

# CONDIÇÕES DE TRABALHO X QUALIDADE DE VIDA NA ATIVIDADE DOCENTE: Uma revisão bibliográfica

Sirli Resin<sup>1</sup>  
Luciana Brondi Karpiuck<sup>2</sup>

**RESUMO:** Este artigo é uma revisão bibliográfica de artigos publicados nos últimos dez anos, sobre condições de trabalho e qualidade de vida, relacionados com a atividade docente. Foram analisados dez artigos científicos originais, disponibilizados na língua portuguesa em banco de dados SciELO de acesso livre. O objetivo foi apresentar reflexões de estudos já realizados com relação a condições de trabalho e saúde, jornada de trabalho e qualidade de vida de profissionais docentes. Os resultados levantados nos artigos estudados de forma geral revelaram que a maioria dos docentes demonstrou percepção positiva quanto à qualidade de vida no trabalho (QVT) e ao estilo de vida (EV) adotado. Já quanto às condições de trabalho, remuneração e compensação os dados são controversos nas diversas pesquisas. As condições de saúde e trabalho, e os fatores estressantes que podem ser desencadeados pela atividade laboral destes profissionais, revelaram recente preocupação com essa classe trabalhadora nos artigos analisados. O ambiente laboral reflete significadamente no convívio social e na qualidade de vida dessas pessoas, afinal, a maior parte do dia se passa no ambiente de trabalho.

**PALAVRAS CHAVE:** 1. Trabalho docente. 2. Saúde. 3. Condições de trabalho. 4. Qualidade de vida.

---

## INTRODUÇÃO

O trabalho sempre fez parte da vida do homem desde a criação da humanidade. Foi através dele que às civilizações progrediram e desenvolveram-se até os dias atuais. O trabalho é uma necessidade e um direito adquirido, gera conhecimentos, progresso, tecnologia, bens materiais, satisfação pessoal e desenvolvimento econômico. Por isso é e sempre foi muito valorizado em todas as sociedades (NIERO, 2009).

Os agravos à saúde, tanto físicos ou psíquicos que acometem os trabalhadores de forma geral são responsáveis pelo afastamento do trabalho e de suas atividades, elevando o índice de acidentes de trabalho e de absenteísmo nas instituições, com repercussões na qualidade de vida do trabalhador, na organização dos serviços e no atendimento ao consumidor (ALVES, 1999 apud RESIN, 2013).

As jornadas e cargas exaustivas de trabalho exercem grande influencia no dia a dia do trabalhador, gerando um desgaste físico e psíquico consideráveis, afetando a qualidade

<sup>1</sup>Enfermeira, Coordenadora Técnica do Curso de Enfermagem – Núcleo Estudos Aplicados a Saúde – NEAS - Centro Universitário Barriga Verde – Unibave. E-mail: [sirliresin@gmail.com](mailto:sirliresin@gmail.com) – Fone: (48) 9677-9200.

<sup>2</sup>Enfermeira. Docente Esp. Universidade Católica Dom Bosco. Orientadora do Trabalho de Conclusão do Curso de pós graduação *latu sensu* da UCDB/Portal Educação. E-mail: [lucianakarpiuck@hotmail.com](mailto:lucianakarpiuck@hotmail.com).

de vida e as condições de saúde (CHRISTOPHORO; WAIDMAN, 2002), basicamente ficamos um terço do dia no ambiente de trabalho, considerando uma carga horária de 40 horas semanais, 8 horas diárias, 5 dias por semana.

A docência é uma das mais antigas ocupações e a figura do professor é anterior à criação das instituições de ensino. Os processos de ensino-aprendizagem se modificaram em função das transformações no mundo do trabalho, das mudanças culturais e da evolução tecnológica, repercutindo sobre as condições de vida e trabalho dos professores (CRUZ; LEMOS, 2005).

A escola é um ambiente burocrático tipicamente hierarquizado, onde o professor é um dos agentes, na qual muitas exigências são impostas pelas instituições de ensino. (BOTH; NASCIMENTO; BORGATTO, 2008). O mercado de trabalho este cada vez mais competitivo, tanto na produção, economia, participação social e política, gerando mudanças nas relações de compromisso, nos contratos e nos valores sociais, deixando marcas indeléveis na vida das pessoas durante sua atividade laboral, o esforço pra desenvolver capacidades de enfrentamento e controle sobre os processos de manutenção da saúde física e psicológica (CRUZ; LEMOS, 2005).

Segundo Gasparini; Barreto; Assunção (2005), as transformações sociais, as reformas educacionais e os modelos pedagógicos derivados das condições de trabalho dos docentes provocaram mudanças nesta classe profissional, estimulando a formulação dessas políticas públicas. Com o avanço das políticas públicas, no que se refere à Educação Superior no país, atualmente, requer uma revisão de todo o processo de trabalho do profissional docente.

Trabalho, educação, saúde, trata-se de um trinômio que fundamenta a construção e o desenvolvimento de uma sociedade e de uma nação, isso deve ser garantido por meio das políticas públicas governamentais, que nem sempre são desenvolvidas. As universidades são centro de produção e difusão do conhecimento, que fundamenta a formação do profissional e pessoal dos futuros trabalhadores, é para tanto, o desenvolvimento da organização social. O professor visto antes, como uma figura profissional essencial para a formação da sociedade, é hoje um profissional que luta pela valorização e reconhecimento social do seu trabalho. (CRUZ; LEMOS, 2005).

