

INFLUENȚA FACTORILOR DE RISC AI MEDIULUI OCUPAȚIONAL ASUPRA STĂRII DE SĂNĂTATE A CADRELOR DIDACTICE

Dumitru CHEPTEA,
IP Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie
Nicolae Testemițanu

Rezumat

Un loc de muncă sigur și sănătos contribuie la o forță de muncă sănătoasă, creând din mediul ocupațional un segment prioritar de studiu. Cadrele didactice ca grupă socială sunt expuse la diverși factori de risc fizici, chimici, biologici și psihologici. Acest studiu are drept scop evaluarea factorilor de risc ai mediului ocupațional al profesorilor din instituțiile preuniversitare. A fost realizat un studiu descriptiv, transversal. S-a aplicat un chestionar semistructurat, ce cuprinde: caracteristici sociodemografice și ocupaționale, percepții asupra mediului fizic. În studiu au participat 278 de profesori din toate zonele Republicii Moldova. 94,7% au fost femei cu vârsta medie de 44,16±9,9 ani, cu o vechime în muncă de 20,21±10,5 ani, 60,5% activează în gimnazii, 34,2% – în licee, 5,2% – în școli primare. Mai mult de jumătate (65,8%) au o muncă dinamică, cu deplasări frecvente în spațiul de lucru, 18,4% activează în poziție ortostatică, 13,2% – în poziție șezând. 18,7% susțin că locul de muncă este incomod. 18,4% au menționat prezența temperaturii joase, 14,5% – a iluminatului insuficient, 40,8% – prezența curenților de aer. 9,2% au fost bolnavi de mai mult de patru ori în ultimele 12 luni. S-a constatat că 40,8% din profesori suferă de cel puțin o maladie cronică, 55% fiind diagnosticați cu hipertensiune, 29,5% – cu gastrită, restul suferind de afecțiuni ale tractului urinar și celui genital. În concluzie, s-a evidențiat un nivel înalt al morbidității în rândul profesorilor. Este imperativ să implementăm strategiile de ameliorare a mediului școlar pentru a îmbunătăți starea de sănătate a cadrelor didactice și pentru a le asigura bunăstarea.

Cuvinte-cheie: cadre didactice, mediu ocupațional, factori de risc, prevenție

Summary

The influence of occupational risk factors on the teachers' health

A safe and healthy workplace contributes to a healthy workforce, making the occupational environment a priority segment of study. Teachers as an occupational group are often exposed to various physical, chemical, biological and psychological risk factors. This study aims to assess the risk factors of the occupational environment of teachers in pre-university educational institutions. It was performed a descriptive, cross-sectional study. A semi-structured questionnaire was applied, which includes: sociodemographic and occupational characteristics, perceptions on the physical environment. In the study was involved 278 teachers from all regions of the Republic of Moldova. 94,7% were women with an average age of 44,16±9,9 years with a work experience of 20,21±10,5 years. 60,5% of persons involved in study work in gymnasiums; 34,2% – in high schools; 5,2% – in primary schools. Most (65,8%) have a dynamic work, with frequent movements through the work

space, 18,4% – in orthostatic position, 13,2% in sitting position. 18,7% state that the workplace is uncomfortable. 18,4% mentioned the presence of low temperature, 14,5 – insufficient lighting, 40,8% – the presence of air currents. 9,2% of teachers have been ill more than 4 times in the last 12 months. 40,8% suffer from at least one chronic disease, 55% being diagnosed with arterial hypertension, 29,5% with gastritis, the rest with diseases of the genitourinary tract. In conclusion, high level of morbidity among teachers was highlighted. It is important to implement healthy school strategies for ensuring the health and the well-being of the teachers.

