



## PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS: DESAFIOS E IMPACTOS DO TRABALHO

PERCEPTION OF QUALITY OF LIFE AND HEALTH OF UNIVERSITY PROFESSORS: CHALLENGES AND IMPACTS OF WORK

 *Queli Ghilardi Cancian\**

 *Deisiane De Toni Alves\*\**

 *Vilmar Malacarne\*\*\**

### >> Resumo

O objetivo deste estudo foi investigar a percepção da qualidade de vida e saúde dos professores de Ensino Superior no desenvolvimento do trabalho. A pesquisa, de abordagem mista e exploratória, utilizou questionários estruturados aplicados a 94 professores estatutários de uma universidade pública no Oeste do Paraná. Os resultados destacaram desafios significativos, como altos níveis de ansiedade, uso contínuo de medicamentos, doenças mentais e dificuldades com sono, associados ao distress gerado por múltiplas demandas profissionais e pessoais. A Qualidade de vida geral foi classificada como moderada, com a saúde física apresentando o menor escore médio de satisfação. Em contrapartida, a saúde mental obteve os melhores índices, destacando-se como a dimensão mais satisfatória, apesar de alguma variabilidade. As relações sociais e ambientais exibiram médias intermediárias, refletindo percepções de satisfação semelhantes. O estudo aponta para a necessidade de atenção às condições de trabalho e saúde dos docentes.

---

\* Graduada em Processos Gerenciais pelo Centro de Ensino Superior de Maringá (2011), Bacharela em Educação Física pelo Centro Universitário Assis Gurgacz (2018)

\*\* Doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual do Oeste do Paraná. Mestra em Educação em Ciências e Educação Matemática pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE).

\*\*\* Graduado em Filosofia Licenciatura Plena pela Universidade Federal de Santa Maria (1994), mestrado em Educação pela Universidade Federal de Santa Maria (1997) e doutorado em Educação pela Universidade de São Paulo (2007).

## >> Palavras-chaves

Estresse ocupacional; Qualidade de vida; Saúde; Trabalho docente.

## >> Abstrac

The objective of this study was to investigate the perception of quality of life and health of Higher Education teachers in the development of their work. The research, with a mixed and exploratory approach, used structured questionnaires applied to 94 statutory professors from a public university in Western Paraná. The results highlighted significant challenges, such as high levels of anxiety, continuous use of medications, mental illnesses and difficulties with sleep, associated with distress generated by multiple professional and personal demands. General quality of life was classified as moderate, with physical health having the lowest average satisfaction score. On the other hand, mental health obtained the best rates, standing out as the most satisfactory dimension, despite some variability. Social and environmental relationships exhibited intermediate means, reflecting similar perceptions of satisfaction. The study points to the need for attention to the working conditions and health of teachers.

## >> Keywords

Occupational stress; Quality of life; Health; Teaching work.

## INTRODUÇÃO

**D**e acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT), a docência é uma das profissões mais propensas a fatores de estresse, resultante da sobrecarga de trabalho (REDDING; HERING, 2019; JUÁREZ GARCÍA, 2021).

Fonte de recurso humano nas universidades e instituições de Ensino Superior (ES), o professor desempenha um papel essencial e multifacetado, contribuindo diretamente para o desenvolvimento acadêmico, social e econômico da sociedade. Suas responsabilidades vão além da sala de aula, abrangendo diversas dimensões, que são compostas pelo tripé da educação ensino/pesquisa/extensão (TOSTES *et al.*, 2018; RIBEIRO *et al.*, 2022). No entanto, as exigências profissionais têm se configurado um desafio, marcado pela intensificação e a precarização do trabalho docente (CANCIAN *et al.*, 2023; CANSIAN *et al.*, 2024). Tais fatores têm impactos negativos nas condições de saúde dos docentes, refletindo diretamente em seu desempenho profissional (ARAÚJO; PINHO; MASSON, 2019).

A intensa demanda e pressão produtivista, impõe aos professores de ES o desafio de conciliar diferentes atividades, além da constante necessidade de atualização profissional, ocasionada pelas mudanças recorrentes na organização do fazer docente. Essa realidade, ainda é agravada pelas condições precárias de trabalho, infraestrutura inadequada e a desvalorização salarial, contribuindo para o desgaste físico e emocional desses profissionais, impactando diretamente na percepção da qualidade de vida (QV) (SANTOS; SILVA, 2023).

