

## QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES: ESTUDO DE CASO NA ESCOLA ESTADUAL PROFESSORA MARIA ESTHER PERES NO MUNICÍPIO DE VILA RICA – MT

### *QUALITY OF LIFE OF TEACHERS: A CASE STUDY AT THE STATE SCHOOL PROFESSOR MARIA ESTHER PERES IN THE MUNICIPALITY OF VILA RICA - MT*

Márcia Macaiewski Ferreira<sup>1</sup> 

Alcione Alves Pacheco<sup>2</sup> 

Marli Teresinha Macaiewski Ferreira de Oliveira<sup>3</sup> 

Milena Macaiewski Ferreira<sup>4</sup> 

Recebido em: 05/10/2021

Aceito em: 30/11/2021

**Resumo:** A tecnologia e o acesso às informações tiveram um grande avanço nos últimos tempos e com isso em busca de qualidade em produtos e serviços, muitas deficiências foram superadas. Esse grande avanço trouxe junto a preocupação com o indivíduo, pois a concorrência e a afluência de atividades diárias ocasionam stress, doenças psicológicas e ocupacionais devido à sobrecarga de atividades e falta de Qualidade de Vida dentro do âmbito de Trabalho. Esse estudo deu-se após uma pesquisa bibliográfica de maneira descritiva de cunho quantitativo e qualitativo, buscando, dessa maneira, identificar e compreender as variáveis que determinam os critérios de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) na percepção dos professores. Na análise dos dados foi possível identificar que é visível que a QVT dos professores é afetada pela desvalorização profissional, extensa jornada de trabalho que interfere no lazer com família e amigos e também no próprio cuidado com a saúde ocasionando motivos para licenças e afastamentos, principalmente por altos níveis de estresse e agravos físicos ou mentais. Desta forma a pesquisa proporcionou maiores esclarecimentos quanto à realidade do trabalho dos professores quanto aos fatores que causam, interferem e colaboram para o QVT na escola em que atuam Escola Estadual Professora Maria Esther Peres do Município de Vila Rica - MT.

**Palavras-chave:** Qualidade de Vida no Trabalho; Professor; Motivação.

**Abstract:** Technology and access to information had a great advance in recent times and, with this in search of quality in products and services, many deficiencies were overcome. This great advance brought together the concern for the individual, as competition and the influx of activities cause stress, psychological and occupational diseases due to the overload of activities and lack of Quality of Life within the scope of work. This study took place after a descriptive

<sup>1</sup> Especialista no Ensino da Matemática pela FAPAF. Professora na Escola Estadual Jardim das Flores em Matupá/MT. Graduanda do curso de Licenciatura em História pela UNEMAT. E-mail: marciamacaiewski@hotmail.com.

<sup>2</sup> Graduanda em Administração Pública pela UNEMAT. E-mail: alfa.crisrio@hotmail.com.

<sup>3</sup> Especialista em Psicopedagogia pelo Instituto de Pós Graduação e Assessoria em Educação Superior de MT. Professora na Escola Estadual Militar Tiradentes SD Estáquio Antônio em Vila Rica/MT. E-mail: marlimacaiewski@hotmail.com.

<sup>4</sup> Graduanda do curso de Licenciatura e Bacharelado em Ciências Biológicas pela UNEMAT, Alta Floresta, MT. Bolsista do Programa de Iniciação a Docência (PIBID). E-mail: milena.macaiewski@unemat.br.

bibliographical research of a quantitative and qualitative nature, seeking, in this way, to identify and understand the variables that determine the criteria of Quality of Work Life (QWL) in the perception of teachers. In the data analysis, it was possible to identify that it is visible that the QWL of teachers is affected by professional devaluation, long working hours that interfere with leisure with family and friends and also in the health care itself, causing reasons for leaves and absences, mainly due to high levels of stress and physical or mental health problems. Thus, the research provided further clarification on the reality of the teachers' work regarding the factors that cause, interfere and collaborate with the QWL in the school where they work, Professora Maria Esther Peres State School of Vila Rica - MT.

**Keywords:** Quality of life at work; Teacher; Motivation.

## 1 Introdução

O trabalho está presente na vida de todo indivíduo, isso quer dizer que quase todo mundo trabalha, e fica a maior parte do tempo no local de trabalho, levando em consideração que as pessoas ingressam cada vez mais cedo no mercado de trabalho. E, diante disso, as pessoas passam a assumir cada vez mais cargos de grande importância dentro das organizações o que ocasiona mais problemas e estresse se não estiver alinhado à uma Qualidade de Vida.

Com o mercado cada vez mais exigente as empresas se viram no dever de exigir cada vez mais de seus empregados. A conclusão de um relatório da Organização Internacional de trabalho resultou em que todos os anos, o estresse, a jornada de trabalho e doenças excessivas contribuem para a morte de quase 2,8 milhões de trabalhadores em todo o mundo. (OIT, 2019).

Sabe-se também que quando o ambiente de trabalho é acolhedor, com conforto segurança e motivação o empregado trabalha com êxito e os rendimentos são notáveis. O professor público brasileiro é cercado de um arsenal de burocracias, como: diários, planos de aula, fichas avaliativas, formulários, entre outros. Incluindo ainda a imensa quantidade de trabalho que o professor leva para casa, tais como: plano de aula, elaboração de atividades, provas, trabalhos, correções, testes, projetos etc. (BRASIL ESCOLA, 2020).

