

## Saúde mental e qualidade de vida de professores universitários

Mental health and quality of life of university professors

Salud mental y calidad de vida de profesores universitarios

Recebido: 28/10/2022 | Revisado: 14/11/2022 | Aceitado: 15/11/2022 | Publicado: 21/11/2022

### **Daiane Brito Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0987-3874>  
Universidade Federal da Bahia, Brasil  
E-mail: daianer.143@hotmail.com

### **Jéssica Nayara da Silva Prado**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5648-5682>  
Universidade do Estado da Bahia, Brasil  
E-mail: jessicaprado18@outlook.com

### **Laís Emily Souza Trindade**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8760-5736>  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil  
E-mail: laisemily10@hotmail.com

### **Daniela da Silva Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0557-9034>  
Universidade do Estado da Bahia, Brasil  
E-mail: danyelasanto22@gmail.com

### **Joélia Souza Neves**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2512-9172>  
Universidade do Estado da Bahia, Brasil  
E-mail: joeliansouza.13@gmail.com

### **Gabriele de Andrade Oliveira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5587-9954>  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil  
E-mail: gabrieledeandrade@hotmail.com

### **Marcela Rossi Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4777-7824>  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil  
E-mail: marcelarossiribeiro@gmail.com

### **Geovana Magestade da Silva Bitencourt**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8229-1985>  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil  
E-mail: geovanamagestade@gmail.com

### **Thauanny Cotrim Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4582-9766>  
Universidade do Estado da Bahia, Brasil  
E-mail: thauannycot@gmail.com

### **Micaela Freire Fontoura**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0350-5085>  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil  
E-mail: contato.micaela@gmail.com

### **Resumo**

Objetivou-se nesta revisão demonstrar o perfil da saúde mental durante a pandemia da Covid-19, de professores universitários. Trata-se de uma revisão da literatura, do tipo integrativa, elaborada por meio de artigos científicos, indexados nas bases de dados, inclusos no PORTAL REGIONAL BVS, utilizando os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Docente”, “Saúde Mental”, “Pandemia”. Foi realizado um cruzamento utilizando os descritores controlados com auxílio do Operador Booleano “AND”. A categoria “Saúde e saúde mental no trabalho docente” surgiu a partir do grande número de problemas que esse grupo enfrenta, tanto físico quanto psíquico. Dentre os principais problemas físicos que estes estão susceptíveis a desenvolver podemos destacar os distúrbios vocais e músculo esqueléticos e os psíquicos um dos principais tem sido a Síndrome de Bornout, que é causada principalmente pela exposição constante a fatores estressantes, além desse destacamos ainda a depressão e a ansiedade. O local de trabalho é visto para muitos como a principal causa para o desenvolvimento do estresse, principalmente com as mudanças e avanços tecnológicos que vem ocorrendo o que torna esses ambientes mais competitivos. Conclui-se, assim, que o trabalho influencia de maneira direta na QV e na saúde dos docentes de nível superior. 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.

**Palavras-chave:** Covid-19; Docentes; Saúde mental; Pandemia.

### **Abstract**

The objective is to review the profile of mental health during the Covid-19 pandemic, of university professors. It is a review of the literature, of an integrative type, elaborated by means of scientific articles, indexed in databases, including not the VHL REGIONAL PORTAL, using the following Descriptors in Health Sciences (DeCS): "Teaching", "Health Mental", "Pandemic". To perform a cross using the controls described with the boolean operator helper "AND". The category "Health and mental health not working as a teacher" arose from the large number of problems that this group faces, both physical and psychological. Among the main physical problems that these are susceptible to develop, we can highlight the vocal and musculoskeletal disorders and the psychic ones, two of the main ones have been Burnout Syndrome, which is mainly caused by constant exposure to stressful factors, in addition to which we also highlight depression and anxiety. The workplace is seen by many as a main cause for the development of stress, mainly with the changes and technological advances that we see occurring or that make these environments more competitive. It was concluded, as well, that the work had a direct influence on QV and on the health of two higher level teachers. Devaluation, excessive work loads, double shifts, inadequate infrastructure, changes in the education process, are some two factors that generate feelings of impotence, anguish, stress and professional exhaustion, favoring physical and mental ill health.