Na atualidade, a QV compreende múltiplas interpretações relacionadas a diferentes aspectos da vida pessoal e profissional, incluindo condições associadas à saúde física e mental, interação social, meio ambiente, educação, lazer, espiritualidade, bem-estar entre outros (CAMPOS; CARVALHO; SOUZA, 2019; SILVA, ROCHA SILVA; RODRIGUES, 2020). Nesse contexto, a maneira como os professores percebem sua QV e satisfação profissional frequentemente demonstra os impactos dessa relação na sua saúde.

Considerando os inúmeros desafios do trabalho docente e seus impactos, definiu-se como objetivo deste estudo, investigar a percepção da qualidade de vida e saúde dos professores de Ensino Superior no desenvolvimento do trabalho. Orientado pela problemática: Quais os impactos do trabalho na percepção da qualidade de vida e saúde dos professores de ES? adota-se a hipótese que a insatisfação com o ambiente de trabalho impacta negativamente na percepção da QV e saúde dos professores de ES.

O estudo se justifica pela crescente preocupação com as condições de trabalho dos professores de ES, e a identificação dos fatores que impactam a QV e saúde desses profissionais, visando fornecer subsídios para a melhoria das condições de trabalho e a promoção da saúde destes, assegurando não apenas seu bem-estar, mas também a qualidade da educação oferecida.

Para a realização da pesquisa, adotou-se um estudo exploratório de abordagem mista (qualitativa e quantitativa) como metodologia, buscando tanto a abrangência quanto o aprofundamento do tema. A investigação incluiu

levantamento bibliográfico e um estudo de campo, realizado por meio da aplicação de um questionário estruturado, direcionado aos professores estatutários de uma universidade pública localizada no Oeste do Paraná.

O estudo está estruturado em quatro seções. A primeira aborda a caracterização e o delineamento da pesquisa, com foco no percurso metodológico. A segunda trata do aporte teórico, apresentando a compreensão do termo QV e sua relação com o trabalho docente. A terceira apresenta e descreve os dados obtidos na pesquisa de campo e, por fim, a quarta seção é dedicada à sistematização e discussão desses dados. Conclui-se com exposição dos principais resultados, das limitações encontradas e de sugestões para futuras pesquisas.

## 1. PERCURSO METODOLÓGICO

A pesquisa em questão segue um delineamento misto, combinando aspectos qualitativos e quantitativos, sendo caracterizada como exploratória, com enfoque descritivo e de corte transversal (CRESWELL; CRESWELL, 2022; LEAVY, 2022). A opção pelo uso do método misto justificou-se pela necessidade de adotar uma perspectiva multidisciplinar capaz de abordar fenômenos diversos e complexos que não seriam plenamente compreendidos por um único enfoque.

A estrutura do estudo se ampara em uma revisão bibliográfica utilizada na fundamentação teórica da pesquisa, complementada por um trabalho de campo para testar a hipótese proposta. A coleta de dados foi realizada por meio do método *Survey*, que consistiu na aplicação de um questionário estruturado desenvolvido pelos próprios pesquisadores, permitindo o acesso à informações diretamente com os participantes, respeitando suas individualidades e opiniões, conforme destacado por Babbie (2001).

O instrumento contemplou um conjunto de questões abertas e fechadas, considerando os quatro domínios de QV definidos pela *World Health Organization* (WHO, 1997) contemplando as relações ambientais, relações sociais, saúde física e saúde mental.

Os dados apresentados neste estudo representam uma parte de uma pesquisa maior intitulada “Trabalho e ciência: um olhar para a saúde e a qualidade de vida dos professores universitários”, originada de uma dissertação de mestrado de um dos autores. Este trabalho tem como foco a temática da qualidade de vida e saúde, com discussões centradas na percepção objetiva e subjetiva dos docentes.

Destaca-se que o estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade do Oeste do Paraná (UNIOESTE), com parecer favorável registrado sob o número 3.420.063. A coleta de dados ocorreu presencialmente durante reuniões dos colegiados dos cursos, mediante autorização prévia dos coordenadores e diretores das unidades acadêmicas. Apenas professores estatutários que consentiram em participar, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), fizeram parte da pesquisa. O TCLE foi firmado em duas vias, uma mantida pelo pesquisador e outra entregue ao participante.

A amostra utilizada foi não probabilística, selecionada por conveniência, composta por 94 professores de uma Instituição de Ensino Superior localizada no Oeste do Paraná, o que corresponde a 35,88% da população estimada.

O estudo contou com uma participação homogênea, conforme apresentado na (Tabela 1) composta por 50% de indivíduos do sexo feminino e 50% do sexo masculino. A maioria dos participantes possuía título de doutorado e apresentava um tempo médio de experiência de (M= 17,2) anos.