Keywords: teachers, occupational environment, risk factors, prevention

Резюме

Влияние факторов риска профессиональной среды на состояние здоровья учителей

Безопасное и здоровое рабочее место способствует здоровой рабочей силе, что делает профессиональную среду приоритетным сегментом исследования. Учителя, как социальная группа, подвержены различным физическим, химическим, биологическим и психологическим факторам риска. Целью исследования было выявление факторов риска профессиональной среды учителей в доуниверситетских учреждениях. Для этого было проведено описательное перекрестное исследование. Было проведено анкетирование, включающее социально-демографические и профессиональные характеристики, представления о физической среде. В исследовании приняли участие 278 учителей из всех регионов Республики Молдова. 94,7% были женщины, средний возраст которых составил 44,16±9,9 года, стаж работы составил 20,21±10,5 года, 60,5% работают в гимназиях, 34,2% – в лицеях, 5,2% – в начальных школах. Более половины (65,8%) имеют динамичную работу с частыми движениями в рабочем пространстве, 18,4% работают в ортостатическом положении, 13,2% – в сидячем. 18,7% утверждают, что на рабочем месте неудобно, 18,4% отметили наличие низкой температуры, 14,5% – недостаточное освещение, 40,8% – наличие сквозняков. 9,2% учителей болели более 4 раз за последние 12 месяцев. Выяснилось, что 40,8% учителей страдают по крайней мере от одного хронического заболевания, у 55% диагностирована гипертония, у 29,5% – гастрит, у остальных – заболевания мочевыводящих путей и половых органов. Отмечается высокий уровень заболеваемости среди учителей. Крайне важно, чтобы школьные стратегии для поддержания здоровья были ориентированы на учителей для обеспечения их здоровья и благополучия.

Ключевые слова: учителя, профессиональная среда, факторы риск, профилактика

Introducere

Cadrul didactic, în rolul său profesional și social, este o figură-cheie în procesul educațional, un purtător de cunoștințe speciale, precum și un model de comportament și atitudine față de propria sănătate [20]. În prezent, activitățile profesorilor din Republica Moldova nu se limitează doar la predarea temelor în clase. Suplimentar, aceștia trebuie să se pregătească pentru lecții, să evalueze cunoștințele elevilor, să desfășoare activități de îndrumare, să se pregătească pentru revizuirii școlare externe, să urmeze cursuri de perfecționare profesională continuă, să satisfacă solicitările din partea administrației, a părinților etc. [8, 18]. Abordând problema influenței diferitor categorii de factori asupra sănătății, este necesar să fie abordate și aspectele activității profesionale a cadrelor didactice. În consecință, profesorii pot suferi de probleme de sănătate mentală și fizică, datorate diversității funcțiilor și orelor suplimentare de muncă [6, 8, 15].

Conform studiilor efectuate anterior, a fost stabilit faptul că aproximativ 70% din respondenți au raportat abateri în starea lor de sănătate [13]. Cele mai întâlnite nosologii au fost: patologia organului de văz – 68%; bolile cardiovasculare – 48%; bolile sistemului musculoscheletic – 44%. De asemenea, se remarcă o incidență ridicată a maladiilor poliorganice [3, 4, 22]. Aceste patologii sunt cauzate, în mare măsură, de expunerea îndelungată la stres, de sedentarism și de alți factori sociali [21].

Un studiu efectuat de R. Rastogi și K. Kashyap (2003) a arătat că prevalența hipertensiunii arteriale și pre-hipertensiunii a fost de 25,2% la bărbați și de 43,0% la femei, iar diabetul a fost semnificativ asociat cu HTA [10].

Munca statică prelungită, precum și mobila necorespunzătoare, sunt cauza apariției afecțiunilor musculoscheletice. Din cauza mobilierului neadecvat, 15,3% din numărul total de pedagogi suferă traumatisme de diferit gen, iar căzăturile în timpul lecțiilor constituie 4,1% [5, 16].

