

A QUALIDADE DE VIDA DE DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR¹

DIAS, Yasmin Weiler Silvério.²
RADAELLI, Patricia Barth.³
MADUREIRA, Eduardo Miguel Prata³

RESUMO

Este trabalho apresenta os resultados de uma pesquisa bibliográfica, que teve por objetivo fazer uma reflexão sobre a qualidade de vida dos docentes do ensino superior. Após analisar alguns estudos, observou-se que são vários os fatores que podem influenciar na qualidade de vida destes docentes, pois além dos afazeres em sala de aula, possuem responsabilidades como correção de trabalhos, provas, pesquisas, estudos, elaboração de plano de aula, respostas rápidas a alunos e seus superiores, reuniões fora de hora, entre outras coisas que, por meio da tecnologia, tem a possibilidade de realizar a qualquer hora. Muitas dessas questões acabam por tomar o tempo que estes teriam para cuidados pessoais e lazer, desta forma acabam sobrecarregados. Estes profissionais muitas vezes podem apresentar doenças relacionadas a estresse e acúmulo de tarefas. Sendo assim, podemos concluir que a instituição deve dar a devida atenção a seus docentes, dando boas condições de trabalho, com ambiente adequado, valorizando seu trabalho, ajudando-o a administrar seu tempo e não acumulando responsabilidades, melhorando a qualidade de seu tempo, tendo espaço para cuidados pessoais, resultando em um melhor rendimento, trazendo desta forma pontos positivos para instituição.

PALAVRAS-CHAVE: Docência, Qualidade de vida, Saúde, Ensino Superior.

1. INTRODUÇÃO

Este artigo apresenta os resultados de uma pesquisa sobre a qualidade de vida de docentes no ensino superior, trazendo sua definição e como é vista pela sociedade, já que nos dias atuais muito se fala de obter uma boa qualidade de vida.

A problemática foi norteadada a partir de um questionamento: os docentes do ensino superior possuem uma boa qualidade de vida? Através deste podemos pensar em como o trabalho pode influenciar na soma desta qualidade de vida ou atrapalhar, trazemos autores que em seus estudos nos explicam diferentes pontos de vista, as mudanças no ambiente docente ocasionadas com novas tecnologias, novas informações, conhecimentos e como as instituições tem exigido tais mudanças.

A proposta justifica-se por conta de a profissão de docente permitir ser realizada além da sala de aula, demandando assim de uma carga horária estendida, maior ao limite contratado, algumas exigências como organização, pesquisas, projetos científicos, estudos, reuniões extras, respostas

¹ Pesquisa registrada no Programada de Iniciação Científica Voluntária do Centro Universitário FAG, junto à COOPEX – Coordenação de Pesquisas e Extensão.

² Possui graduação de fisioterapia pela Faculdade Assis Gurgacz, possui formação em isostretching e método pilates, pós graduação de Docência do Ensino Superior em andamento. E-mail: ywsilverio@hotmail.com

³ Doutora em Letras área de concentração, mestre em Letras, Graduada em letras português e inglês. E-mail: patriciab@fag.edu.br

³ Economista. Mestre em Desenvolvimento Regional. Professor do Centro Universitário FAG e da Faculdade Dom Bosco. E-mail: eduardo@fag.edu.br

rápidas para a instituição ou aos alunos acabam ocupando espaço de suas horas de lazer e bem estar, dando lugar para preocupações e metas a serem cumpridas. Muitas vezes assim o indivíduo docente acaba deixando em segundo plano seus cuidados pessoais, reuniões familiares ou sociais, saúde física e psicológica, estando mais vulneráveis a sobrecargas e problemas psicossomáticos.

Para tanto, optou-se pela metodologia de pesquisa bibliográfica.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A educação vem sofrendo mudanças constantes, desde a antiguidade até hoje, a função de repassar aquilo que se sabe e o que era considerado importante, fez com que o ser humano criasse as mais variadas maneiras de se relacionar com o mundo que o cerca, sendo assim o papel professor é muito anterior ao surgimento das primeiras instituições de ensino.

Podemos observar, segundo Masseto (2012), que recentemente os professores universitários começaram a se conscientizar de que como qualquer outra profissão, o docente do ensino superior requer e exige capacitação própria e específica que não se restringe a ter um diploma de bacharel, de mestre ou doutor, ou até mesmo apenas o exercício de uma determinada profissão. É preciso que os profissionais da docência busque as capacitações, incluindo a formação continuada, adaptação ao novo, criatividade, autonomia, comunicação, iniciativa e cooperação. É preciso se pensar na função do professor, pois, de acordo com Paulo Freire,

A segurança com que a autoridade docente se move implica uma outra, a que se funda na sua competência profissional. Nenhuma autoridade docente se exerce ausente desta competência. O professor que não leve a sério sua formação, que não estude, que não se esforce para estar à altura de sua tarefa não tem força moral para coordenar as atividades de sua classe. [...] A incompetência profissional desqualifica a autoridade do professor. (FREIRE, 1996 p. 91-92).