Limonge, França (2007) afirmam que a profissão de professor é destaque entre as que são afetadas pelo estresse e outras síndromes decorrentes de sua atividade laboral, o que influenciam na QVT desses profissionais. Diante disso com propósito de obter maiores informações para melhoria da Qualidade de Vida no ambiente escolar buscou-se analisar de que forma a Qualidade de Vida dos professores da Escola Maria Esther Peres do Município de Vila Rica – MT é influenciada pelas burocracias exigidas pelo sistema. Portanto o objetivo

geral deste artigo é identificar e analisar a Qualidade de Vida desses professores, e quais as perspectivas e percepções para que os professores tenham uma vida melhor e saudável alinhado ao ambiente de trabalho evitando assim doenças e com isso afastamentos.

Em específico, analisar os principais motivos dos afastamentos, com implicações das concepções apresentadas por professores da Escola Estadual Professora Maria Esther Peres diante de um questionário de caráter qualitativo descritivo para identificar quais estratégias possam oferecer condições saudáveis ao desenvolvimento profissional professor. Faz-se necessário identificar o que pensam os próprios professores a respeito das condições de trabalho que são apresentadas. Para que assim, seja possível buscar soluções que corrijam as possíveis brechas do sistema educacional brasileiro.

Segundo dados da Secretaria de Planejamento (SEPLAG-MT), em 2020, a maioria dos afastamentos foram de transtornos intelectuais e comportamentais. Em três anos, mais de 7,7 mil professores não aguentaram a pressão e pediram licença ou afastamento por problemas de saúde física e mental, causado por falta de uma vida com mais qualidade no ambiente de trabalho. Houve aumento no número de laudos emitidos de 29,08% em 2015 para 33,3% em 2018 para profissionais da educação básica. (ONU NEWS, 2019).

Diante da informação fornecida pela ONU News (2019) é que se justifica essa pesquisa. Perante aos números de casos de afastamentos do ambiente de trabalho por motivos variados, causando impacto significativo no ambiente de trabalho e na qualidade de vida do professor. Consideramos que esse método de pesquisa pode proporcionar uma reflexão sob a forma que os professores trabalham e realizam seus afazeres no órgão público. Afim de que tanto gestores como colaboradores da educação possam estar atuando com motivação e Qualidade de Vida. Caminhando juntos, para que assim não precisem ficar afastados por motivos de estresse, doenças crônicas e psicológicas.

Para tanto é fundamental entender os impactos gerados pelo stress e má qualidade de vida, diante de tais comprometimentos com o trabalho, a saúde e a qualidade de vida do professor mostra-se comprometida e com isso a qualidade de seu trabalho torna reduzida a qualidade do ensino.

## **2 Qualidade de vida no trabalho**

Propõe-se compreender o contexto abordado nesta pesquisa por meio de fundamentação teórica sustentada pelos modelos conceituais da QVT definidos por diversos autores. Por se tratar de um estudo que faz interconexão com diferentes áreas da ciência, a QVT é objeto de muitos estudos, e muitos relatos baseiam-se em ideias ou práticas isoladas que são conceitos pessoais, não apresentando critérios bem definidos e metas a serem alcançadas (GOULAR e SAMPAIO, 1999).

Desde os tempos mais antigos existiu uma preocupação com o bem estar dos indivíduos no ambiente de trabalho. Na década de trinta realizou-se os primeiros estudos sobre QVT, dessa forma elementos como motivação, a moral, a liderança democrática, o treinamento, a participação, mostraram como valores da qualidade de vida no trabalho.

Fernando e Gutierrez (1998, p.185) “relatam a experiência brasileira QVT e experiências inovadoras realizadas em vários países desenvolvidos”. Segundo os autores a melhoria da saúde por meio de novas formas de organizar o trabalho tem sido o objetivo de inúmeras publicações. Apesar da relação entre o trabalho e os problemas de saúde terem sido descritos em 1.700, foi somente em 1884 na Alemanha que se editou a primeira lei de acidente de trabalho do qual se sabe (GONÇALVES, 1970). O grande aumento de pessoas com estresse, depressão, ansiedade tem levado a estudos sobre QVT. Através de estudos realizados pela Sociologia, Antropologia, Ciência Política é que se obtiveram informações esclarecedoras do que é Qualidade de Vida (QV). (FERNANDO E GUTIERREZ 1998, p.185).

Observa-se segundo Gentili (2008) que a desvalorização profissional, a falta de infraestrutura, a violência nas escolas e fora delas, além do comportamento dos alunos e a baixa remuneração profissional contribuem com a má qualidade de vida do docente.

O quadro se torna ainda mais dramático quando observamos a ofensiva ideológica conservadora lançada contra os professores nos últimos anos. Eles são responsabilizados pela profunda crise dos sistemas escolares e lhes é atribuída à culpa pelas péssimas condições de aprendizagem dos alunos e alunas, pelas altas taxas de repetência, pelas escassas oportunidades de inserção no trabalho para os recém-saídos do sistema escolar, pela violência dentro e fora das escolas e pela falta de participação cidadã nas questões mais relevantes que nossas sociedades devem enfrentar (GENTILI, 2008 p. 47).

No trabalho docente existem grandes situações que geram riscos à saúde e tais situações estão ligadas às condições de trabalho. As cobranças em ser perfeito, ter bons relacionamentos, altas cargas horárias de trabalho, ambiente com ruídos, etc. contribuem com o desgaste da qualidade de vida docente. (LIBANÊO, 2010).

