Intensificação do Trabalho e Percepção da Saúde em Docentes de uma Universidade Pública Brasileira

INTENSIFICACIÓN DEL TRABAJO Y PERCEPCIÓN DE LA SALUD EN DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA BRASILEÑA

Mayara Mirella Araujo Seabra¹, Fabiana Caetano Martins Silva e Dutra²

1. Terapeuta Ocupacional graduada pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Estudante do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Trabalho, Participação Social e Saúde (NETRAS).
2. Doutora em Ciências da Reabilitação, Professora Adjunta do Departamento de Terapia Ocupacional, Instituto de Ciências da Saúde, da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Coordenadora do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Trabalho, Participação Social e Saúde (NETRAS).

RESUMO

Este estudo analisou a relação entre intensificação do trabalho e percepção de saúde de professores de uma universidade pública. Em uma abordagem qualitativa, 11 docentes responderam um questionário, entrevista aberta e grade de vida. Nos resultados o trabalho apresentou significados como sustento e reconhecimento social. Ser docente envolve formar novos profissionais e possibilidades de descobertas. Os docentes acreditam na relação entre trabalho e saúde, e que infraestrutura e intensificação do trabalho influenciam negativamente sua saúde. O processo de intensificação e insuficiência das condições de trabalho relacionou-se ao aumento das horas de trabalho e à percepção de mal estar e sobrecarga. Neste contexto, sugerem-se estratégias para a organização do trabalho, para as condições de trabalho e para a vida cotidiana do docente que diminuam as barreiras apontadas e contribuam para o bom desempenho e saúde desse profissional.

(Araujo M, Martins F, 2015. Intensificação do Trabalho e Percepção da Saúde em Docentes de uma Universidade Pública Brasileira. Cienc Trab. Sep-Dic; 17 [54]: 212-218).

Palavras-chave: TRABALHO DOCENTE, INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO E SAÚDE DOCENTE.

RESUMEN

Este estudio examina la relación entre intensificación del trabajo y percepción de la salud de profesores de una universidad pública. En un enfoque cualitativo, 11 profesores completaron un cuestionario y fueron entrevistados. Los resultados presentados en el trabajo incluyeron apoyo y reconocimiento social. Enseñar involucra formar nuevas oportunidades y descubrimientos. Profesores creen en la relación entre trabajo y salud, y la infraestructura e intensificación del trabajo influyen negativamente en la salud. El proceso de intensificación y falta de condiciones de trabajo se relacionó con el aumento de horas laborales y la percepción de incomodidad. En este contexto, sugerimos algunas estrategias para la organización del trabajo, condiciones laborales y enseñanza en la vida diaria que reducen barreras identificadas y contribuyen al desempeño y salud del tratante.

Palabras clave: TRABAJO DE PROFESOR, INTENSIFICACIÓN DEL TRABAJO Y SALUD DEL PROFESOR.

INTRODUÇÃO

O desenvolvimento da identidade social está fortemente relacionado com as relações de trabalho que o indivíduo desenvolve, e esse mesmo trabalho está associado à mais diversas formas de inserção social.^{1,2}

Segundo Heloani e Lancman³ é através do trabalho que se constituem as redes de relações sociais, as trocas econômicas e afetivas

e a organização da vida cotidiana das pessoas. A literatura aponta que o trabalho possui uma função essencial no desenvolvimento psíquico por ser um dos grandes alicerces da constituição do sujeito e da sua rede de significados.^{1,2}

O trabalho proporciona um senso de identidade e frequentemente as pessoas definem quem elas são por suas ocupações e habilidades. As atividades laborais permitem aos indivíduos partilhar experiências com os outros e engajar-se em atividades que ultrapassam o interesse individual, adquirindo um status social e uma identidade profissional.^{1,2}

As dificuldades enfrentadas no trabalho são apontadas por vários autores como causa de sofrimento e ruptura na história de vida do trabalhador.^{4,5} O sofrimento advindo das atividades laborais é devido principalmente aos impedimentos para manter uma identidade ou papel social e à impossibilidade de desempenhar ou ocupar este lugar na sociedade.⁵ Atualmente, muitas transformações têm ocorrido no mundo do trabalho, como intensificação do ritmo do trabalho, altas taxas de desemprego, presença do desemprego estrutural, e crescimento do trabalho temporário e de tempo parcial.⁶⁻⁸

Correspondência / Correspondence:

Fabiana Caetano Martins Silva e Dutra
Departamento de Terapia Ocupacional, Instituto de Ciências da Saúde,
Universidade Federal do Triângulo Mineiro
Av. Getúlio Guaritá, 159, sala 329, 3º piso, Centro Educacional,
Uberaba, MG, CEP 38025-440, Brasil
Telefone: +55 (34) 3318-5977
e-mail: fabiana@to.uftm.edu.br