O docente precisa estar consciente e ter disposição para se adaptar ao novo, em busca do melhor para si, sua instituição de ensino e sua classe, tendo a devida autoridade perante seus alunos, e para isso, precisa levar a sério sua formação.

Juntamente com tantas responsabilidades e inovações no âmbito docente, não se pode esquecer da qualidade de vida destes profissionais. A Organização Mundial de saúde (OMS) reuniu especialistas de várias partes do mundo que definiram qualidade de vida como a “percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em

relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (The WHOQOL Group, 1995). É um fator amplo que abrange aspectos físicos, psicológicos, nível de independência, relações sociais e crenças pessoais. Pode-se pensar, então, como essa qualidade de vida está relacionada em seu ambiente de trabalho. O autor Chiavenato (1999) relata que “o termo qualidade de vida no trabalho foi utilizado por Louis Davis na década de 1970 e, para este estudioso, o conceito refere-se à preocupação com o bem-estar dos trabalhadores no desempenho de suas tarefas”. Sobre isso, ainda salienta França,

Qualidade de vida no trabalho (QVT) é o conjunto das ações de uma empresa que envolvem a implantação de melhorias e inovações gerenciais e tecnológicas no ambiente de trabalho. A construção da qualidade de vida no trabalho ocorre a partir do momento em que se olha a empresa e as pessoas como um todo, o que chamamos de enfoque biopsicossocial. O posicionamento biopsicossocial representa o fator diferencial para a realização de diagnósticos, campanhas, criação de serviços e implantação de projetos voltados para a preservação e desenvolvimento das pessoas, durante o trabalho na empresa (FRANÇA, 1997).

Para Ciborra e Lanzara (1985), a definição da expressão QVT está ligada às características intrínsecas das tecnologias introduzidas e ao seu impacto; aos elementos econômicos, como salário, incentivos, abonos, ou ainda a fatores ligados à saúde física, mental e à segurança e, em geral, ao bem-estar daqueles que trabalham. Segundo estes autores, podem estar relacionados também aos fatores psicológicos, como grau de criatividade, de autonomia, de flexibilidade de que os trabalhadores podem desfrutar, fatores como a quantidade de controle pessoal sobre o posto de trabalho ou a quantidade de poder que os trabalhadores podem exercitar sobre o ambiente que circulam a partir de seu posto de trabalho.

O docente precisa encontrar dentro do seu ambiente de trabalho, ou seja, sua instituição de ensino algo motivador, um ambiente organizado, com um bom relacionamento com seus superiores e encarregados, fornecendo a este profissional a autonomia necessária, tendo a responsabilidade sobre sua classe, para que consiga o domínio e qualidade de ensino esperada. Sendo um ambiente de trabalho tão bom para o indivíduo como para saúde econômica da organização, é necessário que haja uma valorização do trabalho.

Uma boa qualidade de vida no trabalho abrange diversos fatores, internos e externos, para um bom rendimento e para que os objetivos sejam alcançados de forma esperada e com sucesso dentro e fora da sala de aula.

Segundo Garcia, Oliveira e Barros (2008) nos últimos anos, entre 1980 e 2000, foram décadas marcadas por mudanças na economia, na organização produtiva brasileira e na organização do

trabalho, permitindo manter e/ou aumentar os níveis de produção com um número cada vez menor de trabalhadores. “Essas mudanças ocasionaram transformações no mercado de trabalho, que passou a necessitar de mão de obra cada vez mais especializada e a exigência de constante aperfeiçoamento técnico” (BORGES L., 2001).

As competências para o exercício da profissão estão cada vez mais sendo explicitadas diante das necessidades de formação dos alunos. Tendo em vista essa procura por qualidade e aumento nas exigências no momento da contratação, bom currículo, conhecimento e crescimento na produtividade, a qualidade de vida permanece em segundo plano.

De acordo com Lopes (2006), com a imposição de parâmetros de produtividade e a enorme diversidade de atividades, presentes nas exigências de investimento intelectual, como a pesquisa, relatórios científicos, artigos, livros, entre outros; e também as exigências de cunho burocrático como as reuniões de trabalho, a leitura de e-mails e a respectiva resposta a eles, o trabalho docente acaba sendo estendido para fora da sala de aula, aumento as horas de dedicação e consumo de tempo durante seus dias, limitando suas horas de lazer e bem estar.

