0,05
<b>Coeficientes R</b>			
<b>R</b>	0,38	0,20	0,16
<b>R<sup>2</sup></b>	0,15**	0,04**	0,03*
<b>R<sup>2</sup> ajustado</b>	0,14**	0,03**	0,02*

Fonte: Dados da pesquisa. / Nota: \*p<0,05; \*\*p<0,01.



A relação entre a percepção de suporte social no trabalho e o adoecimento docente ficou evidenciada, especialmente, no que diz respeito aos TMC ( $R^2$  ajustado = 0,14;  $p < 0,01$ ), uma vez que explicou 14% dos referidos agravos. Foi constatado, entretanto, coeficiente mais baixo em relação aos danos físicos, considerando que explicou apenas 3% das ocorrências de dores no corpo ( $R^2$  ajustado = 0,03;  $p < 0,01$ ) e 2% da manifestação de distúrbios biológicos ( $R^2$  ajustado = 0,02;  $p < 0,05$ ).

A contribuição preditiva da percepção dos diferentes tipos de suporte social no trabalho em relação aos agravos de saúde abordados mostrou-se negativa, ou seja, quanto menor o suporte percebido, maiores os relatos de sintomas de adoecimento docente, salvo em relação à associação entre o suporte social informacional e os distúrbios biológicos ( $\beta = 0,01$ ), a qual, todavia, não apresentou significância estatística.

Destacou-se o papel representado pela percepção de suporte social instrumental que apresentou os coeficientes mais elevados na capacidade preditiva para os TMC ( $\beta = -0,26$ ;  $p < 0,01$ ), com predição exclusiva das dores no corpo ( $\beta = -0,16$ ;  $p < 0,01$ ). A percepção de suporte social emocional, por sua vez, assumiu caráter preditivo para os TMC, embora com coeficiente menor comparativamente à instrumental ( $\beta = -0,17$ ;  $p < 0,01$ ), além de ter sido a única a contribuir na predição dos distúrbios biológicos ( $\beta = -0,14$ ;  $p < 0,05$ ).

#### 4 DISCUSSÃO

A presente pesquisa identificou a influência benéfica da percepção de suporte social no trabalho para minimizar os sintomas de adoecimento docente, visto que, dentre os agravos de saúde estudados, os TMC, as dores no corpo e os distúrbios biológicos tiveram menor prevalência dentre os docentes com maior percepção de suporte social no trabalho disponibilizado. Isso se mostrou especialmente verdadeiro em relação aos TMC, cuja maior magnitude da relação com a falta de suporte social no trabalho, frente aos demais agravos decorre, possivelmente, do fato de tanto o suporte instrumental quanto o emocional auxiliarem a minimizar a sobrecarga de atividades e a precariedade das condições de trabalho, com fornecimento de apoio material e afetivo.



Tal resultado concernente ao maior poder preditivo da percepção de suporte social no trabalho em relação aos TMC, comparativamente aos danos físicos, corrobora o que já havia sido apontado por Uchino, Bowen e Kent (2015) sobre a relação entre a existência de suporte social no trabalho e níveis mais baixos de distúrbios psíquicos de diferentes naturezas e por Jacinto e Tolfo (2017), as quais, por meio de revisão sistemática da literatura, constataram que o maior suporte social no trabalho tende a diminuir as chances da manifestação de sintomas de TMC. Estudos como os de Melrose, Brown e Wood (2015) chegaram a indicar, inclusive, que a percepção de suporte social tende a se relacionar de maneira mais expressiva com o bem-estar mental do que físico. Vale salientar, todavia, que na pesquisa por eles desenvolvida a associação entre percepção de suporte e bem-estar físico não chegou sequer a apresentar significância estatística, ao contrário dos resultados que aqui indicaram a significância dessa relação, ainda que com baixa magnitude dos coeficientes.

Sob a ótica do impacto positivo na saúde mental, de modo geral, porém aplicando-se mais especificamente aos estudos desenvolvidos junto a docentes atuantes na educação básica, corrobora ainda achados como os de Porto et al. (2006), que observaram associação entre baixo nível de suporte social e maior prevalência de distúrbios psíquicos e de Ho (2015), Reis et al. (2006) e Vaques-Menezes e Soratto (1999) que retrataram sua associação negativa com o adoecimento por burnout junto a esses profissionais. Soratto e Ramos (1999), por sua vez, já haviam observado que a falta de suporte social não apenas tende a aumentar as chances de desenvolvimento de burnout, como também os problemas na rotina laboral, além de contribuir para a diminuição da satisfação e do comprometimento dos professores.