Werther e Davis (1983, p. 36) afirmam que “Os trabalhadores têm no trabalho uma fonte de realização pessoal, principalmente quando fazem aquilo de que gostam e, conseqüentemente o fazem com prazer”. Tal ação reflete na qualidade de vida do trabalhador. Nadler e Lawler (1983, p. 20) afirmam que “QVT é a grande esperança das organizações para atingirem alto nível de produtividade sem esquecer a motivação e satisfação do indivíduo”.

É preciso estar atento a uma série de fatores que, quando surgirem no ambiente de trabalho, refletirão a satisfação pessoal e a participação, mobilizarão suas energias e renovarão suas potencialidades. Portanto, pode-se afirmar que existem alguns fatores de intervenção na qualidade de vida das pessoas em condições de trabalho. De acordo com sua gestão competente, eles proporcionarão condições favoráveis, essenciais para melhorar o desempenho e a produtividade. Para Fernandes (1996, p.45-46):

“A qualidade de vida no trabalho como a gestão dinâmica e contingencial de fatores físicos, tecnológicos e sócios psicológicos que afetam a cultura e renovam o clima organizacional, refletindo-se no bem estar do trabalhador e na produtividade da empresa”.

No entanto, ao estudar a produtividade de uma empresa, não se deve focar apenas no processo de trabalho e na tecnologia aplicada. Os fatores humanos são uma ferramenta relevante neste processo, portanto, atenção especial deve ser dada a ele. Sucesso (1998, p.23) define que:

Qualidade de Vida no trabalho diz respeito “a renda capaz de satisfazer as expectativas pessoais e sociais, orgulho pelo trabalho realizado, vida emocional satisfatória, autoestima, imagem da empresa/instituição junto à opinião pública, equilíbrio entre trabalho e lazer, horários e condições de trabalhos sensatos, oportunidades e perspectivas de carreira, possibilidade de uso do potencial, respeito aos direitos, justiça nas recompensas”.

Sabe-se que indivíduos motivados e saudáveis podem gerar mais renda para sua empresa, assim, seria viável investir em Qualidade de Vida, tais como exercício físico, momentos de descontração, ou talvez um educador para acompanhar o pessoal, assim teriam benefícios para a empresa e funcionários.

## **2.1 Trabalho docente e Saúde**

No transcorrer da história da educação a definição da palavra trabalho vem sofrendo várias transformações. E ao se falar da profissão professor, o qual exige o curso de licenciatura, é considerado um dos cursos mais antigos e importantes em nossa sociedade, porque tem como

função essencial que é de formar cidadãos. Considerando esse aspecto, Carvalho (2006, p.127) descreve:

Na Antiguidade como a educação era um privilégio de nobres era confiada a sábios ou filósofos; na Idade Média, embora ainda muita restrita, era controlada pela Igreja Católica; nas Idades Moderna e Contemporânea, principalmente após a consolidação política do modo de produção capitalista, a educação estendeu-se a “toda população”, ficando sob a responsabilidade de instituições públicas e/ou privadas.

No entanto, sabe-se que a jornada de trabalho do professor é longa, e além das horas em sala, ele necessita se preocupar em fazer cursos estar sempre atualizando, tudo isso gera desgaste físico e emocional ocasionando assim diversos problemas de saúde. É possível explicar que o trabalho é penoso para o trabalhador quando seu contexto gera incômodo, esforço e sofrimentos demasiados sobre o qual ele não tem controle. Porém deverá considerar-se a subjetividade na compreensão que cada sujeito expressa o que é sofrimento, incômodo e esforços demasiados.

Carvalho (2006) destaca que os efeitos do trabalho sobre a saúde não podem ser limitados ao que é reconhecido legalmente como doença profissional. Como profissional os docentes estão suscetíveis as chamadas doenças ocupacionais aquelas causadas por causa do trabalho que exercem. Dentre as dificuldades que os professores enfrentam no dia a dia pode se citar algumas como movimentos repetitivos, estar de pé por um extenso período, má postura, exaustão mental e alimentação imprópria. Diante de tal cenário a qualidade de vida do professor no trabalho está cada vez mais precária necessitando assim de políticas públicas com estratégias preventivas.

### **3 Procedimento Metodológico**

Nesta fase do trabalho, pretendem-se expor uma pesquisa em que se relaciona o referente estudo, as técnicas para a coleta de dados e plano da Análise e Interpretação de Dados, o universo amostral e a proposta de esquematização do estudo que servem de embasamento para esta pesquisa. A referente pesquisa desenvolvida é classificada como descritiva e estudo de caso, de acompanhamento qualitativo e quantitativo. Para isso foi elaborado um questionário com o objetivo de avaliar a Qualidade de Vida no Trabalho dos professores da Escola Maria Esther Peres de Vila Rica - MT.

O presente estudo compreende a importância da Qualidade de Vida dos docentes públicos da Escola Estadual Maria Esther Peres, no município de Vila Rica/MT, e teve a

participação dos professores da Escola em questão, que se dispusera a participar da pesquisa. Posteriormente, a publicação dos resultados desta pesquisa será feita nas dependências da Escola. Os servidores do órgão em questão serão inteirados sobre a natureza e a finalidade do estudo e a participação.