Como nos explana Borsoi (2012), o trabalho do profissional docente permite ser realizado, em parte, fora do ambiente institucional; e, muitas vezes, extrapola os limites específicos da jornada regimental contratada; não possibilita visibilidade clara de seu produto; depende, em grande medida, de condições especiais para ser efetivado e que haja, por parte do professor, relativo controle sobre suas atividades, bem como sobre a entrada e saída da instituição. “O acúmulo de atividades e responsabilidades assumidas repercute na saúde desses trabalhadores podendo contribuir na produção de níveis variados de estresse, entre outros problemas psicossomáticos” (TAMAYO et. al., 2002).

Muitos docentes, além das aulas possuem empregos separados, são donos de empresas ou trabalham em outra instituição, possuem trabalhos domiciliares, possuem filhos ou familiares doentes, ou seja, apresentam diversas outras preocupações; com dupla jornada de trabalho ou até mesmo trabalham por três turnos em lugares diferentes, tudo isso somado acaba tomando uma dimensão muito grande, se não bem administradas podem acarretar em adoecimento do profissional.

Para Cunha (2009), dentre muitas doenças, encontramos a Síndrome de Burnout, a qual acomete principalmente os trabalhadores que lidam com o atendimento de pessoas durante sua profissão, caracterizando-se pela exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional. A exigência de se ter um profissional flexível, sem condições favoráveis, vivenciando

a tensão com alunos, correção de provas e trabalhos numa rotina repetitiva, resulta em desequilíbrio emocional.

Outra doença nesse grupo é a sobrecarga das cordas vocais, decorrente do extensivo trabalho diário, raramente realizado em ambientes sem ventilação e com uma quantidade excessiva de alunos, exigindo o aumento do tom de voz. Explica Servilha e Ruela (2008) que estes fatores contribuem para rouquidão, à fadiga vocal, ao ardor na garganta ao esforço ao falar, à dificuldade em projetar e manter a intensidade da voz, prejudicando o ensino-aprendizagem.

As dores musculoesqueléticas também estão presentes neste grupo, devido ao excesso de trabalho associado às situações psicossociais não favoráveis do trabalho que acarretam o agravamento e o surgimento de quadros algícos acometendo os braços, as pernas e a coluna, tornando-se um problema que compromete o desempenho dos professores, afastando-o de seu labor (CARDOSO et al., 2011).

Sendo assim, se faz de grande importância a atenção à saúde física e psicológica destes profissionais que lhe dão todos os dias com diferentes pessoas e culturas, ensinando em condições muitas vezes pouco favoráveis para o seu bem estar, a sobrecarga e estresse devem ser evitados para um maior proveito e andamento da classe.

Durante a pesquisa desta problemática, observou-se, embora de forma sutil, alguns autores que vem dando ênfase ao assunto, como o fator histórico, que com o passar dos anos vem se modificando. Maestro (2012) salienta que o docente vem percebendo as mudanças dentro das universidades, onde ter apenas um título maior não é o suficiente, é necessário estar atualizado e disposto a buscar por novos conhecimentos. Chiavento (1999) e França (1997) são dois autores que evidenciam a qualidade de vida dentro do ambiente de trabalho, onde o empregador precisa ter em mente o bem estar dos trabalhadores e o desenvolvimento de suas tarefas.

Muitos profissionais docentes, em busca de manterem-se no mercado de trabalho, buscam a inovação, preocupados em manter-se atualizado. Lopes (2006) explicita que é necessário um investimento intelectual e um investimento de tempo por parte do indivíduo. Embora no decorrer do ano, muitos professores acabem achando mais cômodo realizar algumas atividades em sua casa, não colocam em consideração os gastos que isso gera, como gasto de energia, material, desgaste emocional. Parece mais confortável corrigir em casa trabalhos, provas, rever atividades, conversar com aluno fora da sala de aula, porém ao realizar estas ações não param de trabalhar, ou seja, o docente está conectado ao seu trabalho em todo momento; seja pensando em como realizar a

próxima aula durante um final de semana ou dando uma nova matéria em sala de aula, esquecendo-se de ter um tempo com qualidade e lazer.

O avanço da tecnologia torna possível a realização de tais tarefas a qualquer momento; o que, por um lado parece bom e vantajoso. Porém, pensando em bem estar e qualidade de vida, o docente acaba se sobrecarregando sem perceber, pois ao mesmo tempo em que realiza a tarefa, acaba sendo cobrado nesse mesmo imediatismo por alunos e superiores.