O nosso cotidiano está em constante modificação, devido à introdução de novas tecnologias, a concentração maior da população nos grandes centros urbanos, o consumo desenfreado diante de tantas opções, o isolamento pra integração, a má alimentação agregada ao sedentarismo, sendo alterações vitais caracterizadas pelo século XXI. Em relação a

trabalho, essas modificações também se manifestam, como a extinção de diversas ocupações e o surgimento de novas; e o aumento da complexidade das profissões mais tradicionais, a exemplo das da área de saúde, tecnologia e docência, exigindo, de seus executantes, uma maior capacidade de adaptação física e mental. Funções essas que podem gerar altos índices de agentes estressores existentes nas sociedades modernas (AYRES; BRITO; FEITOSA, 1999). Para Both; Nascimento; Borgatto (2008), o baixo status profissional do professor na maioria dos países da América Latina, constitui um dos fatores preponderantes ao não-ingresso na carreira docente.

O interesse pelo tema surgiu do convívio diário com docentes em um Centro Universitário, localizado no sul de Santa Catarina, a percepção do andar apressado nos corredores e o acúmulo de atividades que exercem. E também por identificação própria com a área de Saúde do Trabalhador.

A jornada de trabalho reflete significadamente no convívio social das pessoas, afinal, a maior parte do tempo passamos no ambiente de trabalho, e, além disso, existem outros compromissos com a família, amigos e sociedade no famoso descanso semanal que está ficando cada vez mais curto. Com este estudo bibliográfico foi possível descrever por meio do conhecer científico fundamentado pelas pesquisas realizadas e publicadas de artigos e revistas sobre condições de trabalho onde inclui a jornada de trabalho como um dos critérios para a busca da qualidade de vida.

Diante deste contexto este estudo objetivou discorrer sobre as condições de trabalho e qualidade de vida e de saúde na atividade docente.

## **PERCURSO METODOLÓGICO**

Trata-se de uma pesquisa descritiva, de revisão bibliográfica onde foram utilizados 10 (dez) artigos científicos originais relacionados ao tema pesquisado, por meio das palavras-chave: trabalho docente; saúde; condições de trabalho e qualidade de vida. Os estudos publicados são referentes aos últimos 10 anos e disponibilizados em banco de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e de acesso livre na língua portuguesa. Os artigos localizados foram selecionados por procedência, palavra chave e data de publicação. No total foram localizados 18 artigos, sendo que apenas 10 se enquadravam nos critérios descritos acima. A análise dos trabalhos se deu pela leitura dos resumos e posteriormente dos textos completos no período de maio a setembro de 2013. A aplicação dos critérios de exclusão

foram texto em outro idioma, publicações que só apresentavam resumo e os artigos que não se enquadravam nos últimos 10 anos.

## **DISCUSSÃO**

### **1. CONDIÇÕES DE TRABALHO E JORNADA DIÁRIA DE TRABALHO NA ATIVIDADE DOCENTE**

A Organização Internacional do Trabalho definiu as condições de trabalho para os professores ao reconhecer o lugar central que estes ocupam frente à sociedade, uma vez que são os responsáveis pelo preparo do cidadão para a vida (OIT, 1984).

A qualidade de vida depende das condições de trabalho conforme descreve Both; Nascimento; Borgatto (2008, p. 373), sendo uma das oito dimensões que compõem a matriz de análise da qualidade de vida no trabalho (QVT). Condições de trabalho “refere-se à exposição do trabalhador a locais e/ou jornadas de trabalho indevidamente perigosos à saúde física e/ou psicológica”.

Para Christophoro; Waidman, (2002, p.759), define condição de trabalho como tudo aquilo que “engloba e que influencia o próprio trabalho. Isto inclui: o ambiente de trabalho, os meios de desenvolvê-los, a organização da instituição, a alimentação, o transporte, as relações entre as pessoas e as relações entre produção e salário”.

O estudo realizado por Gasparini; Barreto; Assunção (2005) cita que estas condições organizacionais e ambientais de trabalho precisam estar bem definidas para se atingir a meta de um ensino eficaz. Hoje, o papel do professor vai muito além da mediação do processo de conhecimento do aluno, no que se refere ao ensinar. Ampliou-se sua missão além da sala de aula, da gestão e do planejamento escolar, uma dedicação extra a fim de garantir uma articulação entre a universidade, o aluno, a qual se estende as famílias e a comunidade.

Segundo Lima e Lima- Filho (2009) é escassa a literatura sobre condições de trabalho e saúde de docentes universitários, comparada a outras áreas trabalhistas. Destaque para as condições físicas e ambientais de trabalho, como: ruído, umidade, vibração, poluição, ventilação, temperatura, estes fatores de risco agregados aos fatores ambientais podem causar dano físico e mental ao trabalhador. Tanto fatores ambientais quanto exigências físicas e mentais são destacadas como geradores de estresse no trabalho.