**Keywords:** Covid-19; Professors; Mental health; Pandemic.

### **Resumen**

El objetivo es revisar el perfil de salud mental durante la pandemia de Covid-19, de los docentes universitarios. Es una revisión de la literatura, de tipo integradora, elaborada por medio de artículos científicos, indexados en bases de datos, ajenas al PORTAL REGIONAL DE LA BVS, utilizando los siguientes Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS): "Enseñanza", "Salud Mental", "Pandemia". Para realizar una cruz usando los controles descritos con el operador booleano "AND". La categoría "Salud y salud mental no trabajando como docente" surgió de la gran cantidad de problemas que enfrenta este grupo, tanto físicos como psicológicos. Dentro de los principales problemas físicos que estos son susceptibles de desarrollar, podemos destacar los trastornos vocales, musculoesqueléticos y los psíquicos, dos de los principales han sido el Síndrome de Burnout, que se produce principalmente por la exposición constante a factores estresantes, además de que también destacamos la depresión y la ansiedad. El lugar de trabajo es visto por muchos como una de las principales causas del desarrollo del estrés, principalmente con los cambios y avances tecnológicos que vemos ocurrir o que hacen más competitivos estos entornos. Se concluyó, además, que el trabajo influyó directamente en la VV y en la salud de dos docentes de nivel superior. La devaluación, la carga excesiva de trabajo, la doble jornada, la infraestructura inadecuada, los cambios en el proceso educativo, son algunos de los dos factores que generan sentimientos de impotencia, angustia, estrés y agotamiento profesional, favoreciendo la mala salud física y mental.

**Palabras clave:** Covid-19; Maestros; Salud mental; Pandemia.

## **1. Introdução**

Alguns estudos vêm demonstrando que os professores estão entre os grupos mais afetados pelos transtornos mentais comuns (TMC), destacando-se como aquele que apresenta maior nível de estresse e ansiedade quando comparado a outros profissionais (Souza et al., 2018; Moreira & Rodrigues, 2018). O processo de docência envolve uma relação direta com outras pessoas e muitas vezes é causador de expectativas em relação ao processo de aprendizado do outro e quando esta não é correspondida, surgem os sentimentos de impotência e de angústia (Souza et al., 2018).

Jornadas duplas de trabalho, junto à grande cobrança institucional, tendo que se dispor a desenvolver atividades de ensino, pesquisa e extensão, além de estar sempre em busca de novos aprimoramentos, vivenciar a precariedade das condições de trabalho, estruturas institucionais inadequadas e achatamento salarial, levam a categoria docente à exaustão emocional e ao aparecimento de alguns sintomas que sinalizam a possibilidade da emergência de transtorno mental.

Dentre os sintomas, destacam-se "nervosismo, estresse, cansaço mental, esquecimento e insônia" (Moreira & Rodrigues, 2018). Nas universidades públicas esta situação torna-se ainda pior, já que, constantemente, ocorrem congelamento dos investimentos, cortes de gastos, diminuição de funcionários e redução dos salários (Gomes et al., 2017).

Com o início da pandemia da Covid-19, que é uma doença infecciosa causada pelo novo coronavírus, SARS-CoV-2,

considerada uma ameaça à saúde pública global, com impactos negativos à saúde mental de indivíduos, famílias, comunidades e nações, os docentes têm enfrentado situações de crise, principalmente, em virtude da necessidade de deixar o habitat natural da sala de aula para desenvolver ações de ensino remoto, ou de educação à distância (Prado et al., 2017; Amaral, et al., 2017).

Diante do exposto, levando-se em consideração ao grande índice de adoecimento mental durante a pandemia da Covid-19 e sabendo que ela influencia diretamente na saúde mental desse grupo, objetivou-se nesta revisão demonstrar o perfil da saúde mental durante a pandemia da Covid-19, de professores universitários.

## 2. Metodologia

O presente artigo trata-se de uma revisão da literatura, do tipo integrativa, entre os meses de janeiro a março de 2022. A revisão integrativa tem papel de fornecer resultados de forma resumida de acordo com o assunto escolhido para o estudo, bem como pode contribuir para relacionar conceitos e teorias (Ercole, et al., 2014).

O estudo teve quatro passos para critério de escolha dos estudos, que foi “identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos” da temática abordada. São seis as etapas que devem ser seguidas e que utilizamos para construção dessa revisão (Souza, et al., 2010). De acordo Souza, et al., (2010), o estudo seguiu seis etapas, sendo o primeiro a identificação do tema e definição da questão norteadora, em seguida foi realizada uma busca na literatura com aplicação dos critérios de inclusão e exclusão; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; interpretação dos resultados e síntese do conhecimento. Para nortear o estudo, fez-se a seguinte questão de pesquisa: “o que a literatura aborda sobre saúde mental dos professores universitários durante a pandemia da Covid-19?”.

