



Percepção de Afetividade Negativa e da Qualidade de Vida no Trabalho de Docentes do Ensino Superior Brasileiro: Análise do Período Pandémico e Reflexões para o Futuro da Atividade Docente

Percepción de Afectividad Negativa y Calidad de Vida em el Trabajo entre Profesores de Educación Superior Brasileños: Análisis del Período de Pandemia y Reflexiones para el futuro de la Actividad Docente

Perception de l'Affectivité Négative et de la Qualité de vie au Travail chez les Enseignants Brésiliens de l'Enseignement Supérieur : Analyse de la Période Pandémique et Réflexions pour l'Avenir d'Activité Pédagogique

Perception of Negative Affectivity and Quality of Life at Work of Brazilian Higher Education Teachers: Analysis of the Pandemic Period and Reflections for the Future of Teaching Activity

Evelyn Schulz Pignatti e Catarina Silva



Edição electrónica

URL: <https://journals.openedition.org/laboreal/23430>

DOI: 10.4000/14fow

ISSN: 1646-5237

Editora

Universidade do Porto

Refêrencia eletrónica

Evelyn Schulz Pignatti e Catarina Silva, «Percepção de Afetividade Negativa e da Qualidade de Vida no Trabalho de Docentes do Ensino Superior Brasileiro: Análise do Período Pandémico e Reflexões para o Futuro da

Atividade Docente», *Laboreal* [Online], Vol.21 Nº1 | 2025, posto online no dia 30 julho 2025, consultado o 28 agosto 2025. URL: <http://journals.openedition.org/laboreal/23430> ; DOI: <https://doi.org/10.4000/14fow>

Este documento foi criado de forma automática no dia 28 de agosto de 2025.



Apenas o texto pode ser utilizado sob licença CC BY-NC 4.0. Outros elementos (ilustrações, anexos importados) são "Todos os direitos reservados", à exceção de indicação em contrário.

Percepção de Afetividade Negativa e da Qualidade de Vida no Trabalho de Docentes do Ensino Superior Brasileiro: Análise do Período Pandémico e Reflexões para o Futuro da Atividade Docente

Percepción de Afectividad Negativa y Calidad de Vida em el Trabajo entre Profesores de Educación Superior Brasileños: Análisis del Período de Pandemia y Reflexiones para el futuro de la Actividad Docente

Perception de l'Affectivité Négative et de la Qualité de vie au Travail chez les Enseignants Brésiliens de l'Enseignement Supérieur : Analyse de la Période Pandémique et Réflexions pour l'Avenir d'Activité Pédagogique

Perception of Negative Affectivity and Quality of Life at Work of Brazilian Higher Education Teachers: Analysis of the Pandemic Period and Reflections for the Future of Teaching Activity

Evelyn Schulz Pignatti e Catarina Silva

NOTA DO EDITOR

Manuscrito recebido em: 16/09/2024

Aceite após peritagem : 23/01/2025

1. Introdução

- 1 O sistema de ensino superior no Brasil é constituído pela coexistência de dois setores, público e privado, que dentre vários desafios enfrentados estão os cortes orçamentais que afetam a qualidade de ensino, a pesquisa e a infraestrutura, além das desigualdades regionais e sociais que dificultam o acesso e inclusão nas universidades. O financiamento do ensino superior é um dos principais fatores que afetam a qualidade e a sustentabilidade das instituições no Brasil, tanto as universidades públicas que em sua maioria dependem de recursos federais, quanto as privadas que dependem de financiamentos estudantis que embora ampliem o acesso não sustentam um planejamento financeiro estável. Além destes desafios, as políticas de formação continuada e apoio pedagógico para os docentes do ensino superior ainda são escassas e inconsistentes, e em muitos casos não acompanham as necessidades atuais de inovação e adaptação às tecnologias educacionais.
- 2 O último censo do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) em 2021, totalizou 2,574 universidades no Brasil, sendo que destas 313 são públicas e 2,261 privadas, e 358,825 professores universitários, o que configura uma estrutura notadamente privatizada convergente a um modelo económico neoliberal que tem diferido de acordo com a administração governamental (Diniz & Goergen, 2019).
- 3 A docência é uma profissão que apresenta o acareamento diário de conflitos inerentes à prática da procura pela excelência no ato de vivenciar, transmitir e buscar o conhecimento. A diversidade de funções do professor universitário entrelaçadas as atividades vinculadas ao ensino, pesquisa e extensão, somadas aos desafios pertinentes aos diversos relacionamentos interpessoais e significativo grau de envolvimento com pessoas que a profissão exige, alavanca as possibilidades e torna estes profissionais mais vulneráveis ao desencadeamento de sintomatologias relacionadas aos transtornos mentais. Os docentes são uma categoria extremamente exposta aos riscos psicossociais na sua prática de trabalho, estando os mesmos sujeitos a inúmeros estressores laborais. Com o advento da Pandemia COVID-19, os docentes do ensino superior foram uma das categorias profissionais que mais sofreram modificações na prática das atividades laborais, tornando essa mudança um obstáculo adicional junto a tantos outros prescritos, inerentes à profissão e ao momento vivido. Novas tecnologias acabam por impor exigências de natureza cognitiva que configuram em novos processos de trabalho e todos os problemas decorrentes deles, pois a singularidade de uma situação de trabalho é permeada pelas características do trabalhador e o meio social e tecnológico que lhe é oferecido (Abrahão, 2000). Contudo, essa transição não foi apenas uma resposta temporária, ela abriu novos horizontes para o futuro da educação. As plataformas de videoconferência, ambientes virtuais de aprendizagem e ferramentas colaborativas tornaram-se protagonistas no cenário educacional, possibilitando a construção de novos formatos de ensino híbrido e à distância. Em síntese, a pandemia não apenas transformou temporariamente a prática de ensino, mas também catalisou uma revolução educacional que abriu caminhos para novas modalidades de ensino mediada por tecnologias que continuará a influenciar a educação no que tange a conexão com as necessidades do mundo contemporâneo.

- 4 No Brasil, o contexto da pandemia resultou na suspensão de aulas presenciais, o que acarretou mudanças abruptas no processo de trabalho dos docentes, no qual foi exigido e cobrado domínios na utilização das ferramentas digitais e adequação da didática para a prática do ensino virtual, suscitando efeitos na saúde mental destes indivíduos. O trabalho remoto proporciona um maior risco de sobrecarga devido a sobreposição de atividades nas esferas trabalho e vida familiar, e pela inexistência de limites claros que separem estas interfaces (García-González et al., 2020).
- 5 Inerente ao ensino remoto está a necessidade de adoção por parte do docente de novas estratégias de ensino e preparação de material suplementar, ritmo acelerado e maior quantidade de horas de trabalho, fragmentação excessiva de tarefas e a percepção constante de ter que estar sempre disponível, condições estas que justificam a sobrecarga dos docentes e exacerbação dos obstáculos na conciliação dos aspectos da vida profissional, pessoal e familiar (Lizana & Vega-Fernández, 2021; Silva et al., 2021).
- 6 O uso da Tecnologia da Informação no contexto universitário tem gerado um amplo debate no que se refere a qualidade educacional, considerando os aspectos favoráveis a inclusão digital e ao desenvolvimento das competências digitais que o mercado de trabalho requer. Porém, a falta de infraestrutura das universidades, realidade social de desigualdade no Brasil e a falta de capacitação dos docentes e discentes para o uso adequado destas tecnologias tem gerado implicações negativas neste processo (Oliveira, et al., 2024).
- 7 Os docentes universitários foram impactados no que tange aos aspectos financeiros, afetivos e até motivacionais, resultantes de novas exigências na sua rotina social e laboral que emergiram dos desafios e mudanças decorrentes da pandemia COVID-19.
- 8 Um estudo de amplo espectro, sobre as sintomatologias mentais durante a pandemia COVID-19 realizado com 45,161 brasileiros, constatou alta prevalência destes sintomas, no qual 40,4% dos respondentes sentiam-se frequentemente deprimidos e 52,6% frequentemente ansiosos (Barros et al., 2020). Dados de uma revisão sistemática sobre a prevalência destes sintomas entre professores durante a pandemia COVID-19, a prevalência de stresse variou de 12,6% a 50,6%, seguido de ansiedade de 10% a 49,4% e depressão de 15,9% a 28,9% (Silva et al., 2021). Porém, apesar da variação dos estudos, a prevalência destes transtornos foi elevada, considerando que existe a sobreposição de sinais e sintomas e índices de comorbidade em comum destas sintomatologias, além da forte relação entre os estados emocionais negativos sob o ponto de vista clínico, conceitual e operacional o que justifica a necessidade de medidas de cuidado da saúde mental deste público docente (Ma et al., 2022). Portanto, o docente como agente que forma e transforma uma sociedade, necessita de cuidados com seu equilíbrio bio-psico-social-espiritual.
- 9 O conceito de bem-estar ocupacional é caracterizado pela experiência de emoções positivas e raras emoções negativas, e algumas categorias de fatores podem contribuir para este estado. Sendo estes: os fatores individuais (idade, sexo, experiência profissional e personalidade), fatores transicionais (percepção individual que dependerá das características individuais e ambientais) e fatores organizacionais (variáveis que descrevem o ambiente) (Hagenest et al., 2023).
- 10 A afetividade negativa está relacionada com distúrbios nos processos neurofisiológicos ligados a síntese e transporte da serotonina que geram a tendência individual de vivenciar de forma aversiva as experiências emocionais, como a raiva, tristeza