As condições ambientais associadas à organização do trabalho, atividades monótonas, repetitivas e fragmentadas predisõem ao estresse mais que outras, valem ressaltar também conflitos, ambiguidade de papel e sobrecarga, esta última associada à falta de autonomia para lidar nas situações diversas (MARTINEZ, 2002; CODO et al., 2004 apud LIMA; LIMA-FILHO, 2009). De forma geral há satisfação quanto às condições de sala de aula, como: iluminação, temperatura, limpeza e ruído, já quanto adequação de mobiliários, equipamentos de multimídia e má conservação de estrutura física dos prédios da universidade, se mostraram insatisfeitos. Quanto à jornada de trabalho, o estudo é claro, a maioria dos professores encontra-se com excesso de carga horária semanais, destaque para envolvimento com relação à atividade administrativa, onde os professores (74,9%) dedicam até 10 horas/semanais a essa atividade, superando o tempo dedicado à pesquisa (47,1%) ou extensão (57,8%).

A jornada de trabalho é expressa pela duração, que compreende a quantidade de tempo que o trabalho consome na vida das pessoas. Ela pode implicar na qualidade de vida, pois interfere na possibilidade de usufruir ou não de mais tempo livre; define a quantidade de tempo durante o qual as pessoas se dedicam a atividades econômicas; estabelece relações diretas entre as condições de saúde, o tipo e o tempo de trabalho executado (DAL ROSSO, 2006).

Para Priess (2011), de maneira geral, muitas pessoas, apesar das conquistas trabalhistas relacionadas à diminuição da jornada de trabalho semanal, têm trabalhado cada vez mais, e, por extensão, têm tido menos tempo para si mesmas e, nessa lógica, os professores universitários não são exceção.

A precarização do trabalho docente nas instituições de ensino superior do Brasil nestas últimas três décadas, principalmente no setor privado é reflexo das recentes mudanças no mundo do trabalho, como a reestruturação produtiva, flexibilização dos contratos trabalhistas e a precarização do trabalho docente nas universidades, esta última, percebida por professores universitários que tem acusado o aumento intensificado e a desvalorização de seu trabalho, em consequência da ausência de muitos direitos trabalhistas, sem qualquer estabilidade em função das rotinas de atividades acadêmicas de ensino, como pesquisa e extensão exercidas nas Instituições de ensino Superior (IES), tanto dos setores públicos ou privados (BOSI, 2007).

Na pesquisa realizada por Rocha; Sarriera (2006), sobre a percepção dos professores universitários, destaca que as mulheres tiveram uma percepção de saúde geral menor que os homens, bem como mais estressadas e com distúrbios psicossomáticos. Fato

este que pode ser compreendido a partir do papel que a mulher atualmente ocupa na sociedade. Soma-se a isto que o trabalho docente exige uma jornada dupla de trabalho, pois no espaço físico da universidade não há tempo suficiente para desenvolver todas as atividades. E estas professoras universitárias, além da pressão de seu ambiente de trabalho, possuem responsabilidades familiares, que as remetem a uma tripla jornada de trabalho. Quanto à religiosidade, os professores que se consideram praticantes de uma religião ou crença possuem melhores níveis de saúde geral, em consideração aos não adeptos a algum tipo de religiosidade.

Waite; Hawks; Gast (1999) apud Rocha; Sarriera (2006) assinalam que há uma correlação positiva entre a adoção de comportamentos saudáveis e o bem-estar espiritual. Já quanto às condições de trabalho, a pesquisa foi unânime em relação ao número de horas semanais de trabalho, quanto maior o número de horas trabalhadas menores são os níveis de saúde geral, destaque para os docentes com dedicação exclusiva e maior tempo em sala de aula. Nesta classe foi percebida maiores distúrbios de sono e psicossomáticos, tendendo a menores níveis de satisfação de saúde geral. Portanto, os dados apresentados revelam que professores que passam maior número de horas em sala de aula possuem uma maior sobrecarga de atividades, considerando a diversidade de atividades extras, tais como preparar aula, elaborar provas, corrigir avaliações e trabalho. Igualmente, os aspectos do ambiente de trabalho docente foram os mais destacados, pois tem uma influencia negativa sobre a percepção de saúde desta classe trabalhadora.

As condições de trabalho, ou seja, as circunstâncias sobe as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, psíquicas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar inúmeras complicações de sobrecarga de suas funções psicofisiológicas, se agregado a jornadas exaustivas sem o devido tempo de recuperação, desencadeando sintomas clínicos que explicariam os índices de afastamento do trabalho por transtornos mentais (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005).

## 2. QUALIDADE E ESTILO DE VIDA NA ATIVIDADE DOCENTE

A atividade docente transcende o ensino e a produção de conhecimentos. Estes profissionais são cobrados tanto na produção e incentivo técnico-científico, como na elaboração e desenvolvimento de projetos de pesquisa, atividades extraclasse, além da gestão de seus órgãos setoriais de atuação, reuniões pedagógicas e demais funções burocráticas. Todas essas exigências podem levar a um desgaste físico e mental, podendo influenciar

negativamente no seu estilo de vida, sendo este adotado por cada indivíduo, um fator relevante que afeta diferentes aspectos da sua qualidade de vida (OLIVEIRA FILHO; NETTO-OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2012).