### **3.1 Local e população do estudo**

O estudo realizou-se com professores da Escola Estadual Maria Esther Peres, da cidade de Vila Rica MT, no ano letivo de 2020, a escola tinha 982 alunos matriculados e 36 professores. O contato teve início no primeiro semestre de 2020, onde através de mensagem eletrônica foi apresentado o projeto de pesquisa e solicitado à possibilidade de realização do questionário a ser respondido pelos professores.

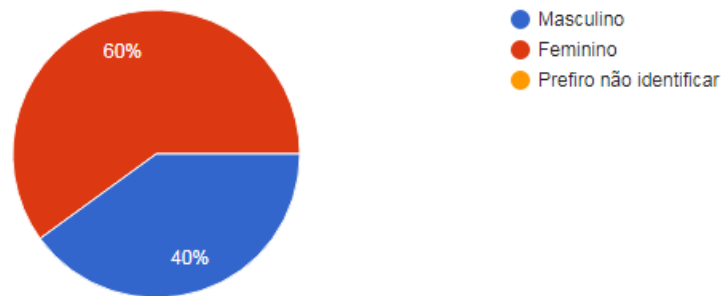
A referente pesquisa foi realizada com os professores do ensino fundamental e ensino médio, para operacionalizar a coleta de dados, o questionário foi elaborado no Google Forms e seu link de acesso foi divulgado eletronicamente via redes sociais (WhatsApp e E-mail). O tamanho da amostra foi de 15 (quinze) professores, pois dos 36 professores ativos somente 15 se disponibilizaram a participar da pesquisa.

## **4. Análise dos Dados e Apresentação dos Resultados**

Após coletados todos os dados para o desenvolvimento do trabalho, foram analisados e interpretados a fim de reunir respostas ao problema proposto. A análise e a interpretação dos resultados tratam os dados coletados para o desenvolvimento do estudo. Considerando a temática proposta neste trabalho com o intento de investigar a qualidade de vida dos professores da rede pública, foi necessário antes de qualquer coisa organizar o público alvo desta pesquisa em ordem de gênero. No sentido de observar quais eram homens e quais eram mulheres em cima do pressuposto de que as mulheres ocupam a maioria dos cargos educacionais (PEREIRA, 1963).

**Gráfico 1: Quantitativo representando em porcentagem o número de professores que responderam a pesquisa considerando os gêneros (masculino e feminino).**



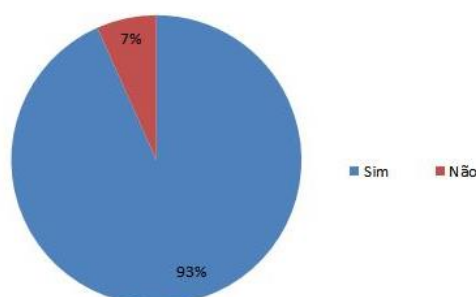


**Fonte:** Elaborado pela autora (2021).

A amostra final da pesquisa foi composta por 15 professores dos quais nove são mulheres e seis são homens. Para muitos alunos e também professores a escola é o segundo lar. Por este motivo, a escola é considerada como o local onde a criança deve ser educada e não ensinada. As mulheres em sua maioria cresceram com o pensamento patriarcal de ser a pessoa ideal para colocar a ordem no lar, cuidadora dos filhos e do marido e devido a este potencial há reflexos no papel do professor no ambiente escolar. Sendo assim, é visto que em sua maioria esses cargos são ocupados por mulheres (PEREIRA, 1963).

Quando questionamos os entrevistados se já haviam se ausentado em algum momento da profissão de educador por motivos de licença ou afastamentos ocasionados por problemas de saúde física ou mental responderam entre eles que houveram afastamentos. O resultado foi preocupante por considerar que apenas uma pessoa nunca precisou cumprir afastamentos neste contexto, conforme apresenta o Gráfico 2.

**Gráfico 2: Afastamentos relacionados com casos de problemas de saúde físicos ou mentais.**



**Fonte:** Elaborado pela autora (2021).

Os estudos a respeito das causas dos pedidos de afastamento solicitados pelos profissionais da educação no Brasil sofreram um aumento nos últimos anos. Existem inúmeras



dissertações entre os anos 1998 a 2007 evidenciadas por Gardenal (2009, p. 06) que apresentam essa preocupação.

Além disso, devido a situação pandêmica que o mundo se encontra muitos professores têm buscado saídas em afastamentos e licenças médicas principalmente por conta de doenças mentais, tais como: medo, ansiedade e exaustão. De acordo com uma pesquisa elaborada pela Nova Escola 72% dos professores foram afetados negativamente durante as aulas em período remoto até agosto de 2020. (RIGUE, 2020).

Portanto, Alencar e Valença (2016) preponderam que uma das causas que impulsionam esses problemas está no próprio âmbito escolar, quando ocorre a falta de organização e qualidade de materiais pedagógicos para que o professor possa ter dignidade em ministrar suas aulas. Além do excesso de atividades burocráticas e a demanda da sala de aula.