persistente, frustração, preocupação, infelicidade, culpa, medo e angústia. Facto é que, a afetividade negativa influencia a percepção de eventos stressores, e impacta de forma significativa os índices de depressão e ansiedade. Portanto, a estrutura conceitual geral da afetividade negativa envolve os três estados emocionais, ou seja, stresse, ansiedade e depressão (Lipp & Lipp, 2020).

- 11 Um trabalho sobre o impacto da afetividade negativa no processo de esgotamento do docente, demonstrou a importância do apoio social, inclusive dos gestores no sentido de amortecer e retardar o início das sensações de que os recursos emocionais estão esgotados e que não há mais energia para os enfrentamentos (Genoud & Waroux, 2021). Uma revisão sistemática de 98 estudos sobre o bem-estar de docentes, identificou dentre vários correlatos e preditores as relações sociais como um importante fator para o bem-estar e melhora da qualidade do ensino (Hascher & Waber, 2021). Emoções negativas podem mediar o impacto do *burnout* no bem-estar dos docentes, e esta importante mediação é moderada por níveis de apoio social referido, sugerindo a alta relevância do fornecimento de amparo adicional aos professores durante a pandemia COVID-19.
- 12 Neste sentido, a rotina árdua de trabalho do docente universitário e muitas vezes a falta de condição financeira que viabilize um acompanhamento profissional particular, somadas aos desafios frente ao período pandêmico vivido, podem ter exponenciado esta realidade de escassez de apoio e evidenciado a significativa parcela de professores que referiram a sintomatologia de afetividade negativa. Sendo assim, este é um aspeto a ser considerado no planeamento e distribuição de cargos e funções dos docentes, como também um incentivo aos gestores para implementarem práticas que promovam estratégias de facilitação, organização e otimização do tempo frente as atividades laborais exigidas. Salientar também o fato da pandemia COVID-19 ter proporcionado mudanças profundas nas metodologias educacionais, consolidando o ensino virtual como uma alternativa viável e transformadora que redefiniu a forma dos professores e estudantes interagirem com o conhecimento. O ensino virtual com seus recursos de flexibilidade não foi apenas uma resposta temporária, mas trouxe influências que ultrapassaram o contexto emergencial da pandemia e permitiram apontar para um futuro no qual o ensino híbrido apropria-se de marcante exibição na educação contemporânea.
- 13 Portanto, a carreira da docência no ensino superior traz consigo exigências peculiares que acabam por interferir de forma negativa e prejudicial na saúde do docente, acarretando riscos à saúde física e mental com reflexo na qualidade de vida no trabalho e na qualidade de vida do docente.
- 14 Este contexto de vulnerabilidade afeta não só a vida individual, mas também relacional do docente, dos estudantes e das universidades envolvidas. Torna-se crucial as organizações refletirem sobre o conceito de trabalho dentro de uma perspetiva do desenvolvimento humano, reconhecendo as mais variadas necessidades dos trabalhadores frente a uma realidade de grandes mudanças, competitividade e exigências. Neste sentido, a qualidade de vida no trabalho destaca-se como uma forma de pensamento que considera o bem-estar do trabalhador e a eficácia organizacional. Dentre as diversas formas de definir a qualidade de vida no trabalho, a maioria dos autores apresentam um ponto em comum, consideram este conceito como um instrumento que tem por objetivo propiciar uma maior humanização do trabalho, o aumento do bem-estar dos trabalhadores e uma maior participação destes nas decisões

e problemas pertinentes ao trabalho, além de tratar da percepção do indivíduo quanto aos pontos favoráveis e desfavoráveis que envolvem o contexto laboral (Limongi-França, 2011).

- 15 Pereira (2012), revelou na sua pesquisa que as características democráticas, carismáticas e focadas em pessoas, por parte da liderança, têm maiores possibilidades de influenciar a percepção positiva de QVT dos liderados quando comparado às lideranças autocráticas com foco em metas e tarefas.
- 16 Portanto, a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) pode ser analisada pela ergonomia a partir da perspectiva de promoção da saúde e bem-estar dos trabalhadores, apresentando significativa relevância social quando se propõe a atuar na melhoria dos contextos de trabalho, a partir do avançar no conhecimento da relação entre o trabalhador e seu contexto de trabalho (Ferreira, 2008).
- 17 Considerando a importância da QVT no sentido mais amplo e preventivo, destaca-se a ergonomia da atividade, no qual o olhar teórico e metodológico aplica-se à especificidade do ato de trabalhar de cada ser humano, independentemente do contexto.
- 18 Ferreira (2015) destaca os fatores estruturantes das representações de bem-estar e mal-estar no trabalho, no qual a vivência duradoura destes sentimentos constituem indicadores para a promoção de saúde ou riscos de adoecimento. Dentre estes fatores destacam-se: as condições físicas e ambientais de trabalho, aspectos relacionados à organização do trabalho, as relações socioprofissionais do trabalho, reconhecimento e desenvolvimento profissional, e elo entre trabalho e a vida social.
- 19 O objetivo deste estudo foi avaliar a influência dos fatores sociodemográficos, hábitos e estilo de vida e aspectos laborais na percepção da afetividade negativa e na Qualidade de Vida no Trabalho de docentes do Ensino Superior, além de averiguar a associação entre a afetividade negativa e a QVT destes professores.
- 20 Assim, considera-se que esta pesquisa contribuiu para a caracterização da população de docentes universitários no que se refere a alguns fatores de risco de ordem pessoal e laboral que influenciam a saúde mental e Qualidade de Vida no Trabalho, incluindo os possíveis fatores decorrentes do trabalho remoto e de todo contexto pandêmico da COVID 19, haja visto o período da coleta ter ocorrido nos meses de outubro à dezembro do ano 2021, de modo a identificar perspectivas capazes de intervirem na melhoria da saúde mental e da qualidade de vida no trabalho destes profissionais.

2. Procedimentos Metodológicos

- 21 Este estudo tem caráter observacional, descritivo e analítico sendo classificado como um estudo de corte transversal. A amostra apresentou-se com recorte instantâneo a partir da solicitação de informações a um grupo significativo de pessoas envolvidas com o problema apurado. Ressalta-se que esta pesquisa foi parte integrante de um projeto maior que investigou a caracterização da qualidade de vida no trabalho dos docentes universitários sob interfaces de análises e discussões com enfoques distintos.

2.1. Participantes

- 22 A população alvo foi compreendida pelos docentes de duas Instituições de Ensino Superior Públicas (uma federal e outra municipal) e seus respectivos campos universitários localizados na região centro-oeste do Brasil. Os critérios de inclusão e exclusão da amostra foram:
- **Critérios de inclusão:** docentes do ensino superior que exerciam a docência por mais de 06 meses e estavam atuantes na docência e dispostos a participarem voluntariamente da pesquisa.
 - **Critérios de exclusão:** docentes que estivessem fazendo uso de medicação controlada (psicotrópicos) de uso contínuo por período de 12 meses ou mais, e docentes afastados de suas atividades e/ou em estado de licença por qualquer motivo.