**Tabela 1: Caracterização da amostra**

**Nota:** F=Freqüência, %=Porcentagem; M= média, DP= desvio padrão

Variáveis	F (%)	M (DP)	Mínima	Máximo
Idade		47,17 (8,20)	26	47
Sexo				
Masculino	47 (50)			
Feminino	47 (50)			
Nível de escolaridade				
Especialista	4 (4,3)			
Mestre	17 (18,1)			
Doutor (a)	73 (77,6)			
Tempo de Docência do Ensino Superior (anos)		17,2	0,08	34,5

Fonte: Dados da pesquisa

Para a análise dos dados, adotou-se a triangulação proposta por Flick (2013), que consiste na combinação de diferentes técnicas e formas de estudo de um tema. Essa abordagem busca fornecer respostas para uma problemática, visando compreender os variados fenômenos apresentados pelo objeto de estudo. No que se refere à análise quantitativa, optou-se pela análise descritiva mediante o uso do programa de estatística *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS 22.0) versão para português.

Para classificação dos índices de satisfação e insatisfação da QV, adotou-se a escala de indicadores conforme (Quadro 1).

**Quadro 1: Escala de satisfação de QV**

Indicadores de repostas	Pontuação dos indicadores	Escala do nível de satisfação
Nenhum pouco	1	Insatisfeito
Pouco	2	
Médio	3	Moderado
Muito	4	
Extremamente	5	
		Satisfeito

Fonte: elaborado pelos pesquisadores

Pondera-se que a escala de análise da seguinte questão *O quanto minhas dores físicas me impedem de desenvolver minhas funções?* relacionada a saúde física, possui valores investido de acordo com a escala de indicadores de pontuação, portanto, nenhum pouco representa pontuação de “5”; pouco “4”, médio “3”; muito “2”, extremamente “1”.

## 2. APORTE TEÓRICO

A QV é um tema amplamente debatido, abordado por diversas áreas do conhecimento, e analisado sob diferentes perspectivas. Sua abrangência é multifacetada, refletindo significados variados que estão ligados ao conhecimento, às experiências e aos valores individuais e/ou coletivos, reflexo das interações sociais e culturais.

O termo QV surgiu na década de 1920, quando o economista Arthur Pigou utilizou pela primeira vez, os termos “qualidade” e “vida” em conjunto. Em sua publicação ao jornal *The Economics of Welfare*, o estudioso não apenas criticava o governo, mas também exigia iniciativas de apoio e maior alocação orçamentária por parte do Estado em benefício das classes menos favorecidas. A proposta tinha como objetivo a redução dos impactos negativos que as políticas econômicas desiguais tinham sobre a vida dessas pessoas (PIGOU, 1920).

Historicamente, os esforços para promover condições de vida mais adequadas, ou seja, uma “vida de qualidade” ganha destaque somente após a Segunda Guerra Mundial, momento em que a Organização das Nações Unidas (ONU), preocupada com a condição de vida e bem-estar das populações de seus países membros, passa a incentivar estudos nesse campo. Mediante ao estímulo, estudos passaram a ser desenvolvidos e a explorar aspectos clínicos, epidemiológicos, sociais e estatísticos relacionados aos atributos humanos, os quais, na época, eram definidos como “boa vida” (CANCIAN *et al.*, 2023).

Descrito pela World Health Organization (WHO), o conceito de QV compreende à “[...] autopercepção do indivíduo quanto à sua posição na vida, conforme a cultura e o sistema de valores nos quais ele se encontra e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (*THE WHOQOL GROUP*, 1995, p. 1405), conjecturando a percepção subjetiva dos seres humanos.

Ao longo dos anos, o conceito foi se modificando, demonstrando a necessidade de resignificação ao incorporar diferentes aspectos abrangendo questões da percepção subjetiva compreendidas como pessoais e intrasferíveis, e da percepção objetiva entendida como o acesso a bens e materiais, condicionada a percepção única de cada indivíduo (PONTES, 2018; MOLINA-LUQUE 2018; CANCIAN *et al.*, 2023; MEIRA *et al.*, 2023; LÓPEZ-TRUJILLO; LÓPEZ-VALENCIA; AGUDELO-SUÁREZ, 2023).

Sob a ótica do trabalho, surgem novas abordagens que destacam a importância de implementar ações voltadas para a melhoria da QV no ambiente profissional. Entretanto, foi apenas no período entre 1969 e 1974 que a qualidade de vida no trabalho (QVT) passou a ganhar visibilidade, por meio da iniciativa promovida por grupos de sindicalistas, pesquisado-

res e representantes governamentais, que uniram esforços para aprimorar as condições de vida dos trabalhadores (CAVASSANI; CAVASSANI; BIAZIN, 2006).