Conduzindo as reflexões de modo a considerar os estudos que demonstraram a existência de relação entre a percepção de suporte social no trabalho e o bem-estar laboral, tendo feito uso da mesma escala aqui utilizada (EPSST), foi possível notar que, embora a percepção de suporte tenha demonstrado capacidade explicativa do bem-estar, a dimensão de suporte informacional foi aquela que apresentou maior contribuição preditiva, conforme observado por Estivalet et al. (2016) e Gottardo e Ferreira (2015). Tais achados caminharam na direção inversa daquela aqui observada, uma vez que no presente estudo a percepção de suporte informacional foi



a única que não demonstrou capacidade preditiva de bem-estar, seja em termos de saúde mental ou física, tendo se destacado nesse sentido o papel das percepções de suporte instrumental e emocional.

Por outro lado, de maneira mais coerente com o que foi aqui observado, a pesquisa de Kunkel e Vieira (2012) também identificou explicação do bem estar laboral pelas variáveis concernentes à percepção de suporte emocional e instrumental no trabalho. Nesse aspecto cabe ponderar que tal estudo foi desenvolvido junto a servidores públicos de uma prefeitura municipal, a exemplo dos participantes da presente pesquisa que são também servidores públicos, ainda que na esfera estadual. Isso pode ser indicativo de que a percepção de suporte instrumental se faz relevante, de modo especial, para os trabalhadores em instituições públicas. Tal reflexão se reveste de sentido quando consideramos que a percepção de suporte instrumental no trabalho remete às crenças de que são oferecidos ao trabalhador os recursos materiais necessários nas situações práticas do cotidiano laboral (o que inclui não apenas a disponibilização de equipamentos em boas condições de uso, como também o pagamento de salários compatíveis) e que as condições de trabalho que caracterizam a realidade do servidor público no Brasil se mostram, muitas vezes, precárias, a exemplo do que vem sendo fartamente discutido no que diz respeito aos trabalhadores da educação (e.g. GUERREIRO et al., 2016; MORICONI; GIMENES; PRÍNCEPE, 2015; PIOLLI; SILVA; HELOANI, 2015).

Tomando-se a realidade desses últimos, o que os resultados obtidos aqui denotam é que a percepção de suporte social instrumental, em sua maior capacidade preditiva dos TMC, ilustra como a falta de equipamentos necessários ao trabalho, bem como em boas condições de uso e confiáveis, além do pagamento de salários que não são considerados justos podem contribuir para o adoecimento mental docente, visto que quando tais condições estão presentes trazem benefícios psicológicos e práticos para o trabalho, melhorando as habilidades de enfrentamento, como previsto por Berkman (1995) e Baumeister e Leary (1995), gerando sentimento de previsibilidade, estabilidade e reconhecimento do valor próprio, com melhora na autoestima e no bem-estar (COHEN; WILLS, 1985).

Nesse sentido, resultados de outros estudos com perspectivas diversas, como a pesquisa de Gasparini, Barreto e Assunção (2006) que retratou a associação



positiva entre a prevalência dos TMC, dentre os docentes de Belo Horizonte, com piores condições de trabalho e recursos computacionais, podem também estar sendo corroborados de alguma forma pela associação entre o baixo suporte instrumental e a ocorrência de TMC, entre docentes, aqui observada.

Já a relação entre a falta do suporte social instrumental no trabalho e as dores no corpo, possivelmente, decorre, ainda, diante do seu papel fundamental no desenvolvimento diário da dinâmica do trabalho, permitindo condutas mais assertivas no ato de lecionar, evitando desvios no sentido de suprir a insuficiência de materiais, o que demanda esforço físico, inclusive, considerando as novas tecnologias que fazem parte do contexto do aluno e demandam acompanhamento dos docentes, além da sua relevância por envolver o reconhecimento financeiro, que garante dignidade, ajuda enfrentar experiências negativas e traz sensação de autovalorização. Nesse sentido, referido resultado trouxe importante contribuição, visto que, a partir do levantamento de literatura realizado, não foi observada referida relação em estudos anteriores.

No caso do suporte social emocional no trabalho, a relação da sua ausência com o adoecimento por TMC pode decorrer do importante papel que exerce no sentido de reconhecimento e aceitação no ambiente laboral, minimizando angústias e frustrações, corroborando estudos de Cohen e Wills (1985) e Campos e Estivalette (2013), que indicaram a importância das boas relações no ambiente escolar para o bem-estar e satisfação no trabalho, com aumento da autoestima e sensação de confiança.