Qualidade de vida segundo Silva (1995) apud Christophoro; Waidman (2002, p. 759) é definida como: “o grau de satisfação do indivíduo com sua vida e o grau de controle que exerce sobre ela”. Este tema vem sendo muito estudado por diversos autores (FARIAS et al., 2008) que reconhecem que não há um consenso definido sobre esse conceito, pelo fato de contemplar parâmetros muito amplos de concepção.

O conceito mais aceito atualmente considera ser “uma medida da dignidade humana referente ao atendimento das necessidades humanas”. Esta concepção contempla a percepção de bem estar como resultado de um conjunto de parâmetros socioambientais e individuais que assinalam as condições em que o indivíduo vive. Enquanto que os socioambientais estão relacionados à moradia, condições de trabalho, remuneração, transporte, segurança, educação e saúde, dentre outros, os individuais são determinados a partir da cultura, hereditariedade e estilo de vida, adotados por cada um desses indivíduos (NAHAS, 2006 apud FARIAS, et al., 2008, p 47).

Nas diferentes esferas em que se abordam a qualidade de vida relacionando com a saúde, o estilo de vida é tratado com um dos fatores de maior importância e relevância nas mais diversas situações. Delimitar o estilo de vida em uma definição precisa é uma tarefa difícil, pois existem diversas condicionantes que interferem neste conceito. Contudo, existem diversas tentativas de definir esse termo, as quais buscam prioritariamente relacioná-lo ao atual conceito de saúde, abrangendo as esferas fisiológicas, psicológicas e sociológicas (PREEIS, 2011).

Para Nahas, (2013, p. 22) “estilo de vida é o conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas”. A ideia de desenvolvimento está associada a pessoas felizes, realizadas, socialmente produtivas e que possam alcançar seus objetivos mais genuínos na vida, envolve escolhas, ampliação de acesso e aumento das oportunidades para uma vida melhor e feliz. O foco é o bem-estar do ser humano aliado ao estilo de vida adotado, considerando a qualidade de vida tanto na perspectiva individual quanto coletiva.

Segundo Chiavenato (2009), a qualidade de vida implica em criar, manter e melhorar o ambiente de trabalho, seja em suas condições físicas, higiene e segurança, seja em suas condições psicológicas e sociais. Um ambiente de trabalho agradável e amigável resulta na qualidade de vida das pessoas dentro e fora da organização e isso reflete substancialmente na qualidade de vida externa, que nada mais é, que uma extensão da qualidade de vida interna

vivida na organização. A qualidade de vida no trabalho representa o grau em que os indivíduos são capazes de satisfazer suas necessidades pessoais através de sua atividade exercida na organização. Pode afetar atitudes pessoais e comportamentais importantes para a produtividade, como: motivação para o trabalho, criatividade, adaptabilidade e flexibilidade.

Vasconcellos (2001), Nahas (2006) e Esteve (1999), apud Farias et al. (2008), descrevem o ritmo frenético de vida do professor para assumir suas tarefas e cumprir suas carga horária elevada de trabalho diário para atenção de uma vida digna tanto para si como para sua família, desta forma as condições ideais de qualidade de vida. Os principais fatores que incidem diretamente na ação docente e geram tensões de caráter negativo na prática cotidiana, podem ser: recursos materiais precários e as condições de trabalho oferecidas pelas instituições, tanto públicas ou privadas; a violência nestas instituições, por parte de alunos, negligencia dos pais e de autoridades superiores; esgotamento e estresse pelo acúmulo de tarefas e exigências profissionais, fatores estes que refletem no absenteísmo, no abandono da profissão e no desencadeamento de patologias.

Aparece como fator de ajuda no contexto das sociedades em desenvolvimento e estilo de vida, a atividade física, como fator decisivo para que indivíduos tenham maior capacidade de trabalho físico e mental, mais entusiasmo para a vida e maior sensação de bem estar, para a coletividade associa-se a menores gastos com saúde, menor risco de doenças crônico-degenerativas e redução de comorbidades. Como consequência maior capacidade para o trabalho, diminuindo assim o absenteísmo ao trabalho (OLIVEIRA FILHO; NETTO-OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2012).

A pesquisa proposta por estes autores analisou a percepção de qualidade de vida e saúde e fatores de risco de professores universitários, baseado na premissa de que o grau de instrução/titulação superior e acesso a informações, pode influenciar comportamentos relacionados à atividade física, consumo de álcool, tabagismo e outros fatores de risco. Os resultados obtidos foram bastante otimistas, em comparação aos demais estudos já realizados. Quanto às características relacionadas à carreira docente, constatou-se que 83,6% dos professores tinham 11(onze) ou mais anos de carreira e 76,1% possuíam titulação de doutorado ou pós-doutorado, sendo que 49,5% com idade entre 45 a 54 anos. A maioria dos docentes teve percepção positiva sobre a QV geral, e classificaram como boa ou muito boa (84,3%) e que se consideraram satisfeitos ou muito satisfeitos com sua saúde (76,0%).

