

Saúde mental do professor universitário: Fatores e condições de trabalho

Betijane Soares de Barros¹
Ivete Medeiros de Farias²
Carla Waleska Gomes de Araujo³
Luciane Queros Moura⁴
Bernard Pereira Almeida⁵
José Fernandes dos Santos Filho⁶
Izeni Teixeira Pimentel⁷



10.56238/rcsv14n5-006

RESUMO

A saúde mental do professor universitário é um assunto de extrema importância, pois esses profissionais enfrentam uma série de desafios que podem impactar negativamente seu bem-estar emocional. Uma vez reconhecido que o ambiente de trabalho influencia na percepção de qualidade de vida e na condição mental. O professor universitário, no cumprimento de sua função, está exposto a inúmeros fatores que podem interferir diretamente na sua saúde mental. O objetivo desse trabalho é identificar e análise da percepção dos professores universitários, a respeito de sua saúde mental. Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica a fim de construir um referencial teórico. Os resultados sugerem que a carga de trabalho excedente é ocasionada pelas multifunções atribuídas ao cumprimento das atividades de ensino, esse fator tem contribuído para a diminuição da saúde mental dos mesmos. Os resultados demonstram ainda que as relações sociais, assim como as relações ambientais, influenciam na saúde mental dos professores universitários, tanto em aspectos positivos, quanto negativos, porém, tais fatores associados à carga de trabalho excedente contribuem no aumento das doenças mentais relacionadas ao ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Professores Universitários, Qualidade de Vida, Saúde, Mental.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental é um tema cada vez mais relevante na sociedade contemporânea. Dentre os diversos profissionais que enfrentam desafios nesse aspecto, os professores universitários se destacam. Neste ensaio, discutiremos a saúde mental desses profissionais, analisando os principais fatores que afetam seu bem-estar e apresentando possíveis soluções para melhorar essa situação (BORTOLANZA, J., 2017).

Fatores como: Pressão por produtividade acadêmica, Falta de reconhecimento, Sobrecarga de trabalho, Pressão para obter resultados acadêmicos, Conflitos interpessoais, (Falta de reconhecimento e recompensa. Esses são apenas alguns dos fatores que podem afetar a saúde mental desses

¹ E-mail: bj-sb@hotmail.com

² E-mail: fariasivete@hotmail.com

³ E-mail: carlawaleska@hotmail.com

⁴ E-mail: luciane_qmoura@yahoo.com.br

⁵ E-mail: bernardadv@hotmail.com

⁶ E-mail: fernandesjsf@gmail.com

⁷ E-mail: izenimaecoruja2015@gmail.com

profissionais. Esses fatores, muitas vezes faz com que os professores universitários não recebem o reconhecimento e a recompensa adequada por seu trabalho árduo, o que pode levar a sentimentos de desvalorização e frustração (LEITE, A. F.; NOGUEIRA, J. A. D., 2017).

Para promover a saúde mental dos professores universitários, é importante que as instituições de ensino superior ofereçam suporte e recursos adequados, como programas de bem-estar, aconselhamento psicológico, treinamento em gerenciamento de estresse e políticas que promovam um ambiente de trabalho saudável. Além disso, é fundamental que os professores também cuidem de sua própria saúde mental, buscando apoio quando necessário, estabelecendo limites e praticando autocuidado (ARAÚJO, T. M. de; PINHO, P. de S.; MASSON, M. L. Vaz., 2019).

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de literatura tradicional, descritiva, de natureza qualitativa, já que a análise se realizou em diversas fontes de pesquisas como conteúdo de livros, artigos científicos, sites, bibliográficas virtuais, que seguiu as seguintes etapas: definição do tema; seleção da pergunta norteadora; objetivo geral; período de coleta de dados; escolha dos critérios de inclusão e exclusão, número de trabalhos selecionados para revisão bibliográfica e categorias obtidas, contemplando as propostas para estudos futuros.

Quadro 1 – Etapas da Revisão Bibliográfica.

ETAPA	TÓPICOS DE CADA ETAPA	DETALHAMENTO DE CADA TÓPICO
1ª	Tema	SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR UNIVERSITÁRIO
	Pergunta norteadora	Quais os principais fatores dos problemas mentais dos professores universitário?
	Objetivo geral	Buscar, identificar os principais fatores dos problemas mentais do professore universitário.
2ª	Período de coleta dos dados	Agosto de 2023
	Crítérios de inclusão	1. Texto (artigo de opinião de especialista). 2. Publicação (2017-2020).
	Crítérios de exclusão	1. Artigos que não contemplam a temática.
3ª	Número de trabalhos selecionados para revisão bibliográfica.	25
4ª	Categorias obtidas com a análise dos documentos investigados online gratuitos e de livre acesso	2

Fonte: elaborada pelos autores.