Um conjunto de fatores negativos associados podem gerar estresses dia após dia nesses profissionais de educação. Sendo assim, futuramente causar outro problema mais grave como os explanados neste texto. Os pensamentos de Ybema, Smulders e Bongers (2010) consideram que situações de estresses são as maiores causas de faltas frequentes em qualquer trabalhador. Considerando essas afirmações os professores foram indagados sobre como a escola promove organização no que se refere a preocupação da Qualidade de Vida no Trabalho dos profissionais, o resultado podemos observar no Gráfico 3:

**Gráfico 3: Oferta de QVT dentro do ambiente escolar.**



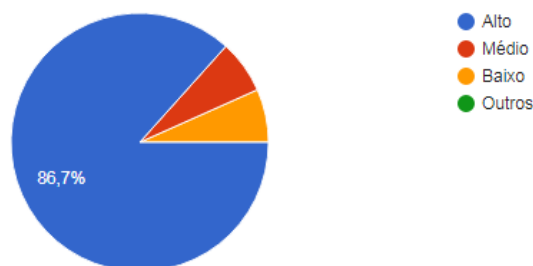
**Fonte:** Elabora pela autora (2021).

A partir das respostas nota-se que 80% dos profissionais disseram não haver nenhuma oferta de qualidade para os educadores, 7% diz que ocorreram uma vez, outros 7% já ofereceu em alguma ocasião e apenas 6% diz que oferece dentro das possibilidades. Oferecer alternativas que ampliem a Qualidade de Vida desses profissionais é também investir na qualidade do

ensino, pois professores motivados tendem a proporcionar incentivos e melhores condições de aprendizado aos alunos.

Os professores também foram questionados a respeito dos níveis de estresse que são ocasionados dentro do local de trabalho. De acordo com o gráfico abaixo, a grande maioria dos entrevistados, um número de 86,7% consideram como alto o nível de estresse.

**Gráfico 4: Porcentagem do nível de estresse considerados pelos professores.**



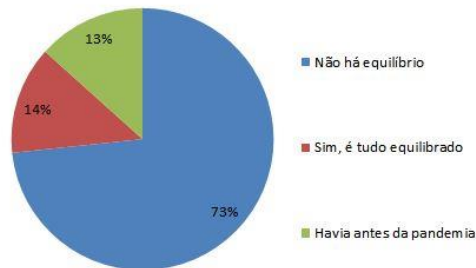
**Fonte:** Elaborado pela autora, (2021).

Essa classe profissional é indiscutivelmente, bastante desvalorizada, segundo SOUZA (2011). Desde a falta de equipamentos necessários que fazem falta para o professor dentro da sala de aula, quanto ao salário provido para o cargo e serviço. Como já mencionado existem muitos estudos que se preocupam com os fatores associados resultantes dos afastamentos dos profissionais da educação, como os de Araújo e Carvalho (2006); Gasparini, Barreto, e Assunção (2006); Soldatelli (2011); Carlotto e Câmara (2015); e Khan et al. (2017).

Retornando novamente a considerável desvalorização dessa categoria explanamos um exemplo claro e rotineiro na vida de muitos professores. Compreendemos que em muitos casos os docentes levam serviço para ser finalizado em casa, como por exemplo: correções de provas, redações, planejamento de atividades, etc. Deste modo, interpretamos que o alto nível de estresse não ocasiona em problemas somente profissionais, como o desempenho ao ensinar os alunos. Mas, conseqüentemente a vida pessoal também é afetada direta ou indiretamente. Pois, juntamente com o estresse diário, vêm os problemas enfrentados no cotidiano como os relacionamentos amorosos, familiares e interpessoais.

Frente ao exposto, a quinta pergunta, considerou se há equilíbrio entre vida pessoal e profissional. E em maioria das respostas conforme o Gráfico 5, uma porcentagem de 73% dos educadores relataram que não ocorre equilíbrio. Podemos exemplificar com a seguinte resposta: “Não, a demanda ultrapassa a carga horária”.

**Gráfico 5: Equilíbrio da vida pessoal e profissional.**

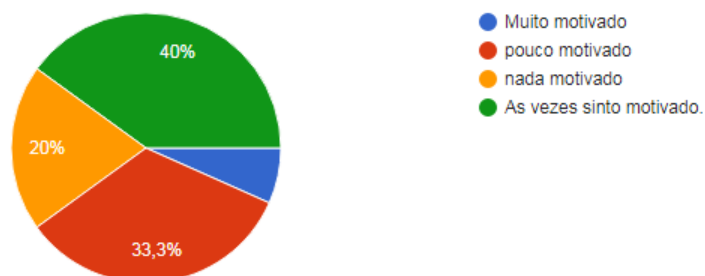


**Fonte:** Elaborada pela autora, (2021).

Além disso, apenas 13% dos professores diz que conseguia obter equilíbrio antes da pandemia. E 14% consegue manter a vida pessoal e profissional em perfeita ordem. Em consequência das adversidades encontradas para exercer sua função de professor, o ambiente de trabalho deixa de ser um local prazeroso e gratificante para se tornar maçante e doentio. A pandemia acaba por interferir na vida pessoal do professor, uma vez que a metodologia de ensino utilizada nesse período é o remoto, no qual o professor deve utilizar a sua casa e seus equipamentos como recursos para o desenvolvimento das aulas.

Ao perder o êxtase profissional o resultado vem em forma de afastamentos e licenças médicas como a busca ideal para se recuperar do desgaste. Por este motivo, a pergunta de número 6 indagou aos entrevistados como era sua motivação com relação ao local de trabalho.

