

QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DE MARINGÁ/PR

*Vanessa Zoneratto e Silva¹, Maria Fernanda Senra dos Santos Moro²,
Ludmila Lopes Maciel Bolsoni³*

^{1,2}Acadêmicas do Curso de Medicina, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.

¹Bolsista do PIBIC^{MED}/ICETI-UniCesumar. zoneratto@gmail.com, nandinhamoro1@gmail.com

³Orientadora, Mestre, Docente dos cursos de Medicina e Enfermagem da UNICESUMAR. ludmilalopesbolsoni@gmail.com

RESUMO

Trata-se de um estudo observacional, descritivo, de corte transversal, que teve como objetivo analisar a qualidade de vida dos professores da área de saúde de uma instituição de ensino superior localizada em Maringá. Foi enviado para o e-mail desses docentes um formulário do Google Forms, seguindo o questionário WHOQOL-BREF, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), com o intuito de analisar a situação atual de qualidade de vida dos professores selecionados. A partir disso, foi possível identificar os fatores desencadeantes que não propiciam a qualidade de vida e a saúde mental desses docentes, assim como avaliar a satisfação deles em relação ao seu desempenho e valorização no trabalho. Portanto, o trabalho não apenas serviu como subsídio para pesquisas futuras, mas também proporciona aos professores uma reflexão para melhorar o bem estar tanto em sua vida pessoal quanto em sua vida acadêmica. Para verificação do número de participantes para a pesquisa, foi utilizado OpenEpi® para cálculo amostral, com nível de confiança de 95%. Também foi feito uso da planilha do Excel para formação de um banco de dados com a finalidade de realizar a estatística descritiva simples e o programa de análise estatística, software SPSS® versão 22.0, e para comparar dados coletados de qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho. Essa pesquisa passou por aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da instituição e respeitou todos os preceitos éticos de pesquisa envolvendo seres humanos. Para participar, os voluntários precisaram assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que foi disponibilizado em anexo ao questionário. Conclui-se que a análise da saúde mental dos professores da área da saúde. A qualidade de vida, em relação às fontes utilizadas mostrou-se baixa. Este trabalho, tem como intuito, melhorar a qualidade de vida dos professores, através da conscientização das condições que os profissionais estão expostos.

PALAVRAS-CHAVE: Carga de Trabalho; Carga Psíquica; Saúde dos Professores.

1 INTRODUÇÃO

Qualidade de vida (QV) é um conceito amplo que envolve parâmetros sociais, de saúde e econômicos. Esses critérios são analisados por ferramentas diferentes, englobando diversas áreas do conhecimento. A QV pode ser analisada de forma objetiva e subjetiva. No âmbito objetivo, é analisada a satisfação frente às necessidades mais elementares do ser humano, tais como acesso à água potável, habitação, trabalho, saúde e lazer. Por outro lado, a esfera subjetiva lida com o sentimento e a relação que o sujeito possui com sua própria vida, como por exemplo, hábitos aprendidos e adotados durante toda a vida, relacionados com a realidade familiar, ambiental e social (ALMEIDA; GUTIERREZ; MARQUES, 2012). Para não se ter apenas um resultado subjetivo, é preciso analisar as duas esferas em conjunto, assim o resultado torna-se mais próximo da realidade. É possível conseguir isso com o questionário WHOQOL BREV, que foi desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) (ALMEIDA; GUTIERREZ; MARQUES, 2012).

Em relação à qualidade de vida de professores universitários, existem diversos fatores que influenciam para o surgimento de doenças emocionais, tais como a grande exigência relacionada à alta produtividade, a atualização constante de seu conhecimento por meio da participação em congressos e bancas e as longas jornadas de trabalho que se estendem até os finais de semana e feriados. Além disso, os contratos de trabalho são flexibilizados, com base em horas-aula, ocasionando uma ausência de Plano de Carreira, o que pode gerar angústia a respeito do futuro (SANCHEZ, 2019).

Os docentes também são uns dos responsáveis pela propagação da educação no país, conseqüentemente, formadores de novos cidadãos. Diante disso, são constantemente pressionados pela sociedade, uma vez que necessitam possuir competências pedagógicas para tal tarefa. Por isso, acabam abdicando de uma boa qualidade de vida, o que corrobora com o prejuízo da própria saúde mental e física, em prol de sua profissão. (DIEHL; MARIN, 2016).

Considerando-se esses conceitos, é plausível questionar será que a alta cobrança da sociedade, dos alunos e da coordenação para com os professores, influencia na saúde deles? Será que os docentes se sentem satisfeitos com sua vida? Seu desempenho no trabalho é afetado? Os professores conseguem fazer atividades de lazer mesmo com sua alta carga de trabalho? Será que conseguem relaxar nos momentos necessários ou mesmo em momentos pessoais ficam pensando no trabalho? É possível que os docentes estejam se exaurindo mentalmente por conta do trabalho?

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional, descritivo, de corte transversal realizado nas dependências de uma instituição de ensino superior (IES) privada localizada no estado do Paraná, município de Maringá. Para a coleta de dados foi utilizado o questionário WHOQOL-BREF como base, sendo criado um formulário no Google Forms com 26 questões referentes à saúde, qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho desta população. Esse instrumento foi enviado e disponibilizado em formato de link por e-mail para os professores de diversas áreas da universidade para obtenção das respostas. Essas ferramentas foram escolhidas por serem confiáveis e por abrangerem os tópicos necessários na pesquisa.