3 RESULTADOS

Quadro 2 - Descrição dos principais documentos (artigos) de acordo com os critérios de inclusão.

Nº	Autor (a)	Tema	Ano
1	ALVES, M. E.	Síndrome e Burnout. Fundação Universitária Mário Martins, curso de especialização em psiquiatria.	2017

2	ALVES, P. C.	Qualidade de vida e esgotamento profissional do professor universitário.	2017
3	AMARO, J. M. R. S.; DUMITH, S. C	Sonolência diurna excessiva e qualidade de vida relacionada à saúde dos professores universitários.	2018
4	ANES, R. R. M.	Proletarização do trabalho docente na Educação Superior: Encaminhamentos e desdobramentos sobre o professor.	2018
5	ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. de S.; MASSON, M. L. Vaz	Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios.	2019.
6	BORTOLANZA, J.	Trajatória do ensino superior brasileiro—uma busca da origem até a atualidade.	2017
8	CAMPOS, T.; VÉRAS, R. M.; DE ARAÚJO, T. M.	Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental.	2020
9	CORREIA, Ed. S.	Porque ensinar ciências na escola fundamental.	2020
10	CUMURÚ W. de A.; NEVES, B.; MORAIS, H. M.	DEPRESSÃO ENTRE PROFESSORES: Um estudo de revisão sistemática de literatura.	2018.
11	DINIZ, T. M. M.	Estilo de vida, qualidade de vida e consumo alimentar de docentes do ensino superior.	2018
12	GUERRA, M.	Ansiedade, saiba tudo sobre o mal do século: causas, consequências, sintomas, tratamentos e muitos mais	2020
13	LEITE, A. F.; NOGUEIRA, J. A. D.	Fatores condicionantes de saúde relacionados ao trabalho de professores universitários da área da saúde: uma revisão integrativa.	2017
14	MOURA, J. da S. et al	A precarização do trabalho docente e o adoecimento mental no contexto neoliberal.	2019
15	OLIVEIRA, D.	Burnout: quarentena e excesso de tarefas leva professores ao esgotamento.	2020
16	PEREIRA, I.	Diferença entre saúde mental e emocional.	2020
17	PINTO, E. et al.	A malversação do reconhecimento no trabalho docente precarizado e intensificado.	2018
18	PIMENTA, T.	Ansiedade no trabalho: como o transtorno interfere na vida profissional.	2019
19	RODRIGUES, A. M. dos S. et al.	A temporalidade social do trabalho docente em universidade pública e a saúde.	2020
20	SILVA, T. A. A.; SOUZA JÚNIOR, G. R.	Análise da precarização e intensificação do trabalho docente no Instituto Federal de Pernambuco.	2020
21	SILVEIRA, P.	Saúde: A dor é um sinal de alerta do corpo.	2020
22	SOUZA, K. R. et al.	A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes.	2017
23	SCHATTAN, R. B. et al.	Fatores associados ao sono de docentes universitários.	2017
24	TORRES, E. S.	Precarização do trabalho docente: o caso do professor substituto do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba.	2019
25	VASCONCELOS, I.; LIMA, R. L. d	É um malabarismo com vários pratos ao mesmo tempo: o trabalho docente em universidades públicas.	2020

Fonte: Plataformas online.

O corpo textual foi analisado por meio da frequência de palavras, que originou a nuvem de palavras (Figura 1) criada na Plataforma online WordArt. Esta ferramenta agrupa e organiza graficamente as palavras-chave evidenciando as mais frequentes.

Figura 1 - Nuvem de palavras



Fonte: elaborada pelos autores.

Por meio da Figura 1, foi possível observar que as palavras em evidência na nuvem pertencem às categorias desenvolvidas a partir da análise de conteúdo de Bardin. Todas as categorias derivam da sua frequência (Tabela 1), que diz respeito ao seu quadro referencial. Em consonância ao objetivo deste trabalho, optou-se por descrever as palavras que apresentaram frequência total no texto e, a partir de seus sentidos nos campos textuais, como apresentado na Figura 1.

Tabela 1. Frequência das palavras presentes nos textos publicados nas Plataformas Virtuais.

PALAVRAS	FREQUÊNCIA
Professor	33
Universitário	26
Saúde	17
Mental	16
Saúde Mental	13
Sobrecarga	12
Pressão	11
Fatores	10
Profissionais	9

Fonte: elaborada pelos autores.