**Gráfico 6: Motivação do local de trabalho.**

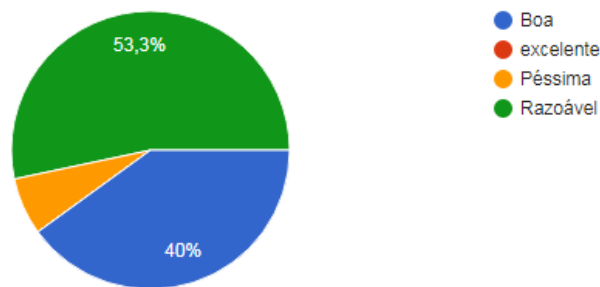


**Fonte:** Elaborado pela autora, (2021).

Sendo assim, 40% dos professores disseram se sentir motivado somente às vezes. No entanto, 33,3% se sentem poucos motivados e 20% consideram que não existe nenhuma motivação. A porcentagem de professores que consideram ocorrer muita motivação no ambiente de trabalho é mínima, constando um percentual de 6,7%.

O professor inicia sua jornada de trabalho com sua primeira aula logo pela manhã. À tarde cumprem horas atividades para planejamento dos conteúdos programáticos futuros. E em muitos casos, o professor também dá aulas a noite, pois precisa completar às 20h e melhorar o orçamento mensal. Esse é o cronograma diário dos cinco dias na semana, quatro semanas no mês, completando 200 dias letivos (SISMMAC, 2014). Sem colocar no papel as horas que fazem em casa para organizar uma aula dinâmica, senão os alunos não irão gostar e dispersar paralelamente. Esse é o retrato do professor no Brasil. Em vista disso, a sétima pergunta, compreendeu como o docente avalia a sua jornada de trabalho.

**Gráfico 7: Avaliação da jornada de trabalho.**

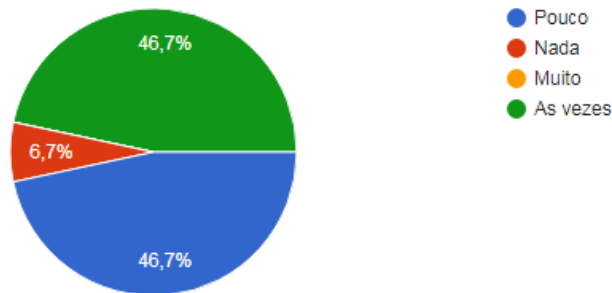


**Fonte:** Elaborado pela autora, (2021).

Considerando os resultados 53,3% diz ser razoável, enquanto 40% corroboram sendo boa e 6,7% compreendem como péssima. No entanto, nenhuns dos professores marcaram a opção que considera sua jornada de trabalho como excelente. De certa forma, os professores buscam incessantemente a valorização, seja na atuação ou na remuneração. Por isso, muitos educadores trabalham em várias escolas pra completar sua carga horária. De acordo com Both (2011, p. 157) os profissionais que estão nessa situação se encontram muito desconfortáveis.

Deste modo, com a pergunta de número 8 o seguinte questionamento visou perceber sobre com relação á jornada de trabalho semanal, quanto ela permite o desfrute de momentos de lazer com família/amigos.

**Gráfico 8: Sobre a possibilidade de conviver com a família e conciliar a jornada de trabalho.**

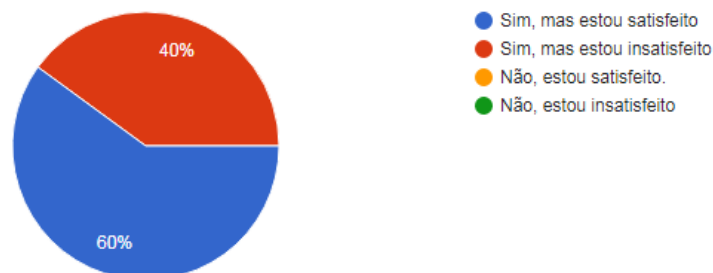


**Fonte:** Elaborado pela autora, (2021).

Os respondentes declararam com 46,7% que às vezes esses momentos existem. A mesma porcentagem 46,7% afirma que pouco desfruta esses momentos. E 6,7% consideram que não existem momentos de lazer. Neste sentido, se o professor possui uma jornada de trabalho que perpassa as horas estabelecidas no cronograma escolar a correria impossibilita que ele tenha uma vida social agradável, ou seja, que possa desfrutar momentos de lazer. Embora, as aulas estejam em modo remoto por conta da pandemia, ainda assim causa estresse na classe educadora.

O conjunto de todas essas informações, como já dito, é gerador de estresse no profissional educador. As palavras de Garcia (2012, p.31) destacam que “Concretamente no caso dos professores, desde os anos 30 considerou-se que esta profissão favorecia o aparecimento de síndromes nervosas”. Portanto, de acordo com os professores entrevistados a jornada de trabalho é uma das principais causas do cansaço físico e mental, no entanto 60% dizem estar satisfeitos. Em contrapartida, 40% dos profissionais apresentam insatisfação, conforme Gráfico 9.

**Gráfico 9: O cansaço físico e mental.**

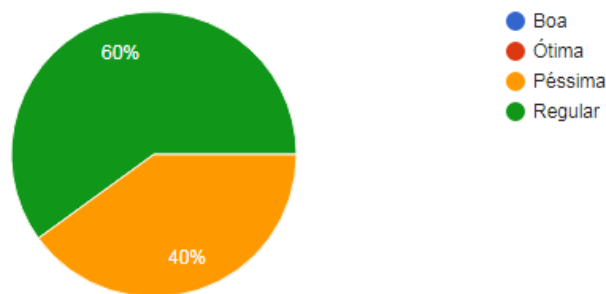


**Fonte:** Elaborado pela autora, (2021).

Uma pesquisa realizada pelo Sindicato de Professores de São Paulo redigido pelo SISMMAC (2016) relatou o seguinte comentário: “O problema é agravado, segundo os

docentes, pelo excesso de trabalho e pela falta de respeito na sala de aula”. Então compreendemos que a maneira como o professor é tratado dentro da escola tanto pelo parte administrativa como pelos alunos em sala de aula, é preponderante para evitar doenças físicas e mentais. A partir disto, os professores que participaram da entrevista foram questionados acerca de como recebem a Qualidade de Vida no ambiente escolar em que eles frequentam, observe no Gráfico 10.