Para verificação do número de participantes da pesquisa, realizou-se o cálculo amostral por intermédio do OpenEpi®, utilizando nível de confiança de 95%. Para análise dos dados, foi utilizado a planilha do Excel (Microsoft Office Excel® 2010), na qual os dados foram transcritos e analisados formando um banco de dados para realização da estatística descritiva simples e constituição do programa de análise estatística, sendo este, o software SPSS® (versão 22.0) para comparação dos dados coletados da qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho. A presente pesquisa passou por aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da instituição, respeitando-se os preceitos éticos de pesquisa envolvendo seres humanos. Todos os voluntários assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) disponibilizado em anexo ao questionário.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa contou com 12 respostas de professores acadêmicos. Foi feita de modo anônimo. Embora o formulário contivesse 26 questões, duas perguntas tiveram as respostas mais relevantes. Uma delas é “em que medida você tem tempo livre para realizar atividades de lazer?”.

Como é possível visualizar pela Tabela 1, dez respostas de doze (83,3%) não consideram ter tempo o suficiente para realizar tais tipos de atividade. De acordo com Alves (2017), tanto a falta de tempo livre para o lazer, assim como a perda de interesse por atividades prazerosas, pode ser frequentemente associada a síndrome de Burnout. Tal síndrome pode atingir a categoria dos professores universitários uma vez que as funções de professor tendem a se prolongar para fora da sala de aula como fazer e corrigir provas, orientar trabalhos e programar as aulas, funções muitas vezes não recompensadas financeiramente e que também utilizam o tempo livre do docente (ALVES, 2017). Conforme Sanchez (2019), as atividades de lazer auxiliam no relaxamento, o que conseqüentemente

melhora a agilidade mental e reduz o estresse; tais resultados aumentam a satisfação com a vida, além de conter o surgimento da síndrome de burnout.

Tabela 1 – Em que medida você tem tempo livre para realizar atividades de lazer?

Variável	Níveis	N	%
1	Nada	1	8,3
2	Muito pouco	4	33,3
3	Médio	5	41,7
4	Muito	2	16,7
5	Completamente	0	0
	*Total	12	100%

Fonte: Dados da Pesquisa (2020). Elaboração dos autores.

*O total de participantes da pesquisa corresponde a 12.

A outra pergunta com resultado relevante nesse estudo foi “Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade e depressão?”. Dos 12 entrevistados, apenas 2 (16,7%) consideram que não possuem esses sentimentos. O restante, 10 entrevistados (82,4%), consideraram que possuem sentimentos desse tipo, seja ocasionalmente ou de maneira mais constante. Alves (2017) também relaciona a frequência desses sentimentos com a possibilidade de se ter uma síndrome de Burnout. Os professores com tal síndrome se sentem exaustos tanto emocionalmente como fisicamente e muitas vezes se veem irritados, ansiosos, raivosos ou tristes (ALVES, 2017), o que se correlaciona aos resultados desta pesquisa. De acordo com Sanchez (2019), a ansiedade é um sintoma importante em quadros depressivos e de estresse. Ao relacionar com a pergunta anterior, é possível inferir que o pouco tempo livre para atividades de lazer se relaciona com o alto número de participantes que possuem esses sentimentos negativos.

Tabela 2 – Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?

Variável	Níveis	N	%
1	Nunca	2	16,7
2	Algumas vezes	0	0
3	Frequentemente	3	25
4	Muito frequentemente	5	41,7
5	Sempre	2	16,7
	*Total	12	100%

Fonte: Dados da Pesquisa (2020). Elaboração dos autores.

*O total de participantes da pesquisa corresponde a 12.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que os professores estão se sentindo afetados pela alta carga de trabalho, pelo pouco tempo para o lazer e pela falta de motivação para fazer atividades prazerosas, além de estarem se sentindo mais cansados, depressivos e com mau humor.

Espera-se, com esse resultado, a colaboração para futuras pesquisas sobre o tema, além de conscientizar os docentes sobre possíveis problemas que estejam acontecendo. Todas as características previamente citadas, podem relacionar-se com uma possível síndrome de Burnout, a qual poderá ser mais explorada por futuros pesquisadores.

REFERÊNCIAS

ALVES, Priscila Castro. **QUALIDADE DE VIDA E ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DO PROFESSOR UNIVERSITÁRIO**. 2017. 140 f. Tese (Doutorado) - Curso de Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2017.

DIEHL, Liciane; MARIN, Angela Helena. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura.: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, [s.l.], v. 7, n. 2, p. 64-85, 31 out. 2016. Universidade Estadual de Londrina. Disponível em < Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura (bvsalud.org) >. Acesso em: 26 jul. 2021.

OLIVEIRA FILHO, Albertino de; NETTO-OLIVEIRA, Edna Regina; OLIVEIRA, Amauri Aparecido Bassoli de. Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários. **Rev. educ. fis. UEM**, Maringá, v. 23, n. 1, p. 57-67, Mar. 2012 . Disponível em < SciELO - Brasil - Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários > Acesso em: 26 jul. 2021

Qualidade de vida: definição, conceitos e interfaces com outras áreas, de pesquisa / Marco Antonio Bettine de Almeida, Gustavo Luis Gutierrez, Renato Marques: prefácio do professor Luiz Gonzaga Godoi Trigo. – São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades – EACH/USP, 2012. Disponível em < qualidade_vida.pdf (usp.br) > Acesso em: 26 jul. 2021

SANCHEZ, Hugo Machado et al. Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 24, n. 11, p. 4111-4123, Nov. 2019. Disponível em: < SciELO - Brasil - Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento > Acesso em: 26 jul. 2021.