O Boletim de Conjuntura (BOCA) publica ensaios, artigos de revisão, artigos teóricos e empíricos, resenhas e vídeos relacionados às temáticas de políticas públicas.

O periódico tem como escopo a publicação de trabalhos inéditos e originais, nacionais ou internacionais que versem sobre Políticas Públicas, resultantes de pesquisas científicas e reflexões teóricas e empíricas.

Esta revista oferece acesso livre imediato ao seu conteúdo, seguindo o princípio de que disponibilizar gratuitamente o conhecimento científico ao público proporciona maior democratizacão mundial do conhecimento.



BOLETIM DE CONJUNTURA

BOCA

Ano VI | Volume 19 | Nº 55 | Boa Vista | 2024

http://www.ioles.com.br/boca

ISSN: 2675-1488

https://doi.org/10.5281/zenodo.13846027

BOLETIM DE CONJUNTURA

www.ioles.com.br/boca

DESAFIOS INVISÍVEIS: IMPACTOS DO TRABALHO NA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA[1]

Queli Ghilardi Cancian[2]

Vilmar Malcarne[3]

Jóse António Moreira[4]

Elza Mesquita[5]

Vitor Gonçalves[6]

Resumo

Compreender a profissão docente, pressupõe compreender, a complexidade do ambiente de trabalho e a qualidade de vida e saúde desses profissionais. Partindo desta concepção, o artigo apresenta como objetivo a identificação e análise da saúde mental e qualidade de vida no desenvolvimento das atividades laborais dos professores estatutários que atuam em uma Universidade pública no Oeste do Paraná. Trata-se de uma pesquisa mista (qualitativa-quantitativa) de caráter exploratório, delineamento descritivo, desenvolvida por meio de uma pesquisa de campo, efetivada a partir da aplicação de um 'questionário estruturado', desenvolvido pelos próprios pesquisadores. A pesquisa contou com a participação de 94 professores voluntários de diferentes áreas de atuação. Os resultados evidenciaram a insatisfação dos docentes, manifesta a partir da identificação da excessiva carga de trabalho, da considerável perda de autonomia, e da extensão da jornada de trabalho, com indicativos de precarização e a intensificação do trabalho. No estudo identificou-se a presença de transtornos mentais entre os professores, sendo a ansiedade, e a depressão os transtornos com maior incidência. Sendo o sentimento de cansaço atribuído ao principal fator de influência negativa nas condições de saúde.

Palavras-chave: Adoecimento; Intensificação; Precarização; Trabalho Docente.

Abstract

Understanding the teaching profession presupposes understanding the complexity of the work environment and the quality of life and health of these professionals. Based on this conception, the article aims to identify and analyze mental health and quality of life in the development of work activities of statutory professors who work at a public University in Western Paraná. This is a mixed (qualitative-quantitative) research of an exploratory nature, descriptive design, developed through field research, carried out through the application of a 'structured questionnaire', developed by the researchers themselves. The research involved the participation of 110 volunteers, 16 of whom hold administrative positions. The results showed that the mental disorders that most affected teachers were anxiety, followed by depression, an order that is confirmed in the perception of administrative teachers. When considering feelings in relation to work, participants pointed to tiredness as the main factor with a negative influence on health conditions. Data analysis demonstrated the dissatisfaction of teachers, which was manifested due to the excessive workload, the considerable loss of autonomy, and the extension of the working day. These factors were identified based on the organization and demands of work, indicating the precariousness and intensification of teachers' work.

Keywords: Illness; Intensification; Precariousness; Teaching Work.

[1] A presente pesquisa contou com o apoio institucional da Fundação Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

[2] Doutoranda em Educação pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE). E-mail: quelicancian@gmail.com

[3] Professor da Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE). Doutor em Educação. E-mail: vilmar.malacarne@unioeste.br

[4] Professor da Universidade Aberta (UAB), Portugal. Doutor em Ciências da Educação. E-mail: jmoreira@uab.pt

[5] Professora do Instituto Politécnico de Bragança (IPB). Doutora em Estudos da Criança. E-mail: elza@ipb.pt

[6] Professor do Instituto Politécnico de Bragança (IPB). Doutor em Engenharia Eletrotécnica e de Computadores. E-mail: vg@ipb.pt

INTRODUÇÃO

O trabalho é parte da construção humana, não só pelo sustento, mas também pela relação que se estabelece com a realização pessoal do indivíduo. No desenvolvimento das atividades laborais inúmeras relações são estabelecidas, condicionadas a complexidade e sobrecarga de atividades, bem como das múltiplas exigências. Nessa direção, compreender a profissão do "ser" professor de ensino superior pressupõe refletir a complexidade do ambiente de trabalho e a qualidade de vida e saúde desses profissionais, visto que o ambiente de trabalho é reconhecido entre os fatores que mais influenciam na percepção dessas situações.

Nessa direção, ao considerar o professor do ensino superior e suas atribuições, percebe-se que esta realidade é muito presente, existindo incompatibilidade entre as inúmeras exigências de atualização, capacitação e multitarefas a serem desenvolvidas, que, por vezes, vão além das capacidades físicas e psicológicas que o professor pode suportar.

Atendendo ao exposto, questiona-se o quanto a carga de trabalho e as multitarefas influenciam no adoecimento dos professores de ensino superior? A partir desta problematização, considera-se a hipótese de que os professores de ensino superior estejam adoecendo, no ambiente de trabalho, devido às inúmeras cobranças e às multitarefas atribuídas pela tríade acometida à da educação no ensino superior: ensino, pesquisa e extensão, agregando-se a estas dimensões ainda um quarto fator: as atividades administrativas.

Como objetivo geral da pesquisa, apresenta-se a identificação e análise da percepção da qualidade de vida e saúde dos professores estatutários de uma Universidade Pública no Estado do Paraná. No desenvolvimento do estudo, procurou-se a compreensão dos fatores que ocasionam o adoecimento dessa população, assinalando as possibilidades e os limites que permeiam a organização do seu trabalho.

O estudo se justifica na necessidade de compreender como as condições de trabalho que impactam a saúde e o bem-estar dos professores estatutários em uma Universidade Pública do Paraná, bem como na identificação das causas do adoecimento, visando a contribuição no desenvolvimento de políticas institucionais mais eficazes direcionadas ao suporte desses profissionais, ao que reforça a relevância deste estudo.

Para o desenvolvimento da pesquisa, o estudo exploratório, de caráter misto (qualitativo-quantitativo), foi eleito como abordagem metodológica, visando à abrangência e ao aprofundamento do tema, por meio do levantamento bibliográfico e do estudo de campo, efetivado pela aplicação de um questionário estruturado, direcionado aos professores estatutários de uma universidade pública no Oeste

do Paraná. Como suporte ao estudo, considerou-se a discussão conceitual dos impactos do trabalho docente na percepção da qualidade de vida e saúde dos professores, em discussão a precarização e intensificação do trabalho docente no contexto do ensino superior.

O Estudo apresenta-se estruturado em três macro seções, a primeira confere ao referencial teórico, momento em que caracterizar o trabalho docente no contexto acadêmico, pautando na precarização e na intensificação do trabalho, bem como seus impactos na saúde mental desses profissionais; a segunda seção confere ao percurso metodológico desenvolvido, destacando que os dados apresentados neste estudo fazem parte de uma de dissertação de mestrado no qual se buscou maior exploração e aprofundamento dos dados, com a contribuição de autores de outras instituições; e por fim, a última seção trata-se da apresentação dos resultados e discussão dos dados. Finalizado as reflexões apresenta-se a conclusão do estudo, considerando os principais resultados, limitações e indicações de estudos futuros.

REFERENCIAL TEÓRICO

Na concepção de Dejours (2015), a organização do trabalho designa-se como a "divisão do trabalho, o conteúdo da tarefa (na medida em que ele dela deriva), o sistema hierárquico, as modalidades de comando, as relações de poder, as questões de responsabilidade, etc" (p. 29).

No ambiente de trabalho a dualidade saúde/doença de um indivíduo está diretamente ligada à capacidade de resistir aos fatores que podem levar ao adoecimento, sendo essa capacidade amparada pela qualidade das relações sociais com os colegas (DEJOURS, 2015). Contudo, a ausência do suporte social pode favorecer o adoecimento. Nessa relação a organização do trabalho configura-se em um conjunto de ações que apoiam o desenvolvimento da atividade e determinam os vínculos sociais (REIS, 2023).

Neste contexto, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) indica a profissão docente como uma das profissões que mais manifesta fatores de stress (REDDING; HERING, 2019; JUÁREZ GARCÍA; 2021), ocasionados pela precarização e intensificação das atividades laborais, repercutindo-se negativamente nas condições de saúde e que, consequentemente, afetam o desempenho profissional (ARAÚJO; PINHO; MASSON, 2019). Na rotina do trabalho docente, essa realidade não é diferente, uma vez que as inúmeras transformações que constituem a organização do trabalho podem ocasionar a vulnerabilidade e adoecimento desses profissionais.

Conforme determinado pela da 8ª Conferência Nacional de Saúde de 1986, o conceito de saúde "consiste em um conceito mais amplo que vai além da ausência de doenças, sendo resultante das

"condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse da terra e acesso a serviços de saúde" (BRASIL, 1986, p. 4).