Já a relação entre a carência do suporte social emocional no trabalho e os distúrbios biológicos pode estar relacionada ao papel que desempenha no desenvolvimento do autocuidado, auxiliando no bem-estar e qualidade de vida, melhorando a resistência e inibindo o desenvolvimento de doenças, conforme efeitos na sintomatologia retratados por Cohen e Wills (1985), bem como diante da influência por ele exercida na redução da tensão (ESTIVALETE et al., 2016; BAUMEISTER; LEARY, 1995), que pode levar a melhor qualidade de sono e inibir sintomatologias recorrentes decorrentes do estresse, como distúrbios digestivos e alterações de apetite e do sono.



Importante pontuar também que, com relação ao suporte social informacional, a sua falta não evidenciou capacidade preditiva para o adoecimento docente, ao contrário do que foi encontrado nas pesquisas de Estivalet et al. (2016) e Gottardo e Ferreira (2015), conforme já mencionado, as quais destacaram a relevância do suporte social informacional para o bem-estar e satisfação no trabalho, apesar de analisados outros contextos laborais.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho trouxe abordagem relevante ao constatar que relação inversa entre a percepção de suporte social no trabalho e a ocorrência de TMC, dores no corpo e distúrbios biológicos entre docentes da educação básica pública, atuantes na região Sul de Minas Gerais. Diante da importância dos docentes no desenvolvimento de uma educação de qualidade e da ampla assistência prestada no desenvolvimento humano dos alunos, os resultados demonstram a necessária adoção de práticas efetivas no âmbito do ensino público, com salários justos, adequação das condições físicas de trabalho, com instrumentos necessários e eficientes para execução das funções docentes, além de adoção de práticas de incentivo e reconhecimento pessoal, a fim de minimizar ou erradicar circunstâncias nocivas no ambiente laboral, minimizando angústias e frustrações, repercutindo no bem-estar e qualidade de vida dos docentes, melhorando, conseqüentemente, o ensino.

Quanto às contribuições da pesquisa, destacam-se o fortalecimento dos achados indicativos de que a percepção de suporte social no trabalho é benéfica para a saúde mental dos trabalhadores e a introdução de novas perspectivas para a análise da questão, ao demonstrar o poder preditivo de tal variável, ainda que com menor magnitude, em relação aos danos físicos relacionados ao trabalho, mais especificamente, as dores no corpo e alguns distúrbios biológicos. Salienta-se, ainda, o papel desempenhado pela percepção de suporte instrumental em sua capacidade preditiva das prevalências de TMC e dores no corpo, aspecto que merece ser mais perscrutado e discutido em pesquisas futuras no campo.

Quanto às limitações da pesquisa, destaca-se a sua abrangência, visto que se realizou unicamente junto a escolas públicas situadas na região Sul de Minas Gerais.



Assim, estudos futuros poderiam verificar a replicação dos achados em outras regiões do país, a fim de aprofundar as informações. Além disso, se considerado que se trata de estudo de corte transversal, o resultado pode ter sido subestimado, de modo que estudos longitudinais podem trazer grandes contribuições para a melhor compreensão das relações aqui focalizadas.

## REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, M. A. et al. Determinantes de capacidade para o trabalho no cenário da Educação Básica do Brasil: Estudo Educatel, 2016. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, p. 1-13, 2019.

ANDRADE, T.; ESTIVALETE, V. F. B. Valores organizacionais e suporte social no trabalho: a percepção dos colaboradores do setor bancário público e privado. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 6, n. 2, p. 205-224, 2013.

ARAÚJO, T. M.; CARVALHO, F. M. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. **Educação e Sociedade**, v. 30, n. 107, p. 427-449, 2009.

ASSUNÇÃO, A. A.; OLIVEIRA, D. A. Intensificação do trabalho e saúde dos professores. **Educação & Sociedade**, v. 30, n. 107, p. 349-372, 2009.

BARRERA, M. Distinctions between social support concepts, measures, and models. **American Journal of Community Psychology**, v. 14, n. 4, p. 413-445, 1986.

BAUMEISTER, R. F.; LEARY, M. R. The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. **Psychological Bulletin**, v. 117, n. 3, 497-529, 1995.

BERKMAN, L. F. The role of social relations in health promotion. **Psychosomatic Medicine**, v. 57, n. 3, p. 245-254, 1995.





BIROLIM, M. M. et al. Trabalho de alta exigência entre professores: associações com fatores ocupacionais conforme o apoio social. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n.4, p. 1255-1264, 2019.

BORGES, L. O.; ARGOLO, J. C. T. Adaptação e validação de uma escala de bem-estar psicológico para uso em estudos ocupacionais. **Avaliação Psicológica**, v. 1, n. 1, p. 17-27, 2002.

CAMPOS, S. A. P.; ESTIVALETE, V. F. B. O trabalho de quem ensina: suporte social, suporte organizacional e comprometimento. **Revista Alcance**, v. 20, n. 1, p. 58-78, 2013.

