

CUIDADO É FUNDAMENTAL

Escola de Enfermagem Alfredo Pinto – UNIRIO

PESQUISA

DOI: 10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12639

PERSONALIDADE *HARDINESS* E FATORES ASSOCIADOS EM DOCENTES DE CURSOS DE GRADUAÇÃO DA SAÚDE

*Hardiness personality and associated factors in professors of undergraduate health courses**Personalidad de rusticidad y factores asociados en profesores de cursos de pregrado en salud***Ana Paula de Oliveira Nascimento Alves¹** **Rene Ferreira da Silva Junior²** **Lara Isabella Souza Santos³** **Leila das Graças Siqueira⁴** **Carla Silvana de Oliveira e Silva⁵** **Ana Catarina Perez Dias⁶** 

RESUMO

Objetivo: identificar os fatores associados à personalidade *hardiness* entre docentes atuantes no ensino superior de uma instituição federal. **Método:** estudo epidemiológico, transversal e analítico com 88 docentes dos cursos de graduação da área de saúde da instituição. Utilizou-se a escala *hardiness* associada a um questionário para investigar as características sociodemográficas e ocupacionais. **Resultados:** evidenciou-se *hardiness* moderado a alto entre os docentes e essa personalidade esteve associada a variáveis como ter filhos, ter tirado férias no último ano, não ter feito uso de remédios controlados no último ano e não apresentar diagnóstico de distúrbio de ansiedade, ou seja, exibiam padrões de resiliência relacionados a uma condição de enfrentamento frente ao estresse. **Conclusão:** os docentes que exibiam resistência ocupacional apresentavam fatores protetores importantes para a sua saúde, além disso, colaboravam para que o ambiente de trabalho se tornasse mais harmônico, podendo favorecer o processo de ensino-aprendizagem.

DESCRITORES: Docentes; Resiliência psicológica; Saúde do trabalhador.

¹ Centro Universitário Funorte, Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

² Instituto Federal do Sul de Minas Gerais, Machado, Minas Gerais, Brasil.

^{3,4,5} Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

⁶ Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, Minas Gerais, Brasil.

Recebido em: 23/03/2023; Aceito em: 01/09/2023; Publicado em: 31/12/2023

Autor correspondente: Rene Ferreira da Silva Junior renejunior_deny@hotmail.com

Como citar este artigo: Alves APON, Junior RFS, Santos LIS, Siqueira LG, Silva CSO, Dias ACP. Personalidade *hardiness* e fatores associados em docentes de cursos de graduação da saúde. R Pesq Cuid Fundam [Internet]. 2023 [acesso ano mês dia];15:e12639 Disponível em:

<https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12639>



ABSTRACT

Objective: to identify the factors associated with the hardiness personality among professors working in higher education at a federal institution. **Method:** epidemiological, cross-sectional and analytical study with 88 professors from undergraduate courses in the institution's health area. The hardiness scale associated with a questionnaire was used to investigate sociodemographic and occupational characteristics. **Results:** there was moderate to high hardiness among the professors and this personality was associated with variables such as having children, having taken vacations in the last year, not having used prescription drugs in the last year and not having a diagnosis of anxiety disorder, or that is, they exhibited resilience patterns related to a condition of coping with stress. **Conclusion:** teachers who displayed occupational resistance had important protective factors for their health, in addition, they collaborated to make the work environment more harmonious, which could favor the teaching-learning process.

DESCRIPTORS: Faculty; Resilience, Psychological; Occupational health.

RESUMEN

Objetivos: identificar los factores asociados a la personalidad resistente en profesores que actúan en la educación superior de una institución federal. **Método:** estudio epidemiológico, transversal y analítico con 88 profesores de carreras de grado del área de salud de la institución. Se utilizó la escala de rusticidad asociada a un cuestionario para investigar las características sociodemográficas y ocupacionales. **Resultados:** existió rusticidad moderada a alta entre los profesores y esta personalidad se asoció con variables como tener hijos, haber tomado vacaciones en el último año, no haber usado medicamentos recetados en el último año y no tener diagnóstico de trastorno de ansiedad, o es decir, exhibieron patrones de resiliencia relacionados con una condición de afrontamiento del estrés. **Conclusión:** los docentes que manifestaron resistencia ocupacional poseían importantes factores protectores de su salud, además, colaboraban para que el ambiente de trabajo fuera más armónico, lo que podría favorecer el proceso de enseñanza-aprendizaje.

DESCRIPTORES: Docentes; Resistencia psicológica; Salud laboral.