Nesse sentido, a saúde deve ser considerada sobre um conjunto de ações e práticas a serem desenvolvidas com vista ao bem-estar. Nos dias atuais é comum depararmo-nos com professores de diferentes níveis de ensino, sendo afastados do trabalho por estarem adoecidos física ou mentalmente (TOSTES *et al.,* 2018, CANCIAN *et al*., 2023). Tal condição pode ser atribuída às cobranças ocasionadas pelo constante movimento mercadológico e tecnológico do mundo do trabalho que está cada vez mais intenso (ALBUQUERQUE *et al*., 2018).

Ao tratar do trabalho docente, Pinto, *et al*. (2018) afirmam que este se configura pela construção de "identidades, sentidos e significados" (p.5), que ocorrem, por intermédio das atribuições sociais, políticas e estatais, provindas em forma de mercadoria. O desdobramento das distintas configurações "sofrimento-prazer", implicam a vivência de relações "favoráveis ou desfavoráveis" à saúde, afetando o equilíbrio psicossomático, variando a partir do "reconhecimento ou não reconhecimento do/no trabalho", como táticas defensivas instituídas pelo coletivo de trabalho (PINTO *et al.,* 2018, p. 5).

A organização do trabalho docente tem-se modificado nas últimas décadas, marcado por mudanças no contexto produtivo, inserido gradativamente inserida na lógica de produção capitalista, tais mudanças trazem, como consequências, a intensificação e o acréscimo das cobranças do seu trabalho. Essa condição compromete não somente a saúde física, mas também a saúde mental, do professor de ensino superior (BARTKOWIAK *et al*., 2022), bem como o sentimento por ele atribuído à condição de trabalho.

Porém, este cenário, de precarização do trabalho docente, passou a ser percebido, no Brasil, desde o regime militar somente a partir da aprovação da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional - n.º 9.394/96 em que o trabalho docente passa a intensificar-se (PIOVEZAN; DAL RI, 2016).

Reis (2022) e Cancian *et al*. (2023), chamam a atenção para as condições de trabalho do professor, enfatizando que mais importante do que uma boa remuneração, é a valorização profissional. Tal percepção está ligada à satisfação pessoal do trabalho. Os autores destacam que o desgaste físico, emocional e intelectual, ao qual o professor está exposto oferece maior risco de adoecimento e perda de qualidade de vida no trabalho em relação a outros fatores. Outro ponto de stress apontado Medina-Benavides e Altamirano-Hidalgo (2023), é o crescente número de estudantes matriculados em cada turma o que por vez sobrecarrega o professor.

Ao considerar a carga de trabalho e as múltiplas atividades desenvolvidas pelos professores de ensino superior, Borsoi (2012) considera que muitas das tarefas que realiza são, efetivamente,

> [...] não produtivas e apenas furtam tempo significativo de uma jornada, nada acrescentando ao docente e à instituição. Isso é caracterizado como extremamente oneroso e é percebido como uma demanda que 'emperra a produção académica'. Mas não apenas isso. Esse 'emperrar' a produção académica conduz o docente a se sentir improdutivo, apesar de considerar que trabalha em demasia (p. 98).

Smith *et al.* (2022), descreve que o ambiente de trabalho corporativo é dependente de processos competitivos, incluindo um sistema de avaliação de mérito e emprego precário. Nessa direção, Oliveira e Ferreira (2019) apontam que a intensificação do trabalho docente esteja ligada ao ritmo, à velocidade e a diversas cobranças no ambiente de trabalho.

Sobre a precarização do trabalho docente, Pedraza (2024) aponta que o volume de trabalho desenvolvido por professores temporários no México é maior quando comparado à percepção dos professores efetivos. Segundo o autor, essa condição é favorecida "devido à sua situação de contratação, [os professores temporários] sofrem instabilidade trabalhista, alternando-se entre períodos de contratação e de desemprego. Isso os torna sujeitos perfeitos à precarização, por não contarem com regularidade nas contratações" (p. 82).

Outro ponto destacado por Smith *et al.* (2022), são os estigmas relacionados as doenças mentais, evidenciado pela cultura competitiva e individualista no qual se desenvolve o trabalho docente. Tal condição, segundo os autores, impactam negativamente na qualidade de vida e saúde mental desses profissionais, uma vez, que reconhecer a necessidade de ajuda representa ser rotulado como fraco ou incapaz, afetando significativamente não só o bem-estar como, também, o desempenho acadêmico.

O Stress ocupacional é apontado por Pinho *et al*. (2024), ao demonstrar à intensificação das atividades laborais, apontando a necessidade de responsabilização dos gestores pela crescente insatisfação e prevalência de transtornos mentais e sintomas ansiosos e depressivos apresentado pelos professores.

Martins, Schmitt e Alves (2022) enfatizam que as inúmeras transformações na organização do trabalho são motivadas pelo produtivismo e pelas suas inúmeras cobranças, contribuindo para o aparecimento de muitas síndromes, entre elas a Síndrome de Burnout.

De acordo com Oliveira (2020):

> [...] assim como em outros ambientes de trabalho, a Síndrome de Burnout na educação é um fenómeno complexo que resulta da interação de fatores individuais, geralmente, inicia-se com stresse laboral, progredindo gradativamente para o mal-estar que incapacita o indivíduo a desenvolver as tarefas com satisfação, posteriormente, perde-se a autoestima, evoluindo para baixos níveis de ilusão pelo trabalho, fatores estes, que contribuem efetivamente para o desgaste psíquico e a indolência (p. 2).

Sobre a Síndrome de Burnout, Oliveira (2020), Schimit e Alves (2022), Cancian *et al*. (2023) acrescentam que a ausência de sentimentos, emoções e entusiasmo no trabalho pode ter outras causas, mas, na maioria dos casos, o que impulsiona o adoecimento é a sobrecarga de trabalho. Castañeda, Pesqueira e Rodríguez (2022) complementam que os professores cometidos pelo stress laboral, possuem maior predisposição para ser acometidos pela Síndrome, que por vez impacta na qualidade de vida. Rodríguez *et al.* (2023) sugere que "a presença de sintomas emocionais e comportamentais, como negação e apatia, sugere uma complexidade que vai além do meramente físico" (p. 734) [tradução nossa].

Sobre os impactos do estresse no desempenho profissional dos professores de ensino superior, Lopéz *et al*. (2023) pondera que esses são significativos, uma vez que, o stress crônico reduz a qualidade do ensino, além de comprometer o relacionamento interpessoal entre professor/estudante, bem como seu bem-estar físico e mental, e a longo prazo, vir acarretar desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

As inúmeras mudanças ocasionadas pela globalização têm determinado que os trabalhadores sejam cada vez mais polivalentes e versáteis, da mesma forma nas instituições de ensino superior (MEDINA-BENAVIDES; ALTAMIRANO-HIDALGO, 2023). Essa relação de polivalência se atribui ao aumento da quantidade de trabalho desenvolvido, aspecto que, por sua vez, exige maior desempenho e gasto de energia pessoal, cognitiva, física e mental, impossibilitando-o de usufruir dos pequenos intervalos de descanso, condição essa também permeada pelo ranqueamento meritocrático imposto pelos sistemas de educação (ALBUQUERQUE *et al*., 2018; MEDINA-BENAVIDES, ALTAMIRANO-HIDALGO, 2023; PINHO *et al.* 2024).

López *et al.* (2023, p. 3043) pondera que o "local de trabalho dos professores universitários, o stress pode estar associado a cargas de trabalho pesadas, à pressão para manter elevados padrões académicos e à gestão do tempo, e a ansiedade pode surgir na preparação de aulas, apresentações e avaliações". Freitas e Navarro (2019), ao consideram a condição de precarização nas condições do trabalho, asseguram que a condição se intensifica no que diz respeito aos professores do ensino superior público, e que essa condição se tem manifestado com maior frequência.

Ao considerar a precarização e a intensificação do trabalho docente Park e Baumeister (2017) e Hooker, Masters e Park (2018) apresentam o sentido de vida como ponto fundamental na redução do stress, diante dos impactos de eventos negativos, e de promoção da saúde, estratégia condicionada ao enfrentamento das condições laborais dos professores do ensino superior.

Batista *et al.* (2022) apontam que as mudanças ocasionadas pela pandemia afetaram a condição de trabalho de todas as pessoas, ao impor o trabalho remoto. Com o fechamento das instituições de ensino superior, professores e pesquisadores foram forçados a se adaptar rapidamente a nova realidade.

No contexto da pandemia vários estudos se dedicaram a verificação dos impactos ocasionados pelo ensino remoto emergencial em diferentes partes do mundo (ZAMARO; PRADOS, 2021; KITA; YASUDA; GHERGHEL, 2022; BARTKOWIAK *et al.* 2022; ORREGO, 2022; MUNIZ, *et al*. 2023; MACÊDO *et al.* 2024*).* Em consenso os estudos demonstraram o expressivo aumento de carga de trabalho ocasionado pela mudança de metodologias de ensino, uma vez que os professores tiveram que aprender e se adaptar em tempo recorde ao uso das múltiplas plataformas de ensino, a fim de atender a demanda. Fator esse que impactou não só na qualidade do ensino, mas também nos relacionamentos sociais em diferentes esferas, afetando negativamente a percepção da qualidade de vida, agravando a condição de saúde física, mental e emocional, não só dos docentes, mas de toda a comunidade acadêmica.