COHEN, S.; WILLS, T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis. **Psychological Bulletin**, v. 98, n. 2, p. 310-357, 1985.

ESTIVALETE, V. F. B. et al. Suporte social e suporte organizacional como antecedentes do bem-estar no trabalho: a perspectiva de colaboradores de uma empresa de logística ferroviária. **Revista de Administração Unimep**, v. 14, n. 2, p. 31-56, 2016.

GABANI, F. L. et al.. The most uncomfortable chronic pain in primary school teachers: differential between different body regions. Brazilian Journal of Pain, v. 1, n. 2, p. 151-157, 2018.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, n. 12, p. 2679-2691, 2006.

GOTTARDO, L. F. S.; FERREIRA, M. C. Suporte social, avaliações autorreferentes e bem-estar de profissionais de saúde. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 67, n. 1, p. 146-160, 2015.



GUERREIRO, N. P. et al., 2016. Perfil sociodemográfico, condições e cargas de trabalho de professores da rede estadual de ensino de um município da região sul do Brasil. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 14, supl. 1, p. 197-217, 2016.

HO, S. K. Relationships among humour, self-esteem, and social support to burnout in school teachers. *Social Psychology of Education*, v. 19, p. 41-59, 2016.

JACINTO, A.; TOLFO, S. Fatores psicossociais de risco no trabalho e Transtorno Mental Comum: uma revisão sistemática de estudos que utilizaram os instrumentos JCQ, JSS e SRQ-20. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 9, n. 2, p. 107-124, 2017.

KUNKEL, F. I. R.; VIEIRA, K. M. O impacto do suporte e da justiça sobre o bem-estar no trabalho de servidores públicos municipais. *Revista Estudos do CEPE*, n. 36, p.104-146, 2012.

MELROSE, K. L.; BROWN; G.D.A.; WOOD, A. When is received social support related to perceived support and well-being? When it is needed. *Personality and Individual Differences*, v. 77, p. 97–105, 2015.

MENDES, A. M.; FERREIRA, M. C. Inventário sobre trabalho e riscos de adoecimento. In: Mendes, A. M. (Org.). **Psicodinâmica do trabalho**: teoria, método e pesquisas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.

MORICONI, G.; GIMENES, N.; PRÍNCEPE, L. M. Organização e volume de trabalho de docentes dos anos finais do ensino fundamental no brasil: evidências a partir do censo da educação básica de 2013. *Revista @mbienteeducação*, v. 7, n. 3, p. 504-514, 2014.

PIOLLI, E.; SILVA, E. P.; HELOANI, J. R. M. Plano Nacional de Educação, autonomia controlada e adoecimento do professor. *Cadernos Cedes*, v. 35, n. 97, p. 589-607, 2015.



PORTO, L. A. et al. Associação entre distúrbios psíquicos e aspectos psicossociais do trabalho de professores. **Revista de Saúde Pública**, v. 40, n. 5, p. 818-826, 2006.

REIS, E. J. F. B. et al. Docência e exaustão emocional. **Educação e Sociedade**, Campinas, v. 27, n. 94, p. 229-253, 2006.

SIQUEIRA, M. M. M.; GOMIDE JÚNIOR, S. Suporte no trabalho. In: SIQUEIRA, M. M. M. (Org.). **Medidas do comportamento organizacional: ferramentas de diagnóstico e de gestão**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

SORATTO, L.; RAMOS, F. Burnout e relações sociais no trabalho. In: CODO, W. (org.). **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.

TOSTES, M. V. et. al. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Revista Saúde Debate**, v. 42, n. 116, p. 87-99, 2018.

UCHINO, B. N.; BOWEN, K.; KENT, R. Social Support and Mental Health. **Encyclopedia of Mental Health**, v. 2, p. 189-195, 2015.

VASQUES-MENEZES, I; SORATTO, L. Burnout e suporte social. In: CODO, W. (org.). **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes, 1999.

**Recebido: 15/04/2024**

**Aceito: 25/05/2024**

**Publicado: 01/07/2024**

### **Autoras**

#### **Fernanda Figueiredo Rodrigues Chinellato de Lima**

Mestre em Gestão Pública e Sociedade - UNIFAL-MG. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9842-6445>. e-mail: [fernandadvogada@yahoo.com.br](mailto:fernandadvogada@yahoo.com.br)

#### **Virgínia D. Carvalho**

Doutora em Psicologia Social – Docente na UNIFAL-MG. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7926-0466> e-mail: [virginiadcarvalho@gmail.com](mailto:virginiadcarvalho@gmail.com)

Endereço – UNIFAL-MG – Campus Varginha

Av. Celina Ferreira Ottoni, 4000 – Padre Vítor



Varginha – MG – CEP – 37048-395

Telefone – 35 988168762