INTRODUÇÃO

Entre as categorias profissionais, a categoria docente é uma das mais expostas aos ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho, pois exige-se tarefas extraclasse, reuniões e atividades adicionais, além de problemas com alunos que, às vezes, chegam até a ameaças verbais e físicas, pressão do tempo, dentre outros fatores que levam a repercussões na saúde física e mental e no desempenho profissional dos docentes, o que gera a desvalorização social do trabalho e causa sofrimento.¹⁻²

Nessa circunstância, o docente pode responder às situações com recursos adequados de enfrentamento ou desenvolver enfermidades psíquicas e/ou físicas. Neste contexto, aspectos ou traços de personalidade têm sido enfoque de vários estudos, com o objetivo de investigar indivíduos que estão mais propensos ao surgimento do estresse ou que sejam resistentes a ele. A personalidade *hardiness* engloba conceitos em três dimensões: controle, compromisso e desafio. *Hardiness* refere-se à capacidade que o indivíduo tem de se proteger do estresse, ou seja, refere-se às características da personalidade que funcionam como uma fonte de resistência diante dos acontecimentos estressantes.³⁻⁶

Os fatores que elevam os níveis de resistência são aqueles relacionados à felicidade, satisfação no trabalho, satisfação com a vida, boa saúde física e mental, autoconfiança, autoconsciência, autogerenciamento e motivação em melhorar os resultados, enquanto os que possuem baixa resistência são mais susceptíveis a apresentarem depressão, ansiedade e doenças cardiovasculares e neuroendócrinas.⁵⁻⁶ Estudos que avaliam a personalidade *hardiness* entre docentes são ainda insipientes no

cenário nacional e internacional, assim, identificar condições que influenciam no estresse laboral é importante, nesse sentido, objetivou-se identificar os fatores associados à personalidade *hardiness* em docentes atuantes no ensino superior de uma instituição federal.

MÉTODO

Estudo epidemiológico, transversal e analítico, o qual atendeu as diretrizes recomendadas pelo STROBE. O estudo foi desenvolvido em uma instituição federal de ensino superior da cidade de Diamantina, Minas Gerais, Brasil. Fizeram parte da pesquisa docentes dos cursos da área da saúde das Faculdades de Ciências Biológicas e da Saúde.

Para compor o tamanho da amostra, realizou-se a identificação dos docentes junto ao departamento de pessoal da instituição, sendo que, para a seleção, permitiram-se somente docentes com mais de um ano de trabalho na universidade e foram excluídos aqueles em afastamento das atividades laborais ou em período de férias.

Após o levantamento nos departamentos, o número total de docentes foi de 153 participantes. Para a amostragem, o cálculo amostral foi realizado considerando-se a amostra aleatória simples com reposição. A seleção foi realizada por meio de sorteio, utilizando-se o programa *excel*. Para estimar o tamanho da amostra, optou-se por um erro amostral tolerável de 5%, intervalo de confiança de 95%, prevalência para o evento de 50%, considerando 20% de possíveis perdas, totalizando a previsão de 132 docentes. No entanto, em razão de questionários não respondidos, aposen-

tadorias, licença capacitação, a amostra final foi composta por um total de 88 docentes.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de janeiro a dezembro de 2019, sendo que, para identificar os fatores associados à *hardiness*, utilizaram-se questionários autoaplicáveis, os quais foram entregues aos participantes. Os instrumentos foram compostos por questões referentes às características sociodemográficas, econômicas e sociais, de saúde individual e familiar.

A variável desfecho personalidade *hardiness* foi avaliada por meio da aplicação da Escala *Hardiness* (EH), que tem por finalidade avaliar o quanto de atitudes *hardy* os docentes possuem no enfrentamento de situações estressantes. É uma escala tipo *likert*, autoaplicável, com 30 itens, com respostas que variam de zero (nada verdadeiro) a três (completamente verdadeiro) e o resultado da EH é obtido por meio da soma dos itens.³

Os dados foram tabulados por meio do *software Statistical Package Social Science* (SPSS), versão 20. Para a análise dos dados, foi realizada análise descritiva de todas as variáveis por meio de sua distribuição de frequência absoluta (n) e relativa (%). Na análise bivariada, foi aplicado o teste qui-quadrado para verificar a associação entre a variável dependente e as variáveis independentes ao nível de $p < 0,20$, e as variáveis que apresentaram $p \leq 0,05$ foram consideradas estatisticamente associadas. O estudo atendeu aos princípios éticos propostos na resolução 466/12 e foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa com parecer consubstanciado número 3.267.122.