A adoção do ensino remoto e/ou ensino a distância (EaD), apresentou inúmeros desafios aos professores de ensino superior, incluindo a adaptação ao novo contexto, a falta de treinamento adequada, a gestão do tempo, a separação entre a vida pessoal e profissional, avaliação dos estudantes, sentimento de sobrecarga causada pela exaustão do uso excessivo do computador (FLORES, GAGO, 2020; SEABRA, AIRES, TEIXEIRA, 2020; VIEIRA; MEIRINHOS, 2021; MARRINHAS *et al.* 2023).

Kita, Yasuda e Gherghel (2022) apontam que mesmo antes da pandemia a condição de saúde mental dos docentes do ensino superior já era observada, ressaltando que os "membros do corpo docente nas universidades têm saúde mental precária em comparação com membros de outras profissões. " (p. 4).

O estudo desenvolvido por Kush *et al.* (2022) demonstra que os professores, quando comparados a profissionais de outras áreas, apresentam uma prevalência significativamente maior de resultados negativos relacionados à saúde mental. Profissionais de outras categorias se mostraram menos propensos a apresentar sintomas de ansiedade. Além disso, os autores apontam que os professores que atuavam no ensino remoto eram significativamente mais propensos a relatar sintomas de ansiedade.

Em outro estudo, desenvolvido por Orrego (2022), os problemas de saúde mental durante a pandemia foram mais evidenciados em mulheres, em especial nas mais jovens, efeito da adaptação ao processo de formação, as novas condições de trabalho, incluindo o medo de contágio.

Marrinhas *et al.* (2023) apontam que professores e pesquisadores do ensino superior vivenciam niveis moderados da Síndrome de Burnout e technotress, embora as sintomologias tem se revelado predominantemente maior. O conceito de "tecnoestresse" foi apresentado por Craig Brod em 1984 como sendo "uma doença de adaptação moderna causada pela incapacidade de lidar com novas tecnologias de computador de forma saudável" (DRAGANO; LUNAU, 2020, p. 408). Sobre a sintomatologia, MARRINHAS *et al*. (2023), apresentam:

> [...] indicadores sociodemográficos, incluindo gênero e idade, e indicadores profissionais, incluindo experiência profissional, contexto (ou seja, público ou privado) e vínculo (ou seja, professor definitivo, temporário ou convidado), tipo de instituição (ou seja, universidade ou politécnica) e atividades profissionais nas quais se está envolvido, foram considerados fatores significativos (p. 09).

Destaca-se que a saúde do professor está associada às condições em que ele se encontra, capazes de produzir sentimentos de satisfação e/ou insatisfação relacionadas ao exercício da profissão. Portanto, a qualidade de vida relacionada às atribuições do trabalho está intimamente ligada às condições de saúde e bem-estar, considerando os aspectos físicos e ambientais, bem como os psicológicos e sociais que constituem o seu ambiente de trabalho.

MÉTODO

Na constituição dos dados duas modalidades de investigação foram adotadas, sendo a revisão bibliográfica narrativa e o estudo de campo. A revisão bibliográfica teve por base as principais bases bibliométricas (*Web of Science e Scopus*), bem como registos bibliométricos indexados a outros indexadores ou não em língua inglesa, espanhola e português.

O estudo é descrito como uma pesquisa mista (qualitativa-quantitativa), de caráter exploratório com delineamento descritivo. Nesse contexto explorou-se a temática com recolha de dados em um único momento temporal, caracterizado pelo estudo transversal (CRESWELL; CRESWELL, 2022), desenvolvido a partir do método de coleta *Survey* pelo qual se procurou a extração das informações diretamente com as pessoas, respeitando a individualidade e opiniões, por meio de um questionário pré-definido.

O uso do método misto de pesquisa justifica-se pela necessidade de um trabalho multidisciplinar, no qual se buscou abranger todos os fenômenos que um único enfoque seria insuficiente para trabalhar e, a combinação dos métodos, consiste em uma tentativa de minimizar potenciais pontos fracos (LEAVY, 2022).

Procedimentos éticos e de coleta de dados

Ressalta-se que os dados apresentados no presente artigo constituem uma fração dos dados recolhidos, constituintes de uma dissertação de mestrado de um dos autores, cuja abordagem é a qualidade de vida e saúde dos professores universitários. Salienta-se que o projeto de pesquisa foi submetido a Plataforma Brasil, passando pela apreciação do comitê de ética da Universidade do Oeste

do Paraná (UNIOESTE), recebendo o parecer de aprovação sob o número 3.420.063, autorizando a recolha de dados.

Destaca-se que o instrumento utilizado passou previamente pela verificação e validação da eficácia por meio de dois testes-piloto. O primeiro foi aplicado a cinco voluntários que atuavam como professores em instituições de ensino superior privadas, porém, sem vínculo com a instituição pesquisada. O segundo teste foi aplicado após as correções e contou com a participação de três professores voluntários que atendiam às especificações da pesquisa, atendendo aos critérios de inclusão. Destaca-se ainda que tais profissionais foram excluídos da amostragem.

Complementa-se que o instrumento de pesquisa passou pelo crivo e análise de sete profissionais das diversas áreas da educação e da saúde, antes e após a aplicação dos testes piloto. A constituição dos dados ocorreu do final de agosto a meados de novembro de 2019, portanto, antes do início da pandemia, sendo a recolha de dados presencial em único momento.

O procedimento de recolha foi conduzido da seguinte forma: primeiramente se estabeleceu contato com os coordenadores de curso, que autorizaram a participação e divulgação do estudo aos professores durante as reuniões de colegiado, bem como envio da carta convite e apresentação do estudo e caracterização do instrumento de pesquisa. Este correspondia a uma série de questões organizada em blocos, com perguntas abertas e objetivas, a serem respondidas de forma autônoma e independente (THIOLLENT, 2022).

Após a apresentação da temática e objetivos, os professores foram convidados a participar do estudo. Os professores que aceitaram participar do estudo de forma voluntária receberam com o questionário o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), que foi assinado em duas vias, sendo uma do pesquisador e uma do participante. No momento do recebimento do questionário, o TCLE foi separado do instrumento preservando o anonimato dos participantes.

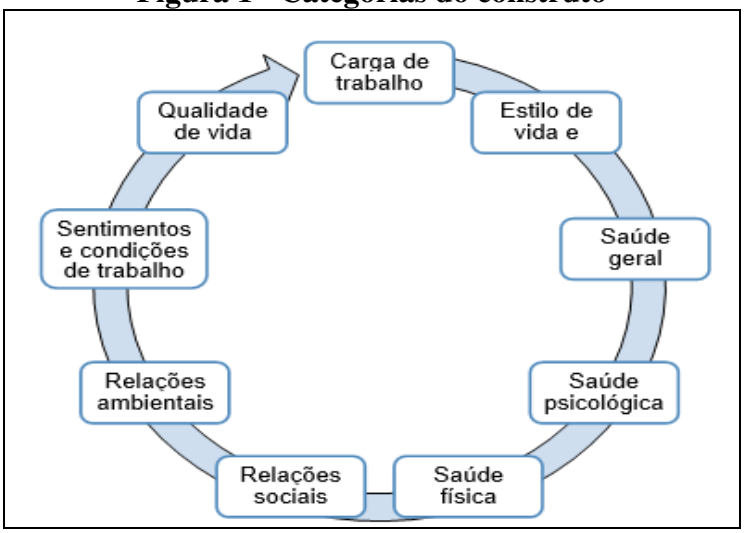
Participantes

A pesquisa considerou como base a amostra não probabilística, por acessibilidade e/ou conveniência, desprovida de rigor estatístico, totalizando a participação voluntária de 94 professores, com idade média 47,17 anos, sendo 50% do sexo feminino. Como critério de inclusão acolheram-se professores efetivos de caráter estatutário, com carga horária de 20 e 40 horas, atuantes na instituição pesquisada. Foram excluídos da amostra professores em caráter celetista (temporários), professores que ocupavam cargos administrativos e profissionais das demais áreas de caráter técnico ou colaborativo.

Instrumento

O instrumento de constituição de dados refere-se ao questionário estruturado, desenvolvido pelos próprios pesquisadores. O qual foi desenvolvido atendendo a categorias de análise definidas a priori, balizado pela investigação da qualidade de vida e saúde dos professores a partir da percepção das múltiplas relações que se constitui o ambiente de trabalho, conforme apresentada na Figura 1.

Figura 1 - Categorias do construto



Fonte: Elaboração própria.

O instrumento contempla dez blocos de questões, sendo um bloco de questões sociodemográficas, e outros nove referente a cada categoria pré-definida. Neste estudo considerou-se a discussão centrada nas seguintes especificações (1) sobrecarga de trabalho (precarização e intensificação); (2) saúde em aspectos gerais (uso de medicamentos e cuidados com a saúde); (3) Ambiente de trabalho (relações sociais e ambientais); (4) sentimentos em relação ao ambiente de trabalho (5) percepção da qualidade de vida.

Procedimentos de análise de dados

Para a análise dos dados adotou-se a triangulação proposta por Flick (2013), sendo esta a combinação de diferentes técnicas na perspectiva de estudar um tema e responder a um problema de pesquisa, proporcionando a compreensão dos diversos fenômenos apresentados pelos dados da pesquisa. Após a recolha dos questionários, os mesmos foram codificados, tabulados e armazenados em planilhas

do Excel 2016 para análise posterior. Utilizado o software IBM Statistical Package for the Social Science (IBM SPSS), versão 22.0 versão para português, adotando-se a análise descritiva por frequência e porcentagem.