Quanto à ocorrência de fatores de risco para doenças crônico-degenerativas, destaque para consumo habitual e excessivo de álcool para os homens e sobrepeso em comparação as mulheres. A ocorrência de tabagismo foi relativamente baixa se comparada



aos índices encontrados em diversas cidades do país. Mais da metade (56,7%) apresentaram comportamento sedentário, com maior frequência nas mulheres, sendo que as mesmas mantiveram IMC dentro dos padrões da normalidade. Em relação ao nível de atividades físicas, os homens foram maioria entre os fisicamente mais ativos (OLIVEIRA FILHO; NETTO-OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2012).

Huberman (1995) e demais autores citados por Farias et al., (2008), caracterizam a carreira docente em fases de desenvolvimento profissional, partindo de diferentes trajetórias, desde a fase de entrada até a estabilização na organização. Já Monteiro; Mizukami (2002) avaliam que os percursos de vida, os acontecimentos, as fases da carreira e as condições de trabalho são situações que compõem este desenvolvimento.

O modelo teórico proposto por Nascimento; Graça (1998), citado por Both; Nascimento; Borgatto et al., (2008); Farias et al., (2008) e Moreira et al., (2010) estabelece quatro ciclos de desenvolvimento profissional sendo eles: entrada; consolidação; diversificação e estabilização, de acordo com o tempo de docência. Vamos nos ater apenas a três dimensões distintas: a remuneração e compensação, condições de trabalho e conceito geral de qualidade de vida no trabalho. Em relação à remuneração e compensação, independentemente do ciclo de desenvolvimento profissional em que se encontrem todos os docentes se mostraram insatisfeitos. Sendo a baixa remuneração recebida, fator importante para o abandono da carreira docente.

Quanto às condições de trabalho, os docentes revelaram a existência de associação significativa entre os ciclos de desenvolvimento profissional e a dimensão condições de trabalho, demonstrando diferenças na percepção da QVT entre professores de todos os ciclos. Na fase de entrada na carreira, mais insatisfeitos em comparação as fases de diversificação e estabilização. Ao confrontar estes dados com os encontrados no estudo de Both, Nascimento e Borgatto (2008) percebem-se semelhanças, da mesma forma que foi consenso com os resultados emitidos por Petroski (2005) (FARIAS et al, 2008).

Em relação ao estilo de vida (EV), constatou-se que a maior parte dos docentes tem adotado comportamentos positivos em relação à prevenção de acidentes, exames periódicos e participação social. No entanto, comportamentos negativos foram relatados nos componentes de nutrição, atividade física e controle do estresse, com destaque para os docentes da fase de estabilização ser mais sedentários em comparação aos da fase de entrada (MOREIRA et al., 2010).

Em relação ao conceito geral de qualidade de vida no trabalho, os estudos mostraram bastante relevância e concordância. Sentir-se satisfeito profissionalmente, com a

qualidade da realimentação recebida pela equipe diretiva, ser respeitado pelos demais profissionais e ter autonomia para o planejamento das suas atividades são condições de satisfação para todos os docentes nos diversos ciclos do desenvolvimento. Entende-se que a carreira docente oportuniza o crescimento e o desempenho da sua atividade profissional, possibilitando a aquisição de saberes, resultados, competências e mudanças de trajetória que viabilizam oportunidades, tanto na perspectiva da socialização como na estabilidade na carreira. Com o passar dos anos, o tempo de serviço aumenta o percentual de satisfação com a instituição e a oportunidade de crescimento advém dos avanços na carreira proporcionados após dez anos de docência, proporcionando estabilização e satisfação profissional (FARIAS et al., 2008).

Para Both; Nascimento; Borgatto (2008), apesar de a maioria dos docentes investigados estarem satisfeitos com as relações pessoais estabelecidas no ambiente escolar e com o tempo dedicado ao trabalho e ao lazer, os índices de insatisfação/indecisão nestas variáveis revelaram um novo foco de descontentamento nos primeiros anos da carreira docente. Sendo esta situação relatada por vários autores em investigações com docentes de diferentes níveis de ensino.

Já, quanto à avaliação global da QVT, considerando todos os ciclos de desenvolvimento profissional, revelou que os docentes da entrada na carreira estão mais satisfeitos que os demais. Quanto à remuneração dos professores do ensino superior de Santa Catarina do ciclo de estabilização, verificou-se uma percepção contrária, ou seja, os professores de final de carreira estão mais insatisfeitos com a situação financeira e com a autonomia no trabalho docente (BOTH; NASCIMENTO; BORGATTO 2008). Essas divergências, podem estar associadas aos planos de carreira docente implementadas e tais diferenças evidenciam a concretização de planos distintos de cargos e salários condizentes ou não com as funções.

A convivência diária no contexto escolar pode afetar diretamente a QVT, pois fatores como conflitos interpessoais, acúmulo de atividades, tempo reduzido para o lazer, socialização familiar, e no caso das mulheres, além das exigências de trabalho na instituição, assumem responsabilidades familiares, a dupla ou tripla jornada de trabalho com os afazeres domésticos e cuidados com os filhos, acabam gerando ansiedade e preocupações que se somam às do ambiente profissional. Esta dimensão refere-se à vida pessoal do professor e a relação entre trabalho e família. Nesta perspectiva Lapo; Bueno (2003) apud FARIAS et al., (2008) esclarecem que o trabalho docente se estabelece numa ação centrada nas relações

interpessoais e nas dinâmicas relacionadas do contexto escolar. Tais relações se configuram como determinantes na qualidade de vida do professor.