RESULTADOS

Participaram deste estudo 88 docentes. Em relação aos dados sociodemográficos: 58% eram do gênero feminino, casados (62,5%) e possuíam filhos (63,2%), 79,3% seguiam alguma religião, 96,6% residiam na cidade de desenvolvimento do estudo e com seus familiares (62,8%). 45,3% possuíam renda mensal maior que 10 salários mínimos e 88% dos docentes se consideravam como provedores da família.

Em relação às características de formação e trabalho 92% dos docentes eram doutores, trabalham na instituição há mais de cinco anos 75,9%, sendo que 97,7% são efetivos/concursados, trabalhavam em regime integral 87,5%, trabalhavam em dois turnos do dia 73,9%, dos quais 52,3% trabalhavam entre 8 a 12 horas por dia e além disso, 78,4% realizavam atividades docentes fora do seu horário expediente e 55,8% afirmaram que, além das atividades docentes, atuavam como responsáveis por algum setor, realizando tarefas administrativas.

Ao analisar as variáveis relacionadas à saúde 94,3% possuíam plano de saúde, não faziam acompanhamento de doença crônica 73,6%, não faziam uso de remédio controlado 79,3%, e 83,0% não possuíam diagnóstico médico de ansiedade ou outro distúrbio emocional. Já em relação à classificação da Escala de *hardiness*, observou-se que 26,4% dos docentes pesquisados apresentaram alto *hardiness* e 50,6% apresentavam *hardiness* moderado e apenas 23,0% baixo *hardiness* e estão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1 - Classificação da personalidade *hardiness* por dimensões em docentes. Diamantina, MG, Brasil, 2019.

Variáveis/Dimensão <i>Hardiness</i>	N	%
<i>Hardiness</i> compromisso		
Baixo	25	28,4
Moderado	45	51,1
Alto	18	20,5
Total	88	100,0
<i>Hardiness</i> controle*		
Baixo	25	28,7
Moderado	50	57,5
Alto	12	13,8
Total	87	100,0
<i>Hardiness</i> desafio*		
Baixo	28	31,8
Moderado	40	45,5
Alto	20	22,7
Total	87	100,0
<i>Hardiness</i> *		
Baixo	23	26,4
Moderado	44	50,6
Alto	20	23,0
Total	87	100,0

*Omissão de resposta para um ou dois participantes.
Fonte: Autores, 2019.

Tabela 2 - Associação bivariada da classificação da personalidade *hardiness* total em docentes. Diamantina, MG, Brasil, 2019.

Variáveis	<i>Hardiness</i> Total				p-valor
	Baixo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	Total (n=88)	
Sexo*					0,205
Masculino	13 (35,1)	15 (40,5)	09 (24,3)	37 (42,5%)	
Feminino	10 (20,0)	29 (58,0)	11 (22,0)	50 (57,5%)	
Estado civil*					0,171
Solteiro	03 (13,0)	14 (60,9)	06 (26,1)	23 (26,4%)	
Casado	16 (26,6)	27 (50,0)	11 (20,4)	54 (62,1%)	
Separado	02 (50,0)	0 (0,0)	02 (50,0)	04 (4,6%)	
Viúvo	0 (0,0)	0 (0,0)	01 (100,0)	01 (1,1%)	
Outro	02 (40,0)	03 (60,0)	0 (0,0)	05 (5,8%)	
Cônjuge falecido*					0,190
Não	22 (29,3)	42 (56,0)	11 (14,6)	75 (86,2%)	
Sim (> 5 anos)	0 (0,0)	0 (0,0)	01 (100,0)	01 (1,1%)	
NA	01 (9,1)	08 (72,7)	02 (18,2)	11 (12,7%)	
Provedor da família*					0,008
Não	02 (13,3)	12 (80,0)	01 (6,7)	15 (17,2%)	
Total	04 (13,8))	14 (48,3)	11 (37,9)	29 (33,3%)	
Parcial	17 (39,5)	18 (41,9)	08 (18,6)	43 (49,5%)	
Regime de trabalho na IFES*					0,085
Parcial	0 (0,0)	0 (0,0)	01 (100,0)	01 (1,1%)	
Integral	18 (23,7)	42 (55,3)	16 (21,1)	76 (87,4%)	
Outro	05 (50,0)	02 (20,0)	03 (30,0)	10 (11,5%)	
Renda mensal*					0,024
2 a 4,9 salários mínimos	03 (60,0)	02 (40,0)	0 (0,0)	05 (5,7%)	
5 a 9,9 salários mínimos	08 (18,2)	29 (65,9)	07 (15,9)	44 (50,6%)	
> 10 salários mínimos	12 (31,6)	13 (34,2)	13 (34,2)	38 (43,7%)	
Realiza atividades docentes fora do horário de expediente					0,202
Não	08 (42,1)	07 (36,8)	04 (21,1)	19 (21,8%)	
Sim	15 (22,1)	37 (54,4)	16 (23,5)	68 (78,2%)	
No local de trabalho, além de docente, atua como responsável por algum departamento*					0,138
Não	12 (30,0)	23 (57,5)	05 (12,5)	40 (46,0%)	
Sim	13 (27,7)	20 (42,6)	14 (29,8)	47 (54,0%)	
Acompanhamento de saúde (doença crônica)*					0,025
Não	12 (19,0)	34 (54,0)	17 (27,0)	63 (73,3%)	