RESULTADOS

A pesquisa contou com a participação voluntária de 94 professores universitários estatutários, 47 (50%) do sexo masculino, com idade média de 48,02 anos, e 47 (50%), do sexo feminino, com idade média de 46,32. Em relação à titulação dos professores, 4 (4,3%) possuíam especialização, 17 (18,1%) mestrado, 73 (77,6%) doutoramento.

Considerando que a carga horária de trabalho representa o tempo disponibilizado para o comprimento das atividades laborais, perguntamos aos professores quantas horas em média destinavam apenas para o cumprimento de tais atividades, dados expostos na Tabela 1, por frequência (F) e percentagem (P).

Tabela 1 - Carga horária

Carga horária	Docentes	
	Frequência	Percentagem
20 horas	12	12,8%
40 horas	62	66%
+ de 40 horas	20	21,3%
Total	94	100,0%

Fonte: Elaboração própria.

Os dados demostram que a maioria dos professores possuía, no momento do estudo, uma carga horária efetiva de 40 horas, se sobressaindo em alguns casos, evidenciando uma sobrecarga de trabalho que ultrapassa aquele padrão, determinada pelo regime de contração, próprio da universidade de acordo com Resolução n.º 034/2000-COU, que estabelecia a carga horária máxima de 40 (quarenta) horas/aula semanais.

Considerando o número de horas de trabalho e as atribuições da profissão, alguns questionamentos foram direcionados aos professores. As questões e os respectivos dados analisados são apresentados na Tabela 2, por frequência (F) e percentagem (P).

Tabela 2 - Frequência/carga de trabalho

	Com que frequência...	Nunca		Poucas vezes		Várias vezes		Frequentemente	
		F	P	F	P	F	P	F	P
C01	Percebe que não conseguiu dar conta atividades que se propôs fazer?	3	3,2	12	12,8	23	24,5	56	59,6
C02	Considera que a jornada de trabalho é suficiente para dar conta das multitarefas que compõem a função do ser professor Universitário?	18	19,1	46	48,9	11	11,7	19	19,9
C03	Tem a necessidade de dar continuidade às atividades de pesquisa fora do expediente de trabalho?	1	1,1	14	14,9	23	24,5	56	59,6

Fonte: Elaboração própria.

Os dados da questão C01 demonstram que a maioria dos professores frequentemente não conseguia finalizar todas as atividades que lhes eram atribuídas e/ou que se propunham a executar durante o expediente de trabalho. Os dados da questão C02 apontam que na percepção dos professores a jornada de trabalho de contrato de 40 ou 20 horas, poucas vezes ou nunca eram o suficiente para dar conta das multitarefas atribuídas à função.

Na questão C03 relacionaram-se as atividades intelectuais, direcionadas à produção e publicação científicas, na qual os professores apontaram que frequentemente essas atividades são desenvolvidas fora do ambiente de trabalho. A resposta dos professores evidencia que tais atividades transpõem a vida profissional, invadindo a vida pessoal e comprometendo o tempo de descanso e as relações familiares. Nessa relação, destacam-se os possíveis impactos negativos na percepção da qualidade de vida dos professores, podendo contribuir para o adoecimento físico e mental ocasionado pelo stress laboral.

Considerando que o ambiente de trabalho é capaz de despertar, estimular e proporcionar a emergência de diversos tipos de sentimentos e sensações, e que estes podem influenciar de forma direta e/ou indireta na qualidade de vida e no processo de saúde/doença dos professores, procuramos identificar alguns sentimentos positivos e negativos que foram despoletados pelo ambiente de trabalho docente. Desse modo, perguntamos aos professores que classificação eles atribuíam aos sentimentos listados. Os dados são apresentados na Tabela 3, por score médio e desvio padrão.

Tabela 3 - Sentimento em relação ao trabalho

Sentimentos positivos	Score médio	Desvio padrão	Sentimentos negativos	Score médio	Desvio padrão
Disposto	6,7	±2,2	Cansado	7,6	±8,7
Empolgado	6,3	±2,3	Impaciente	4,8	±2,8
Produtivo	7,9	±8,6	Irritado	4,4	±2,8
Satisfeito	6,4	±2,4	Triste	3,8	±3,0
Feliz	6,8	±2,4	Frustrado	3,9	±3,0
Estimulado	5,5	±2,5			
Média	6,6	±0,8	Média	4,9	±1,6

Fonte: Elaboração própria.

A percepção dos professores aponta para um sentimento positivo de satisfação, apresentando um score médio de 6,6, caracterizado como "bom". Na percepção dos professores que manifestaram sentimentos negativos, a escala foi aplicada de forma invertida, pois na caracterização geral do score médio, a percepção que se destaca como "bom" demonstra a fidedignidade nas respostas. Contudo, cabe ressaltar os sentimentos de produtividade e cansaço, evidenciando-se a mercantilização do trabalho docente.

A autopercepção de saúde está diretamente associada aos aspectos e percepções culturais, sociais e ambientes do próprio indivíduo. O modo como o sujeito percebe a sua saúde contribui para uma abordagem que tenha como desígnio a qualidade de vida e, desse modo, classifica-se a subjetividade do sujeito no conhecimento e informações da saúde e os aspectos socioculturais envolvidos (MARTINS; SCHMITT; ALVES, 2022; CANCIAN *et al*., 2023).

Considerando a percepção subjetiva dos professores em relação à condição de saúde, perguntamos como consideram a sua condição de saúde. Em resposta, salientam-se os seguintes dados: 7 (7,4%) excelente; 30 (32%) muito boa; 42 (44,7%) boa; 12 (12,8%) regular e 3 (3,2%) ruim. A análise dos dados demonstrou que os professores, ao considerarem a sua condição de saúde em aspectos gerais, relacionados à saúde física e mental, bem como à própria percepção cultural, social e ambiental, na maioria das vezes, consideraram que possuem uma condição de saúde classificada entre "boa e muito boa".

Conforme os dados, cerca de 1/3 da amostra sofria de alguma enfermidade. Esses fatores, associados à idade, e possíveis casos de sedentarismo e sobrepeso, podem contribuir para um cenário desfavorável, colocando-os em um grupo de risco adicional.

Perguntamos aos professores se eles fazem uso de medicação de uso contínuo. Conforme os dados, 52 (55,3%) dos participantes faziam uso contínuo de algum tipo de medicação no momento da recolha de dados, enquanto 42 (47,7%) não utilizavam nenhum tipo de medicação de uso contínuo. Dos 52 (55,3%) participantes que faziam uso de medicação, 33 (35,1%) tinham alguma doença crônica não transmissível (DCNT). Entre as comorbidades relatadas pelos docentes observou-se prevalência de hipertensão, colesterol e/ou triglicerídeos, diabete ou pré-diabete (com uso de medicação). Com menor incidência foram mencionadas condições como esteatose hepática (gordura no fígado), hipotireoidismo, enxaqueca crônica e labirintite.

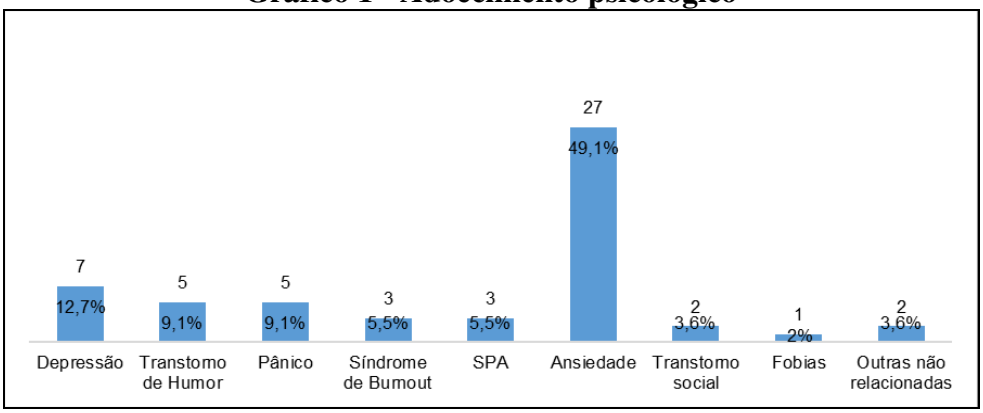
Em comparação aos 52 (55,3%) dos participantes que faziam uso de medicação, dos quais 33 (35,1%) tinham alguma DCNT, constatou-se uma diferença de 19 (20,21%). Isso sugere que o uso dos medicamentos de forma contínua ou 'quase contínua' está relacionada a distúrbios que os participantes

consideraram como ‘pormenores’ como dores de cabeça, de estômago, esgotamento físico, cansaço excessivo, entre outros, sem causa definida.

A análise do bloco de questões sobre saúde geral permitiu-nos construir um panorama das condições reais vivenciadas pelos professores. Os dados revelaram que a percepção subjetiva dos docentes, em relação à saúde de forma global, variava entre ‘boa e muito boa’. No entanto, o alto número de professores que faziam uso contínuo de medicação, e que apresentavam DCNT, conforme os dados, foi considerado um número relativamente expressivo.