Stresul ocupațional este una dintre cele mai mari provocări în ceea ce privește sănătatea și siguranța la locul de muncă [10, 16]. Pedagogia este una dintre profesiile cele mai stresante, 42% din profesori raportează un nivel de stres ocupațional foarte ridicat și 36% dintre ei spun că se simt stresați în permanență [8, 12]. Un factor esențial este interdependența dintre vârstă și nivelul de stres. Astfel, în studiile efectuate anterior s-a observat că profesorii în vârstă de 25-34 de ani au prezentat cel mai înalt nivel de stres fizic – 47,4%, stres emoțional – 42,1%, profesional – 63,2%, familial – 38,6%, social – 26,3% [20]. Cadrele didactice cu vârsta de peste 55 de ani au indicat o scădere a

stresului fizic, ocupațional, social și emoțional [9, 20]. Analizând acest fenomen, putem presupune că ar exista o adaptabilitate la stresul profesional, ce survine odată cu creșterea experienței de muncă.

Cadrele didactice cu o experiență vastă în domeniu și care activează într-un singur loc de muncă o perioadă mai îndelungată, au capacitatea de a ignora influența acestor factori. Totodată, această grupă de persoane au o satisfacție mai mare la locul de muncă [9, 10].

Analizând datele unui studiu desfășurat în India, s-a observat că majoritatea respondenților au calificat munca lor în mare parte "interesantă" (88,9%), în cea mai mare parte – "plăcută" (93,1%) și au avut "suficientă pregătire pentru a-și îndeplini sarcinile" (81,9%). Aproximativ 56,9% au raportat că munca lor este „suficient de variată”, iar 20,8% consideră că munca lor este "prea simplă" [5]. Conform aceluiași studiu, 75,0% din respondenți au declarat, de asemenea, că există anumiți factori ce le împiedică activitatea. Factorii principali raportați sunt: zgomotul (36,1%), lipsa de aer proaspăt (9,7%), aerul uscat (8,3%) și mirosurile neplăcute (15,3%).

Arderea profesională sau "sindromul de burn-out" este foarte caracteristic pentru această grupă de persoane. P. Benevene și coaut. au determinat că aproximativ 7,0% din cadrele didactice sunt extenuate și nu mai pot continua această meserie, 45,6% s-au declarat epuizate din punct de vedere psihologic și numai 11,1% au menționat că nu simt careva schimbări [1].

În prezent, în Republica Moldova, în instituțiile de învățământ primar și secundar general își desfășoară activitatea circa 29,6 mii de persoane, care activează în 118 școli primare, 794 de gimnazii, 392 de licee și 17 instituții de învățământ special. Cadrele didactice care au vechimea în munca pedagogică de 20 de ani și mai mult, au constituit 57,9% din numărul lor total. În același timp, 89,8% de cadre didactice au studii superioare, iar circa 9,9% – studii medii de specialitate. Ponderea femeilor în totalul cadrelor didactice constituie 85,8 % [11].

Scopul acestui studiu este evaluarea factorilor de risc ai mediului ocupațional al profesorilor din instituțiile preuniversitare din Republica Moldova.

Materiale și metode

A fost realizat un studiu descriptiv, longitudinal al factorilor de risc din mediul ocupațional care influențează starea de sănătate a cadrelor didactice din instituțiile de învățământ primar și secundar general din Republica Moldova.

S-a aplicat un chestionar, semistrukturat pe un lot de 278 de persoane, care cuprinde: caracteristici sociodemografice, caracteristicile mediului

ocupațional, percepții asupra mediului fizic. Sindromul de ardere profesională a fost măsurat folosind Maslach Burnout Inventory, care conține 25 de itemi și este structurat pe trei dimensiuni: *extenuare emoțională* (9 itemi), *depersonalizare* (6 itemi), *reducerea realizărilor personale* (10 itemi). Ca modalitate de răspuns am utilizat o scală Likert în cinci trepte, cum urmează: 1 – “foarte rar”, 2 – “rar”, 3 – “uneori”, 4 – “frecvent”, 5 – “foarte frecvent”. Criteriile de includere sunt: persoane de orice sex care activează în calitate de cadru didactic în instituțiile de învățământ primar și secundar general, care anterior au semnat acordul informat, persoane ce trăiesc în mediul urban și rural, în vârstă de până la 63 de ani.