Sim	11 (47,8)	09 (39,1)	03 (13,0)	23 (26,7%)	
Uso de remédio controlado*					0,008
Não	13 (19,1%)	38 (55,9)	17 (25,0)	68 (79,1%)	
Sim	10 (55,6)	06 (33,3)	02 (11,1)	18 (20,9%)	
Diagnóstico de portador de ansiedade e/ou outro distúrbio emocional*					0,000
Não	13 (18,1)	40 (55,6)	19 (26,4)	72 (82,8%)	
Sim	10 (66,7)	04 (26,7)	01 (6,7)	15 (17,2%)	

*Omissão de resposta para um ou dois participantes.

Fonte: Autores, 2019.

Na Tabela 2 descreveu-se significância com o desfecho *hardiness* total, neste estudo a personalidade *hardiness* ou de resistência dos docentes esteve relacionada às seguintes variáveis: não ser o provedor da família ($p < 0,008$), renda maior que 10 salários mínimos ($p < 0,024$), não fazer acompanhamento de doença crônica ($p < 0,025$), não usar remédio controlado ($p < 0,008$) e não ter diagnóstico de distúrbio de ansiedade ($p < 0,000$).

Nas Tabelas 3, 4 e 5 são apresentadas às análises bivariadas pelas três dimensões da personalidade *hardiness*, ou seja, compromisso, controle e desafio. A variável relacionada ao fato de o docente não apresentar diagnóstico ansiedade e/ou outro distúrbio emocional ($p < 0,001$) foi a variável que esteve associada ao desfecho *hardiness* compromisso.

Em relação à dimensão *hardiness* controle, descrita na tabela 4, esteve relacionado às seguintes variáveis: ter filhos ($p < 0,025$), ter tirado férias no último ano ($p < 0,019$), não usar remédio controlado ($p < 0,000$) e não ter diagnóstico de distúrbio de ansiedade ($p < 0,000$).

Ocorreu associação significativa de *hardiness* total e suas dimensões para as seguintes variáveis: ausência de acompanhamento de doença crônica ($p < 0,025$), não usar remédio controlado ($p < 0,008$) e não ter diagnóstico de distúrbio de ansiedade ($p < 0,000$) representando as características relacionadas à personalidade *hardiness* ou personalidade resistente (resiliência). A dimensão da personalidade *hardiness* desafio esteve relacionada a ausência de acompanhamento de doenças crônicas ($p < 0,036$).

Tabela 3 - Associação bivariada da classificação da personalidade *hardiness* compromisso em docentes. Diamantina, MG, Brasil, 2019.

Variáveis	Hardiness compromisso				p-valor
	Baixo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	Total (n=88)	
Escolaridade					0,187
Especialista	0 (0,0)	0 (0,0)	01 (100,0)	01 (1,1%)	
Mestre	03 (50,0)	03 (50,0)	0 (0,0)	06 (6,8%)	
Doutor	22 (27,2)	42 (51,9)	17 (21,0)	81 (92,1%)	
Realiza atividades docentes fora do horário de expediente					0,099
Não	09 (47,4)	08 (42,1)	02 (10,5)	19 (21,6%)	
Sim	16 (23,2)	37 (53,6)	16 (23,2)	69 (78,4%)	
Férias designadas no último ano*					0,066

Não	03(23,1)	10 (76,9)	0 (0,0)	13 (14,9%)	
Sim	22 (29,7)	34 (45,9)	18 (24,3)	74 (85,1%)	
Acompanhamento de saúde (doença crônica)*					0,125
Não	14 (21,9)	35 (54,7)	15 (23,4)	64 (73,6%)	
Sim	10 (43,5)	10 (43,5)	03 (13,0)	23 (26,4%)	
Uso de remédio controlado*					0,075
Não	16 (23,2)	37 (53,6)	16 (23,2)	69 (79,3%)	
Sim	09 (50,0)	07 (38,9)	02 (11,1)	18 (20,7%)	
Diagnóstico de ansiedade e/ou outro distúrbio psicoemocional*					0,001
Não	15 (20,5)	40 (54,8)	18 (24,7)	73 (83,0%)	
Sim	10 (66,7)	05 (33,3)	0 (0,0)	15 (17,0%)	

*Omissão de resposta para um ou dois participantes.