A saúde mental pode ser influenciada por diferentes fatores. Conforme Tostes, *et al*. (2018), Oliveira, *et al*. (2020), Moura, Nunes e Ferreira (2023), a combinação de fatores sociais (pessoais, coletivos e/ou laborais), somada a fatores biológicos, pode resultar em problemas de saúde mental. Independentemente do gatilho específico, essa problemática pode impactar significativamente na vida das pessoas na totalidade. Nesse contexto 34/94 professores declararam ter um diagnóstico conclusivo de adoecimento psicológico. Dentre eles, 24 (70,6%) são do sexo feminino e 10 (29,4%) do sexo masculino. Diante do exposto, procuramos identificar as doenças psicológicas que mais afetavam os professores da universidade. Para isso, perguntamos aos professores, que afirmaram ter uma doença psicológica diagnosticada, quais eram essas doenças. Os dados são apresentados no Gráfico 1, por frequência (F) e percentagem (P).

Gráfico 1 - Adoecimento psicológico



Fonte: Elaboração própria.

A partir dos dados constatou-se, no grupo pesquisado, que a ansiedade, seguida da depressão, são as doenças psicológicas com maior número de diagnósticos. Outro fator a ser destacado, é o apontamento do estresse laboral como causador do adoecimento mental pontuado por 17/94 dos professores participantes.

Sobre o estresse, Liip (2015) afirma que “é fundamental descobrir a causa do problema e desenvolver estratégias de enfrentamento para lidar não só com o episódio presente, mas também com

futuras ameaças de stress excessivo" (p. 9). Ainda segundo a autora, o uso de medicação pode ajudar, no entanto, cria-se a probabilidade de resistência, em compreender os fatores de stress, tornando necessário aprender a" (1) entender o que o estressou, (2) reconhecer os sintomas, (3) identificar seus limites de resistência e (4) lidar com as causas" (LIIP, 2015, p. 9).

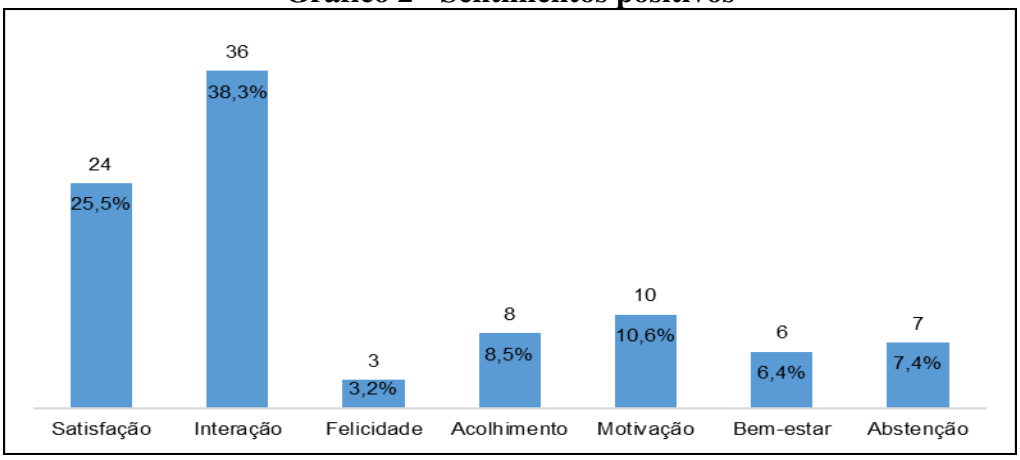
A partir da análise comparativa da saúde mental constatou-se a associação de vários distúrbios psicológicos que tinham o potencial de evoluir, por exemplo, para a síndrome de Burnout. Essa síndrome, descrita pelo psicólogo estadunidense Freudenberger em 1974, é caracterizada pelo esgotamento físico e mental, relacionado ao sentimento de fracasso e à falta de energia, atribuída às condições laborais (FREUDENBERGER, 1974).

Sentir-se bem fisicamente significa ter a capacidade de realizar todas as atividades da vida diária (SANTOS; ESPINOSA; MARCON, 2020), compreendendo que as dores podem estar relacionadas a patologias que afetam a execução das atividades laborais. Estas podem influenciar não apenas o desempenho no trabalho, mas também as relações sociais e a qualidade de vida percebida pelo indivíduo. Nesse contexto procurou-se identificar algumas questões que podiam estar a causar desconforto físico e/ou doenças físicas relacionados às condições laborais.

Dos 94 participantes, 34 (36,2%) relataram ter alguma dor ou desconforto nas articulações. Em relação a problemas posturais, 47 (50%) participantes afirmaram sentir alguma dor ou desconforto atribuído à má postura. Doenças relacionadas a movimentos repetitivos foram identificadas em 14 (14,9%) participantes. Perante os diversos problemas, relacionados à saúde física identificados, perguntamos aos participantes se haviam recebido algum diagnóstico de doença laboral, desenvolvida em decorrência do cumprimento da profissão. Em resposta, obtiveram-se 87 (92,6%) respostas negativas, de que não tinham recebido nenhum diagnóstico, enquanto 7 (7,4%) participantes afirmaram ter diagnósticos relacionados a lesões por esforços repetitivos (LER), distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT), lordose, hérnia de disco, desgaste na coluna, bursite, problemas circulatórios e varizes.

As relações sociais providas no ambiente de trabalho colaboram no aspecto geral da percepção da qualidade de vida dos indivíduos. O ambiente de trabalho é propício para tais relações, que podem ser tanto obrigatórias quanto voluntárias, sendo capazes de produzir sentimentos e sensações positivas e agradáveis, bem como negativas e desagradáveis. As experiências obtidas das relações no trabalho contribuem diretamente para o bem-estar ou para o mal-estar social e mental do grupo como um todo (MACEDO; 2012, BROCH, 2018). Partindo dessa concepção, perguntamos aos professores quais eram os seus sentimentos no contexto das relações sociais obrigatórias. Os dados são apresentados nos Gráficos 2 e 3, por frequência (F) e percentagem (P).

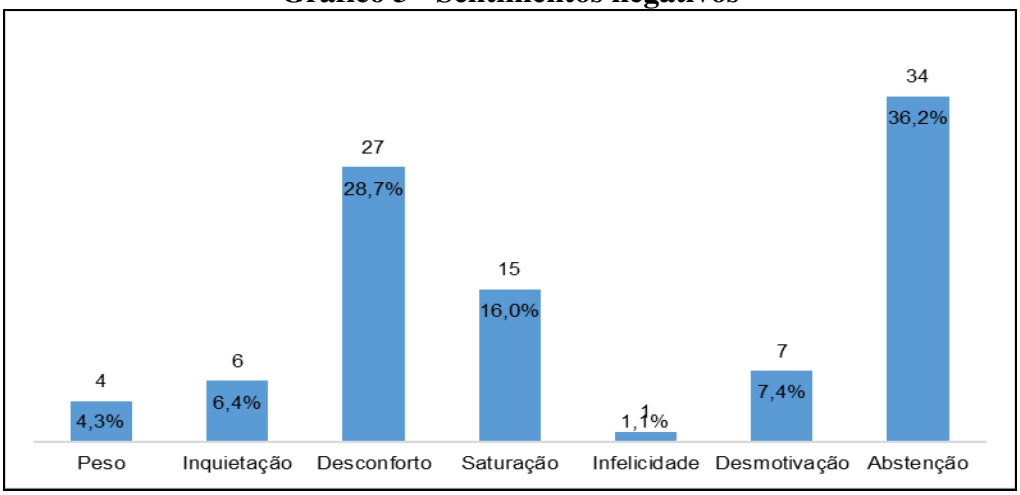
Gráfico 2 - Sentimentos positivos



Fonte: Elaboração própria.

Considerando as relações sociais, os professores apontam como sentimento positivo percebido nas relações sociais o sentimento de 'interação' seguido da 'satisfação', mesmo essas sendo obrigatórias no desenvolvimento no ambiente de trabalho. As abstenções apresentadas tanto no Gráfico 2 e 3, são condicionadas a não obrigatoriedade de resposta dos participantes, o que representa que tal sentimento pode não ser sentido ou percebido pelo docente nessa relação.

Gráfico 3 - Sentimentos negativos



Fonte: Elaboração própria.

Quanto aos sentimentos negativos são apontados o 'desconforto' seguido da 'saturação'. Tais sentimentos podem limitar o o acesso e a exposição de informações, evidenciando-se a desmotivação diante das interações, bem como desenvolvimento das atividades laborais, contribuindo para o adoecimento.

O ambiente de trabalho é constituído por diversos fatores, positivos e/ou negativos e, tais fatores, podem influenciar diretamente no desempenho e na qualidade das atividades desenvolvidas, afetando a qualidade de vida no trabalho, nos aspectos ambientais, sociais, bem como na saúde física e psicológica. Nesse contexto, perguntamos aos professores sobre como eles consideravam o seu ambiente de trabalho (em aspectos gerais), presumindo que, na maioria das vezes, o ambiente é considerado em uma escala de 'ruim a ótimo'. Dos dados obtiveram-se as seguintes respostas: 17 (18%) ruim; 19 (20,2%) regular; 42 (43,6%) bom; 18 (18,1%) ótimo. Em aspectos gerais, a maioria dos professores considera o ambiente de trabalho como 'bom', contudo, cabe destacar que uma proporção dos participantes se encontra insatisfeito com as condições do ambiente de trabalho.