2.2. Instrumentos

- 23 Os instrumentos de recolha de dados foram a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) versão brasileira, o Quality of Working Life Questionnaire (QWLQ-bref), além do questionário de Caracterização sociodemográfico, de hábitos e estilo de vida e de aspectos laborais. O DASS-21 permite identificar e quantificar níveis de 3 sintomas psíquicos, ou seja, características das dimensões individuais para os sintomas da depressão, ansiedade e stresse. Além das pontuações de cada subescala, existe a utilização do score geral que fornece cortes de gravidade para as pontuações totais, ou seja, os transtornos de afetividade negativa em termos gerais (Lovibond & Lovibond, 1995). Portanto, este instrumento permite a análise de duas situações diferentes, ou seja, o rastreamento da afetividade negativa em conjunto (ansiedade, depressão e o estresse), opção elegida para as análises deste trabalho, e ao mesmo tempo possui a capacidade de distinção das três vertentes.
- 24 Já o Quality of Working Life Questionnaire (QWLQ-bref) é um instrumento que avalia a qualidade de vida no trabalho. Trata-se de uma versão abreviada do QWLQ-78, do qual foram selecionadas apenas 20 das 78 questões originais, formuladas para uma escala do tipo Likert e organizadas em quatro domínios: Físico/Saúde, Psicológico, Pessoal, Profissional e QVT Global. Com o objetivo de tornar mais prático e menor o tempo de aplicação, a versão abreviada deste questionário permite uma avaliação tão ampla e robusta da QVT quanto o instrumento original, pois foca-se nos aspectos essenciais e mais representativos das dimensões que compõem a QVT.
- 25 Ainda quanto aos instrumentos utilizados, o questionário de Caracterização sócio-demográfico, hábitos e estilo de vida e aspectos laborais foi elaborado pela pesquisadora, considerando dados relevantes a partir da literatura no que diz respeito aos aspectos individuais, sociais, demográficos, habituais e laborais que podem estar relacionados com os constructos de afetividade negativa e qualidade de vida no trabalho de docentes, sendo composto por 36 questões.

2.3. Procedimentos de Coleta

- 26 A recolha dos dados do estudo foi realizada de maneira virtual. Os questionários foram transportados para a plataforma on-line SurveyMonkey e encaminhado para os docentes via *e-mail*, bem como o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os

questionários com preenchimento incompleto foram eliminados. A coleta de dados para os docentes compreendeu o período entre os meses de outubro a dezembro 2021, o qual dos 508 links enviados aos docentes para duas universidades da região centro-oeste do Brasil obteve-se 180 respostas completas e 131 sujeitos enquadrados nos critérios de inclusão da amostra.

2.4. Procedimento de Análise dos Dados

- 27 Foram realizadas análises de estatística descritiva que permitiram caracterizar a amostra quanto aos aspectos sociodemográficos, hábitos e estilo de vida e aspectos laborais, além da prevalência de sintomas de afetividade negativa nesta população. Análises de regressões lineares simples e múltiplas que avaliaram o impacto das variáveis independentes nos *scores* da variável dependente de afetividade negativa. Após a identificação das variáveis que impactam significativamente ($p < 0,05$) as variáveis dependentes nas análises de regressões lineares simples, foram inseridas simultaneamente no modelo de regressão linear múltipla por meio do método “*foward*” que é baseado na entrada no modelo com base na correlação parcial das variáveis independentes significativas ($p < 0,05$). O método *forward* permite a avaliação da influência de cada variável no modelo por meio da verificação da mudança do R^2 (DR^2). Essa abordagem ajudou a controlar potenciais fatores de confusão, pois o modelo final incluía apenas as variáveis que mostraram influência independente, após o ajuste para outras variáveis no modelo, o que de certo modo minimizou o risco de interpretações enviesadas. Os pressupostos das análises de regressão linear foram avaliados por meio da autocorrelação das variáveis inseridas no modelo com valores do teste de Durbin-Watson entre 1,57 e 1,85 e a ausência de multicolinearidade dos preditores foram avaliados pelos valores de Fator de Inflação da Variância (VIF) e Tolerance com resultados iguais ou menores que 1,11 e 1,00, respectivamente.
- 28 Para as análises estatísticas da QVT preconizou-se a média, desvio padrão e coeficiente de variação de cada domínio do QWLQ-*bref* averiguado. Na sequência foram realizadas análises de regressões lineares simples e múltiplas avaliando o impacto das variáveis independentes relativas aos aspectos sociodemográficos, hábitos e estilo de vida e aspectos laborais na variável dependente da qualidade de vida no trabalho global. Neste estudo não foi realizada as análises de regressão linear de cada um dos domínios do instrumento QWLQ-*bref*, considerando que o escore final da QVT é uma medida que agrega e incorpora os demais domínios e simplifica e otimiza a análise dos dados e a interpretação dos resultados.
- 29 Após a identificação das variáveis que impactam significativamente ($p < 0,05$) a variável dependente nas análises de regressões lineares simples, foram inseridas simultaneamente no modelo de regressão linear múltipla por meio do método “*foward*” descrito acima. E por último foram preconizadas as análises de regressão linear simples, que permitiu avaliar a associação entre a percepção de afetividade negativa e a QVT dos docentes universitários.
- 30 Todo o processo de investigação obedeceu aos critérios estabelecidos pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil sendo encaminhado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa dos campos de coleta. No processo de consentimento os participantes foram esclarecidos sobre os possíveis riscos, benefícios, procedimentos a serem realizados, informações pertinentes à pesquisa, ressaltando a participação de

caráter voluntário e garantindo o anonimato em relação às informações fornecidas e identificação dos participantes.

3. Apresentação e Discussão dos Resultados

- 31 A idade média dos participantes foi de 41,11 anos [$\pm 8,05$], sendo que 49,62% apresentaram idade até 39 anos, e o restante 50,38%, estavam no grupo etário de 40 anos ou mais, sendo que do total dos professores avaliados 48,85% eram do sexo masculino e 51,15% do sexo feminino. Quanto ao estado civil, 59,23% referiram ter companheiro, e 40,77% não ter. No que se refere aos níveis de atividade física destes professores, 43,31% são classificados no nível atividade física insuficiente e 56,69% como ativos fisicamente.
- 32 Em referência a presença de doença aguda ou crônica, 35,11% dos docentes afirmaram não estarem nesta condição, em contrapartida 64,89% afirmaram. Quanto as horas de sono por noite, a maioria, ou seja, 68,70% referiram dormir em média de 6 a 8 horas e quanto a qualidade do sono 39,69% expuseram boa qualidade, contudo 55,72% qualidade do sono ruim e 4,58% distúrbio do sono.
- 33 Em relação ao número de períodos trabalhados, ou seja, matutino, vespertino e noturno, que não necessariamente corresponde a carga horária do professor, pois dependendo do curso as atividades ou disciplinas ministradas podem ser alocadas de forma fragmentada entre os 3 períodos, 93,13% dos professores referiram trabalhar até 2 períodos e 6,87% 3 períodos. Quanto à carga horária de trabalho na universidade 1,53% dos docentes trabalham até 20 horas semanais e 98,47% acima de 20 horas por semana. Já a carga horária de trabalho semanal total, somando a além da universidade 84,50% trabalham até 40 horas semanais e 15,50% mais de 40 horas por semana.
- 34 No que se refere ao teletrabalho, 5,34% não estão nesta modalidade, 35,12% estão trabalhando exclusivamente na forma remota e a maioria de 59,54% dos docentes estão em teletrabalho de forma parcial.
- 35 A preocupação com o desemprego atingiu 48,86% dos professores de forma moderada e 13,74% dos professores de forma extrema. Todos estes dados que caracterizam a amostragem estão elucidados na Tabela 1.

Tabela 1. Frequência e porcentagem válida das variáveis sociodemográficas, hábitos e estilo de vida e laborais

variáveis	frequência	porcentagem válida
Idade		
Até 20 anos	05	15,62
21 a 30 anos	05	15,62
31 a 40 anos	11	34,37
41 a 50 anos	03	9,37
51 a 60 anos	02	6,25
61 a 70 anos	11	34,37
Sexo		
Feminino	05	15,62
Masculino	05	15,62
Estado Civil		
Casado(a)	02	6,25
Divorciado(a)	11	34,37
Viúvo(a)	05	15,62
Solteiro(a)	08	25,00
Tempo de Trabalho		
Até 5 anos	10	31,25
6 a 10 anos	04	12,50
11 a 15 anos	04	12,50
16 a 20 anos	04	12,50
21 a 25 anos	04	12,50
26 a 30 anos	04	12,50
31 a 35 anos	04	12,50
36 a 40 anos	04	12,50
41 a 45 anos	04	12,50
46 a 50 anos	04	12,50
51 a 55 anos	04	12,50
56 a 60 anos	04	12,50
61 a 65 anos	04	12,50
66 a 70 anos	04	12,50
71 a 75 anos	04	12,50
76 a 80 anos	04	12,50
81 a 85 anos	04	12,50
86 a 90 anos	04	12,50
91 a 95 anos	04	12,50
96 a 100 anos	04	12,50
Tempo de Trabalho		
Até 5 anos	05	15,62
6 a 10 anos	05	15,62
11 a 15 anos	05	15,62
16 a 20 anos	05	15,62
21 a 25 anos	05	15,62
26 a 30 anos	05	15,62
31 a 35 anos	05	15,62
36 a 40 anos	05	15,62
41 a 45 anos	05	15,62
46 a 50 anos	05	15,62
51 a 55 anos	05	15,62
56 a 60 anos	05	15,62
61 a 65 anos	05	15,62
66 a 70 anos	05	15,62
71 a 75 anos	05	15,62
76 a 80 anos	05	15,62
81 a 85 anos	05	15,62
86 a 90 anos	05	15,62
91 a 95 anos	05	15,62
96 a 100 anos	05	15,62