Sobre a organização do trabalho, esta é caracterizada pela “divisão do trabalho, o conteúdo da tarefa (na medida em que dele deriva), o sistema hierárquico, as modalidades de comando, as relações de poder, as questões de responsabilidade, etc.” (DEJOURS, 2015, p.25). Nesse contexto, a dualidade saúde/doença reflete a capacidade individual de cada pessoa em resistir aos diferentes fatores que podem levar ao adoecimento, sendo influenciada pela qualidade das relações sociais (DEJOURS, 2015, p. 29). No entanto, a ausência de suporte social amplifica os impactos negativos na percepção da QVT (CANCIAN *et al.*, 2024).

Segundo Bartkowiak *et al.* (2022), a organização do trabalho docente tem passado por transformações significativas nas últimas décadas, influenciada por mudanças no contexto produtivo e pela crescente inserção da lógica de produção capitalista, exigindo que os profissionais sejam cada vez mais polivalentes.

A relação de polivalência no trabalho docente se caracteriza no aumento da carga de trabalho e desempenho profissional, acarretando maior consumo de energia física, mental e cognitiva. Essa sobrecarga dificulta o aproveitamento de pequenos momentos de descanso, em um cenário também influenciado pelos sistemas educacionais, que impõem práticas de ranqueamento baseadas na meritocracia (ALBUQUERQUE *et al.*, 2018; MEDINA-BENAVIDES; ALTAMIRANO-HIDALGO, 2023; PINHO *et al.*, 2024).

Essas alterações resultam na intensificação e no aumento das exigências sobre o trabalho dos professores do ES, comprometendo não apenas sua saúde física, mas também sua saúde mental, impactando em diferentes aspectos a QV, afetando diretamente a percepção e o sentimento dos docentes em relação ao ambiente e às condições de trabalho.

Smith *et al.* (2022) destacam que o ambiente de trabalho corporativo é caracterizado por processos competitivos, incluindo sistemas de avaliação por mérito e condições de trabalho precárias. Nesse sentido, Oliveira *et al.* (2019) indicam que a intensificação do trabalho docente está relacionada ao ritmo acelerado, à alta demanda e às múltiplas exigências presentes no ambiente profissional.

A percepção da QV do professor ES vincula-se diretamente às condições em que ele exerce sua profissão, as quais podem gerar sentimentos de satisfação ou insatisfação no desempenho de suas atividades. Nesse sentido, a QV relacionada ao trabalho está estreitamente conectada ao bem-estar e às condições de saúde do docente, abrangendo fatores físicos, ambientais, psicológicos e sociais que compõem o ambiente profissional.

### 3. RESULTADOS

Tal como se apresenta na (Tabela 2), os dados revelam um importante panorama das relações da saúde física na percepção dos participantes. Inicialmente, observa-se que a questão sobre o impacto das dores físicas no desempenho funcional apresenta uma média relativamente baixa

( $M=1,85$ ), indicando que para muitos dos professores, as dores não são um fator limitante. Contudo, a dispersão dos dados indica a existência de um grupo enfrentando dores mais intensas, o que pode implicar em desafios específicos para esse grupo de profissionais.

Por outro lado, a satisfação com a capacidade de trabalho e a percepção de energia suficiente para as atividades diárias mostram um cenário menos positivo, com médias de ( $M= 2,82$  e  $M=2,55$ ), respectivamente, indicando uma percepção de satisfação moderada. Esses valores refletem que a maioria dos respondentes compreendem estar desempenhando bem suas funções, embora em níveis moderado. A média da satisfação com a própria condição física ( $M= 2,51$ ), indica nível moderado de satisfação, influenciando diretamente na capacidade de trabalho e a energia dos professores no desenvolvimento das atividades laborais.