Ao consideramos os aspectos da qualidade de vida sobre os domínios da saúde mental, da saúde física, das relações sociais e das relações ambientais, constatou-se a ausência de qualidade de vida dos professores, influenciada pelas dimensões negativas atribuídas ao adoecimento físico e mental, ao desconforto e à desmotivação promovida pelas relações sociais, tendo os fatores de descontentamento relacionados ao ambiente físico de trabalho que nem sempre satisfazem a necessidade do professor para o desenvolvimento das atividades de trabalho.

Destaca-se ainda que outros fatores considerados estão relacionados à carga excessiva de trabalho, ao sentimento de cansaço atribuído ao trabalho e à condição de saúde geral, constatando-se a presença de docentes com morbidades e/ou comorbidade, podendo comprometer a qualidade de vida em um contexto geral.

DISCUSSÕES

A partir da análise do número de horas de trabalho docente, constatou-se o seguinte: (1) carga horária superior a 40 (quarenta) horas de trabalho semanal; (2) excesso de atividades; (3) extensão do trabalho, para além do ambiente institucional.

A carga excessiva de horas de trabalho, bem como as condições laborais e a extensão da jornada de trabalho, extrapolam a vida pessoal, a fim de suprir as pressões sobre a produtividade (CHIERICHETTI; BACKER, 2021), constatados na presente pesquisa, também foram fatores apontados em outros estudos (BORSOI, 2012; MACÊDO *et al.* 2024).

Conforme Campos e Veigas (2021):

> Questões como a pressão originada das avaliações externas, as ameaças de novas formas de controle, assim como o próprio aumento da intensidade e da sobrecarga de trabalho, que vão de encontro à autonomia dos professores aos diminuídos espaços reutilização da inteligência a prática e da criatividade, trazem sofrimento que podes e tornar patogênico (p. 433).

Moura *et al.* (2019) esclarecem que tais fatores, somados à carga emocional, ocasionam expressivas tensões psicológicas, as quais, se não resolvidas, podem gerar um desequilíbrio entre as emoções e os comportamentos expressos, afetando não somente o estado de saúde mental, mas também comprometem o próprio desenvolvimento do trabalho. Também Campos, Véras e Araújo (2020) apontam que a atual configuração do trabalho docente nas universidades públicas tem sido marcada por um quadro expressivo de precarização do trabalho, de intensificação da jornada diária, excesso de trabalho, falta de financiamento, flexibilização das "relações" laborais e o sucateamento das universidades, fatores que colaboram no desenvolvimento de doenças metais, como a síndrome de Burnout e os transtornos mentais comuns.

Ao ponderar os fatores de stress laboral, Medina-Benavides e Altamirano-Hidalgo (2023, p.7), destacam "as pressões associadas ao trabalho e a sua relação com as responsabilidades docentes, as interações pessoais no ambiente universitário, a estrutura organizacional das instituições de ensino superior, a exigência de criatividade e proatividade", em menor escala, mas que também contribui , os autores apontam o desinteresse de alguns alunos em aprender.

Ribeiro *et al.* (2022) corroboram esta asserção ao apontarem em seu estudo que "a desvalorização, cargas excessivas de trabalho, duplas jornadas, infraestrutura inadequadas, mudanças no processo de ensino, são alguns dos fatores que geram sentimento de impotência, angústia, estresse e esgotamento profissional, favorecendo o adoecimento físico e mental" (p. 1-2).

No presente estudo, os sentimentos apontados pelos professores de produtividade e cansaço, representam a mercantilização do trabalho docente, Diniz (2018), apresenta dados semelhantes aos destacados nesta pesquisa, nomeadamente os que se referem à percepção subjetiva da saúde geral dos professores de ensino superior, classificada, por eles, em um nível correspondente entre "boa" e "muito boa", o que evidencia pouca mudança no quadro geral.

Neste estudo se identificou o uso dos medicamentos de forma contínua ou 'quase contínua' para o tratamento de sintomas e dores sem causa definida. Na mesma direção, Freitas (2015), em seu estudo, constatou o uso de medicação em 54% dos participantes, destacando o uso de anti-inflamatórios, analgésicos, relaxantes musculares e ansiolíticos. Segundo a autora, o uso é justificado pelos docentes como forma paliativa para reduzir as dores e as tensões da atividade docente.

A ansiedade é destacada neste estudo ao apresentar maior número de diagnósticos, contudo, outros apontamentos colaboram no indicativo de que a síndrome de Burnout seja mais presente entre o grupo de professores investigados do que foram apontadas como diagnosticas, uma vez que 17/94 participantes apontam o stress laboral como causa do adoecimento.

Silva *et al*. (2018) ao realizarem um estudo com 52 professores, contaram a prevalência da Síndrome de Burnout entre o grupo pesquisado. A partir da utilização do instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), os autores apontam prevalência nos sintomas de exaustão emocional e despersonificação, fator constatado em 84,4% do grupo. Segundo os autores, esse resultado acende um sinal de alerta sobre as condições de saúde psíquica deste dado grupo de Professores.

Rodríguez *et al.* (2023, p. 734) ponderam que a "classificação de outros sintomas associados ao Burnout, como a comunicação menos assertiva e a dissociação do carácter, reflete a importância de abordar esta síndrome sob múltiplas perspectivas".

Pedraza (2024), ao realizar um estudo em três universidades do México, identificou que as condições de precarização e intensificação do trabalho docente são mais intensas em professores temporários, quando comparadas aos professores efetivos. Nessa análise, o autor aponta três situações problemáticas: a instabilidade contratual, a elevada carga de trabalho e a baixa remuneração, sem a segurança de manutenção do emprego. Esses fatores contribuem para o desenvolvimento da síndrome de Burnout, ocasionada pela exaustão emocional.

O estudo desenvolvido por Lima e Paloski (2024), com 306 professores de ensino superior, aponta preocupação com os docentes tanto na instituição pública, como na privada, ao destacar a saúde mental dos docentes evidenciando a prevalência nos sintomas depressivo, ansioso e stress.

Boas e Morin (2023), ao desenvolver um estudo comparativo entre dos indicadores de qualidade de vida no trabalho entre professores brasileiros e canadense de instituições públicas e privadas, demonstram que o nível de "estresse relacionado ao trabalho dos professores brasileiros é comparável ao nível de estresse relacionado ao trabalho dos professores canadenses, pois, em ambos os casos, o professor universitário é confrontado com os prazos e a ansiedade que seu trabalho provoca. " (p. 8).

Num outro estudo, Victor *et al.* (2022) ressaltam que as experiências no ambiente acadêmico frequentemente apresentam custos emocionais, interpessoais e profissionais significativos. Em seus resultados os autores ressaltam que 40,49% dos professores possuíam diagnostico de saúde mental e que muitos dos participantes que apresentaram dificuldades de saúde mental eram pessoas bem-sucedidos.

Li (2018), ao desenvolver um centrado no bem-estar dos professores universitários pautado nos papéis do capital psicológico, cuja definição conforme Luthans e Youssef (2004) e Irshad e Toor (2008), refere-se à competição condicionada ao desenvolvimento organizacional relacionada ao capital financeiro, humano e social atendendo critérios de autoeficácia, otimismo, esperança e resiliência. Em seu estudo Li (2018), contou com a participação de 412 professores universitários na china, seus resultados apontam que "o capital psicológico dos professores universitários previu positivamente seu

significado na vida ao longo do tempo, mas não vice-versa" (p. 594), demonstrado os impactos na saúde psicológica ao longo do tempo.

É importante relembrar que a presente pesquisa foi constituída por uma amostragem homogênea, com 50% da amostra do sexo feminino e 50% do sexo masculino, o que colabora no entendimento de que os professores do sexo feminino estão mais suscetíveis ao adoecimento, comparativamente aos docentes do sexo masculino, como demonstram os dados apresentados anteriormente. Na voz dos professores destaca-se o trabalho invisível da mulher, relatado muitas vezes pelas professoras, que apontaram possuírem uma carga horária ampliada em relação aos professores do sexo masculino. Segundo os relatos essa condição ocorre em função dos afazeres domésticos e cuidados familiares, o que, por consequência, resulta em um aumento na carga de stress diário, contribuindo para o seu adoecimento.

Como confirmação à análise dos dados apresentados por esta pesquisa, aponta-se o estudo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) sobre o trabalho doméstico e atividades não remuneradas. Os dados apontam que a soma do trabalho remunerado e das tarefas domésticas realizada por mulheres em 2019 era 10,6 horas a mais do que os homens, em 2022 a diferença era de 9,6 horas. "A divisão das tarefas domésticas permanece desigual mesmo entre os trabalhadores: em média, as mulheres ocupadas dedicaram 6,8 horas a mais do que os homens ocupados aos afazeres domésticos e/ou cuidado de pessoas em 2022" (NERY; BRITO, 2022)

De acordo com Araújo, Pinho e Masson (2019), a dupla responsabilidade das mulheres, no que diz respeito ao trabalho remunerado e às atividades domésticas, exige delas um maior tempo de dedicação para atender a essas demandas. Isso, por vezes, acaba ocasionando tensões e conflitos em suas vidas pessoais, prejudicando, assim, a própria saúde. Nessa direção, Pinho *et al.* (2024), enfatiza a necessidade de tornar os espaços igualmente agradáveis, tanto para homens como para mulheres, promovendo a melhor qualidade do trabalho.