Fonte: Autores, 2019.

Tabela 4 - Associação bivariada da classificação da personalidade *hardiness* compromisso em docentes. Diamantina, MG, Brasil, 2019.

Variáveis	<i>Hardiness</i> Total				p-valor
	Baixo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	Total (n=88)	
Estado Civil*					0,172
Solteiro	03 (13,0)	16 (69,6)	04 (17,4)	23 (26,4%)	
Casado	19 (35,2)	29 (53,7)	06 (11,1)	54 (62,1%)	
Separado	01 (25,0)	02 (50,00)	01 (25,0)	04 (4,6%)	
Viúvo	0 (0,0)	0 (0,0)	01 (100,0)	01 (1,1%)	
Outro	02 (40,0)	03 (60,0)	0 (0,0)	05 (5,8%)	
Cônjuge falecido*					0,051
Não	24 (32,0)	41 (54,7)	10 (13,3)	75 (86,2%)	
Sim (> 5 anos)	0 (0,0)	0 (0,0)	01 (100,0)	01 (1,1%)	

Não se aplica	01 (9,1)	09 (81,8)	01 (9,1)	11 (12,7%)	
Possui filhos*					0,025
Não	05 (16,1)	24 (77,4)	02 (6,5)	31 (36,0)	
Sim	20 (36,4)	26 (47,3)	09 (16,4)	55 (64,0)	
Reside com a família*					0,124
Não	06 (18,7)	19 (59,4)	07 (21,9)	32 (37,2%)	
Sim	19 (35,2)	30 (55,6)	05 (9,3)	54 (62,8%)	
Provedor da família*					0,165
Não	03 (20,0)	11 (73,3)	01 (6,7)	15 (17,3%)	
Total	05 (17,2)	18 (62,1)	06 (20,7)	29 (33,3%)	
Parcial	17 (39,5)	21 (48,8)	05 (11,6)	43 (49,4%)	
Renda mensal*					0,115
2 a 5 salários mínimos	03 (60,0)	02 (40,0)	0 (0,0)	05 (5,7%)	
5 a 10 salários mínimos	9 (20,5)	31 (70,5)	04 (9,1)	44 (50,6%)	
> 10 salários mínimos	12 (31,6)	18 (47,4)	08 (21,1)	38 (43,7%)	
Realiza atividades docentes fora do horário de expediente					0,090
Não	09 (47,4)	07 (36,8)	03 (15,8)	19 (21,6%)	
Sim	17 (24,6)	43 (62,3)	09 (13,1)	69 (78,4%)	
Férias designadas no último ano*					0,019
Não	01 (7,7)	12 (92,3)	0 (0,0)	13 (15,0%)	
Sim	24 (32,4)	37 (50,0)	13 (17,6)	74 (85,0%)	
Acompanhamento de saúde (doença crônica)*					0,066
Não	14 (21,9)	40 (62,5)	10 (15,6)	64 (73,6%)	
Sim	11 (47,8)	10 (43,5)	02 (8,7)	23 (26,4%)	
Uso de remédio controlado*					0,000
Não	13 (18,8)	44 (63,8)	12 (17,4)	69 (79,3%)	
Sim	03 (16,7)	09 (50,0)	06 (33,3)	18 (20,7%)	
Diagnóstico de ansiedade e/ou outro distúrbio psicoemocional*					0,000
Não	15 (20,5)	46 (63,0)	12 (16,5)	73 (83,0)	

*Omissão de resposta para um ou dois participantes.

Fonte: Autores, 2019.

Tabela 5 - Associação bivariada da classificação da personalidade *hardiness* desafio em docentes. Diamantina, MG, Brasil, 2019.