No estudo realizado referente aos aspectos ligados ao equilíbrio do tempo dedicado ao trabalho e lazer, constatou-se uma pequena associação com o Ciclo de Desenvolvimento Profissional-CDP, este fato demonstra que os professores na entrada da carreira docente ocupam o seu tempo com mais equilíbrio, apesar do maior número de empregos concomitante com as atividades profissionais. Por outro lado, com o avanço na carreira buscam um maior envolvimento com a escola, o qual resulta no desempenho de atividades administrativas e complementares, além do tempo dedicado a docência (BOTH; NASCIMENTO; BORGATTO, 2008).

### 3. FATORES DE RISCO NA ATIVIDADE DOCENTE

O estilo de vida ativo passou a serem considerados fundamentais na promoção da saúde e redução da mortalidade por todas as causas, os maiores riscos para a saúde e o bem-estar, tem origem no próprio comportamento individual. São considerados fatores de risco o que podem desenvolver agravos e complicações nas condições de saúde das pessoas, e, em consequência, afetar a qualidade de vida destes indivíduos, o chamado, fatores negativos modificáveis, no qual podem ser controlados pela mudança comportamental, como: estresse ocupacional, sedentarismo, má alimentação, tabagismo, obesidade, isolamento social, excesso consumo de álcool e demais drogas (NAHAS, 2013).

Segundo Cruz; Lemos (2005), os estímulos estressores ligados à atividade de trabalho são variados, sendo: sobrecarga denotada pela urgência de tempo, responsabilidade excessiva, falta de apoio e expectativas excessivas próprias ou de pessoas que o cercam; falta de estímulos, tédio, ou falta de solicitações de sua capacidade e potencial. Para Lima; Lima-Filho (2009), os problemas associadas à saúde física, mental e às doenças relacionadas ao trabalho respectivamente, estão associadas à sobrecarga ocupacional. As queixas mais frequentes são relacionadas com as questões músculo-esqueléticas, respiratórias, doenças da laringe e cordas vocais que são comprovadas por estudos anteriores de Porto et al. (2004) e Araújo et al. (2005).

A condição de trabalho é um fator predisponente para gerar estresse no professor, quando este se depara com realidades como o acúmulo de atividades, produção no campo da pesquisa e do ensino, capacitação docente, jornada dupla ou tripla de trabalho, baixa

remuneração e desmotivação para a atividade laboral (CHRISTOPHORO; WAIDMAN, 2002).

No contexto de trabalho de Cooper; Sloan; Williams (1988), citado por Ayres et al. (1999) os agentes ocupacionais, potencialmente estressantes são classificados pelos fatores intrínsecos ao trabalho (condições de salubridade, jornada de trabalho, ritmo, riscos potenciais à saúde, sobrecarga de trabalho, introdução de novas tecnologias, natureza e conteúdo do trabalho); pelo papel organizacional (ambigüidade e conflitos de papéis); pelo inter-relacionamento (para com os superiores, colegas e subordinados); carreira (congruência de status e segurança e perspectivas de promoções); clima da organização (ameaças potenciais à integridade do indivíduo, sua autonomia e identidade pessoal) e a interface casa/trabalho (aspectos relacionais de eventos pessoais fora do trabalho e dinâmica psicossocial do *stress*).

Estudos apontam (LACAZ, 2005; ROSA; PILATTI, 2006), citado por Farias et al, (2008) e Santini; Molina Neto (2005) como a prática pedagógica sendo a vilã do desencadeamento dos fatores estressantes que comprometem a qualidade de vida, fatores estes explicitados pelas pressões e tensões específicas do contexto laboral, tais situações tornam-se determinantes na aquisição de doenças profissionais diversas, originadas pelo estresse, exaustão emocional, ansiedade, depressão e desgaste profissional, sendo que essas doenças muitas vezes passam despercebidas, pelo fato de o indivíduo não associar a sintomatologia com a atividade exercida.

Como reafirma Santini; Molina Neto (2005) em seu estudo realizado com professores da rede municipal de ensino de Porto Alegre, no depoimento os professores relatam que as tensões emocionais acumuladas no trabalho são causadores do esgotamento energético e do estado de quadros depressivos que os levam ao desequilíbrio físico e mental. Desse modo, fica registrada na pesquisa que o contato diário com os problemas cotidianos de trabalho é a fonte de esgotamento físico e emocional, fatos esses somados as reações corporais de exaustão, despersonalização e falta de realização profissional que repercutem diretamente na saúde física e mental, diminuindo assim sua motivação e desempenho profissional.

Todas estas características podem estão associadas diretamente a Síndrome do Esgotamento Profissional ou Síndrome de Burnout, que é um exemplo de doença ocasionada pela atividade laboral, assim como distúrbios na voz (disfonia) causada por esforço vocal repetitivo, tendo a voz papel crucial no exercício laboral desta classe trabalhadora, interferindo no cotidiano e na qualidade de vida (SERVILHA; ROCCON, 2009).