Para realização da pesquisa, foram realizados o levantamento da bibliografia por meio de artigos científicos indexados nas bases de dados inclusos no Portal Regional BVS, sendo a *Medline*, *Lilacs*, *Bdenf*, *Fiocruz Preprints* e *SciELO Preprints*, (Quadro 1).

No método de busca foram utilizados os *Descritores em Ciências da Saúde* (DeCS): “Covid-19”, “Docente”, “Saúde Mental”, “Pandemia”. Foi realizado um cruzamento utilizando os descritores controlados com auxílio do Operador Booleano “AND” entre os DeCS no intuito do portal evidenciar somente os artigos que houvesse relação entre eles. Inicialmente foram encontrados 34 artigos e adotou-se como critério de inclusão na realização das buscas: artigos disponíveis para download, publicados nos últimos cinco anos (2016-2021) nos idiomas inglês, português e espanhol, e que tivessem relação com a saúde mental de professores universitários durante a pandemia da Covid-19. Após aplicação dos filtros o número de artigos reduziu para 24 e partindo para leitura e avaliação dos títulos totalizou-se 08 artigos para realização dessa revisão.

Após isso foi realizada a análise do tema, de acordo Mendes et al., (2008), que resultou nos seguintes temas: Saúde e saúde mental no trabalho docente e trabalho e qualidade de vida.

**Quadro 1** - Distribuição das bases de dados e artigos selecionados através do Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde.

Base de dados	Publicações Encontradas	Publicações Selecionadas
MEDLINE	18	07
LILACS	04	02
BDENF	01	1
Fiocruz Preprints SciELO Preprints	01 01	5
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>16</b>

Fonte: Pesquisa UESB, Jequié. Bahia. Brasil. (2021).

**Quadro 2** - Distribuição dos artigos selecionados segundo autor (es), local, ano, título, periódico, objetivo (s), metodologia e principais contribuições Jequié-BA, 2021.