Recibido: 30 de Septiembre de 2015 / Aceptado: 08 de Noviembre de 2015

Neste contexto de transformações ocorridas no mundo do trabalho, a docência é uma atividade laboral que tem passado por diversas modificações e exigências. Novas condições de trabalho como a divisão de conteúdos, incorporação de novas tecnologias e massificação dos estudantes, tem exigido incremento do volume e complexidade das funções desenvolvidas pelos docentes, ampliando o seu papel para além da mediação do processo de conhecimento do aluno.⁹ A missão desse profissional passa a incorporar ações que vão além da sala de aula, exigindo que ele garanta uma articulação entre a escola e a sociedade, bem como participe da gestão e planejamento escolar.¹⁰

Segundo Lemos⁹ são atribuídos aos docentes de universidades públicas, quatro funções: o ensino, a pesquisa, a administração e a extensão. Como uma das consequências desta diversidade de funções estão a intensificação e a sobrecarga de trabalho que, de acordo com estudos atuais, vem impactando negativamente a vida e a saúde dos docentes levando a desgastes físicos e psíquicos, assim como ao comprometimento das inter-relações sociais.¹⁰⁻¹² Para além da intensificação e sobrecarga de trabalho, outra situação contemporânea nas universidades públicas é a precarização do trabalho docente, que tem como causa primordial a progressiva erosão do volume de recursos públicos destinados ao financiamento da universidade.^{13,14} Em acréscimo, tem-se uma redução orçamentária com efeitos indesejados como o número de contratação de docentes insuficientes para atender ao crescimento quantitativo e qualitativo de alunos e cursos.¹³

O que se apresenta é um quadro de alta demanda de trabalho aliada a baixo controle e apoio social para o docente, implicando em uma situação de sobre-esforço ou uma sobrecarga das funções psicofisiológicas¹⁰ e das capacidades físicas, cognitivas e afetivas do trabalhador para atingir os objetivos da produção escolar. Diante desse processo de precarização e intensificação do trabalho, o professor tem sua saúde fragilizada, estando mais susceptível a adoecer. Além disso, esse processo faz com que ele não reconheça seus limites, expondo-se ainda mais ao adoecimento.¹¹ Neste contexto, este estudo teve como objetivo identificar o significado do trabalho para docentes de uma Instituição de Ensino Superior (IES), caracterizar seu cotidiano de vida e trabalho e investigar a relação entre a intensificação do trabalho e a percepção de saúde destes professores.

PERCURSO METODOLÓGICO

O presente estudo foi desenvolvido numa abordagem qualitativa exploratória, buscando trabalhar com o universo dos significados e das percepções dos docentes. Segundo Minayo et al¹⁵, esses fenômenos fazem parte da realidade social e envolvem o mundo das relações, das representações e da intencionalidade humana, sendo objeto da pesquisa qualitativa justamente por não poder quantificá-la.

Para compor a população alvo deste estudo foram selecionados docentes, de ambos os sexos, com pelo menos um ano de experiência docente na instituição de trabalho e pertencentes ao quadro de professores efetivos lotados nos cursos do Instituto de Ciências da Saúde (ICS) da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), a saber: Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia, Medicina, Nutrição e Terapia Ocupacional. A escolha pelos professores do ICS foi devido às características específicas da docência na área da saúde, como por exemplo, a supervisão in loco

de estágios, necessidade de frequentar diferentes espaços na comunidade para realização das atividades de pesquisa e extensão, não utilizando apenas a universidade para desenvolver suas atribuições. Além disto, todas as atividades dos cursos englobados nesse instituto acontecem em período integral. A seleção dos participantes ocorreu em três etapas: a primeira foi entrar em contato com os departamentos dos cursos solicitando os e-mails dos docentes efetivos; a segunda etapa consistiu no envio de e-mails aos professores convidando-os a participar da pesquisa; e, por último, foi enviado um novo e-mail para os docentes que aceitaram participar, agradecendo a disponibilidade e agendando um horário para a realização da entrevista. Todos os participantes leram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Parecer nº 2637).