Ao questionar as condições físicas de 88 dos professores, relacionadas a dores e desconforto nas relações da vida diária, Priess (2011) constatou que 25% dos seus participantes não relataram nenhum problema de saúde física aparente, 34,1% apresentavam dores e/ou situações de conforto na coluna, 19,3% dos participantes disseram que as dores se concentravam nos braços e nos ombros, 9,1% apresentavam dores de cabeça e/ou nos olhos, 4,5% relataram dores nas pernas e nos pés e 8,0% queixavam-se que sentiam dores com frequência. Os dados apontados por Priess (2011) demonstraram que as baixas condições ergonômicas, providas das condições ambientais e da própria função do ser professor colaboram nas relações de dores e desconfortos físicos.

Nessa mesma direção apontaram os resultados encontrados por Freitas e Navarro (2019), em uma pesquisa realizada com 11 professores de Pós-Graduação *stricto sensu* da Universidade Federal de Goiás, assinalando um quadro de adoecimento físico e mental, emergente de uma "espécie de mal-estar, seja pela falta de descanso, por insônia ou pela dificuldade em manejar a sobrecarga de trabalho", ainda conforme os autores a intensificação e a sobrecarga de trabalho esteve sempre presente nas falas dos professores, embora esses não percebessem (p. 1053). A autora ainda chama a atenção para o relato dos participantes que aponta o adoecimento físico nos quesitos relacionados a dores musculares, lesões por esforços repetitivos, destacando que tais relações são decorrentes da sobrecarga de trabalho imposta. Da mesma forma, o presente estudo identificou a presença de diagnósticos para doenças de causas laborais relacionadas aos movimentos repetitivos, ocasionada em parte pela intensificação e pela precarização das condições de trabalho.

Ao considerar a saúde mental e a realidade do trabalho docente no período da pandemia da Covid-19, Muniz *et al*. (2023) apontam que tais condições alteraram significativamente as condições emocionais dos docentes. Condição semelhante apontada por Macêdo *et al.* (2024). Outro ponto destacado pelos autores foram os desafios identificados sendo, "[...] a sobrecarga de trabalho e a falta de tempo para adaptação às novas demandas do ensino remoto" (p. 4).

Ao considerarem o desenvolvimento da Síndrome de Burnout e technostress (stress tecnológico), Marrinhas *et al*. (2023), enfatizam que fatores como a insatisfação com as condições de saúde e/ou pertencer a um grupo de risco da COVID-19 foram fatores significativos no desenvolvimento do adoecimento.

Rodríguez e*t al*. (2022) propõem algumas ações de resiliência no manejo da saúde mental, dentre elas: a promoção do equilíbrio laboral, na qual consiste na distribuição equilibrada das atividades e responsabilidades laborais; o desenvolvimento de habilidades de gestão do stress relacionada a participação de atividades que promovam o manejo e controle do stress; estabelecimento de limites e prioridades; fomento ao apoio social no ambiente de trabalho; estabelecimento de recursos destinados à saúde mental, acesso a serviços e ações com abordagem de tratamento e prevenção ao não adoecimento; estímulos de comunicação aberta, na qual o professor possa expressar suas preocupações e opiniões; rotação de função, nessa proposta procura se evitar a monotonia a perca de interesse, permitindo a aquisição de novas habilidade; manejo do clima laboral, ajuste das políticas em função das práticas a cargo dos resultados.

CONCLUSÃO

Os resultados encontrados, nesta pesquisa, sugerem que a carga excedente de trabalho é ocasionada pelas multifunções atribuídas no cumprimento das atividades de ensino, pesquisa e extensão, fator que tem contribuído para a diminuição da qualidade de vida e da saúde mental dos participantes. Os dados demonstram ainda que as doenças mentais que mais acometem os professores são a ansiedade, seguida da depressão ocasionada pelo stress.

Os dados demonstram ainda que os professores do sexo feminino estão mais suscetíveis ao adoecimento psicológico, podendo, as causas, estarem associadas a fatores adversos, não estando ligados unicamente às condições laborais.

Os resultados revelam que as relações sociais, assim como as relações ambientais, influenciam na saúde mental dos professores, tanto em aspectos positivos quanto negativos, porém, tais fatores, associados à carga de trabalho excedente, contribuem para o aumento das doenças mentais relacionadas ao ambiente de trabalho. A junção de tais variáveis colabora no entendimento de que as causas do adoecimento docente estejam vinculadas às condições de trabalho, abrindo precedentes que indiciam que possivelmente a Síndrome de Burnout seja mais presente, por ser apontada como doença diagnosticada.

A análise dos dados demonstra a insatisfação e a infelicidade de alguns dos professores, estabelecidas pela excessiva carga de trabalho, pela considerável perda de autonomia, pela extensão da jornada de trabalho e pelo respectivo sofrimento. Estes fatores foram, maioritariamente, identificados a partir da organização e da demanda do trabalho que indicam a precarização e a intensificação do trabalho docente.

Estando a qualidade de vida diretamente relacionada à subjetividade individual dos sujeitos quanto aos seus padrões, preocupações e percepções, verificamos, a partir dos domínios pesquisados, uma perda considerável de qualidade de vida docente, fator atribuído ao adoecimento físico e mental, assim como às dificuldades de relacionamento social, à falta de acesso a materiais e estruturas adequadas, bem como à intensificação do trabalho.

Destaca-se que a associação dos fatores negativos provindos pelas diversas relações sociais, ambientais, físicas e psicológicas, somada à carga de trabalho excedente, possivelmente acentuam a vulnerabilidade docente, contribuindo para o adoecimento.

Entende-se que a saúde dos professores deva ser considerada a partir de um conjunto de ações e práticas desenvolvidas, podendo ser desenvolvidas por meio de políticas públicas dirigidas no âmbito do estado, por organizações de trabalhadores e/ou movimentos sociais. Tais ações devem ser dirigidas à

valorização do profissional, à reorganização das atividades docentes e a programas de saúde que minimizem as vulnerabilidades docentes, proporcionando-lhes maior qualidade de vida e saúde.

As limitações identificadas no estudo, estão relacionadas à mensuração da percepção subjetiva, haja visto, que a subjetividade se estabelece a partir da única compreensão do próprio sujeito, quanto às suas expectativas, padrões e preocupações. Em trabalhos futuros, aprofundaremos a investigação no aspecto da qualidade de vida relacionado aos domínios das relações sociais, bem como à interpelação com o produtivismo impulsionado pelo sistema da pós-graduação.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, G. S. C. *et al*. "Exploração e sofrimento mental de professores: um estudo na rede estadual de ensino do Paraná". **Trabalho, Educação e Saúde**, vol. 16, 2018.

ALVES, P. C. **Qualidade de vida e esgotamento profissional do professor universitário** (Tese de Doutorado em Ciências da Saúde). Uberlândia: UFU, 2017.

ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. S.; MASSON, M. L. V. "Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios". **Cadernos de Saúde Pública**, vol. 35, 2019.

BARTKOWIAK, G. *et al.* "Academic Teachers about Their Productivity and a Sense of WellBeing in the Current COVID-19 Epidemic". **International Journal of Environmental Research and Public Health**, vol. 19, n. 9, 2022.

BATISTA, P. *et al.* "Anxiety and stress coping strategies in researchers during the COVD-19 pandemic". **Frontiers Public Health**, vol. 10, 2022.

BOAS, A. A. V.; MORIN, E. M. "Indicadores de qualidade de vida no trabalho para professores de instituições públicas de ensino superior: uma comparação entre Brasil e Canadá". **Contextus – Revista Contemporânea de Economia e Gestão**, vol. 21, n. 2, 2023.

BORSOI, I. C. F. "Trabalho e produtivismo: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de Ensino Superior". **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, vol. 15, n. 1, 2012.

BRASIL. **8º Conferência Nacional de Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 1986. Disponível em: <www.saude.gov.br>. Acesso em: 08/08/2024.

CAMPOS, M. F.; VIEGAS, M. F. "Saúde mental no trabalho docente: um estudo sobre autonomia, intensificação e sobrecarga". **Cadernos de Pesquisa**, vol. 28, n. 2, 2021.

CANCIAN, Q. G. *et al.* "Qualidade de vida no desenvolvimento do trabalho na percepções dos professores universitários". **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 13, n. 39, 2023.

CASTAÑEDA, J.; PESQUEIRA, L.; RODRÍGUEZ, A. "Prácticas Docentes Inclusivas en Educación Superior". **ResearchGate** [2022]. Disponível em: <www.researchgate.net>. Acesso em: 08/08/2024.

CHIERICHETTI, M.; BACKER, P. "Exploring Faculty Perspectives during Emergency Remote Teaching in Engineering at a Large Public University". **Education Sciences**, vol. 11, n. 419, 2021.

CRESWELL, J. W.; CRESWELL, J. D. **Research design**: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. London: Sage publications, 2022.

DEJOURS, C. **A loucura no trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Editora Cortez, 2015.

DINIZ, T. M. M. **Estilo de vida, qualidade de vida e consumo alimentar de docentes do ensino superior** (Tese de Mestrado em Educação para a Saúde). Coimbra: Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, 2018.

DRAGANO, N.; LUNAU, T. "Technostress at work and mental health: concepts and research findings". **Curr. Opin. Psychiatry**, vol. 33, 2020.

FLICK, U. **Introdução à metodologia de pesquisa**. Porto Alegre: Editora Penso, 2013.

FLORES, M. A.; GAGO, M. "Teacher training in times of the Covid-19 pandemic in Portugal: national, institutional and pedagogical responses". **Journal of Education for Teaching**, vol. 46, 2020.