Nº	Autores, local e ano	Título e revista	Objetivo e metodologia	Principais considerações
1	Sousa AR, Santos RB, Silva RM, Santos CCT, Lopes VC, Mussi FC. 2018	Estresse ocupacional e qualidade do sono em docentes da área da saúde.	Objetivo: analisar a relação entre estresse ocupacional e qualidade do sono em docentes da área da saúde. Métodos: estudo transversal realizado por meio de um questionário sociodemográfico, ocupacional e da Escala de Estresse no Trabalho e Índice de Qualidade de Sono Pittsburg	Baixo nível de estresse e baixa qualidade do sono. Constatou-se que, a sonolência diurna, os distúrbios do sono e a duração do sono os fatores que mais contribuem para a baixa qualidade do sono dos docentes da área de saúde.
2	Moreira DZ, Rodrigues MB. 2018	Saúde mental e trabalho docente	Este estudo examina as causas do absenteísmo por doença de professores em um município do Rio Grande do Sul. Parte de uma pesquisa documental sobre licenças-saúde concedidas durante um ano e a complementa com entrevistas com professores afastados no período. Foram realizadas análises estatísticas dos dados de prontuários de professores afastados, assim como a análise textual das entrevistas.	Constatou-se que 50% dos professores esteve afastado do trabalho por transtornos mentais e comportamentais, segundo a Classificação Internacional de Doenças (CID-10), principalmente transtornos depressivos leves e graves.
3	KhaysKarllaGomes, Hugo Machado Sanchez, Eliane Gouveia de Moraes Sanchez, André LuizSbroggio Júnior, Whaine Moraes Arantes Filho, Luiz Almeida da Silva, Maria Alves Barbosa, CelmoCeleno Porto Rio Verde(GO)/Brasil-(2017).	Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho em docentes da saúde de uma instituição de ensino superior	Avaliar a QVT e a QV dos docentes universitários de uma instituição de ensino superior (IES). (Estudo observacional descritivo de corte transversal – Publicado em português)	A QV desses professores foi classificada em satisfação intermediária, sendo que todos os domínios apresentaram escores semelhantes, indicando que os docentes universitários não estão satisfeitos em nenhum dos domínios da QV.
4	Rosana Leal do Prado; Mariana EsperendiBastianini; Matheus Zanelato Cavalleri; Sandra Fogaça Rosa Ribeiro; Eliane Cristina Gava Pizi; Juliane AvansiniMarsicano - São Paulo/Brasil (2017).	Avaliação da Síndrome de Burnout em professores universitários.	Avaliar a presença da Síndrome de Burnout entre os docentes de cursos de graduação da área da saúde e sua correlação com fatores sociodemográficos e atividades relacionadas à docência. (Estudo teve caráter exploratório, descritivo e transversal- Publicado em português)	De acordo com os resultados encontrados, das três dimensões da síndrome de Burnout a que apresentou maior relevância foi a exaustão emocional, correlacionada à quantidade de cursos em que o docente leciona e ao contato diário com maior número de alunos.
5	Graziele Alves Amaral, Amanda Leal Borges, Ana Paula de Melo Juiz - Jataí, GO/Brasil (2017).	Organização do trabalho, prazer e sofrimento de docentes públicos federais.	Compreender a relação entre a organização do trabalho e as vivências de prazer e de sofrimento de docentes de um campus do interior de uma universidade pública federal, baseando-se na perspectiva da PdT. (Esta pesquisa é de natureza qualitativa – Publicado em português)	Constatou-se que dentre os fatores de prazer no trabalho se destacam: as atividades de ensino e as relações interpessoais com os alunos – questões ligadas ao significado do ser docente; as atividades de pesquisa que possibilitam a utilização da inteligência prática; e o reconhecimento da comunidade científica. Por outro lado, as vivências de sofrimento no trabalho referem-se às seguintes situações: falta de infraestrutura, sobrecarga por atividades administrativas, conflitos interpessoais e mal-estar em relação à condução da gestão.
6	Raquel Conceição Ferreira, Alessandra Pastore da Silveira, Maria Aparecida Barbosa de Sá, Sara de Barros Lima Feres, João Gabriel Silva Souza, Andréa Maria Eleutério de Barros Lima Martin - Minas Gerais/Brasil (2015).	Transtorno Mental e estressores no trabalho entre professores Universitários da área da saúde.	Avaliar a associação entre estressores no trabalho e transtornos mentais comuns entre docentes da área da saúde, no contexto de uma universidade particular. (Estudo transversal- Publicado em português)	Há uma prevalência considerável de transtornos mentais comuns entre professores universitários da área da saúde de uma instituição privada, o que corrobora estudos na literatura. Há maior prevalência de transtornos mentais comuns nos professores que se esforçam mais no trabalho (com maior frequência de estressores) e com pior qualidade de vida no domínio físico.