- 36 Em se tratando das análises de prevalência das sintomatologias mentais em conjunto referidas pelos docentes, não existiu casos normais ou leves de afetividade negativa, sendo que a porcentagem de professores acometidos em níveis moderados foi de 57,25%, e níveis mais graves (grave e extremamente grave) foi de 42,75%. Portanto, facto é que todos estes docentes possuem uma percepção de sintomas mentais em níveis consideráveis.
- 37 Mesmo considerando que nos meses pelos quais foi realizada a coleta, o período inicial da pandemia marcado por maior tensão já havia passado e as vacinas de antemão estavam disponíveis, os dados confirmaram significativa prevalência destes sintomas mentais nestes professores.
- 38 Ao considerar as variáveis sociodemográficas destes docentes (idade, sexo, estado civil e presença de doenças crônicas ou agudas), nenhuma destas apresentou valores significativos nas análises de regressão linear simples. No que se refere as variáveis de hábitos e estilo de vida (nível de atividade física, qualidade do sono, tempo médio de sono por noite), a variável qualidade do sono apresentou influência estatisticamente significativa, no qual o coeficiente de regressão indicou que em média, os professores que relataram qualidade do sono ruim ($p=0,003$) e distúrbio do sono ($p=0,002$) repercutiu no aumento nos níveis de afetividade negativa geral quando comparado aos docentes que referiram ter boa qualidade do sono.
- 39 No tocante aos aspectos laborais, apresentaram influência estatisticamente significativa a dificuldade de adaptação aos horários de trabalho, no qual o coeficiente de regressão indicou que em média, os professores que relataram esta ser uma dificuldade quase sempre presente ($p=0,002$), repercutiu no aumento nos níveis de gravidade da afetividade negativa. Além desta, a variável satisfação dos docentes com os estudantes

($p=0,009$ e $p=0,006$), com os colegas de trabalho ($p=0,006$), e a variável percepção de que o trabalho exige energia demasiada e afeta a vida privada ($p=0,003$). Portanto os preditores para a regressão linear simples da sintomatologia de afetividade negativa foram em sua maioria de cunho laboral, exceto os preditores relacionados ao sono como já supracitado.

- 40 Outros estudos têm indicado resultados semelhantes aos obtidos na presente pesquisa. É o caso do estudo de Muniz et al. (2023), o qual confirmou que o maior consumo de energia exigido pelas atividades laborais e a dificuldade de adaptação aos horários de trabalho expuseram relação com a presença de sintomas de exaustão emocional, humor deprimido e respostas psicossomáticas, comprometendo assim o bem-estar e a prevalência de transtornos mentais dos professores universitários. Salientamos ainda, outras pesquisas (Lizana & Vega-Fernández, 2021; Ma et al, 2022) realizadas durante a pandemia COVID-19, as quais constataram que os professores tiveram aumento de suas horas de trabalho e referiram efeitos negativos no equilíbrio entre as horas dedicadas ao trabalho e família, intensificando assim o risco de desencadeamento e piora das desordens mentais.
- 41 Lizana e Vega-Fernández (2021) referem ainda que este desequilíbrio tem afetado a população de vários países e continentes, tornando-se fonte de stresse e esgotamento.
- 42 Todos os fatores supracitados podem ter contribuído para o aparecimento dos resultados desta pesquisa, nos quais os aspetos laborais mostraram-se mais expressivos frente as análises de predição realizadas. Importante ressaltar que 94,66% dos docentes avaliados nesta presente pesquisa encontravam-se em modelo de trabalho remoto, seja de forma parcial ou exclusiva. Portanto, a maioria dos professores encontravam-se em condições vulneráveis e expostos aos riscos inerentes a esta modalidade de trabalho.
- 43 As análises de regressão linear múltipla demonstraram existir uma influência significativa dos fatores avaliados na afetividade negativa ($F(2, 13)=10,61$, $p<0,001$; $R^2_{ajustado}=0,13$), no qual estão descritos na tabela 2. Conforme pode ser visto, a variável que mais fortemente impactou os níveis de afetividade negativa foi “Qualidade do sono”, explicando 9,70% do desfecho e a variável “Satisfação com estudantes” explicou 3,80% da variância desta sintomatologia.

Tabela 2. Regressão linear múltipla afetividade negativa geral

TABELA 2. REGRESSÃO LINEAR MÚLTIPLA AFETIVIDADE NEGATIVA GERAL.					
PREDITORES	COEFICIENTES PADRONIZADOS <i>BETA</i>	<i>t</i>	Sig.	<i>R</i> ²	<i>DR</i> ²
(Constant)	-	10,61	0	-	-
Qualidade do Sono	0,28	3,34	0,001	0,097	-
Satisfação com Estudante	-0,20	-2,39	0,018	0,129	0,038

- 44 O sono é uma necessidade biológica que exerce uma apreciável função na homeostasia do corpo, essencial para a saúde e o bem-estar do ser humano. As alterações do sono podem favorecer o desenvolvimento dos transtornos de humor, comprometer as

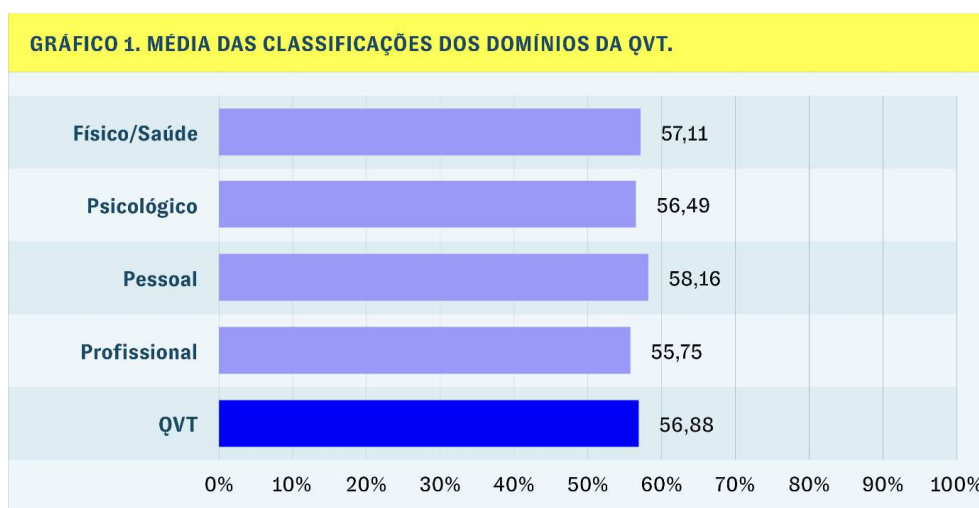
respostas imunológicas, além de causar alterações fisiológicas como fadiga, alteração na memória, cansaço, dificuldade de atenção e concentração.