**Tabela 2: Relações da saúde física**

Nota: F=Freqüência, %=Porcentagem; M= média, DP= desvio padrão

Variáveis	F(%)	M (DP)
O quanto minhas dores físicas me impedem de desenvolver minhas funções?		
Nenhum pouco	46 (49,5)	1,85 (1,77)
Pouco	28 (0,1)	
Médio	12 (12,8)	
Muito	04 (4,3)	
Extremamente	04 (4,3)	
O quanto acredito que minhas energias são suficientes para cumprir as atividades diárias?		
Nenhum pouco	0 (0,0)	2,55 (0,88)
Pouco	14 (14,9)	
Médio	30 (31,9)	
Muito	39 (41,5)	
Extremamente	11 (11,7)	
O quanto me sinto satisfeito com minha capacidade de trabalho?		
Nenhum pouco	0 (0,0)	2,82 (0,79)
Pouco	04 (4,3)	
Médio	27 (28,7)	
Muito	45 (47,9)	
Extremamente	18 (19,1)	
O quanto me sinto satisfeito com a minha condição física?		
Nenhum pouco	01 (1,1)	2,51 (0,90)
Pouco	11 (11,7)	
Médio	33 (35,1)	
Muito	37 (39,4)	
Extremamente	12 (12,8)	

Fonte: Dados da pesquisa

Na (Tabela 3), os dados refletem a percepção de satisfação pessoal e parâmetros relacionados à QV nas relações da saúde mental em quatro aspectos: satisfação consigo mesmo, aproveitamento da vida, capacidade de concentração e senso de propósito. A maioria dos participantes relatou níveis positivos de percepção nas quatro categorias de classificado de moderado a satisfatório.

O senso de propósito constituinte pela questão '*o quanto sinto que a minha vida tem sentido*' apresenta o maior escore médio da relação  $M = (4,19)$ , classificada como satisfatória, demonstrando a percepção positiva

sobre o sentido da vida. Contudo, chama-se atenção para dois casos, em que os participantes apontam que a vida não tem nenhum ou pouco sentido, demonstrando a vulnerabilidade psicológica, e o enfrentamento de dificuldades pontuais nesse aspecto.

**Tabela 3: Relações da saúde mental**

**Nota:** F=Frequência, %=Porcentagem; M= média, DP= desvio padrão

Variáveis	F(%)	M (DP)
O quanto sou satisfeito comigo mesmo?		
Nenhum pouco	0 (0,0)	3,87 (0,69)
Pouco	3 (3,2)	
Médio	20 (21,3)	
Muito	57 (60,6)	
Extremamente	14 (14,9)	
O quanto consigo tirar de proveito da vida?		
Nenhum pouco	0 (0,0)	3,67 (0,83)
Pouco	8(8,5)	
Médio	29 (31,0)	
Muito	43 (45,7)	
Extremamente	14 (14,9)	
O quanto consigo me concentrar?		
Nenhum pouco	1 (1,1)	3,64 (0,81)
Pouco	4 (4,3)	
Médio	36 (38,3)	
Muito	40 (42,6)	
Extremamente	13 (13,8)	
O quanto sinto que a minha vida tem sentido?		
Nenhum pouco	1 (1,1)	4,19 (0,78)
Pouco	1 (1,1)	
Médio	12 (12,8)	
Muito	45 (47,9)	
Extremamente	35 (37,2)	

Fonte: Dados da pesquisa

Os dados apresentados conforme (Tabela 4), representam a análise da satisfação e a importância atribuída a aspectos das relações pessoais e sociais. No contexto geral, os participantes classificam as relações sociais de moderada a satisfatória, destacando a importância dessas relações na percepção positiva da QV. A influência das relações sociais no trabalho sobre a vida pessoal apresentou a menor média (M= 3,05), com percepções mais dispersas, reportando níveis elevados de impacto variando de (muito ou extremamente).

Tabela 4: Relações sociais

Nota: F=Frequência, %=Porcentagem; M= média, DP= desvio padrão

Variáveis	F(%)	M (DP)
O quanto me sinto satisfeito com o apoio de amigos, colegas e familiares?		
Nenhum pouco	0(0,0)	3,85 (0,74)
Pouco	3 (3,2)	
Médio	25 (26,6)	
Muito	49 (52,1)	
Extremamente	17 (18,1)	
O quanto me sinto satisfeito com minha vida sexual?		
Nenhum pouco	3(3,2)	3,73 (0,96)
Pouco	4 (4,3)	
Médio	29 (30,9)	
Muito	37 (39,4)	
Extremamente	21 (22,3)	
O quanto é importante para mim as relações pessoais (amigos, colegas, familiares, conhecidos)?		
Nenhum pouco	0 (0,0)	4,32 (0,80)
Pouco	4 (4,3)	
Médio	8 (8,5)	
Muito	36(38,3)	
Extremamente	46 (48,9)	
O quanto sinto que as relações sociais no trabalho afetam minha vida pessoal?		
Nenhum pouco	6 (6,4)	3,05 (1,00)
Pouco	21 (22,3)	
Médio	35 (37,2)	
Muito	26 (27,7)	
Extremamente	6 (6,4)	

Fonte: Dados da pesquisa

Conforme os dados da (Tabela 5), identifica-se que os fatores ambientais e relacionais influenciam diretamente nos níveis de satisfação dos participantes. A avaliação do ambiente físico de trabalho, indica uma percepção moderada de satisfação indicada pela maioria dos participantes como “pouco” ou “média”. Essa dispersão reflete os desafios relacionados ao clima, barulho e estrutura física que, embora não sejam percebidos como altamente negativos pela maioria dos professores, ainda demonstra a necessidade de melhorias.