7	Thiago Raphael Martins Meira, Jefferson Paixão Cardoso, Alba Benemérita Alves Vilela, Camila Rego Amorim, Saulo Vasconcelos Rocha, Ariane Nepomuceno Andrade, Dafla Santos Freire - Jequié-BA/Brasil (2014)	Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde.	Objetivou-se analisar as percepções de professores sobre o trabalho docente e as repercussões em sua saúde. Estudo qualitativo- Publicado em Português)	Os relatos apresentam um cenário caracterizado pela alta demanda da atividade, aliados à sobrecarga física e mental, e desvalorização profissional. As características do trabalho empregado repercutem negativamente no cotidiano desses profissionais, dificultando a realização atividades de lazer e favorecendo o surgimento e/ou manutenção de problemas psicoemocionais e osteomusculares.
8	Larissa Nadjara Alves Almeida, Leonardo Wanderley Lopes, Denise Batista da Costa, Eveline Gonçalves Silva, Germana Maria Soares da Cunha, Anna Alice Figueirêdo de Almeida - João Pessoa, Paraíba/Brasil (2014).	Características vocais e emocionais de professores e não professores com baixa e alta ansiedade.	O objetivo desta pesquisa foi comparar características vocais e emocionais em grupos de professores e não professores com baixa e alta ansiedade. (Pesquisa classificada como quantitativa, transversal e descritiva – Publicado em português)	Os sintomas emocionais, como ansiedade, estresse e depressão, podem influenciar proporcionalmente nas características vocais e na qualidade de vida da população de indivíduos com alta ansiedade, sobretudo daqueles que utilizam a voz como instrumento de trabalho, como os professores.
9	Jussara Brito, Régine Bercot, Chantal Horellou-Lafarge, Mary Yale Neves, Simone Oliveira, Lucia Rotenberg – Brasil e França (2014)	Saúde, gênero e reconhecimento no trabalho das professoras: convergências e diferenças no Brasil e na França	Analisar a saúde das professoras do ensino público fundamental, focalizando a questão do reconhecimento do trabalho docente e considerando as semelhanças e diferenças entre a realidade brasileira e a francesa. (Publicado em português)	Há semelhanças e diferenças no que tange às condições de trabalho das professoras francesas e brasileiras, assim como no que se refere à questão do reconhecimento social de seu trabalho. Percebemos que na França o mal-estar e o sofrimento das docentes não advêm tanto de uma sobrecarga de trabalho. Quanto ao Brasil, a tônica é principalmente dada pelas condições precárias de trabalho, com destaque para a sobrecarga de trabalho, o número considerado elevado de alunos por turma e os baixos salários, que expressam a desvalorização do ofício.
10	Fatihe Kermansaravi, Ali Navidian, Shahindokht Navabi Rigi, Fariba Yaghoubinia - Zahedan, Irã (2015).	A relação entre qualidade de vida no trabalho e satisfação no trabalho dos membros do corpo docente da Universidade de Ciências Médicas de Zahedan.	Objetivou determinar a relação entre qualidade do trabalho vida e satisfação no trabalho em docentes. (Estudo descritivo-analítico- Publicado em inglês)	A qualidade de vida no trabalho tem a previsibilidade da satisfação no trabalho dos professores e pode ser eficaz para melhorar a satisfação no trabalho. Recomenda-se que algumas intervenções sejam planejadas com relação à melhoria da qualidade de vida no trabalho e sua eficiência devem ser avaliadas.
11	Edina Maria de Camargo, Marcelo Ponestki Oliveira, Ciro Romelio Rodriguez-Añez, Adriano Akira Ferreira Hino, Rodrigo Siqueira Reis – Paraná/Brasil.	Estresse percebido, comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários.	Analisar a relação entre percepção de estresse com fatores sociodemográficos, condições de trabalho e comportamentos relacionados à saúde em professores universitários. (Inquérito descritivo com delineamento transversal- Publicado em português).	Os resultados apontam que mulheres, indivíduos inativos e com menor satisfação com o trabalho apresentam maiores escores de estresse percebido. Se quisermos prever o fenômeno do estresse, devemos necessariamente recorrer a variáveis de diferentes domínios (características sociodemográficas, características profissionais, características de trabalho e comportamentos de risco).
12	Elizabeth Navas Sanches, Julius Diego de France Santos – Itajaí/Brasil.	Estresse em docentes universitários da saúde: situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento.	Compreender as situações que geram estresse no corpo docente de uma instituição de Ensino Superior na área da saúde. (Pesquisa exploratória, descritiva de abordagem qualitativa – Publicado em português).	As condições de trabalho dos docentes favorecem a ocorrência do estresse ocupacional, primeiramente por se tratar de características próprias da profissão docente e, em segundo lugar, por ser voltada à área da saúde. As fontes geradoras de estresse citadas pelos profissionais foram: dificuldades de lidar com os alunos despreparados, a sobrecarga de trabalho, o contexto da universidade a relação ensino-aprendizagem, preocupação com a aprendizagem do aluno e os prazos institucionais.
13	Elizabete Regina Araújo de	Gênero e qualidade de	Avaliar as condições de trabalho	Os resultados deste estudo, demonstram