FREITAS, J. A. R.; NAVARRO, V. L. "Intensificação do trabalho docente e saúde: estudo com docentes". **Revista Eletrônica de Educação**, vol. 13, n. 3, 2019.

FREUDENBERGER, H. J. "Staff burn-out". **Journal of social issues**, vol. 30, n. 1, 1974.

HOOKER, S. A.; MASTERS, K. S.; PARK, C. L. "A meaningful life is a healthy life: A conceptual model linking meaning and meaning salience to health". **Review of General Psychology**, vol. 22, n. 1, 2018.

IRSHAD, A.; TOOR, S. U. R. "Problems and Challenges in HumanResource Management: A Case of Large Organization in Pakistan". **Pakistan Journal of Commerce and Social Sciences**, vol. 1, 2008.

JUÁREZ GARCÍA, A. **Intervención y control de los factores psicosociales del estrés laboral**: experiencias latinoamericanas. Ciudad de México: Bonilla Artigas Editores. 2021.

KITA, Y.; YASUDA, S.; GHERGHEL, C. "Online education and the mental health of faculty during the COVID-19 pandemic in Japan". **Scientific Reports**, vol. 12, n. 1, 2022.

KUSH, J. M. *et al.* "Teachers' mental health during the COVID-19 pandemic". **Educational Researcher**, vol. 51, n. 9, 2022.

LEAVY, P. **Research design**: Quantitative, qualitative, mixed methods, arts-based, and community-based participatory research approaches. Nova York: Guilford Publications, 2022.

LI, Y. "Building well-being among university teachers: The roles of psychological capital and meaning in life". **European Journal of Work and Organizational Psychology**, vol. 27, n. 5, 2018.

LIIP, M. N. **O stress está dentro de você**. São Paulo: Editora Contexto, 2015.

LIMA, F. G.; PALOSKI, L. H. "Saúde mental e estilos de ensino de professores universitários de instituições públicas e privadas". **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 17, n. 51, 2024.

LÓPEZ, V. E. R. *et al*. "Estrés, ansiedad y desempeño laboral en docentes universitarios". **South Florida Journal of Development**, vol. 4, n. 8, 2023.

LUTHANS, F.; YOUSSEF, C. M. "Human, social, and now positivepsychological capital management: Investing in people for competitiveadvantage". **Organizational Dynamics**, vol. 33, 2004.

MACÊDO, A. D. *et al.* "Saúde mental e os fatores associados ao estresse ocupacional entre professores do nível superior de ensino durante a pandemia de covid-19". **Revista Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, vol. 16, n. 1, 2024.

MARRINHAS, D. *et al.* "Burnout and technostress during the COVID-19 pandemic: the perception of higher education teachers and researchers". **Frontiers in Education** [2023]. Disponível em: <www.frontierin.org>. Acesso em: 08/08/2024.

MARTINS, E. B.; SCHMITT, J. C.; ALVES, A. M. L. "Saúde docente: o possível impacto das condições de trabalho no ensino remoto emergencial". **Revista Espaço Pedagógico**, vol. 28, n. 2, 2022.

MEDINA-BENAVIDES, J.; ALTAMIRANO-HIDALGO, F. "Salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios". **Revista Estudios Psicológicos**, vol. 3, n. 4, 2023.

MOURA, J. S. *et al.* "A precarização do trabalho docente e o adoecimento mental no contexto neoliberal". **Revista Profissão Docente**, vol. 19, n. 40, 2019.

MOURA, J. S.; NUNES, C. P.; FERREIRA, L. G. "Transtornos Mentais e comportamentais em professores: influências na carreira profissional docente". **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 13, n. 39, 2023

MUNIZ, C. F. D. *et al.* "Como ficou a saúde mental de docentes universitários durante a pandemia da Covid-19?" **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, vol. 23, n. 5, 2023.

NERY, C.; BRITO, V. "Em 2022, mulheres dedicaram 9,6 horas por semana a mais do que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas". **Agência IBGE Notícias** [2022]. Disponível em: <www.ibge.gov.br>. Acesso em: 12/03/2024.

OLIVEIRA, M. A. M. *et al*. "Proletarização, intensificação e controle do trabalho docente, na atualidade: seus impactos [...]". **Revista Cocar**, vol. 13, n. 27, 2019.

OLIVEIRA, M. T. B. *et al*. "Síndrome de Burnout em professores universitários: revisão integrativa da literatura". **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, vol. 12, n. 9, 2020.

ORREGO, V. "Salud mental docente tras dos años de pandemia por COVID-19". **Revista de Estudios y Experiencias en Educación**, vol. 22, n. 49, 2023.

PARK, J.; BAUMEISTER, R. F. "Meaning in life and adjustment to daily stressors". **The Journal of Positive Psychology**, vol. 12, n. 4, 2017.

PEDRAZA, P. A. A. "Precariedad laboral de los profesores temporales en universidades mexicanas". **Iztapalapa: Revista de Ciencias Sociales y Humanidades**, vol. 45, n. 96, 2024.

PINHO, P. S. *et al.* "Occupational stress, mental health, and gender among higher education teachers: an integrative review". **Saúde e Sociedade**, vol. 32, 2024.

PINTO, E. *et al.* "A malversação do reconhecimento no trabalho docente precarizado e intensificado". **Trabalho (En) Cena**, vol. 3, n. 2, 2018.

PIOVEZAN, P. R.; DAL RI, N. M. "A precarização do trabalho docente no estado de São Paulo: vinte anos de reformas". **Educaçao Temática Digital**, vol. 18, n. 1, 2016.

PRIESS, F. G. **Características do estilo de vida e da qualidade de vida dos professores [...]** (Dissertação de Mestrado em Educação Física). Curitiba: UFPR, 2011.

REDDING, C.; HENRY, G. T. "Leaving school early: An examination of novice teachers' within-and end-of-year turnover". **American Educational Research Journal**, vol. 56, n. 1, 2019.

REIS, A. C. **Trabalho acadêmico e saúde de estudantes de pós-graduação diante dos cortes de financiamento à pesquisa** (Dissertação de Mestrado em Educação). São Carlos: UFSCar, 2022.

RIBEIRO, D. B. *et al.* "Saúde mental e qualidade de vida de professores universitários". **Rearch, Society and Development**, vol. 11, n. 15, 2022.

RODRÍGUEZ, A. R. *et al*. "Las Categorías Enseñanza, Aprendizaje; Desarrollo, Innovación Educativa y formación. Relaciones entre ellas". **Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS**, vol. 4, n. 3, 2022.

RODRÍGUEZ, R. G. *et al.* "Resiliencia y prevención del síndrome de Burnout en docentes". **Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS**, vol. 5, n. 5, 2023.

SANTOS, E. C.; ESPINOSA, M. M.; MARCON, S. R. "Quality of life, health and work of elementary school teachers". **Acta Paulista de Enfermagem**, vol. 33, 2020.

SEABRA, F.; AIRES, L.; TEIXEIRA, A. "Transition to emergency remote teaching in higher education in Portugal – an exploratory study". **Dialogia**, vol. 36, 2020.

SILVA, J. L. L. *et al.* "Prevalência da síndrome de Burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil". **Enfermería Actual de Costa Rica**, n. 34, 2018.

SMITH, J. M. *et al*. "Exploring mental health and well-being among university faculty members: A qualitative study". **Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services**, vol. 60, n. 11, 2022.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. São Paulo: Editora Cortez, 2022.

TOSTES, M. V. *et al.* "Sofrimento mental de professores do ensino público". **Saúde em Debate**, vol. 42, 2018.

VICTOR, S. E. *et al*. "Only human: Mental-health difficulties among clinical, counseling, and school psychology faculty and trainees". **Perspectives on Psychological Science**, vol. 17, n. 6, 2022.

VIEIRA, D. A.; MEIRINHOS, V. "COVID-19 lockdown in Portugal: challenges, strategies and effects on mental health". **Trends** in **Psychology**, vol. 29, 2021.

ZAMARO, G.; PRADOS, M. J. "Gender differences in couples' division of childcare, work and mental health during COVID-19". **Review of Economics of the Household**, vol. 19, 2021.



BOLETIM DE CONJUNTURA (BOCA)

Ano VI | Volume 19 | Nº 55 | Boa Vista |2024

http://www.ioles.com.br/boca

Editor chefe:

Elói Martins Senhoras

Conselho Editorial

Antonio Ozai da Silva, Universidade Estadual de Maringá

Vitor Stuart Gabriel de Pieri, Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Charles Pennaforte, Universidade Federal de Pelotas

Elói Martins Senhoras, Universidade Federal de Roraima

Julio Burdman, Universidad de Buenos Aires, Argentina

Patrícia Nasser de Carvalho, Universidade Federal de Minas Gerais

Conselho Científico

Claudete de Castro Silva Vitte, Universidade Estadual de Campinas

Fabiano de Araújo Moreira, Universidade de São Paulo

Flávia Carolina de Resende Fagundes, Universidade Feevale

Hudson do Vale de Oliveira, Instituto Federal de Roraima

Laodicéia Amorim Weersma, Universidade de Fortaleza

Marcos Antônio Fávaro Martins, Universidade Paulista

Marcos Leandro Mondardo, Universidade Federal da Grande Dourados

Reinaldo Miranda de Sá Teles, Universidade de São Paulo

Rozane Pereira Ignácio, Universidade Estadual de Roraima