Rezultate obținute

Persoanele de sex feminin au constituit 94,7% din toate persoanele chestionate. Vârsta medie a fost de $44,16 \pm 9,9$ ani, au participat preponderent persoane cu vârsta de 48 de ani, cu o vechime în muncă de $20,21 \pm 10,5$ ani. 60,5% activează în gimnazii, 34,2% – în licee, 5,2% – în școli primare. În studiu au participat preponderent învățători ai claselor primare, cu o pondere de 22,4%, 14,5% – profesori de matematică și de limbă și literatură română, 9,2% – informatică și fizică, 7,9% – biologie și chimie, 3,9% din respondenți predau istoria, geografia, o limbă străină (engleză sau franceză). Majoritatea respondenților (92,1%) au studii superioare și doar 3,9% au studii superioare incomplete sau studii postuniversitare. 68,4% din respondenți locuiesc în mediul rural și 31,6% – în mediul urban. 76,3% din profesori sunt căsătoriți, 10,5% sunt divorțați și 6,6% – necăsătoriți sau văduvi. 10,5% dintre profesori nu au copii, pe când 89,5% au în custodia lor în medie câte doi copii.

Analizând mediul ocupațional al cadrelor didactice, putem observa că în 65,8% din cazuri poziția de muncă este caracterizată prin mișcări frecvente în spațiul de lucru, 18,4% activează în poziție ortostatică, 13,2% – în poziție șezând, iar în 2,6% cazuri este vorba de o poziție combinată de muncă. Microclimatul zonei de lucru în 77,6% cazuri este caracterizat de o temperatură normală a aerului, pe când în 18,4% se sesizează o temperatură joasă în timpul rece al anului și în 3,9% – o temperatură ridicată în timpul călduros. Prezența curenților de aer au raportat-o 40,8% din profesorii chestionați, iar 59,2% au negat prezența acestui factor. Un nivel suficient de iluminat la locul de muncă a fost relatat de 85,5% din cadrele didactice, iar 14,5% au subliniat lipsa iluminatului adecvat la locul de muncă.

Profesia de pedagog este foarte solicitantă, mai ales atunci când este vorba de încordarea neuropsihică. 57,9% din cadrele didactice menționează acest factor, pe când doar 14,5% afirmă absența

lui și 27,6% susțin că le este greu să răspundă. Mai mult decât atât, 65,8% din pedagogi susțin ca sunt în permanență într-o încordare emoțională, 27,6% menționează că observă acest simptom periodic și doar 6,6% raportează că niciodată nu s-au confruntat cu această stare.

Un element-cheie în activitatea pedagogică este satisfacția morală și materială de la profesia exercitată. Dacă vorbim de satisfacția morală, sunt satisfăcuți doar 38,2% din cadrele didactice participante în studiu, 5,3% din ele susțin ca nu sunt împliniți moral, iar la 56,6% se atestă o indecizie la acest capitol. Insatisfacția este condiționată de următorii factori: salariul mic – 63,2%, organizarea muncii – 15,8%, situații conflictuale în colectiv – 11,9%; alte 7,9% sunt indeciși referitor la cauza principală, 2,6% susțin că munca nu este interesantă, 15,8% relatează alte cauze. Satisfacția materială de asemenea este o temă “dureroasă” pentru pedagogii din Republica Moldova. Astfel, doar 19,7% din ei sunt mulțumiți de salariile ridicate, 36,8% au relatat despre nemulțumirea materială, iar 43,4% au menționat că le este greu să se expună pe acest subiect.

Munca intelectuală a fost, încă din cele mai vechi timpuri, caracterizată de solicitări intense, respectiv nivelul de oboseală este un indicator-cheie în cadrul acestei profesii. 97,4% din respondenți relatează că se simt oboșiți la finele zilei de muncă: 57,9% raportează un grad pronunțat de oboseală, 32,9% – un grad moderat, 9,2% – un grad ușor de oboseală. Principalii factori de risc relațai au fost: suprasolicitarea ochilor (61,8%), orarul organizat incorect (29,0%), suprasolicitarea musculară (15,8%), monotonia în muncă (14,5%), temperatura aerului ridicată/scăzută și mirosurile neplăcute (10,5%). Mai mult decât atât, la 61,8% din cadre didactice senzația de oboseală nu dispare după finalizarea orelor de clasă.