	Oliveira; ÁtalaLotti Garcia; Maria José Gomes; Telmo Oliveira Bittar; Antonio Carlos Pereira - cidade de Vitória – ES/Brasil	vida percebida – estudo com professores da área de saúde.	sobre a saúde e qualidade de vida percebida de mulheres docentes do ensino superior na área da saúde. (Estudo qualitativo descritivo do tipo exploratório – publicado em português)	que as professoras não são poupadas das demandas globais a que estão submetidas, como tarefas extraclasse, extensa jornada de trabalho, cumprimento de tarefa com prazo curto de tempo, múltiplos empregos e carga horária de sala de aula. O somatório destas demandas propicia o surgimento de efeitos sobre a saúde mental deste grupo ocupacional.
14	Maithê de Carvalho e Lemos; Joanir Pereira Passos (2012) - Rio de Janeiro/Brasil.	Satisfação e frustração no desempenho do trabalho docente em enfermagem.	Identificar e classificar as expressões de satisfação e frustração no desempenho do trabalho docente em enfermagem. (Pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa – Publicado em português)	O significado gerado do relato de pessoas que estão na lida diária com as atividades pertinentes à sua profissão deve ser considerado como relevante para a instituição à qual pertencem, de forma a propiciar condições no ambiente laboral a fim de potencializar a qualidade de vida no trabalho, gerando resultados positivos na produção.
15	C. Ge, X. Yang, Y. Fan, A.H. Kamara, X. Zhang, J. Fu, L. Wang. (2011) - Shenyang na China.	Qualidade de vida entre professores universitários chineses: Uma pesquisa transversal	(Pesquisa transversal- Publicado em inglês.	Na Faculdade os professores são levados por suas escolhas de estilo de vida a um ritmo acelerado, empregos competitivos e desafiadores, e tendem a experimentar as consequências adversas do estresse no trabalho mais severamente do que outros funcionários na China.  Medidas preventivas para melhorar a QV dos professores universitários incluem a criação de uma atmosfera harmoniosa entre famílias e colegas; mais aconselhamento psicológico serviços para professores
16	AmitSood, MD., MSc.,Kavita Prasad, MD. , Darrell Schroeder, MS., and PrathibhaVarkey, MBBS. (2011) -	Treinamento em gerenciamento de estresse e resiliência Entre a Faculdade do Departamento de Medicina: Um Piloto Ensaio Clínico Randomizado.	Testar um Programa SMART para melhorar a resiliência do médico diminuir o estresse no Departamento de Medicina (DOM) Faculdade (Estudo clínico piloto randomizado- Publicado em inglês)	Em resumo, uma breve intervenção no gerenciamento do estresse e treinamento de resiliência (SMART) para médicos é viável e oferece potencial para melhorar pontuações de curto prazo em medidas de resiliência, qualidade de vida, estresse e ansiedade. Tal uma abordagem justifica uma investigação mais aprofundada.

Fonte: Pesquisa UESB, Jequié. Bahia. Brasil. (2021).

Após aplicação dos critérios de inclusão e leitura prévia dos artigos para selecionar aqueles que, de fato, tinham relação com o objeto de estudo, encontrou-se 09 artigos, sendo excluídos um artigo repetido.

### 3. Resultados e Discussão

A fim de responder o objetivo do estudo, realizou-se leitura crítico-reflexiva dos artigos selecionados, surgindo assim 2 tópicos para mediar a discussão: “Saúde e saúde mental no trabalho docente” (Meira et al, 2014; Almeida et al, 2014; Brito et al. 2014; Oliveira et al., 2012; Ge et al., 2011), “Trabalho e qualidade de vida” (Souza et al., 2018; Prado et al., 2017; Amaral et al., 2017; Ferreira et al., 2015; Kermansaravi et al., 2014; de Camargo et al., 2013; Lemos & Passos, 2012; Sood et al., 2011).

#### Saúde e saúde mental no trabalho docente

A categoria “Saúde e saúde mental no trabalho docente” surgiu a partir do grande número de problemas que esse grupo enfrenta, tanto físico quanto psíquico. Dentre os principais problemas físicos que estes estão susceptíveis a desenvolver podemos destacar os distúrbios vocais e músculo esqueléticos e os psíquicos um dos principais tem sido a Síndrome de

Bornout, que é causada principalmente pela exposição constante a fatores estressantes, além desse destacamos ainda a depressão e a ansiedade (Meira, 2014).

Um estudo comparando a realidade brasileira com a francesa mostrou que há pouca diferença nas causas de adoecimento dos docentes. Em ambos os países as principais causas foram a desvalorização e o descaso do governo sobre a educação (Brito et al., 2014). Já uma pesquisa com professores chineses mostrou que o que gera esse adoecimento é o ritmo acelerado e a grande competição no mercado de trabalho, o que causa grande estresse nesses profissionais (Ge et al., 2011).

Avaliando a saúde em comparação com o gênero, o sexo feminino apresentou-se com maior esgotamento profissional, principalmente, pela dupla jornada de trabalho que não permitem que estas tenham momentos de lazer estando sempre realizando alguma atividade (Oliveira et al., 2012). As docentes sofrem com a pressão de sempre ter que dar conta de tudo e ainda provarem ser suficientes para o mercado de trabalho. Essa pressão constante gera sentimentos de ansiedade, aumentando o estresse prejudicando a QV dessas mulheres (Oliveira et al., 2012).