**Gráfico 10: Qualidade de Vida do professor na escola.**



**Fonte:** Elaborado pela autora, (2021).

Realizando um parâmetro com todas as perguntas e respostas supracitadas não é difícil perceber que o professor está longe de receber um ótima qualidade de vida no ambiente de trabalho. Portanto, a décima pergunta sucinta a qualidade de vida do professor na escola e de acordo com as respostas, 60% dos professores considerando regular. Outros 40% afirmam ser péssima.

A pressão para corresponder as demandas burocráticas do governo, as diferenças no ensino e aprendizagem e falta de capacitação frequente de toda a comunidade escolar inviabilizam que ocorra um resultado linear entre a qualidade de vida e o contexto em que eles se encontram nos dias atuais.

Sendo assim, como destaca Limonge França (2007), trabalhar na educação é um trabalho árduo. É um enfrentamento diário burocrático e corresponde a uma demanda muito grande. Neste sentido, a Qualidade de Vida no Trabalho deve estar em pleno êxito, para que facilitar todos os contras da profissão. Porém, muitas são as faltas que ocorrem neste setor trabalhista, embora haja luta pelos direitos, ainda assim existe uma grande dificuldade.

## 5 Considerações Finais

As perguntas compreenderam a educação brasileira e abraçaram a problemática do fornecimento de qualidade de vida ao professor. A importância de se entender essa busca é para conhecer suas individualidades e dificuldades, como também para nortear parâmetros em pesquisas e orientações futuras, visto que a qualidade de vida dos professores está ligado intensamente a sua motivação, sendo considerado um fator importantíssimo para o exercício da sua profissão, uma vez que garante uma mais perfeita condição de trabalho aos mesmos.

A educação no Brasil é conhecida por ser heterogênea, ou seja, neste quesito há uma variedade de problemas enfrentados. As escolas estão sempre precisando de reformas, os professores sempre com turmas amplas e salas lotadas. E o índice de defasagem tem aumentado no último ano, principalmente devido a pandemia da Covid-19. Além disso, a falta de equipamentos necessários e materiais pedagógicos dificultam a qualidade do ambiente de trabalho ocasionando em estresses diários.

Após análise de dados da pesquisa feita com os professores da Escola Estadual Professora Maria Esther Peres foi possível concluir que é evidente que a QVT dos professores é afetada pela desvalorização profissional, extensa jornada de trabalho que interfere no lazer com família e amigos e também para zelar da própria saúde o que posteriormente interfere em um dos principais motivos das licenças e afastamentos por motivos de saúde, principalmente por agravos físicos ou mentais.

O fato de não haver oferta de nenhuma metodologia que possa contribuir com a QVT dentro do ambiente escolar pode estar associada a outros fatores que se identificou na pesquisa e que também interferem nos níveis de estresse e na qualidade de vida desses professores.

O ideal seria que a escola promova-se projetos sobre qualidade de vida, com metodologias que apontam possíveis aumentos nos níveis de contentamento dos professores, desde atividades simples e sem custos, até mesmo projetos mais complexos. Pois, tais projetos podem proporcionar grandes avanços dentro da escola e visivelmente trazer resultados positivos com relação ao ensino e aprendizagem.

Concomitantemente, esta pesquisa vem nos mostrando, o quanto se faz necessário se trabalhar sobre a qualidade de vida no âmbito escolar, visto que se o profissional estiver bem motivado os frutos de seu trabalho serão mais “prazerosos”, interferindo assim, nos níveis de estresse, visto que, um professor bem motivado, exercerá seu trabalho com mais qualidade e produtividade, contudo, todos saem ganhando. Por isso, as escolas junto com seus diretores e o



governo devem estar sempre atentas a esta realidade e trazendo planos de intervenções que possam favorecer com qualidade algumas possíveis falhas.

## 6 Referências

ALENCAR, M. C. B., & VALENÇA, J. B. M. (2016). Absence from work and functionality: the case of workers with lower back diseases. **Caderno de Terapia Ocupacional da UFSCar**. 24(4), 755-763. doi: 10.4322/0104-4931.ctoAO0732.

BOTH, Jorge. **Bem estar do trabalhador docente em educação física da região sul do Brasil**. 248f. Tese (Doutorado em Educação Física)-Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2011.

CARLOTTO, M. S. & CÂMARA S. G. (2015). Prevalence and risk factors of common mental disorders among teachers. **Journal of Work and Organizational Psychology**. 31, 201–206.

CARVALHO, T.H.P.F.; GONÇALVES, A.; GUTIERREZ, G.L. (Org). **Qualidade de vida e fadiga institucional**. Campinas: IPES Editorial, 2006.

ESCOLA. Brasil. **Trabalho docente a situação do professor brasileiro**. Disponível em: <https://educador.brasile scola.uol.com.br>. Acesso em: 13/01/2021.