Para Servilha; Arbach (2011) a maioria das pesquisas, são realizadas com professores do ensino fundamental, já com professores do ensino superior, as pesquisas são mais escassas, talvez por serem considerados profissionais da elite da educação. A patologia do professor transcende ao notório Burnout e aos aspectos psicossociais, pois há uma multiplicidade de riscos a que os docentes estão expostos como problemas posturais, uso excessivo da voz, problemas derivados do uso exagerado do computador, problemas circulatórios, exposição a agentes físicos e químicos. As queixas mais frequentes se relacionam com o estresse e o desenvolvimento da Síndrome do Burnout, devido à insatisfação com o volume de trabalho e o grau de estabilidade no emprego.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante dos resultados levantados nesta trajetória de revisão bibliográfica, pôde-se perceber que a docência é uma atividade intelectual que exige do profissional constante busca de inovações, impostas pelo avanço digital técnico científico. As condições de trabalho, ou seja, as circunstâncias sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, psíquicas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar inúmeras complicações de sobrecarga de suas funções psicofisiológicas, se agregado a jornadas exaustivas de trabalho sem o devido tempo de recuperação, desencadeando assim, sintomas clínicos que explicam os índices de afastamento do trabalho.

De forma geral há satisfação dos docentes quanto às condições de trabalho nos artigos pesquisados, independentemente do ciclo de desenvolvimento profissional (CDP) que atuam. Quanto à jornada de trabalho, o estudo é claro, a maioria dos professores encontra-se com excesso de carga horária semanal, destaque para envolvimento com relação às atividades extras fora da sala de aula.

Sendo assim, é possível sugerir que as intervenções na busca por um estilo de vida que diminua a incidência das doenças crônico-degenerativas e aumente a qualidade de vida dos indivíduos, está condicionada à legitimidade e legalidade dos profissionais que atuam na área de promoção a saúde. Enfoque especial para o enfermeiro (a) especialista em enfermagem do trabalho que atua na prevenção e promoção da saúde do trabalhador, contra os riscos decorrentes de suas atividades laborais, como: agentes químicos, físicos, biológicos e psicossociais; manutenção de sua saúde; recuperação de lesões, doenças ocupacionais e reabilitação para o trabalho.

É necessário mais pesquisas e investigações para identificar de forma mais aprofundada os fatores que tem provocado insatisfação em determinados componentes da qualidade de vida no trabalho (QVT), bem como a adoção de comportamentos positivos no perfil do estilo de vida. A nível governamental desenvolver políticas institucionais de valorização da profissão docente, melhorar as condições de trabalho, aumentar o nível de satisfação e o bem-estar no ambiente escolar, melhoria na logística laboral, implementação de planos de carreira, cargos e salários, investimento e capacitação profissional ao longo da carreira docente; todos estes, são meios e alternativas de melhorar o nível de satisfação em relação às condições de vida e trabalho desta classe trabalhadora.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Tânia Maria de; SENA, Ivone Paranhos de; VIANA, Márcia Azevedo; ARAÚJO, Edna Maria. Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior; Faculty indisposition: assessing the work and health conditions in high level educational institutions. **Revista Baiana Saúde Pública**, v. 29, n. 1, p. 6-21, 2005.

AYRES, Kátia Virgínia; BRITO, Suerde Miranda de Oliveira; FEITOSA, Adriana Coura. **Stress ocupacional no ambiente acadêmico universitário**: um estudo em professores universitários com cargos de chefia intermediária. Anais do Encontro Nacional da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração. Foz do Iguaçu, PR, Brasil, 1999.

BOSI, Antônio de Pádua. A precarização do trabalho docente nas instituições de ensino superior do Brasil nesses últimos 25 anos. **Educação e sociedade**, v. 28, n. 101, p. 1503-1523, 2007.

BOTH, Jorge; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; BORGATTO, Adriano Ferreti. Percepção da qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida dos docentes de educação física do estado de Santa Catarina-Doi: 10.4025/reveducfis. v19i3. 5993. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 19, n. 3, p. 377-389, 2008 a.

BOTH, Jorge; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; BORGATTO, Adriano Ferreti. Percepção da qualidade de vida no trabalho ao longo da carreira docente em educação física. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 10, n. 4, p. 372-8, 2008 b.

BOTH, Jorge; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; BORGATTO, Adriano Ferreti. Estilo de vida dos professores de Educação Física ao longo da carreira docente no estado de Santa Catarina. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 12, n. 3, p. 54-64, 2012.

CHRISTOPHORO, Rosângela; WAIDMAN, Maria Angelica Pagliarini. Estresse e condições de trabalho: um estudo com docentes do curso de enfermagem da UEM, Estado do Paraná. **Acta Scientiarum. Health Science**, v. 24, p. 757-763, 2002.

CHIAVENATO, Idalberto. Recursos Humanos: **O capital humano das organizações**. 9ªed. Rio de Janeiro: Elsevier, 7ª reimpressão. 506 pag, 2009.