Essa classe vem sofrendo com altos níveis de estresse o que favorece o desenvolvimento de vários outros problemas vocais, levando estes ao afastamento, já que a voz constitui-se como a principal ferramenta de trabalho para esse grupo. Os sinais e sintomas relacionados às cordas vocais podem ser considerados como um fator prejudicial na qualidade de vida desses profissionais (Almeida, et al.2014).

#### **Trabalho e qualidade de vida**

Os docentes universitários vivenciam diariamente altos padrões de cobranças por essas instituições, dentro das obrigações, além das aulas, estes exercem atividades voltadas para projetos de pesquisa e extensão, e se tratando da área da saúde precisam constantemente de atualização pelo fato de tratarem de temas que na maioria das vezes irão afetar diretamente outras pessoas em se tratando de assistência. Dessa forma, toda essa sobrecarga tem gerado um padrão de adoecimento causado pela exaustão tanto física como emocional levando esses profissionais ao adoecimento mental (Souza et al., 2018; Prado et al., 2017; Amaral et al., 2017).

O local de trabalho é visto por muitos como a principal causa para o desenvolvimento do estresse, principalmente com as mudanças e avanços tecnológicos que vem ocorrendo, o que torna esses ambientes mais competitivos (Souza et al., 2018). Quando exposto há grandes períodos de estresse, esse pode tornar-se patológico a Síndrome de Burnout é um exemplo bem claro. Nela o indivíduo sofre de uma exaustão física e emocional, o que o impossibilita na realização das suas atividades, principalmente, no trabalho (Prado et al., 2017).

A qualidade de vida mostra-se inteiramente ligada com a satisfação laboral. Já a insatisfação no trabalho está associada a fatores como: falta de infraestrutura adequada do ambiente de trabalho; sobrecarga, principalmente de atividades administrativas; e mudanças no processo de ensino. Esses são alguns dos fatores que tem favorecido o surgimento de doenças ocupacionais nessa classe, e se apresentam como uma das principais causas de afastamento do trabalho (Moreira & Rodrigues, 2018; Gomes et al., 2017; Amaral, et al., 2017; Ferreira et al., 2015; Meira et al., 2015; Sanches & France, 2013).

#### **4. Conclusão**

É notório que o trabalho influencia de maneira direta tanto na QV, quanto na saúde dos docentes de nível superior. A desvalorização, cargas excessivas de trabalho, duplas jornadas, infraestrutura inadequadas, mudanças no processo de ensino, são alguns dos fatores que geram sentimentos de impotência, angústia, estresse e esgotamento profissional, favorecendo o adoecimento físico e mental.

Por outro lado, sabe-se que a precarização do trabalho sempre foi algo presente em nossa sociedade, porém com a pandemia da Covid-19 essas condições ganharam mais evidências. Com a preconização do distanciamento social esses

docentes tiverem que se adaptar a uma nova realidade de trabalho, que embora se pareça mais “fácil” por estar em um ambiente familiar, essa rotina tornou-se mais exaustiva. O fato das múltiplas jornadas, de estarem “presos” em seus lares aumentaram de forma drásticas os índices de adoecimento mental

Recomenda-se o desenvolvimento de mais estudos sobre a saúde dessa classe, assim como criação de redes de apoio psicológico para os mesmos, já que estes precisam lidar diariamente com outros seres humanos. Além disso, mais políticas de valorização dessa classe que tem um papel tão importante em nossa sociedade, assim como condições mais dignas de trabalho.