FERNANDES, Eda. **Qualidade de Vida no Trabalho: como medir para melhorar**. Salvador: Casa da Qualidade, 1996.

GARCIA, Luiz Antonio Larios. **Trabalho Docente: um levantamento das licenças médicas de professores da rede estadual de ensino em Sorocaba**. Universidade de Sorocaba. Sorocaba – SP, 2012.

GARDENAL, Isabel. **Por que os professores adoecem?**. Jornal da UNICAMP, p. 06 e 07. – ANO XXIV – Nº 447. Campinas, 9 a 22 de novembro de 2009. Disponível em: <[http://www.unicamp.br/unicamp/unicamp\\_hoje/ju/novembro2009/ju447\\_pag0607.php#>](http://www.unicamp.br/unicamp/unicamp_hoje/ju/novembro2009/ju447_pag0607.php#>).

GASPARINI, S. M., BARRETO, S. M. & ASSUNÇÃO, A. A. (2006). **Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte**. Minas Gerais, Brasil. Caderno de Saúde Pública, 22(12), 2679-2691. doi: 10.1590/s0102-311x2006001200017.

GENTILI, Pablo. **Desencanto e Utopia: A educação no labirinto dos novos tempos**. Petrópolis: Vozes, 2008.

GONÇALVES, Nair Lemos. Apud Mozart Victor Russomano, Comentários à Lei de Acidentes do trabalho, 3. ed., São Paulo, Revista dos Tribunais, 1970, V.I., p. 14.

GOULAR I.B.; SAMPAIO, J.R. **Qualidade de Vida no Trabalho: uma análise da experiência de empresas brasileiras**. In.: SAMPAIO, J. R. Qualidade de Vida, Saúde Mental e Psicológica Social: estudos contemporaneos II. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

KHAN, A., Amanat, A., Aqeel, M., Sulehri, N. A., Sana, E., Amin, H., & Amanat, A. (2017). The mediating role of job stress between social support and development of stress, anxiety and depression in educators and health professionals. **Foundation University Journal of Psychology**, 1(3), 48-61.

LIMONGE, FRANÇA, Ana Cristina França. (2007). **Qualidade de Vida no Trabalho-QVT conceitos e práticas nas empresas pós- industriais.**

WERTHER, W.; DAVIS, K. **Administração de pessoal e recursos humanos.** São Paulo: McGraw Hill, 1983. WESTLEY, W. A. Problemas e Soluções em Qualidade de Vida no Trabalho. *Human Relations*; v. 32; p. 113-123. 1979.

PEREIRA, L. **O magistério primário numa sociedade de classes: estudo de uma ocupação em São Paulo.** São Paulo: Pioneira, 1963.

RIGUE, A. Saúde mental de 72% dos educadores foi afetada durante pandemia, afirma estudo. **CNN Brasil**, 2020. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/2020/08/31/saude-mental-de-72-dos-educadores-foi-afetada-durante-pandemia-afirma-estudo>. Acesso em 18 de mar de 2021.

SISMMAC. 2016, Portal G1. **Condições de trabalho: Na média: 40% dos professores afastados por saúde têm depressão.** Disponível em: <https://www.sismmac.org.br/noticias/11/condicoes-de-trabalho/3814/na-midia-40-dos-professores-afastados-por-saude-tem-depressao>. Acesso em 19 de março de 2021.

SEPLAG. 2021. **Seplag reduz em 75% licenças por transtornos mentais e do comportamento.** Disponível em: <http://www.seplag.mt.gov.br/index.php?pg=ver&id=4679&c=38>. Acesso em: 19 de março de 2021.

SISMMAC. **Professor brasileiro tem jornada de trabalho acima da média internacional.** 2014. Disponível em: <https://sismmac.org.br/noticias/3/geral/2672/professor-brasileiro-tem-jornada-de-trabalho-acima-da-media-internacional>. Acesso em: 07 de dezembro de 2021.

SOLDATELLI, R. (2011). **O processo de adoecimento dos professores do ensino fundamental de Florianópolis e suas possibilidades de resistência a esse processo.** (Dissertação de Mestrado). Florianópolis, SC.

SOUZA, Luiz Aparecido Alves de. **Desvalorização social da profissão docente no cotidiano da escola pública no discurso do professor.** X Congresso Nacional de Educação - EDUCERE. Curitiba, 2011. Disponível em: [https://educere.bruc.com.br/CD2011/pdf/6084\\_2937.pdf](https://educere.bruc.com.br/CD2011/pdf/6084_2937.pdf). Acesso em: 20 de março de 2021.

SUCESSO, E.P.B. **Trabalho e Qualidade de Vida.** Rio de Janeiro: Qualitym, 1998.

OIT. **Organização Internacional do Trabalho.** Disponível em: <<http://www.oitbrasil.org.br>>. Acesso em: 13 abr. 2021.

ONU News. **Estresse, jornada de trabalho e doenças excessivas causam a morte de quase 2,8 milhões.** 18.04.2019. Disponível em <https://news.un.org/pt/story/2019/04/1668891>. Acesso em 12.01.2021

YBEMA, J. F., Smulders, P. G., & Bongers, P. M. (2010). **Antecedents and consequences of employee absenteeism: A longitudinal perspective on the role of job satisfaction and burnout.** *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 19(1), 102-124. doi: 10.1080/1359432090279369