- 45 As pesquisas mundiais que se propõem avaliar e discutir a qualidade do sono na população em geral exibem uma disparidade dos resultados, nos quais a frequência de acometimento varia de 7 a 45% dos indivíduos, dependendo do instrumento utilizado, meio de obtenção das informações e da população estudada. Outro dado relevante destes outros trabalhos condizem aos resultados identificados nesta pesquisa, ou seja, o modelo ajustado aponta associação entre os transtornos mentais nos indivíduos que apresentam dificuldades no sono (Barros et al., 2020; Barros et al., 2019; Muniz et al. 2023).
- 46 A má qualidade do sono quando enquadrada numa condição sustentada, é fator de risco para os distúrbios de afetividade negativa. As evidências biológicas justificam uma relação mútua entre o sistema serotoninérgico que desempenha papel fundamental na regulação de funções do sono e do afeto.
- 47 Portanto, os resultados detectados nesta pesquisa relativos ao forte fator determinante do sono dos docentes universitários acrescidos dos aspectos supracitados em relação aos sintomas de afetividade negativa, confirmam a relevância do professor dormir bem, no sentido de tornar-se mais preparado mentalmente para o enfrentamento dos desafios do ensino superior, além de impulsionar as possibilidades de cultivo de um relacionamento positivo e produtivo com seus alunos, promovendo um ambiente de aprendizagem mais acolhedor e eficaz.
- 48 Quanto aos fatores determinantes laborais, constata-se na literatura que os problemas psicológicos dos professores durante a pandemia COVID-19 estão negativamente associados à Satisfação no trabalho (Ma et al., 2022). O papel da colaboração entre os docentes acaba por gerar maiores níveis de satisfação com o trabalho e contribui para o sentimento de menor exaustão emocional (Hagenest et al., 2023). O apoio social no ambiente laboral inclui uma comunicação de qualidade, prática de prestação de cuidados, relações de confiança e respeito. Compreender a correlação positiva entre o apoio social dos colaboradores e a satisfação no trabalho, contribui para uma resposta subjetiva e emocional de bem-estar dos trabalhadores, maior comprometimento e participação.
- 49 O bem-estar ocupacional está associado a motivação e aumento do desempenho dos alunos, e a boa qualidade da relação entre o professor e aluno (Hagenest et al., 2023). Todos estes aspectos estiveram em desvantagem em resultado das dificuldades impostas pelo ensino remoto neste período, o que pode ter contribuído para os resultados detectados nestes docentes.
- 50 A satisfação no trabalho e a maior capacidade de trabalho num contexto de menor ansiedade e stresse, estão diretamente relacionados às oportunidades do trabalhador encontrar significado na sua atividade laboral e às atitudes positivas para enfrentar desafios.
- 51 Nos índices e percentuais relacionados a prevalência de percepção da QVT obtidos através do QWLQ-bref de cada domínio avaliado, constatou-se que o domínio Pessoal esteve com a maior média de 3,33 [$\pm 0,56$], porém na sequência esteve o domínio de Físico/Saúde 3,28 [$\pm 0,52$], domínio Psicológico com média de 3,26 [$\pm 0,60$], e a média do índice mais baixo foi do domínio Profissional 3,23 [$\pm 0,54$], enquanto a QVT Global apresentou média de 3,28 [$\pm 0,50$] conforme dados na Tabela 3.

Tabela 3. Descritiva dos índices dos domínios da QVT

TABELA 3. DESCRITIVA DOS ÍNDICES DOS DOMÍNIOS DA QVT.		
DOMÍNIO	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
Físico/Saúde	3,28	0,52
Psicológico	3,26	0,60
Pessoal	3,33	0,56
Profissional	3,23	0,54
QVT Global	3,28	0,50

- 52 O Gráfico 1 apresenta os resultados relacionados a escala de classificação dos domínios da QVT, no qual todos os domínios obtiveram índices satisfatórios, porém próximos da margem da classificação do resultado neutro.

Gráfico 1. Média das classificações dos domínios da QVT

- 53 Dentre todos os domínios da QVT averiguados, o índice do Pessoal foi o mais satisfatório (58,16), ou seja, domínio este que considera os aspectos familiares, crenças pessoais e religiosas e aspectos culturais que influenciaram o trabalho destes docentes de forma mais positiva frente aos demais domínios. Já os maiores níveis de insatisfação da QVT referidos por estes profissionais estiveram vinculadas as questões que abordam os aspectos organizacionais, relativos ao índice do domínio Profissional (55,75), que considera fatores relacionados a liberdade, participação, responsabilidade, igualdade de tratamento, orgulho pela organização, treinamentos, variedade de tarefas, espírito de camaradagem e satisfação com o trabalho. Interessante notar que, o domínio Psicológico associado aos aspectos de satisfação pessoal, motivação no trabalho e autoestima dos trabalhadores, só não foi o mais insatisfatório devido a menor média do domínio Profissional.

- 54 Nas análises de regressão linear simples dos preditores sociodemográficos da QVT referidas pelos docentes universitários, o sexo foi o único que apresentou valores significativos ($p=0,030$), no qual o coeficiente de regressão indicou que em média o sexo masculino repercutiu no aumento do *score* da QVT Global. As mulheres frequentemente enfrentam uma maior sobrecarga devido à expectativa de equilibrar as atividades e compromissos laborais com uma série de outras responsabilidades e cuidados à família, o que de certa forma reflete a desigualdade de gênero que ainda persiste em muitos países como no Brasil, e justifica os índices inferiores de QVT Global nesta categoria que dependem e relacionam-se aos aspetos mensurados na qualidade de vida.
- 55 No que se refere às variáveis de hábitos e estilo de vida, a variável destacada foi a qualidade do sono, ou seja, os docentes que referiram ter classificação do sono ruim e distúrbio do sono, apresentaram respectivamente valores significativos ($p<0,001$ e $p=0,003$) na atribuição de menores *scores* de QVT Global.
- 56 Sanchez et al. (2019), afirmam que a QVT também sofre impacto dos aspetos relacionados à saúde, e que a prática de atividade física melhora os índices de QVT e a qualidade do sono, enquanto a má qualidade do sono, sedentarismo, poucas atividades de lazer tendem a piorar a QVT dos professores universitários de diversas áreas. Neste sentido a qualidade do sono apresentou-se como a variável que mais impactou a QVT Global, responsabilizando-se por 16,00% do desfecho das análises.
- 57 Quanto aos aspectos laborais, predominaram como fatores preditivos na regressão linear simples, o número de períodos trabalhados pelo professor, ou seja, aqueles que referiram trabalhar 3 períodos apresentaram valores significativos ($p=0,004$) no aumento do *score* da QVT Global. Considerando a carga horária, os docentes que referiram trabalhar mais de 20 horas na universidade apresentaram respectivamente influência estatisticamente significativa na diminuição da QVT Global ($p=0,004$), e os que referiram ter uma jornada laboral semanal de 40 horas ou mais, independentemente das atividades exercidas, apresentaram influência estatisticamente significativa no aumento da QVT Global ($p=0,007$). Portanto, neste caso ter uma maior carga horária de trabalho semanal coincidiu com melhores índices de QVT, porventura justificado pela incerteza laboral do momento vivido, no qual a segurança de um retorno salarial mais elevado ao término do mês acrescentaria as possibilidades de satisfação por parte do trabalhador, além de promover o aumento da diversidade de funções e dos cenários de atuações do docente, o que de certa forma pode ter sido um fator motivador e impulsionador de agrado e realização destes profissionais.
- 58 Dificuldades relacionadas à atividade laboral dos docentes apresentaram valores significativos na predição da regressão linear simples, no sentido de diminuição do *score* da QVT Global, sendo estas: dificuldade de relacionamento com chefia frequente ($p=0,001$) e dificuldade de relacionamento com a equipe de trabalho frequente ($p=0,004$). Quanto aos níveis de satisfação nos relacionamentos, os resultados também mostraram significância estatística em relação a QVT Global, ou seja, maiores níveis de satisfação nos relacionamentos com estudantes ($p=0,003$), com colegas de trabalho ($p<0,001$) e com superiores imediatos ($p=0,014$), sendo que maiores níveis de satisfação destes relacionamentos elucidaram um aumento no *score* da QVT Global destes docentes. Outras variáveis relacionadas aos aspectos psicossociais como o fato de o trabalho exigir energia demasiada ($p=0,003$ e $p=0,013$) e tempo ($p=0,006$) ao ponto de comprometer a vida privada, além da família referir que o docente trabalha muito ($p=0,007$ e $p=0,012$), evidenciaram influência nos resultados estatisticamente

significantes na redução dos *scores* da QVT Global. E por último, aqueles professores que expuseram preocupação com desemprego de forma moderada, apresentaram resultados também estatisticamente significante ($p=0,007$) na redução da QVT Global.

- 59 Constata-se que ainda são escassos os estudos sobre QVT no ambiente universitário, e constantes são as mudanças no perfil da carreira acadêmica outrora considerada como segura, sinónimo de êxito profissional, sucesso e autonomia. No entanto, a real situação demonstra-se drasticamente alterada. O destaque frente à temática relaciona-se com as transformações aceleradas e novas exigências que impactam a qualidade de vida das pessoas. O comprometimento nos aspetos relacionados à segurança no trabalho ou estabilidade laboral condiz com os níveis de satisfação no trabalho e comprometimento organizacional, facto este detetado quando a preocupação com o desemprego corroborou com menores índices de QVT Global nestes docentes universitários.
- 60 Ao considerar as análises de regressão linear múltipla dos preditores sociodemográficos, hábitos e estilo de vida e aspectos laborais na QVT, os resultados elucidaram uma influência significativa das variáveis avaliadas na QVT Global conforme pode ser visto na tabela 4, explicando 43% da variação do *score* ($F(7, 12)=13,93, p<0,001; R^2_{\text{ajustado}}=0,43$). A variável que mostrou maior impacto foi a qualidade do sono que explicou 16,00% do desfecho, seguida da variável dificuldade de relacionamento com a chefia que explicou 10,30% da variabilidade dos dados da QVT Global, e as demais variáveis significativas no modelo, porém com menor influência foram: dificuldade de relacionamento com a chefia, excesso de energia gasto no trabalho, carga horária total de trabalho, carga horária acima de 20 h como docente, satisfação nos relacionamentos com colegas de trabalho e número de períodos trabalhados.