CRUZ, Roberto Moraes; LEMOS, Jadir Camargo. Atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde. **Motrivivência**, n. 24, p. 59-80, 2005.

DAL ROSSO, Sadi. Jornada de trabalho: duração e intensidade. **Ciência e Cultura** [online]. vol.58, n.4, pp. 31-34. ISSN 2317-6660, 2006. [http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?pid=S0009-67252006000400016&script=sci\\_arttext](http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?pid=S0009-67252006000400016&script=sci_arttext).

FARIAS, Gelcemar Oliveira; LEMOS, Carlos Augusto Fogliarini; BOTH, Jorge; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; FOLLE, Alexandra. A Carreira docente em educação física: uma abordagem sobre a qualidade de vida no trabalho de professores da rede estadual de ensino do Rio Grande do Sul-Doi: 10.4025/reveducfis. v19i1. 4310. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 19, n. 1, p. 11-22, 2008.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005.

LIMA, Maria de Fátima Evangelista Mendonça; LIMA-FILHO, Dario de Oliveira. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. **Ciências & Cognição**, v. 14, n. 3, p. 62-82, 2009.

MONTEIRO, Filomena Maria Arruda. Professoras das séries iniciais do ensino fundamental: percursos e processos de formação. **Formação de professores, práticas pedagógicas e escola. São Carlos: EdUFSCar**, p. 175-201, 2002.

MOREIRA, Hudson de Resende; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; SONOO, Christi Noriko; BOTH, Jorge. Qualidade de vida do trabalhador docente em Educação Física do estado do Paraná, Brasil. **Revista Brasileira Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 12, n. 6, p. 435-442, 2010 a.

MOREIRA, Hudson de Resende; NASCIMENTO, Juarez Vieira do; SONOO, Christi Noriko; BOTH, Jorge. Qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida individual de professores de Educação Física ao longo da carreira docente. **Motriz, Rio Claro**, v.16 n.4 p.900-912, out./dez. 2010 b.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos sugestões para um estilo de vida ativo**. 6. Ed. Londrina: Midiograf, 335 pág., 2013.

NIERO, Sirli Resin. **Acidentes de trabalho em uma empresa do ramo de fabricação de embalagens plásticas: um estudo dos casos e das medidas preventivas de enfermagem**. p.82 . Monografia (Graduação em Enfermagem) – Centro Universitário Barriga Verde - UNIBAVE, Orleans, 2009.

OLIVEIRA FILHO, Albertino de; NETTO-OLIVEIRA, Edna Regina; OLIVEIRA, Amauri Aparecido Bassoli de. Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários-doi: 10.4025/reveducfis. v23i1. 10468. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 23, n. 1, p. 57-67, 2012.

PRIESS, Fernando Guilherme. **Características do estilo de vida e da qualidade de vida dos professores universitários de instituições privadas de Foz Iguaçu e região**. 2012. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2012. Disponível em: <http://dspace.c3sl.ufpr.br:8080/dspace/bitstream/handle/1884/26495/DISSERTACAO%20VE RSAO%20FINAL%20IMPRESSAO%20CAPA%20DURA%2010%202011.pdf?sequence=1>

PORTO, Lauro Antônio; REIS, Israel Costa; ANDRADE, Jonathan Moura de; NASCIMENTO, Carla Rebouças e CARVALHO, Fernando Martins. Doenças ocupacionais em professores atendidos pelo Centro de Estudos da Saúde do Trabalhador (CESAT). **Revista Baiana Saúde Pública**, v. 28, n. 1, p. 33-49, 2004.

RESIN, Sirlí et al. Acidentes de trabalho em uma empresa do ramo de fabricação de embalagens plásticas: um estudo dos casos e das medidas preventivas de enfermagem. In: Bazo, Ana Paula; Martins, Leonardo de Paula; Zuppo, Lorena Paratella. **Contextos em saúde: Ensino, Pesquisa e Extensão**. Saarbrücken - Alemanha: Novas Edições Acadêmicas, 2013. p.14-26.

ROCHA, Kátia Bones; SARRIERA, Jorge Castellá. Saúde percebida em professores universitários: gênero, religião e condições de trabalho. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional [online]**, v. 10, n. 2, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pee/v10n2/v10n2a03.pdf>, 20 de julho de 2013.

SANTINI, Joarez; MOLINA NETO, Vicente. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo**, v. 19, n. 3, p. 209-222, 2005.

SERVILHA, Emilse Aparecida Merlin; ROCCON, P. F. Relação entre voz e qualidade de vida em professores universitários. **Revista CEFAC**, v. 11, n. 3, p. 440-8, 2009.

SERVILHA, Emilse AM; ARBACH, Máryam de P. Queixas de saúde em professores universitários e sua relação com fatores de risco presentes na organização do trabalho. **Distúrbios da Comunicação**. ISSN 2176-2724, v. 23, n. 2, 2011.

OIT - Duração do Trabalho em Todo o Mundo: **Tendências de jornadas de trabalho, legislação e políticas numa perspectiva global comparada** / Sangheon Lee, Deirdre McCann e Jon C. Messenger; Secretaria Internacional de Trabalho. – Brasília: OIT, 2009.