Variáveis	<i>Hardiness</i> desafio				p-valor
	Baixo n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	Total (n=88)	
Estado Civil*					0,128
Solteiro	07 (30,4)	12 (52,2)	04 (17,4)	23 (26,4%)	
Casado	21 (38,2)	21 (38,2)	13 (23,6)	54 (62,1%)	
Separado	0 (0,0)	04 (100,0)	0 (0,0)	04 (4,6%)	
Viúvo	0 (0,0)	1 (100,0)	0 (0,0)	01 (1,1%)	
Outro	0 (0,0)	02 (40,0)	03 (60,0)	05 (5,8%)	
Religião*					0,191
Não	05 (27,8)	06 (33,3)	07 (38,9)	18 (20,7%)	
Sim, praticante	14 (35,0)	17 (42,5)	09 (22,5)	40 (46,0)	
Sim, não praticante	09 (31,0)	17 (58,6)	03 (10,3)	29 (33,3%)	
Horas trabalhadas por dia					0,053
4 a 7,9 horas	12 (40,0)	08 (26,7)	10 (33,3)	30 (34,1%)	
8 a 11,9 horas	15 (32,6)	24 (52,2)	07 (15,2)	46 (52,3%)	
> 12 horas	01 (8,3)	08 (66,7)	03 (25,0)	12 (13,6%)	
Renda mensal*					0,111
2 a 4,9 salários mínimos	03 (60,0)	02 (40,0)	0 (0,0)	05 (5,7%)	
5 a 9,9 salários mínimos	13 (29,5)	22 (50,0)	09 (20,5)	44 (50,6%)	
> 10 salários mínimos	11 (28,9)	17 (44,8)	10 (26,3)	38 (43,7%)	
Acompanhamento de saúde (doença crônica)					0,036
Não	16 (25,0)	31 (48,4)	17 (26,6)	64 (73,6%)	
Sim	12 (52,2)	09 (39,1)	02 (8,7)	23 (26,4%)	

*Omissão de resposta para um ou dois participantes.

Fonte: Autores, 2019.

DISCUSSÃO

A maioria dos docentes participantes deste estudo são do sexo feminino. É entre as mulheres, principalmente, que ocorrem dificuldades na interface família-trabalho, por meio do acúmulo de atividades e dificuldade em conciliar vida familiar e profissional, o que justifica o questionamento a respeito do sexo dos participantes. Outro dado importante, foi a média de idade dos participantes. Nessa fase da vida ocorre o chamado “pico de produtividade e criatividade” para muitos indivíduos. Assim, o trabalho pode dar um significado à existência da pessoa, desde que possibilite o desenvolvimento das potencialidades do ser humano.

A maioria dos docentes usufruiu de férias no último ano, fator importante que influencia no bem-estar e na qualidade de vida pessoal e profissional. Cada pessoa desenvolve um padrão de resposta individual para situações problemáticas, assim algumas estratégias são usadas como válvula de escape, que envolve buscar o lazer ou alguma atividade prazerosa. As férias são uma forma de diminuir o estresse ou de se afastar das fontes estressoras.⁷⁻⁸

Neste estudo, os docentes apresentaram um tempo significativo de atuação na universidade. O fator tempo de trabalho foi considerado como estressante. Nesse caso, o trabalhador convive em ambiente adverso, de maneira que, quanto maior o tempo de exposição, maior o nível de desgaste⁹, o que também foi constatado em estudo desenvolvido junto a docentes da Universidade Federal de Viçosa.¹⁰

Com a modernidade, cada vez mais as pessoas ocupam-se com altas demandas de trabalho, com extensa jornada de trabalho, múltiplos empregos e tarefas extraclasse, além das ocupações domésticas. Cada atividade exercida por esses profissionais contribui para uma sobrecarga de trabalho e estresse, por meio do número excessivo de horas de trabalho, acúmulo de tarefas e responsabilidades, falta de tempo para o lazer e convivência social, entre outros.¹⁰⁻¹¹ Existem estudos indicativos de relações entre o estresse ocupacional e algumas doenças, no entanto, para que isso ocorra são necessários que outras condições estejam presentes, tais como vulnerabilidades orgânicas ou estratégias insatisfatórias de avaliar e combater a situação estressante.¹² Desse modo, torna-se primordial aproximar-se da interação entre os aspectos dos contextos de trabalho, atitudes e percepções dos profissionais, com o objetivo de contribuir para elevar a qualidade do trabalho, não reduzindo, em contrapartida, a qualidade de vida do profissional.¹³