Tabela 4. Regressão linear múltipla dos preditores sociodemográficos, hábito e estilo de vida e aspectos laborais frente a QVT Global

TABELA 4. REGRESSÃO LINEAR MÚLTIPLA DOS PREDITORES SOCIODEMOGRÁFICOS, HÁBITO E ESTILO DE VIDA E ASPECTOS LABORAIS FRENTE A QVT GLOBAL.					
PREDITORES	COEFICIENTES PADRONIZADOS <i>BETA</i>	<i>t</i>	Sig.	<i>R</i> ²	ΔR^2
(Constant)	-	6,83	<0,001	-	-
Qualidade do sono	-0,31	-4,22	<0,001	0,160	-
Dificuldade de relacionamento com chefia	-0,24	-3,35	0,001	0,258	0,103
Trabalho exige energia e afeta vida privada	-0,25	-3,52	0,001	0,314	0,061
Carga horária	0,15	1,99	0,049	0,357	0,047
Carga horária docente universitária	-0,18	-2,53	0,013	0,388	0,035
Satisfação colegas de trabalho	0,18	2,50	0,014	0,414	0,030
Período de trabalho	0,15	2,06	0,042	0,430	0,020

- 61 Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho são conceitos vinculados, pois fatores externos ao contexto de trabalho como a vida pessoal, saúde, lazer, estado emocional e fatores internos ao contexto laboral como as relações interpessoais no ambiente de trabalho, reconhecimento, valorização e remuneração influenciam e agregam variáveis que podem colaborar com o bem-estar, segurança e satisfação dos indivíduos em relação ao contexto e atividade de trabalho. Estes aspetos descritos acima corroboram os resultados detetados, no sentido de os fatores psicossociais do trabalho exigirem demasiadamente tempo e energia, além da família referir que o docente trabalha demais, tendo sido significativos na diminuição dos índices de QVT Global destes professores.
- 62 Considerando a variável carga horária, trabalhar mais de 20 horas na universidade agregou influência na redução da QVT Global destes docentes, porém trabalhar em outros lugares além da universidade mais de 40 horas semanais contribuiu com maiores índices de QVT Global nestes docentes. Trabalhar em ambientes diferentes pode favorecer uma dinâmica diversificada das atividades laborais, propiciando uma melhor satisfação no trabalho e maior inclusão social.
- 63 A carga de trabalho elevada de muitos professores universitários que trabalham por 3 períodos e/ou acumulam maior quantidade de horas semanais trabalhadas, pode acarretar uma sensação de segurança laboral e financeira, aliada ao acúmulo de vínculos laborais que contribuí para que esses profissionais se sintam mais protegidos diante das incertezas do mercado de trabalho. Essa diversificação diminuí a dependência de uma única instituição, além de mitigar o risco de desemprego, ampliar as redes de contato e criar novas oportunidades para o desenvolvimento de suas habilidades
- 64 Para o trabalho ser significativo deve ser realizado num ambiente que promova o desenvolvimento de relacionamentos profissionais positivos. Portanto, postula-se que o significado do trabalho, bem-estar psicológico, sofrimento psicológico, stresse laboral, presenteísmo, comprometimento organizacional, comprometimento com o trabalho e equilíbrio vida-trabalho são indicadores importantes na QVT.
- 65 Um estudo realizado com professores de escolas no Brasil, identificou as relações sociais de trabalho como um fator psicossocial de risco muito relevante, no qual 23,6% dos professores referiram baixo reconhecimento e valorização por parte da chefia, 21,3% referiram sentirem-se explorados pelo trabalho e 12,4% referiram terem a sua opinião desconsiderada para o funcionamento do departamento (Sousa & Barros, 2017).
- 66 Quanto as análises de predição das sintomatologias referidas em conjunto na presente pesquisa, revelou-se que a variável independente afetividade negativa apresentou uma associação estatisticamente significativa com a variável dependente QVT Global, no qual o coeficiente não associado foi de -0,003 ($t=-5,52$, $p<0,001$), indicando que para cada aumento de uma unidade no score de afetividade negativa prevê-se uma diminuição de 0,003 unidades na QVT Global. A QVT indica o nível de qualidade da experiência humana no ambiente de trabalho, como discutido previamente, depende da harmonia entre os aspetos do trabalho e da vida. Relaciona-se com a busca de satisfação e bem-estar físico, psicológico, social e profissional, no sentido de corresponder a um maior número de necessidades a partir dos resultados das análises individuais que cada trabalhador realiza, proveniente da percepção da realidade frente aos seus desejos, esperanças e expectativas (Cheremeta et al, 2011).

- 67 O estado emocional exerce fortes influências na QVT, o que corrobora com os dados constatados neste trabalho quanto a presença de sintomatologia mental dos professores relacionar-se aos piores índices de QVT. Essas diferenças individuais afetam as percepções de vários aspectos do trabalho e influenciam o sentido do trabalho, favorecendo ou não a saúde e bem-estar do trabalhador e relacionamentos positivos que interferem sobre o entendimento e importância a respeito da atividade laboral realizada. Portanto, a alta prevalência de professores acometidos em níveis mais graves das sintomatologias mentais, de certa forma contribuíram para os resultados da QVT em todos os domínios avaliados, que apesar de classificados com índices satisfatórios estiveram próximos dos índices de neutralidade.
- 68 Uma revisão narrativa sobre a QVT no Brasil, identificou ser esta uma temática ainda muito incipiente, e que todos estudos, como este, apresentaram corte transversal, sendo a maioria quantitativos e em ambiente público (Pilatti et al, 2023). A escassez de trabalhos vinculados à temática QVT torna-se ainda mais evidente ao considerar o cenário peculiar da pandemia COVID-19, em que as mudanças organizacionais no trabalho dos docentes foram cruciais e emergenciais, suscetibilizando o desencadeamento dos transtornos mentais entre os professores.
- 69 As pesquisas sobre o sofrimento e bem-estar psicológicos são relevantes em estudos de QVT, nos quais a presença de sintomatologias mentais repercutem na QVT em relação as exigências físicas, cognitivas e/ou afetivas no trabalho. Corroborando aos resultados detetados quanto à influência das sintomatologias nos índices de satisfação da QVT dos docentes avaliados, um estudo apresentou correlação entre QVT e *burnout*, isto é, os melhores índices de QVT estiveram relacionados a menores *scores* na exaustão emocional e despersonalização e maiores *scores* de realização profissional (Borges et al, 2023).
- 70 Na busca de um maior entendimento da relação entre o trabalho intelectual e déficit da QVT relacionada ao sofrimento psíquico, uma pesquisa realizada numa instituição pública de ensino superior, detetou que um terço dos professores apresentaram algum problema de saúde após o ingresso na universidade, relacionados a fatores de organização e condições de trabalho (Junior, 2010). Este dado adequa-se aos resultados identificados na presente pesquisa quanto a alta prevalência de sintomas referidos de afetividade negativa entre os docentes universitários avaliados.
- 71 Para muitos casos é evidente a necessidade de uma abordagem complementar, atenta aos efeitos concretos do trabalho na saúde e bem-estar nem sempre visíveis, mas que reflitam uma análise integradora da perspectiva do trabalhador, na busca da anulação da discrição e do silêncio dos aspectos envolvidos nas relações sociais de trabalho, que podem ser fundamentais para uma maior percepção de realização profissional.
- 72 Nesta perspectiva, uma abordagem dirigida ao bem-estar facilita clarificar os efeitos subjetivos menos visíveis do trabalho na saúde, ou seja, permite dar maior visibilidade aos pequenos problemas de caráter psicossocial como o medo, a angústia, irritabilidade ou apatia. Avaliar e caracterizar os efeitos negativos do trabalho na saúde, que muitas não retratam uma patologia, porém perturbam o bem-estar, podem inferir na melhora da qualidade de vida do trabalhador.
- 73 Compreender o ambiente laboral universitário como um espaço de sofrimento psíquico e preditor no desencadeamento de transtornos mentais e até mesmo de alienação parece contraditório, incompatível e paradoxal ao sentido e propósito da universidade

como um espaço de equilíbrio, envolvimento, orientação, discussão e difusão do conhecimento a favor da pesquisa, ensino e extensão, além de um espaço de produção e difusão de saúde mental (Junior, 2010). No estudo de Boas e Morin, (2016), ao avaliarem a QVT de docentes universitários, foram detetadas correlações negativas entre carga emocional e todas as características do trabalho, elucidando claramente que os aspectos emocionais são fatores consistentes na determinação de QVT.