4 DISCUSSÃO

4.1 FATORES QUE INFLUENCIAM A SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR UNIVERSITÁRIO

As relações da saúde mental estão diretamente ligadas à capacidade que possuímos de identificar o mundo ao nosso redor, como percebemos os desafios diários, como nos relacionamos com as dificuldades da vida (SILVA, T. A. A.; SOUZA JÚNIOR, G. R., 2020). No ambiente de trabalho, é comum se evidenciar alguns fatores que nos deixam em sinal de alerta, propensos ao estresse ocupacional (CAMPOS, T.; VÉRAS, R. M.; DE ARAÚJO, T. M., 2020).

O ser humano, no desenvolvimento das atividades da vida diária, sente a necessidade de aprender, e é através desse processo que as interações ocorrem. A capacidade de se concentrar e memorizar estão ligadas à condição de bem-estar que o indivíduo se encontra, tão logo significa dizer que a saúde mental é fundamental no processo de aprendizagem, concentração e memorização (CUMURÚ W. de A.; NEVES, B.; MORAIS, H. M., 2018).

Diversos são os fatores que contribuem para o nosso bem ou mal estar, um simples gesto, uma simples ação pode ser o diferencial no modo como percebemos o mundo ao nosso redor, e principalmente se essa percepção nos influencia de modo positivo ou negativo frente a nossas perspectivas, padrões ou preocupações, ou seja, a nossa percepção de qualidade de vida (DINIZ, T. M. M., 2020).

A saúde mental do professor universitário é uma questão importante, pois eles enfrentam diversos desafios e pressões no ambiente acadêmico (AMARO, J. M. R. S.; DUMITH, S. C., 2018). Alguns dos principais fatores que podem afetar a saúde mental dos professores universitários incluem:

1. **SOBRECARGA DE TRABALHO:** Professores universitários muitas vezes têm uma carga de trabalho intenso, com a necessidade de preparar aulas, corrigir trabalhos, orientar alunos e realizar pesquisas. Essa sobrecarga pode levar ao estresse e à exaustão. Além das atividades acadêmicas, os professores universitários também precisam lidar com aulas, orientações, reuniões e atividades administrativas. Essa sobrecarga de trabalho pode levar ao esgotamento físico e emocional, prejudicando a saúde mental do professor.
2. **PRESSÃO PARA PUBLICAÇÃO ACADÊMICA:** Os professores universitários são constantemente cobrados para produzir pesquisas, publicar artigos e participar de eventos científicos. Essa pressão por produtividade pode levar ao estresse e à ansiedade, prejudicando a saúde mental do professor. A publicação de artigos científicos e a obtenção de financiamento para pesquisas são aspectos importantes da carreira acadêmica. A pressão para produzir resultados pode ser intensa e levar a altos níveis de estresse e ansiedade.

3. **PRESSÃO PARA OBTER RESULTADOS ACADÊMICOS:** Professores universitários também podem enfrentar pressão para obter bons resultados acadêmicos de seus alunos, o que pode ser desafiador, especialmente em cursos mais exigentes.
4. **CONFLITOS INTERPESSOAIS:** O ambiente acadêmico pode ser competitivo e propenso a conflitos interpessoais, como disputas com colegas, alunos ou administração. Esses conflitos podem afetar negativamente a saúde mental dos professores.
5. **FALTA DE RECONHECIMENTO:** Muitas vezes, o trabalho do professor universitário não é devidamente valorizado. A falta de reconhecimento pode gerar frustração e desmotivação, afetando negativamente a saúde mental desses profissionais. Por exemplo, um levantamento realizado pela Associação Nacional dos Docentes do Ensino Superior (ANDES) revelou que 60% dos professores universitários se sentem desvalorizados e pouco reconhecidos pela sociedade. Muitas vezes, os professores universitários não recebem o reconhecimento e a recompensa adequados por seu trabalho árduo, o que pode levar a sentimentos de desvalorização e frustração (SOUZA, K. R. et al., 2017).

Tais fatores são denominadores essenciais para o adoecimento mental do ser humano, normalmente dedicamos em média um terço do nosso dia para desenvolver as atividades relacionadas ao trabalho (CORREIA, Ed. S., 2020). É também no ambiente de trabalho que o professor se relaciona socialmente, aprende, ensina e coparticipa no desenvolvimento da sociedade (MOURA, J. da S. et al, 2019).