## Referências

- Almeida, L. N. A., Lopes, L. W., Costa, D. B., Gonçalves Silva, E. G., Cunha, G. M. S., & Almeida, A. A. F. (2014). Características vocais e emocionais de professores e não professores com baixa e alta ansiedade. *Audiol Commun Res*. [Internet]. 19(2) São Paulo. <https://doi.org/10.1590/S2317-64312014000200013>
- Amaral, G. A., Borges, A. L., & Juiz, A. P. M. (2017). Organização do trabalho, prazer e sofrimento de docentes públicos federais. *Rev. Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*. 20(1), 15-28 – 10.11606/issn.1981-0490.v20i1p15-28.
- Brito, J., Bercot, R., Horellou-Lafarge, C., Neves, M. Y., Oliveira, S., & Rotenberg, L. (2014). Saúde, gênero e reconhecimento no trabalho das professoras: convergências e diferenças no Brasil e na França. *Physis Revista de Saúde Coletiva* [Internet]. Rio de Janeiro 24 [ 2 ]: 589-605. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312014000200014>
- Camargo, E. M., Oliveira, M. P., Rodriguez-Añez, C. R., Hino, A. A. F., & Reis, R. S. (2013). Condições de trabalho de professores relacionados com a saúde. *Psicología Argumento*. 31(75).
- Ercole, F. F., Melo, L. S., & Alcoforado, C. L. G. C. (2014). Integrative review versus systematic review. *Reme Rev Min Enferm*. 18(1), 9–12. <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20140001>
- Ferreira, R. C., Silveira, A. P., Barbosa, de Sá M. A., Feres, S. B. L., Souza, J. G. S., & Martins, A. M. E. B. L. (2015). Transtorno Mental e Estressores no Trabalho entre Professores Universitários da Área da Saúde. *Trab. Educ. Saúde*, Rio de Janeiro [Internet] 13(1), 135-155. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sip00042>.
- Ge, C., Yang, X., Fan, Y., Kamara, A. H., Zhang, X., Fu, J., & Wang, L. (2011). Qualidade de vida entre professores universitários chineses: uma pesquisa transversal. *Saúde Pública*, 125 (5), 308-310.
- Gomes, K. K., Sanchez, H. M., Sanchez, E. G. M., Sbroggio Júnior, A. L., Arantes Filho, W. M., Silva, L. A., Barbosa, M. A., & Porto, C. C. (2017). Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho em docentes da saúde de uma instituição de ensino superior. *Rev Bras Med Trab*. [http://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/04/833205/v15n1a04\\_0kg2Zoi.pdf](http://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/04/833205/v15n1a04_0kg2Zoi.pdf)
- Kermansaravi, F., Navidian, A., Navabi, R. S., & Yaghoobinia, F. The relationship between quality of work life and job satisfaction of faculty members in Zahedan University of Medical Sciences. *Glob J Health Sci*. 2014 Oct 29;7(2):228-34. 10.5539/gjhs.v7n2p228. PMID: 25716392; PMCID: PMC4796517.
- Lemos, M. D. C., & Passos, J. P. (2012). Satisfação e frustração no desempenho do trabalho docente em enfermagem. *Revista Mineira de Enfermagem*, 16(1), 48-55.
- Meira, T. R. M., Cardoso, J. P., Vilela, A. B. A., Amorim, C. R., Rocha, S. V., Andrade, N. A., & Freire, D. S. (2014). Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde. *Rev Bras Promoç Saúde*. 27(2): 276-282.
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Context - Enferm*. 17(4), 758–764. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>
- Moreira, D. Z., & Rodrigues, M. B. (2019). Saúde mental e trabalho docente. *Estudos de Psicologia* [Internet] 2018[acesso 09 dez 2019]23(3), 236-247. <http://pepsic.bvsalud.org>.
- Oliveira, E. R. A. D., Garcia, Á. L., Gomes, M. J., Bittar, T. O., & Pereira, A. C. (2012). Gênero e qualidade de vida percebida: estudo com professores da área de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17, 741-747.
- Prado, R. L., Bastianini, M. E., Cavalleri, M. Z., Ribeiro, S. F. R., Pizi, E. C. G., & Marsicano, J. A. (2017). Avaliação da síndrome de Burnout em professores universitários. *Revista da ABENO*. 17(3):21-xx.
- Sanches, E. N., & de France Santos, J. D. (2013). Estresse em docentes universitários da saúde: situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento. *Psicologia Argumento*, 31(75).
- Sood, A., Prasad, K., Schroeder, D., & Varkey, P. (2011). Stress management and resilience training among Department of Medicine faculty: a pilot randomized clinical trial. *Journal of general internal medicine*, 26(8), 858–861. <https://doi.org/10.1007/s11606-011-1640-x>
- Sousa, A. R., Santos, R. B., Silva, R. M., Santos, C. C. T., Lopes, V. C., & Mussi, F. C. (2019). Estresse ocupacional e qualidade do sono em docentes da área da saúde. *Rev Rene*. 19: e33088. 10.15253/2175-6783.20181933088. [www.revistarene.ufc.br](http://www.revistarene.ufc.br)