- 74 O comprometimento dos funcionários deve ser considerado como fator mediador parcial e significativo na relação entre QVT e desempenho organizacional. Melhores índices de QVT são a chave para atrair e reter funcionários qualificados e motivados, e melhor qualidade na prestação de serviços. A QVT ajuda a gerir melhor estados de mudanças e transição. Melhores índices de QVT corresponde ao facto de existir recetividade às necessidades fisiológicas e socioemocionais dos funcionários de forma holística ou global, permitindo assim a potencialização e maior estímulo aos melhores índices de satisfação no trabalho, produtividade e eficiência organizacional.
- 75 Diante da diversidade dos fatores que acometem a QVT, ressalta-se a importância da centralidade da questão estar no foco preventivo e não apenas nos aspetos assistencialistas, no qual a instituição deve considerar o protagonismo direcionado ao trabalhador, e não tratá-lo como uma simples variável de ajuste (Ferreira, 2008; Ferreira, 2015a; Ferreira 2015b). Importante ressaltar a dimensão humana e considerar o valor do amparo psicológico vinculado as percepções dos índices de satisfação referidos pelos trabalhadores.
- 76 Com o advento da Pandemia COVID-19, novos fatores surgiram como fonte de análise do contexto QVT, desde dificuldades financeiras, *home office*, isolamento social, mudanças na rotina diária, sobreposição da vida pessoal e profissional e novos ambientes de trabalho. A pandemia COVID-19 trouxe desafios sem precedentes para a saúde mental e QVT dos docentes universitários, exigindo rápida adaptação às novas metodologias e tecnologias de ensino, que na era pós-pandemia tornou-se crucial reconhecer e abordar estas experiências vivenciadas para a promoção de um ambiente de trabalho mais saudável e para o favorecimento do bem-estar destes professores.

4. Conclusão

- 77 Na realidade, as condições de trabalho são vividas por cada um de forma diferente, e os seus efeitos dependem não só da atividade profissional e do contexto de trabalho, mas também da percepção que cada um pode ter em função das suas especificidades físicas, psicológicas e sociais.
- 78 Os resultados apontaram uma realidade na qual foi significativo o número de professores do ensino superior com percepções de sintomas de afetividade negativa, nos quais exceto a influência da qualidade do sono, os fatores laborais destacaram-se entre os elementos de predição para o sintoma mental referido. Relativamente aos resultados da QVT para esta amostragem, o domínio com índice mais baixo foi o profissional relacionado as questões de ordem organizacionais. Quanto aos fatores de predição da QVT, também teve destaque a qualidade do sono, o sexo feminino, questões de dificuldade e satisfação nos relacionamentos no trabalho, aspectos relacionados a carga horária e número de períodos trabalhados, preocupação com desemprego, além de

fatores pertinentes ao excesso de exigências que acabam por consumir a energia e o tempo destes docentes.

- 79 A era pós pandêmica é marcada pelo uso das Tecnologias da Informação no cotidiano do docente universitário, pois diversas atividades que antes dependiam de interação presencial foram substituídas. No entanto, para que este novo modelo se torne sustentável e eficaz, é fundamental o investimento na formação continuada do professor no sentido de fortalecer as competências tecnológicas para uma melhor integração estratégica entre estes recursos e o processo educacional, como uma oportunidade de modernização, flexibilidade, acessibilidade e conexão às demandas do mundo contemporâneo.
- 80 A implementação de programas de QVT por parte dos gestores faz-se necessária, considerando todos os desafios estruturais, políticos e educacionais, além dos efeitos da era da docência online. Para tanto, torna-se fundamental o apoio e incentivo das políticas institucionais na promoção da QVT destes docentes.
- 81 Conclui-se que existe uma necessidade emergente de gerar planos de formação de professores mais bem estruturados, com incentivo as iniciativas de apoio, seja a partir do colegiado ou chefia, pois dados confirmam que esta prática viabiliza a redução de sintomas desfavoráveis a saúde mental. Reconhecer o poder do apoio, estimular as relações de confiança e a prática da colaboração construtiva. Investir em programas de desenvolvimento pessoal e melhora das competências e treinamento das habilidades de regulação emocional podem contribuir para a prevenção dos transtornos mentais dos professores. Práticas inclusivas de reconhecimento e adaptação das necessidades, apoio psicológico e validação de experiências.
- 82 Portanto, torna-se necessário o prosseguimento das análises em trabalhos futuros, para assim favorecer a implementação das intervenções preventivas e estratégias de ação para uma prática de exercício da docência pautada e subsidiada a um estado de saúde mental e emocional de maior qualidade. Embora o método de análise dos dados desta pesquisa tenha minimizado as possibilidades de interpretações errôneas, existem limitações inerentes à maioria dos estudos observacionais como a presença de variáveis intervenientes não incluídas ou controladas no modelo. Apesar de outras limitações impostas, como a escassez de dados relacionados a saúde mental destes docentes no período pré-pandêmico e o número pequeno da amostra, os resultados apuraram a presença significativa de sintomas de transtornos mentais e dificuldades enfrentadas pelos docentes durante esta fase, de tantas mudanças abruptas decorrentes da pandemia COVID-19.

BIBLIOGRAFIA

Abrahão, J. (2000). Reestruturação Produtiva e Variabilidade do Trabalho: Uma Abordagem da Ergonomia. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 16(1), 049-054. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722000000100007>

- Barros, M., Lima, M., Ceolim, M. F., Zancanella, E., & Cardoso, T. (2019). Quality of sleep, health and well-being in a population-based study. *Revista de Saúde Pública*, 53, 82-93. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001067>
- Barros, M., Lima, M., Malta, D., Szwarcwald, C., Azevedo, R., Romero, D., Souza Júnior, P., Azevedo, L., Machado, Í., Damacena, G., Gomes, C., Werneck, A., Silva, D., Pina, M., & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia E Serviços de Saúde*, 29(4), e2020427-e2020438. <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>
- Boas, A., & Morin, E. (2016). Sentido do Trabalho e Fatores de Qualidade de Vida no Trabalho: A Percepção de Professores Brasileiros e Canadenses. *Revista Alcance*, 23(3), 272-292. <https://doi.org/alcance.v23n3.p272-292>
- Borges, M., Nunes, V., Pires, M., Lima, B., Hipólito, U., & Almeida, M. (2023). Qualidade de vida no trabalho e Burnout em trabalhadores da estratégia saúde da família. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 44, 126-138. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20220279.pt>
- Cheremeta, M., Pedroso, B., Pilatti, L., & Kovaleski, J. (2011). Construção da versão abreviada do QWLQ-78: um instrumento de avaliação da qualidade de vida no trabalho. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, 3,1, 1-15. <https://doi.org/10.3895/S2175-08582011000100001>
- Diniz, R.V., & Goergen, P.L. (2019). Educação Superior no Brasil: panorama da contemporaneidade. *Avaliação*, 24(03), 573-593. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-40772019000300002>
- Ferreira, L. (2015). Sobre a Análise Ergonômica do Trabalho ou AET. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 40(131), 8-11. <http://dx.doi.org/10.1590/0303-7657ED0213115>
- Ferreira, M. (2008). A ergonomia da atividade se interessa pela qualidade de vida no trabalho? Reflexões empíricas e teóricas. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 11(1), 83-89. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpst/v11n1/a07v11n1.pdf>
- Ferreira, M. (2015a). Qualidade de Vida do Trabalho (QVT): do Assistencialismo à Promoção Efetiva. *Laboreal*, 11(2), 28-35. <https://dx.doi.org/10.15667/laboreallxo215mcf>
- Ferreira, M. (2015b). Ergonomia da Atividade aplicada à Qualidade de Vida do Trabalho: lugar, importância e contribuição da análise ergonômica do trabalho (AET). *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 40(131), 18-29. <https://doi.org/10.1590/0303-7657000074413>
- García-González M., Torrano, F., & García-González, G. (2020). Analysis of Stress Factors for Female Professors at Online Universities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(8), 2958-2970. <https://doi.org/10.3390/ijerph17082958>
- Genoud, P., & Waroux, E. (2021). The Impact of Negative Affectivity on Teacher Burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 24, 13124-13136. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413124>
- Hagenest, T., Meyer, J., Carstensen B., Weber, K., Jansen T., Meyer, J., Koller, O., & Klusmann, U. (2023). Teachers' emotional exhaustion and job satisfaction: How much does the school context matter? *Teaching and Teacher Education*, 136, 104360-104360. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2023.104360>
- Hascher, T., & Waber, J. (2021). Teacher well-being: A systematic review of the research literature from the year 2000–2019. *Educational Research Review*, 34, 100411-100435. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411>