Evaluarea subiectivă a stării de sănătate a cadrelor didactice denotă că 67,1% din respondenți au raportat o stare a sănătății satisfăcătoare, 23,7% – o stare bună. O stare de sănătate rea la momentul anchetării a fost relatată de 5,3% din respondenți, iar 3,9% nu știu care e starea sănătății lor. Cele mai frecvente simptome din timpul lecțiilor acuzate de cadrele didactice sunt: dureri de cap (59,2%), dureri oculare (36,8%), slăbiciune generală (40,8%), scăderea atenției (15,8%). După finalizarea orelor, cele mai frecvente acuze printre profesori au fost: slăbiciune generală – 53,9%, durere în membre – 19,7%, zgomote în urechi – 14,4%, cefalee – 15,8%.

Mai mult de 40,8% din cadrele didactice suferă de cel puțin o boală cronică, iar 22,4% nu știu dacă suferă sau nu de careva maladii cronice. Mai mult de 9,2% din profesori au fost internați în spital mai

mult de patru ori pe parcursul ultimelor 12 luni, 47,4% au fost internați de 2-3 ori și doar 36,8% nu au fost bolnavi în această perioadă. Dintre cei care acuză boli cronice, doar 21,1% se află în evidență dispensarică.

A fost determinat un nivel înalt al morbidității în rândul profesorilor: 55% din ei au menționat că suferă de hipertensiune arterială esențială; 29,5% – de afecțiuni ale tractului gastrointestinal; 5,4% – de afecțiuni ale SNC (disfuncții vegetative suprasigmentare, anxietate, depresie), 3,2% – de maladii autoimune, iar restul – de afecțiuni ale tractului urinar și ale aparatului genital.

Tot mai actuală pentru profesia de pedagog devine noțiunea de “ardere profesională”. Această stare a fost studiată prin aplicarea chestionarului Maslach Burnout Inventory. Niveluri ridicate de extenuare emoțională au prezentat 60,9% din respondenți, nivel mediu – 5,3%, nivel scăzut – 33,9%. Dacă vorbim de depersonalizare, 5,3% din respondenți au demonstrat niveluri înalte, 15,3% – niveluri medii, iar marea majoritate, anume 79,4%, au raportat niveluri scăzute de depersonalizare. Un alt element important în caracterizarea sindromului de Burout este “reducerea realizărilor personale”. În actualul studiu, 14,5% din respondenți au menționat un nivel înalt, 61,8% – nivel mediu și doar 23,7% au raportat un nivel scăzut de reducere a realizărilor personale.

Discuții

Sănătatea omului modern este influențată de o multitudine de factori fizici, chimici, biologici, sociali și reflectă sistemul integral al relațiilor materiale și spirituale existente în societate. Ea depinde în mare măsură de calitatea mediului, nivelul de dezvoltare a societății, condițiile de muncă, nivelul profesional, starea materială, organizarea asistenței medicale [17].

Analizând datele expuse mai sus, putem menționa cu certitudine că pedagogia este mai mult o profesie feminină.

Starea de sănătate, în majoritatea cazurilor, se caracterizează ca una satisfăcătoare, doar că există o parte mare din cadrele didactice care nu cunosc dacă suferă sau nu de careva maladii cronice. Influența factorilor ocupaționali asupra stării de sănătate a fost reflectată și într-un studiu din India, care a demonstrat existența unor corelații statistice pozitive moderate între poziția ortostatică de muncă și incidența hipertensiunii arteriale esențiale. De asemenea, s-a observat și o corelație puternică cu apariția maladiilor cronice ale aparatului locomotor și ale sistemului circulator (de ex., boala varicoasă etc.) [5]. Se poate de concluzionat că acestea se datorează

faptului că majoritatea persoanelor intervievate sunt locuitori ai mediului rural și, respectiv, au o adresabilitate mai joasă.