E são a partir desses fatores que ocorre interferências ligadas diretamente às condições de trabalho, esses fatores se acumulam e se expandem para a vida pessoal (ALVES, M. E., 2017). Em relação à saúde mental do professor universitário, esse conjunto de fatores deve ser vistos e avaliados para uma melhor qualidade de vida (ANES, R. R. M., 2018)

4.2 CONDIÇÕES DE TRABALHO DO PROFESSOR UNIVERSITÁRIO

Alguns aspectos das condições de trabalho dos professores universitários foram relevantes para vermos os riscos com potencial para causar dano mental ao trabalho (TORRES, E. da S., 2019). As condições de trabalho de uma forma geral há insatisfação quanto às condições de trabalho (PEREIRA, I., 2020).

Tanto fatores são destacados como geradores de estresse no trabalho. Com referência às condições de trabalho (OLIVEIRA, D., 2020). Com relação as condições de trabalho, atividades monótonas, repetitivas e fragmentadas predis põem ao estresse mais que outras (ALVES, P. C., 2017). Além disso, sobrecarga, conflito e falta de reconhecimento e tantos outros, são ressaltados como possíveis estressores no trabalho (PIMENTA, T., 2019). A sobrecarga de trabalho não leva diretamente

ao estresse. O problema surge, principalmente, quando essa sobrecarga associa-se à falta de autonomia e, em consequência, as alternativas para se lidar com a situação ficam muito restritas (PINTO, E. et al., 2018).

As certas condições de trabalho fazem emergir um sofrimento que pode ser atribuído ao choque entre uma história individual, portadora de projetos, de esperanças e de desejos e uma organização do trabalho que os ignora (SCHATTAN, R. B. et al., 2017).

As condições de trabalho do professor universitário podem variar de acordo com o país, a instituição de ensino e o nível de experiência do professor (RODRIGUES, A. M. dos S. et al., 2020). No entanto, algumas condições comuns incluem:

1. **CARGA HORÁRIA:** Os professores universitários geralmente têm uma carga horária semanal definida, que inclui horas de ensino, preparação de aulas, orientação de alunos, pesquisa e atividades administrativas.
2. **SALÁRIO:** O salário de um professor universitário pode variar dependendo do país e da instituição, mas geralmente é baseado em uma escala salarial que leva em consideração o nível de experiência e a qualificação acadêmica do professor.
3. **BENEFÍCIOS:** Os professores universitários podem ter acesso a benefícios como plano de saúde, seguro de vida, aposentadoria complementar e auxílio alimentação.
4. **ESTABILIDADE:** Em muitos países, os professores universitários têm estabilidade no emprego, o que significa que não podem ser demitidos sem justa causa. Isso proporciona uma maior segurança no emprego.
5. **PESQUISA E PUBLICAÇÕES:** Os professores universitários são incentivados a realizar pesquisas acadêmicas e publicar seus resultados em revistas científicas. Algumas instituições podem oferecer recursos financeiros e tempo dedicado exclusivamente à pesquisa.
6. **DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL:** As instituições de ensino geralmente oferecem oportunidades de desenvolvimento profissional para os professores universitários, como cursos de atualização, participação em conferências e workshops.
7. **AMBIENTE DE TRABALHO:** Os professores universitários geralmente têm acesso a recursos e infraestrutura adequados para realizar suas atividades de ensino e pesquisa, como laboratórios, bibliotecas e equipamentos tecnológicos.

É importante ressaltar que essas condições podem variar de acordo com o país e a instituição de ensino, e que nem todos os professores universitários têm as mesmas condições de trabalho (GUERRA, M., 2020).

O impacto das condições de trabalho sobre a saúde mental do professor, que inclui as lesões por esforços repetitivos, doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho e os distúrbios mentais relacionados à sua profissão são notificadas e investigadas reconhece o trabalho como importante fator de adoecimento, de desencadeamento e crescente aumento de problemas mentais (VASCONCELOS, I.; LIMA, R. de L. de., 2020).

Além disso, doenças relacionadas às condições de trabalho, abrangendo os transtornos mentais e comportamentais são fatores de risco ligados diretamente essas condições difíceis de trabalho (SILVEIRA, P., 2020).

5 CONCLUSÃO

A saúde mental do professor universitário é um tema que merece atenção e cuidado. É fundamental que as instituições de ensino promovam um ambiente saudável e acolhedor, oferecendo suporte emocional e reconhecimento aos docentes.

Além disso, é importante que os próprios professores busquem cuidar de sua saúde mental, estabelecendo limites, praticando atividades de lazer e buscando apoio profissional quando necessário. Somente assim será possível garantir o bem-estar emocional desses profissionais tão importantes para a formação acadêmica e profissional dos estudantes.