Faz-se necessário reconhecer os estressores presentes no ambiente de trabalho do docente da área de saúde para que se possa identificar e aplicar estratégias de manejo de estresse no âmbito individual e coletivo a fim de minimizar o estresse no trabalho e, dessa forma, melhorar a qualidade de vida e bem-estar dos docentes da área de saúde.¹⁴⁻¹⁵ Dentre essas estratégias, a resiliência tem sido sugerida como uma solução para superar situações estressantes. A resiliência é compreendida como uma tendência, que se manifesta por ocasião da superação de situações de risco e assegura a continuidade de um desenvolvimento saudável.^{5,16} Estudo conduzido nos Estados Unidos da América com docentes do curso de graduação em enfermagem constatou que a resiliência psicológica esteve associada a maiores níveis de qualidade de vida.¹⁷

Nesse estudo, houve associação entre a personalidade *hardiness* e os fatores sociodemográficos, ocupacionais e de saúde, constatou-se que a maioria dos docentes apresentou classificação de *hardiness* alto/moderado. Ressalta-se que os profissionais que apresentam a personalidade *hardiness* são aqueles capazes de superar ou de não se abater por desenvolver maior resistência ao estresse. Isso, porque se apresentam características distintas de personalidade que vem a desenvolver com os anos e que pode ser percebida por suas ações perante a situação de estresse. Essa capacidade de se sobressair proporciona ao indivíduo a habilidade para amenizar eventual situação de estresse, além de proteger contra a insatisfação no trabalho. Essa personalidade resistente preserva o bom desempenho nas atividades e mantém a saúde do indivíduo.^{13,5}

A personalidade *hardiness* deve ser considerada como estratégia de fortalecimento para a promoção da saúde do docente com a criação de ambientes propícios ao processo de ensino-aprendizagem. Sendo assim, a personalidade *hardiness* tem sido analisada como uma estratégia de fortalecimento de outras características pessoais, como o desempenho, autoeficácia, senso de controle e de redução dos efeitos do estresse, reforçando a assertiva de que *hardiness* facilita ações que modificam a interpretação das circunstâncias estressantes com manutenção ou até aumento da saúde dos indivíduos frente aos estressores e seus efeitos.¹³

Assim, a relevância de identificar níveis da personalidade *hardiness* é imprescindível para a promoção da saúde e estilo de vida saudável do docente. Diante disso, deve-se orientar as instituições de ensino para que instituem programas em que a resistência possa ser desenvolvida e, conseqüentemente, reduzida à probabilidade de os indivíduos apresentarem desfechos negativos.^{11,13,15}

A avaliação dos escores totais evidenciou a preponderância de *hardiness* moderado/alto entre os docentes pesquisados e que essa personalidade está associada às variáveis, como ter filhos, ter tirado férias no último ano e não ter feito uso de remédios controlados no último ano, não apresentar diagnóstico de distúrbio de ansiedade, ou seja, exibiam padrões de resiliência relacionados a uma condição de excelência frente ao estresse laboral. Ressalta-se que estudo foi pioneiro no cenário nacional em avaliar a personalidade *hardiness* entre docentes. Impõe-se, como necessário e desafiador, desenvolver a resistência psicológica dos docentes a fim de manter e ou melhorar a sua capacidade de manter o bem-estar pessoal e profissional, facilitando o *coping* transformacional em face do contínuo estresse no trabalho e na adversidade. As limitações desse estudo estão relacionadas à amostra pesquisada que foi inferior à planejada pelo cálculo amostral, além da ausência de estudos realizados no cenário nacional e internacional.

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo demonstraram que a personalidade *hardiness* interfere direta e indiretamente na saúde e no bem-estar dos docentes de ensino superior e estão relacionados a docentes do sexo feminino, com a média de idade 46 anos, doutores e que trabalham na universidade como docentes concursados, com carga horária de trabalho de 40h semanais em regime de dedicação exclusiva.

A avaliação dos escores totais de personalidade *hardiness* evidenciou o predomínio de *hardiness* alto/moderado entre os docentes pesquisados e que estes traços típicos estão associados a variáveis, como ter filhos, ter usufruído de férias no último ano, não ter utilizado remédios controlados e/não apresentar diagnóstico de distúrbio de ansiedade, ou seja, exibiam padrões de resiliência relacionados a uma condição de excelência frente ao estresse laboral. Dessa forma, as instituições devem instituir programas em que a personalidade *hardiness* seja desenvolvida, o que contribuirá para o processo de trabalho dos docentes.