- Junior, O. (2010). Sofrimento psíquico e trabalho intelectual. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 13, 1, 133-148. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v13i1p133-148>
- Lipp, M., & Lipp, L. (2020). Stress e Transtornos Mentais Durante a Pandemia da COVID-19 no Brasil. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, 40, 180-191.
- Lizana, P. A., & Vega-Fernandez, G. (2021). Teacher Teleworking during the COVID-19 Pandemic: Association between Work Hours, Work-Family Balance and Quality of Life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7566. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147566>
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: comparisson of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behavior Research and Therapy*, 33, 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u).
- Ma, K., Liang, L., Chutiyami, M., Nicoll, S., Khaerudin, T., & Van Ha, X. (2022). COVID-19 pandemic-related anxiety, stress, and depression among teachers: A systematic review and meta-analysis. *Work*, 73, 1-25. <https://doi.org/10.3233/wor-220062>
- Muniz, C., Carvalho N., Freitas, A., Patrão, A., Araújo, T., & Pinho, P. (2023). Como ficou a saúde mental de docentes universitários durante a pandemia da Covid-19? *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 23, e12145-e12156. <https://doi.org/10.25248/REAS.e12145.2023>
- Oliveira, J., Esteves, T., Silva, F., Toledo, M., Azevedo, S., & Morais, S. (2024). Usos das Tecnologias da Informação e Comunicação no Ensino Superior durante a Pandemia da COVID-19. *Educação em Revista*, 40, 45465-45481. <http://doi.org/10.1590/0102-469845465>
- Pereira, A. (2012). *Liderança e qualidade de vida no trabalho: um estudo sobre a percepção de colaboradores em organizações empresariais* [Dissertação de Mestrado, Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino].
- Pilatti, L., Santos, C., Lievore, C., & Picinin, C. (2023). Qualidade de vida no trabalho (QVT) no Brasil: revisão narrativa. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, 15, e16376-16405. <https://dx.doi.org/10.3895/rbqv.v14.16376>
- Sanchez, H. M., Sanchez, E. G. M., Barbosa, M. A., Guimarães, E. G., & Porto, C. C. (2019). Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 4111-4123.
- Limongi-França, A. C. (2011). Qualidade de vida no trabalho: abordagens e fundamentos, mais uma brilhante iniciativa dos professores Anderson de Souza Sant'Anna e Zélia Miranda Kilimnik. *Qualidade de vida no trabalho: abordagens e fundamentos*. Elsevier.
- Silva, T., & Macedo, V. (2021). Desenvolvimento de competências digitais no ensino superior. *Revista de Educação e Tecnologia*, 15, 3, 99-115.
- Sousa, D., & Barros, C. (2017). Ser professor no contexto atual de trabalho: riscos psicossociais e consequências para a saúde e bem-estar. *RICOT Instituto de Sociologia da Universidade do Porto*, 14, 17-32. <http://hdl.handle.net/10284/5543>

RESUMOS

Esta pesquisa examinou a prevalência e os fatores preditivos da sintomatologia de afetividade negativa e os fatores determinantes relacionados a QVT de 131 docentes do ensino superior durante a pandemia COVID-19. Os principais questionários aplicados foram: Questionário Sociodemográfico, Atividades Laborais e Hábitos e Estilo de Vida, DASS-21, e o QWLQ-bref. Os resultados detetados puderam elucidar alta prevalência e alguns dos fatores determinantes da

sintomatologia mental avaliada. Quanto aos fatores de predição da QVT, também teve destaque além da qualidade do sono, aspetos organizacionais e psicossociais. Apesar da existência de limitações nesta pesquisa impostas pelo número pequeno da amostra e a escassez de dados relacionados a saúde mental destes docentes no período pré-pandémico, a saúde mental dos professores universitários convoca a ergonomia para uma intervenção de espectro mais alargado, no sentido de contribuir para a melhora efetiva da QVT, a partir de uma abordagem preventiva que vai além das práticas assistencialistas.

Esta investigación examinó la prevalencia y los factores predictivos de los síntomas de afectividad negativa y los factores determinantes relacionados con la CVL de 131 profesores de educación superior durante la pandemia de COVID-19. Los principales cuestionarios aplicados fueron: Cuestionario Sociodemográfico, Actividades y Hábitos y Estilo de Vida Laborales, DASS-21 y el QWLQ-bref. Los resultados detectados lograron dilucidar la alta prevalencia y algunos de los factores determinantes de los síntomas mentales evaluados. En cuanto a los factores predictores de CVL, también se destacaron aspectos organizativos y psicossociales, además de la calidad del sueño. A pesar de la existencia de limitaciones en esta investigación impuestas por el pequeño tamaño de la muestra y la escasez de datos relacionados con la salud mental de estos docentes en el período prepandemia, la salud mental de los docentes universitarios requiere de la ergonomía para una intervención de espectro más amplio, en el sentido de contribuir al mejoramiento efectivo de la CVL, basado en un enfoque preventivo que va mucho allá de las prácticas asistenciales.

Cette recherche a examiné la prévalence et les facteurs prédictifs des symptômes d'affectivité négative ainsi que les facteurs déterminants liés à la QVT des 131 professeurs de l'enseignement supérieur pendant la pandémie de COVID-19. Les principaux questionnaires appliqués étaient : le Questionnaire Sociodémographique, les Activités et Habitudes de Travail et de Mode de Vie, le DASS-21 et le QWLQ-bref. Les résultats détectés ont pu élucider la forte prévalence et certains des facteurs déterminants des symptômes mentaux évalués. Quant aux facteurs prédictifs de la QVT, les aspects organisationnels et psychosociaux ont également été mis en avant, en plus de la qualité du sommeil. Malgré l'existence de limites dans cette recherche imposées par la petite taille de l'échantillon et la rareté des données liées à la santé mentale de ces enseignants dans la période pré-pandémique, la santé mentale des enseignants universitaires fait appel à l'ergonomie pour un spectre d'intervention plus large, qui vise à contribuer à l'amélioration effective de la QVT, en s'appuyant sur une approche préventive qui va au-delà des pratiques d'assistance.

This research examined the prevalence and predictive factors of negative affectivity symptoms and the determining factors related to the QWL of 131 higher education professors during the COVID-19 pandemic. The main questionnaires applied were: Sociodemographic Questionnaire, Work Activities and Habits and Lifestyle, DASS-21, and the QWLQ-bref. The results detected were able to elucidate the high prevalence and some of the determining factors of the mental symptoms assessed. As for the factors predicting QWL, organizational and psychosocial aspects were also highlighted, in addition to sleep quality. Despite the existence of limitations in this research imposed by the small sample size and the scarcity of data related to the mental health of these teachers in the pre-pandemic period, the mental health of university teachers calls on ergonomics for a broader spectrum intervention, in the sense of contribute to the effective improvement of QWL, based on a preventive approach that goes beyond assistance practices.

ÍNDICE

Mots-clés: affectivité négative, qualité de vie au travail, enseignement supérieur, ergonomie, conditions de travail

Keywords: negative affectivity, quality of life at work, higher education, ergonomics, working conditions

Palavras-chave: afetividade negativa, qualidade de vida no trabalho, ensino superior, ergonomia, condições de trabalho

Palabras claves: afectividad negativa, calidad de vida en el trabajo, educación superior, ergonomía, condiciones de trabajo

AUTORES

EVELYN SCHULZ PIGNATTI

Universidade de Rio Verde, Rio Verde, Goiás, Brasil. schulzeve@yahoo.com.br

CATARINA SILVA

 **IDREF** : <https://idref.fr/073682624>

 **VIAF** : <http://viaf.org/viaf/56115782>

 **ISNI** : <https://isni.org/isni/0000000067798935>

<https://orcid.org/0000-0002-9227-7749>, Faculdade de Motricidade Humana. Estrada da Costa, 1499-002 Cruz Quebrada – Dafundo. csilva@fmh.ulisboa.pt