A satisfação com a condição financeira e com o acesso às informações do dia-a-dia apresenta percepções relativamente positiva, com médias de (M= 3,37 e M= 3,51), respectivamente. Em ambos os casos, os respondentes tendem a avaliar sua situação como moderada, o que representa que a condição financeira e o acesso à informação não são fatores críticos na percepção da QV. A satisfação com as oportunidades de lazer, apresenta maior variabilidade, a média (M=3,27) demonstra percepção moderada, enquanto alguns participantes sentem-se atendidos em suas necessidades de lazer, outros identificam limitações que impactam na QV, uma vez que o lazer desempenha papel essencial no equilíbrio da saúde mental e emocional. De modo geral, as relações ambientais apesar de apresentar níveis moderados de satisfação em muitos aspectos, demonstra a necessidade de melhorias específicas em infraestrutura, condições de trabalho e lazer.

**Tabela 5: Relações ambientais**

**Nota:** F=Frequência, %=Porcentagem; M= média, DP= desvio padrão

Variáveis	F(%)	M (DP)
O quanto estou satisfeito com meu ambiente físico de trabalho (clima, barulho, estrutura etc.)?		
Nenhum pouco	13 (13,8)	2,71 (1,01)
Pouco	23 (24,5)	
Médio	39 (41,5)	
Muito	16 (17,0)	
Extremamente	3 (3,2)	
O quanto estou satisfeito com minha condição financeira?		
Nenhum pouco	4 (4,3)	3,37 (0,99)
Pouco	12 (12,8)	
Médio	34 (36,2)	
Muito	33 (35,1)	
Extremamente	11 (11,7)	
O quanto estou satisfeito com o acesso as informações que necessito no meu dia-a-dia?		
Nenhum pouco	0 (0,0)	3,51 (0,75)
Pouco	8 (8,5)	
Médio	37 (39,4)	
Muito	42 (44,7)	
Extremamente	7 (7,4)	
O quanto me sinto satisfeito com as oportunidades de lazer?		
Nenhum pouco	2 (2,1)	3,27 (0,95)
Pouco	19 (20,2)	
Médio	34 (36,2)	
Muito	31 (33,0)	
Extremamente	8 (8,5)	

Fonte: Dados da pesquisa

Sobre o uso de medicamentos, 52 (55,3%) dos participantes fazem o uso contínuo de algum tipo de medição, ou seja, mais da metade desse grupo sofre de alguma enfermidade, dentre elas destaca-se a hipertensão, diabetes e hipotireoidismo, nesta ordem.

Sobre os níveis de ansiedade, 45 (47,9%) os participantes afirmam não apresentar nenhum ou baixo nível de ansiedade, enquanto, 49 (52,1%), se consideram pessoas muito ansiosas, destes, 13 (26,5%) dizem fazer uso contínuo de ansiolítico, com média de tempo de uso de (M=6,96), mínima de 1 ano e máxima de 20 anos. Considerando o uso de antidepressivos, 15 (30,6%) participantes fazem uso de algum tipo de psicofarmaco deste aspecto, com média de tempo de uso de (M=7,27), mínima de 1 e máxima de 20 anos. Como resultado do distress (estresse negativo) acumulado pela múltiplas relações da vida pessoal e profissional, destaca-se a ansiedade e a depressão entre as doenças que mais acometeram esse grupo de professores.

Sobre a qualidade do sono, 47 (50%) dos participantes disseram não apresentar nenhuma dificuldade para dormir, 26 (27,7%) consideraram que não comumente mas que 'às vezes' sentem dificuldades para dormir, outros 9 (9,6%) apontaram que somente quando expostos a níveis elevados de estresse apresentam dificuldades para dormir, enquanto 9 (9,6%) apresentam diferentes distúrbios que comprometem a qualidade do sono; destes, 5 (55,6%) fazem uso de medicamentos, com média de (M= 5), mínima de 3 e máxima de 8 anos.