REFERÊNCIAS

- fischer MCB, Rodrigues DS. Relações seres humanos-natureza: trabalho, cultura e produção de saberes. *Revista Trabalho Necessário*. [Internet]. 2022 [acesso em 20 de janeiro 2023];20(43):1-26. Disponível em: <https://doi.org/10.22409/tn.v20i43.55637>.
- Troitinho MCR, Silva IB, Sousa MM, Santos ADS, Maximino C. Ansiedade, afeto negativo e estresse de docentes em atividade remota durante a pandemia da Covid-19. *Trab. Educ. Saúde (Online)*. [Internet]. 2021 [acesso em 21 de janeiro 2023];19(1). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/PTTMtYpDDC3bZXTR/>.
- Serrano PM, Bianchi ERF. Validação da Escala de Hardiness (HS): confiabilidade e validade de construto. *J. Health Sci. Inst.* [Internet]. 2014 [acesso em 2 de janeiro 2023];31(3). Disponível em: <https://repositorio.unip.br/journal-sciences-institute-revista-do-instituto-de-ciencias-da-saude>.
- Kobasa SC, Maddi SR, Courington S. Personality and constitution as mediators in the stress-illness relationship. *J. health soc. behav.* [Internet]. 1981 [cited 2023 feb 05];22(4):368-78. Available from: <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/2136678>.
- Kobasa SC. Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *J. pers. soc. psychol.* [Internet]. 1979 [cited 2023 feb 05];7(1). Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020251.29442019>.
- Maddi SR. *Questões e intervenções em estresse Mastery*. New York: John Wiley & Sons; 1990.
- Stumpf G, Souza S, Silva DRQ. Recrudescimento das desigualdades de gênero em relação ao trabalho remoto docente na pandemia. *Rev. Elet. Edu.* [Internet]. 2022 [acesso em 23 de janeiro 2023];16(1). Disponível em: <https://www.reveduc.ufscar.br/reveduc/article/view/5647>.
- Silva GN. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Rev. Interinst. Psicol.* [Internet]. 2019 [acesso em 24 de janeiro 2023];12(1). Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202019000100005.
- Fritz M, Peixoto MCO. O estresse ocupacional docente e suas consequências à saúde. *Rev Cotexto & Educação*. [Internet]. 2021 [acesso em 25 de janeiro 2023];37(117). Disponível em: <file:///C:/Users/renej/Downloads/12872-%20artigo-56474-1-10-20220408>.
- Soares MB, Mafrá SCT, Faria ER. Fatores associados à percepção de estresse em docentes universitários em uma instituição pública federal. *Rev. bras. med. trab.* [Internet]. 2019 [acesso em 26 de janeiro 2023];17(1). Disponível: <https://www.rbmt.org.br/details/425/pt-BR/fatores-associados-a-percepcao-de-estresse-em-docentes-universitarios-em-uma-instituicao-publica-federal>.
- Fadel CB, Flores MT, Brigola S. Processo de trabalho e disposição ao estresse entre docentes de ciências biológicas e da saúde. *Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)*. [Internet]. 2019 [acesso em 26 de janeiro 2023];11(4). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2019.v11i4.843-848>.
- Batista RG. Percepção dos níveis de estresse dos bombeiros militares após o aumento do período de descanso entre a jornada de trabalho. *Revista interface.* [Internet]. 2022 [acesso em 26 de janeiro 2023];19(1). Disponível em: <https://ojs.ccsa.ufrn.br/index.php/interface/article/view/1285>.
- Silva-Junior RF, Alves ECS, Santos KO, Santos SP, Barbosa HA, Siqueira LG, et al. Personalidade *hardiness* e fatores associados em profissionais da saúde atuantes em serviços que atendem pacientes críticos. *Cien Saude Colet.* [Internet]. 2020 [acesso em 22 de janeiro 2023];25(1). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020251.29442019>.
- Moreno BJ, Hernandez EG, Gavez M, Gonzalez M, Pereira AMTB. A avaliação do burnout em docentes. Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI- ED. *Psicol. Estud. (Online)*. [Internet]. 2002 [acesso em 28 de janeiro 2023];7(1). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004>.
- Meyer LF, Gehr TE, Gonçalves LS. Engagement e Burnout na docência no ensino superior na área da saúde: revisão integrativa. *Rev Inter Educ Saúde.* [Internet]. 2021 [acesso em 1 de fevereiro 2023];5(1). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17267/2594-7907ijhe.v5i1.3395>.
- Maddi SR. Comments on Trends in Hardiness Research and Theorizing. *J. appl. dev. psychol.* [Internet]. 1999 [cited 2023 feb 05];51(2). Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020251.29442019>.
- Keener TA, Katherine MSN. Relationship of quality of life, resilience, and associated factors among nursing faculty during COVID-18. *Nurse educ.* [Internet]. 2021 [cited 2023 feb 05];46(1). Available from: <https://doi.org/10.1097/NNE.0000000000000926>