Elementele microclimatului ocupațional de asemenea au demonstrat o influență negativă asupra stării generale de sănătate, având o asociere negativă moderată cu afectarea generală a SNC, dar totodată se observă o asociere pozitivă puternică cu apariția maladiilor cronice mai des la nivel osteoarticular, date similare studiilor efectuate de S. Chaiklieng și coaut., care raportează că în asemenea circumstanțe profesorii au prezentat o prevalență mai mare a durerilor de gât (68,9%), umăr (73,4%) și dureri de spate (59,2%), apărute în ultimele 30 de zile [2, 10, 15].

Nivelurile crescute ale arderii profesionale prezentate prin cele trei componente (epuizarea emoțională, depersonalizarea, reducerea realizărilor personale) de asemenea au demonstrat asocieri pozitive moderate cu apariția și instalarea hipertensiunii arteriale, precum și cu apariția unor deficiențe ale SNC și cu mărirea ratei prevalenței prin maladii cronice. Asemenea rezultate au fost obținute și în alte cercetări. Un studiu efectuat de S. Chaiklieng și P. Suggaravetsiri (2012) a stabilit că cele mai relatate cauze au fost: numărul prea mare de sarcini într-un timp relativ scurt (20,8%), lucrul peste program (18,1%), activitatea de muncă stresantă (6,9%) și doar 54,1% au menționat că fac față ritmului de muncă și de odihnă [2, 3].

Datele prezentate denotă importanța studierii factorilor de risc ai mediului ocupațional, a modificărilor fiziologice apărute în timpul procesului de muncă, a influenței stresului ocupațional și a condițiilor de apariție a acestuia, fiind necesară elaborarea unor măsuri de prevenire a apariției stărilor patologice la cadrele didactice.

Concluzii

Munca cadrelor didactice se caracterizată prin suprasolicitări statice sporite asupra aparatului locomotor. Pe parcursul orelor de clasă, organismul pedagogilor este supus unei încărcături psihoemoționale înalte. În combinație cu climatul psihoemoțional din colectiv, cu orele de muncă prelungite, acestea duc la o epuizare emoțională mai accentuată, care necesită de obicei o pauză de odihnă mult mai mare.

Condițiile fizice ale mediului ocupațional se plasează în limitele normale, cu mici devieri nesemnificative. Rezultatele studiului demonstrează necesitatea implementării serviciilor psihologice la locul de muncă pentru cadrele didactice, precum și necesitatea efectuării unor examene medicale periodice calitative.