## 4. DISCUSSÕES

Tal como apresentado na (Tabela 6), identifica-se que a classificação da QV geral dos professores é moderada. Entre as relações avaliadas, a saúde física apresenta o menor escore médio de satisfação. Por outro lado, a saúde mental obteve as maiores médias, destacando-se como a dimensão mais satisfatória, embora ainda demonstre alguma variabilidade, enquanto as relações sociais e ambientais apresentaram médias intermediárias, refletindo percepções de satisfação semelhantes.

**Tabela 6: Classificação da QV**

**Nota:** F=Freqüência, %=Porcentagem; M= média, DP= desvio padrão

Variáveis	M (DP)	Nível de satisfação
Relações da saúde física	2,43 (1,16)	Moderado
Relações da saúde mental	3,84 (0,81)	Moderado
Relações sociais	3,74 (0,99)	Moderado
Relações ambientais	3,22 (0,93)	Moderado

Fonte: Dados da pesquisa

Em consonância com o presente estudo, Cogo *et al.* (2013), Souto *et al.* (2016) e Araldi *et al.* (2023), ao investigarem a QV dos professores de Ensino Superior, identificaram que as relações da saúde física apresentaram menores escores médios de satisfação, classificada como moderada e regular. Em contrapartida, as demais relações foram consideradas positivas, indo em descontração com os resultados deste estudo, que identifica a percepção dos professores no contexto da QV geral como moderada, ou seja, parcialmente satisfatória.

Outro ponto identificado é a clara relação entre a percepção de saúde física, mental, e as condições de vida dos participantes, destacando a influência de fatores como: o uso contínuo de medicamentos, níveis de ansiedade e qualidade do sono. No âmbito da saúde mental, destaca-se os níveis elevados de ansiedade, o uso de ansiolíticos e antidepressivos, reforçando o impacto do distress associado às demandas múltiplas da vida pessoal e profissional.

Nessa direção, o estudo de Lima e Paloski (2024), realizado com 306 professores de ES, demonstra preocupação ao destacar a prevalência nos sintomas depressivo, ansioso e estresse, em docentes tanto de instituições públicas como privadas.

Boas e Morin (2023), em um estudo comparativo de avaliação dos indicadores de QV no trabalho entre professores brasileiros e canadenses de instituições públicas e privadas, contataram que os níveis de “estresse relacionado ao trabalho dos professores brasileiros são 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 a ansiedade que seu trabalho provoca” (p. 8).

Noutro estudo, desenvolvido por Victor *et al.* (2022), destaca-se que (40,49%) dos professores possuíam diagnóstico de adoecimento mental, e que outros muitos, embora não obtivessem um diagnóstico de saúde mental, apresentaram dificuldades relacionadas, reforçando que as experiências no ambiente de acadêmico comumente apresentam custos significativos emocionais, interpessoais e profissionais.

A análise dos resultados, embora seja moderadamente positiva, demonstra que a energia e o impacto das dores podem ser fatores limitantes para parte dos professores. Esse cenário sugere que há subgrupos que precisam de maior suporte, seja por meio de programas de saúde ocupacional, estratégias para manejo do estresse ou readequação de demandas de trabalho, uma vez que, a percepção de bem-estar é multifacetada e exige uma abordagem integrada, considerando tanto os aspectos físicos quanto emocionais dos participantes para uma melhoria real e sustentável na QV e no desempenho profissional.

## >> CONCLUSÃO

O estudo aponta para um cenário que merece atenção, ao evidenciar os impactos das condições de saúde física e mental na QV dos participantes. Questões relacionadas à saúde geral, como hipertensão, diabetes e hipotireoidismo, entre outras, não apenas afetam o bem-estar físico, mas também refletem maiores desafios associados ao autocuidado e às demandas contínuas da vida profissional e pessoal. Essa relação demonstra a importância de compreender como as condições crônicas podem influenciar na percepção de saúde e limitar os níveis de satisfação com a vida.

Outro fator essencial a ser destacado são os níveis elevados de ansiedade e o uso frequente de psicofármacos utilizados no controle da ansiedade e da depressão, entre outras doenças psicológicas, ocasionadas pelo acúmulo de distress que ultrapassa as fronteiras da saúde mental, afetando também a capacidade de descansar e manter padrões saudáveis de sono.

A correlação entre saúde mental, qualidade do sono e relações interpessoais sugerem que as múltiplas demandas do trabalho docente, bem como as exigências profissionais, exercem uma pressão significativa sobre esse grupo de profissionais. Esses resultados reforçam a necessidade do desenvolvimento de estratégias que promovam não apenas intervenções para o não adoecimento, como abordagem integrada dos diferentes aspectos da QV que valorize o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, melhorando o bem-estar no contexto geral.