Considera-se que a lógica produtivista que norteia o trabalho do professor nas universidades devam ser revistas, especificamente sobre os conceitos envolvidos pela lógica avaliativas dos prazos, das exigências e inúmeras cobranças pelas quais o docente fica exposto, subordinado a atividades laborais em condições precárias e intensas. Alerta-se para o descaso e/ou desconhecimento sobre os fatores que ocasionam o adoecimento mental dos professores universitários.

REFERÊNCIAS

- ALVES, M. E. Síndrome e Burnout. Fundação Universitária Mário Martins, curso de especialização em psiquiatria. *Psychiatry on line Brasil*. Porto Alegre, v. 22, n. 9, p.01-06, 2017.
- ALVES, P. C. Qualidade de vida e esgotamento profissional do professor universitário. 2017. 139 f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2017
- AMARO, J. M. R. S.; DUMITH, S. C. Sonolência diurna excessiva e qualidade de vida relacionada à saúde dos professores universitários. *J Bras Psiquiatr*, v. 67, n. 2, p. 94-100, 2018.
- ANES, R. R. M. Proletarização do trabalho docente na Educação Superior: Encaminhamentos e desdobramentos sobre o professor. *Revista Com Censo: Estudos Educacionais do Distrito Federal*, v. 5, n. 4, p. 28-40, 2018.
- ARAÚJO, T. M. de; PINHO, P. de S.; MASSON, M. L. Vaz. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, p. e00087318, 2019.
- BORTOLANZA, J. Trajetória do ensino superior brasileiro—uma busca da origem até a atualidade, 2017.
- CAMPOS, T.; VÉRAS, R. M.; DE ARAÚJO, T. M. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental. *Revista Docência do Ensino Superior*, v. 10, p. 1-19, 2020.
- CORREIA, Ed. S. Porque ensinar ciências na escola fundamental. Meu Artigo, canal colaborativo site Brasil Escola. 2020.
- CUMURÚ W. de A.; NEVES, B.; MORAIS, H. M. DEPRESSÃO ENTRE PROFESSORES: Um estudo de revisão sistemática de literatura. V Conedu, Congresso Nacional da Educação, 2018.
- DINIZ, T. M. M. Estilo de vida, qualidade de vida e consumo alimentar de docentes do ensino superior. 2018.
- GUERRA, M. Ansiedade, saiba tudo sobre o mal do século: causas, consequências, sintomas, tratamentos e muitos mais. Site Mariângela Guerra, 2020.
- LEITE, A. F.; NOGUEIRA, J. A. da D. Fatores condicionantes de saúde relacionados ao trabalho de professores universitários da área da saúde: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 42, 2017.
- MOURA, J. da S. et al. A precarização do trabalho docente e o adoecimento mental no contexto neoliberal. *Revista Profissão Docente, Uberaba*, v. 19, n. 40, p. 1-17, jan./abr. 2019.
- OLIVEIRA, D. Burnout: quarentena e excesso de tarefas leva professores ao esgotamento. *Desafios da Educação*. 2020.
- PEREIRA, I. Diferença entre saúde mental e emocional. Blog Conceito Zen, 2020.
- PINTO, E. et al. A malversação do reconhecimento no trabalho docente precarizado e intensificado. *Trabalho (En) Cena*, v. 3, n. 2, p. 03-16, 2018

PIMENTA, T. Ansiedade no trabalho: como o transtorno interfere na vida profissional. Vittude Blog, 2019.

RODRIGUES, A. M. dos S. et al. A temporalidade social do trabalho docente em universidade pública e a saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 1829- 1838, 2020.

SILVA, T. A. A.; SOUZA JÚNIOR, G. R. Análise da precarização e intensificação do trabalho docente no Instituto Federal de Pernambuco. *Revista Cadernos de Ciências Sociais da UFRPE*, v. 1, n. 16, p. 126-145, 2020.

SILVEIRA, P. Saúde: A dor é um sinal de alerta do corpo. *Vida & saúde blog do hospital São Lucas*. 2020.

SOUZA, K. R. et al. A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, p. 3667-3676, 2017.

SCHATTAN, R. B. et al. Fatores associados ao sono de docentes universitários. 2017.

TORRES, E. da S. Precarização do trabalho docente: o caso do professor substituto do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba 2019.

VASCONCELOS, I.; LIMA, R. de L. de. “É um malabarismo com vários pratos ao mesmo tempo!”: o trabalho docente em universidades públicas. *Serviço Social & Sociedade*, n. 138, p. 242-262, 2020.