Bibliografie

1. Benevene P., De Stasio S., Fiorilli C., et al. Effect of Teachers' Happiness on Teachers' Health. The Mediating Role of Happiness at Work. In: *Frontiers in Psychology*. 2019, pp. 24-49. ISSN: 1664-1078.
2. Chaiklieng S., Suggaravetsiri P. Risk factors for repetitive strain injuries among school teachers in Thailand. In: *Work: A Journal of Prevention, Assessment and Rehabilitation*. 2012, pp. 2510-2515. Disponibil pe: doi:10.3233/WOR-2012-0491-2510
3. Christian N. Eze, Olufunke M. Ebuehi, Francesco Brigo, et al. Effect of health education on trainee teachers' knowledge, attitudes, and first aid management of epilepsy: An interventional study. In: *Seizure*. 2015, pp. 46-53. Disponibil pe: doi:10.1016/j.seizure.2015.10.014
4. Coutarel F. Physical education and sport teachers' health: from expressed ill-being to hindrances of action. In: *Work (Reading, Mass.)*. 2012, pp. 5228-5230.
5. Damayanti S., Zorem M., Pankaj B. Occurrence of Work Related Musculoskeletal Disorders Among School Teachers in Eastern and Northeastern Part of India. In: *IJMPP*. 2017, pp. 187-192.
6. Friptuleac Gr., Meșina V. *Sănătatea și factorii ocupaționali*. Chișinău: Casa editorial-poligrafică "Bons Offices", 2006, pp. 42-44. ISBN: 978-9975-80-017-4.
7. Harding Sarah, Richard Morris, David Gunnell, et al. Is teachers' mental health and wellbeing associated with students' mental health and wellbeing? In: *Journal of Affective Disorders*. 2019, vol. 253, pp. 460-466.
8. Hassanpour Dehkordi A., Shohani M., Salehiyan T., et al. A comparison of life style with body mass index (BMI) of loss and more than 25 in individuals between 20-65 years in Shahrekord city. In: *J. Shahrekord Univ. Med. Sci.* 2010, vol. 12, pp. 24-31.
9. Holeyannavar P., S.K. Itagi. Stress and health status of primary school teachers. In: *Karnataka J. Agric. Sci.* 2010, pp. 620-624.
10. Kutcher Stan. A school mental health literacy curriculum resource training approach: effects on Tanzanian teachers' mental health knowledge, stigma and help-seeking efficacy. In: *International Journal of Mental Health Systems*. 2016, pp. 75-82
11. Mérida-López S. Emotion-regulation ability, role stress and teachers' mental health. In: *Occupational Medicine (Oxford)*. 2017, vol. 67(7), pp. 540-545.
12. Ntina Kourmousi, Christina Darviri, Liza Varvogli, et al. Teacher Stress Inventory: validation of the Greek version and perceived stress levels among 3,447 educators. In: *Psychology Research and Behavior Management*. 2015, vol. 1(8), pp. 103-115.
13. Pogrebaan D., Croitoru C. Stresul ca problemă a cadrelor didactice. In: *Arta Medica*. 2017, vol. 2(162), pp. 34-36. ISSN: 1810-1852.
14. Rastogi R., Kashyap K. Study of occupational stress and work adjustment among working women. In: *J. Com. Guid. Res.* 2003, vol. 3(20), pp. 245-251.
15. Rossi T., Pavay A., Macdonald D., et al. Teachers as health workers: Patterns and imperatives of Australian teachers' work. In: *Br. Educ. Res. J.* 2016, vol. 42, pp. 258-276.
16. Russu-Deleu R., Lipovan S. ș.a. Stresul la locul de muncă – problemă actuală a sănătății ocupaționale. In: *Sănătate Publică, Economie și Management în Medicină*. 2014, nr. 3(54), pp. 105-110. ISSN: 1729-8687.
17. Shimazu A., Okada Y., Sakamoto M., et al. Effects of stress management for teachers in Japan. In: *J. Occup. Health*. 2003, pp. 202-208.
18. Șleahtițchi M. Stresul organizațional între „a fi” și „a nu fi”. In: *Structura și dinamica personalității umane în epoca globalizării: perspective psiho-sociopedagogice*. Bălți, 2017, pp. 188-192. ISBN: 978-9975-50-205-4.
19. Tânia Maria de Araújo. Teachers' work and health in Brazil: thoughts on the history of research, strides, and challenges. In: *Cadernos de saúde pública*. 2019, pp. 87-90.
20. Tavares Leite Cícero, Antero Sousa Machado, Maria de Fátima, et al. The school health program: teachers' perceptions. In: *Investigación y Educación en Enfermería*. 2015, vol. 33(2), pp. 280-287.
21. Глушкова Н.И. Аномальная изменчивость личности учителя в условиях современной социальной среды. *Фундаментальные исследования*. 2007, 58 с.
22. Жуков О.Ф., Россошанская Н.С. Профессиональное здоровье учителя. В: *Ученые записки университета Лесгафта*. 2011, с. 75-78.
23. Кисель О.В. Организационно-педагогическое сопровождение здоровьесбережения учителей общеобразовательной школы. В: *Вестник ЧГПУ*. 2012, № 9, с. 26-38.

Dumitru Cheptea,

doctorand, Catedra de igienă,

IP USMF Nicolae Testemițanu,

tel.: (+373)68-176-802,

e-mail: dumitru.cheptea@usmf.md