As limitações identificadas neste estudo estão vinculadas à mensuração da percepção subjetiva, uma vez que a subjetividade é construída a partir da compreensão individual de cada participante sobre suas próprias expectativas e compreensões. Em pesquisas futuras, pretende-se ampliar a análise no âmbito da QV, com enfoque no aspecto produtivista, na precarização e intensificação do trabalho docente no âmbito da pós-graduação.

## &gt;&gt; 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**, Rio de Janeiro, v. 16, 2018.
- ARALDI, F. M. et al. Qualidade de vida de professores do ensino superior: uma revisão sistemática. **Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación**, Valladolid, n. 41, p. 459-470, 2021.
- ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. de 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**, Rio de Janeiro, v. 35, 2019.
- BABBIE, E.. **Métodos de Pesquisas de Survey**. Ed. UFMG, Belo Horizonte. 2001.
- 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**, Basel, v.19, n. 9, 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**, Fortaleza, v. 21, n. 2, 2023.
- CANCIAN, Q. G. et al. Qualidade de vida no desenvolvimento do trabalho na percepção dos professores universitários. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 13, n. 39, p. 371–386, 2023.
- CANCIAN, Q. G. et al. Desafios invisíveis: impactos do trabalho na saúde e qualidade de vida dos professores de uma universidade pública. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 19, n. 55, p. 553–578, 2024.
- CANCIAN, Q. G.. **Trabalho e Ciência: Um olhar para a saúde e qualidade de vida dos professores universitários**. 265f. 2020. Dissertação (Mestrado em Educação). Cascavel: UNIOESTE, 2020.
- COGO, L. L. R. et al. Perfil da qualidade de vida dos fisioterapeutas docentes do curso de fisioterapia da universidade do Vale do Itajaí. **Revista Contexto & Saúde**, Itajaí, v.11, n.20, p.367-374, 2013.
- CRESWELL, J. W.; CRESWELL, J. D.. **Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches**. Sage publications. 2022.
- DEJOURS, C.. **A loucura no trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. São Paulo: Ed. Cortez, 2015.
- JUÁREZ G., A.. **Intervención y control de los factores psicosociales del estrés laboral: experiencias latinoamericanas**. Ciudad de México: Bonilla Artigas Editores. 2021.
- LEAVY, P.. **Research design: Quantitative, qualitative, mixed methods, arts-based, and community-based participatory research approaches**. Guilford Publications. 2022.
- LIMA, F. G.; PALOSKI, L. H.. Saúde mental e estilos de ensino de professores universitários de instituições públicas e privadas. **Boletim de**

**Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 17, n. 51, 2024.

LÓPEZ-TRUJILLO, L. V.; LÓPEZ-VALENCIA, S. C.; AGUDELO-SUÁREZ, A. A.. Understanding the Quality of Life and Its Related Factors in Orthodontics Postgraduate Students: A Mixed Methods Approach. **Dentistry Journal**, Basel, v. 11, n. 2, p. 39, 2023.

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

MEIRA, T. M. et al. Predictors of perceived stress and quality of life amongst dental master and doctoral students. **European Journal of Dental Education**, Reino Unido, v.27, n. 1, 19-28, 2023.

MOLINA-LUQUE, F.. Educación física, calidad de vida y la nueva sociología de la infancia: Repensando la metodología mixta en sociología. **Retos**, Valladolid, v. 33, p. 69-73, 2018.

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

PIGOU, A. C.. **The Economics of Welfare**. The Online Library of Liberty A Project Of Liberty Fund, Inc. Indianapolis 1920, 561p. Disponível em: <[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4154221/mod\\_resource/content/0/Pigou-The\\_Economic\\_of\\_Welfare\\_1920.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4154221/mod_resource/content/0/Pigou-The_Economic_of_Welfare_1920.pdf)> Acesso em: 23 jun. 2023.

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

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

RIBEIRO, D. B. et al. Saúde mental e qualidade de vida de professores universitários. **Research, Society and Development**, Itabira, v. 11, n. 15, 2022.

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**, Thorouhfare, v. 60, n. 11, 2022.

SOUTO, L. E. S. et al. Fatores associados à qualidade de vida de docentes da área da saúde. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Montes Claros, v.40, n.3, p. 452-460, 2016.

TOSTES, M. V. et al. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 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**, Califórnia, v. 17, n. 6, 2022.