Dentre várias doenças ligadas a este ambiente, neste estudo são citadas três consideradas mais evidentes. A doença de Burbnout, lembrada por Cunha (2009) como a ocasionada em indivíduos que trabalham com pessoas e grande estresse emocional durante o exercício de sua profissão, tendo que lidar com pressão de outros indivíduos; as doenças que envolvem as cordas vocais, citadas por Servilha e Ruela (2008), devido ao enorme esforço da voz, trazendo fatores negativos, sendo ela o principal ligação entre o aluno e professor, que, sem a voz, perde o desempenho em classe, a produtividade, prejudicando o emprego do profissional, gerando problemas com maior gravidade. Por fim, para Cardoso (2011), as doenças musculoesqueléticas também estão em foco na vida docente, muitas vezes decorrente ao esse excesso de tarefas, má postura na correção de trabalhos, tensões musculares, dores em braços, pernas e colunas; seja por ficar em pé, devido a jornadas extensas de trabalho ou a repetições de movimento.

Ainda há muito a se estudar e melhorar na vida docente para que se possa chegar a uma profissão com boa qualidade de vida, embora poucos parem para pensar nestes fatores colocados anteriormente, uma hora ou outra eles vão aparecer para aqueles que atualmente encontram-se sobrecarregados, seja por uma sobrecarga psicológica ou acúmulo de tarefas.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ligação do processo de ensino com a qualidade de vida dos docentes do ensino superior envolvem vários fatores, desde a interação entre aluno e professor, até aspectos relacionados ao ambiente de trabalho, remuneração e a sobrecarga extra sala de aula. Após a pesquisa de estudos para a elaboração deste artigo, pode-se observar que pouco se fala na qualidade de vida destes profissionais, embora haja a necessidade de mais atenção, pois estes são formadores de indivíduos, de opiniões e estão ligados constantemente com a vida de outras pessoas. Dessa forma, precisam estar bem consigo mesmos, mantendo-se organizados. Mesmo que a profissão de docente propicie

essa possibilidade de estar concluindo tarefas no conforto do lar, é preciso haver a administração do tempo para não tomar espaço das horas de lazer e cuidados pessoais. As instituições precisam dar a devida atenção a seus docentes, para que juntos possam atingir seus objetivos, prevenindo e não precisando afastar seus empregados para o tratamento de doenças ocasionadas pelo excesso de atividades e responsabilidades. A boa qualidade de vida do docente influencia no desempenho dos alunos, já que melhora o ensino; sendo um ponto positivo para a instituição. Por fim, todos estarão crescendo e confiantes nos alunos que estarão se formando.

REFERÊNCIAS

BORGES L.H. **Sociabilidade, sofrimento psíquico e lesões por esforços repetitivos entre caixas bancários**. São Paulo: Fundacentro, 2001.

BORSOI, I. C. F. Trabalho e produtivismo: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de Ensino Superior. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 15, n. 1, p. 81-100, 2012.

CARDOSO, J. P.; ARAUJO, T. M.; CARVALHO, F. M.; OLIVEIRA, N. F.; REIS, E. F. B. dos. Aspectos psicossociais do trabalho e dor músculo esquelética em professores. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 8, p.1498-1506. ago. 2011.

CIBORRA, C.; LANZARA, G. F. **Progettazione delle Tecnologie e Qualita del Lavoro**. Franco Angeli Editore, Milão. 1985.

CUNHA, K. W. V. **A produção científica no Brasil nos anos 2003 a 2008 sobre Síndrome de Burnout e docência**. 2009. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública), Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro. 2009.

FRANÇA, A.; LIMONGI, C. Qualidade de vida no trabalho: conceitos, abordagens, inovação e desafios nas empresas brasileiras, **Revista Brasileira de Medicina Psicossomática**. Rio de Janeiro, vol. 1, n.º 2, p. 79-83, abr/mai./jun. 1997.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 12. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra 1996.

GARCIA, A. L.; OLIVEIRA, A.; BARROS, E. Qualidade de vida de professores do ensino superior na área da saúde: Discurso e prática. **Cogitare Enferm**. Belo Horizonte. v. 13, n. 1, p.18-24, Jan/Mar 2008.

LOPES, M. C. R. “Universidade produtiva” e trabalho docente flexibilizado. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v.6 n.1, p. 35-48, 2006.

MASETTO, Marcos Tarciso. **Competência pedagógica do professor universitário**. 2. ed. São Paulo: Summus, 2012.

SERVILHA, E. A. M.; RUELA, I. de S. Riscos de Saúde e Voz dos Professores: Especificidades das Unidades da Rede Municipal de Ensino. **Revista CEFAC**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 109-114, jan./fev. 2008.

THE WHOQOL Group 1995. Health Organization The World quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Social Science and Medicine** p. 1403-1409.