Os procedimentos de coleta de informações envolveram três momentos. O primeiro foi o preenchimento de um questionário para coletar informações sócio demográficas e ocupacionais para caracterização dos docentes. Em um segundo momento foi realizada uma entrevista aberta, baseada em um roteiro de perguntas para obter informações sobre a rotina de trabalho, o significado do trabalho e de ser professor universitário, as barreiras e facilitadores presentes no ambiente de trabalho, a percepção do docente sobre sua saúde e sobre a relação entre saúde e trabalho. As entrevistas são consideradas uma conversa com finalidade e, uma entrevista aberta, é aquela na qual o entrevistado fala livremente sobre o tema abordado e as perguntas do entrevistador são feitas para dar maior profundidade às reflexões.¹⁵ Estas foram registradas em gravador da marca Sony®, modelo ICD-PX312 e posteriormente transcritas com autorização prévia dos participantes. Por último, foi utilizada a técnica de grade de vida que, segundo Wilson et al¹⁶, é uma ferramenta visual para mapear eventos importantes da vida em relação à passagem do tempo e incentivar a discussão. A grade de vida construída para este estudo era composta por oito colunas e cinquenta linhas. Cada linha se referia aos horários do dia distribuídos a cada meia hora, totalizando as vinte e quatro horas de um dia. As colunas se relacionavam aos dias da semana, de segunda a domingo. A grade de vida era entregue aos docentes no final da entrevista e estes a preenchiam durante uma semana. Após esse prazo, a pesquisadora recolhia a grade de vida nos locais já pré-indicados pelos professores.

Para a análise das entrevistas foi realizada análise de conteúdo com base em unidades temáticas, que são entendidas como unidades de significação que se libertam de um texto analisado segundo critérios relativos à teoria que guia a leitura.¹⁷ Assim, a análise das narrativas seguiu as etapas de pré-análise, exploração do material e o tratamento dos resultados obtidos e interpretação, seguindo as recomendações de Bardin¹⁷ para análise de dados qualitativos por unidades temáticas.

As atividades descritas na grade de vida foram analisadas segundo a codificação de atividades proposta por Aguiar.¹⁸ Nos códigos sugeridos por Aguiar¹⁸, as atividades cotidianas estão reunidas em 10 grupos e, neste estudo, optou-se por reunir algumas dessas categorias, resultando em seis grupos, conforme o QUADRO 1. Após a codificação das grades de vida, as atividades foram ponderadas por estatística descritiva com distribuição de frequência.

O encerramento da coleta ocorreu de acordo com o critério de saturação que, segundo Fontanella et al¹⁹ é o momento no qual as informações são suficientemente confirmadas, não há o surgimento de novos elementos e o pesquisador consegue compreender a lógica interna do grupo ou da coletividade em estudo.

Quadro 1.

Comparação das categorias propostas por Aguiar¹⁸ e as categorias reunidas no estudo.

Categorias de atividade	Categorias de atividades (segundo Aguiar, 2001)
Cuidado pessoal	Cuidados pessoais
Trabalho	Atividades com rendimentos
Cuidados com domicílio e família	Cuidados com o domicílio e com a família
Estudo	Estudo
Atividades de recreação, lazer, esporte e religiosas	Trabalho voluntário e reuniões; Vida social e lazer; Esportes e atividades ao ar livre; Hobbies e Jogos; Meios de comunicação em massa; Preenchimento do diário de uso do tempo.
Deslocamento	Viagem – relacionada a: cuidados pessoais; trabalho; escola ou universidade; estudo no tempo livre; cuidados do domicílio; compras e serviços; transporte de criança; transporte de adulto membro da família; trabalho organizacional; ajuda informal; atividades participativas; vida social; lazer e cultura; hobbies.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo apresentam qual o significado do trabalho para docentes dos cursos do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, caracterizando seu cotidiano de vida e trabalho, além de descrever a relação entre a intensificação do trabalho e a percepção de saúde destes professores à partir de uma abordagem qualitativa.

Foram convidados a participar do estudo setenta e dois docentes da instituição, dos quais 18 responderam ao convite. Destes, dois não puderam participar porque estavam afastados para capacitação, três não deram retorno após terem aceitado o convite e outros dois não devolveram a grade de vida ou a entregaram incompleta após a entrevista. Dessa forma, participaram deste

estudo onze docentes e o período da coleta de dados durou cinco meses, de agosto a dezembro de 2013.

Dos onze docentes, seis eram mulheres e cinco homens, com idade entre 31 a 49 anos. O tempo de experiência docente dos participantes variou de três a 24 anos, sendo que o tempo de docência na instituição pesquisada variou de um a dezenove anos. Apenas um dos entrevistados possui carga horária de vinte horas semanais, sendo os demais com quarenta horas semanais de trabalho e dedicação exclusiva. As informações detalhadas sobre o perfil sócio demográfico e ocupacional dos participantes encontram-se na TABELA 1.

Na apresentação dos resultados deste estudo os nomes dos participantes foram substituídos por números para preservar as suas identidades. Ao realizar a análise de conteúdo das entrevistas foram identificadas sete categorias que abordavam os temas de interesse e, estas foram agrupadas em quatro categorias, a saber: 1) significado do trabalho e de ser um professor universitário; 2) dificuldades encontradas no dia-a-dia de trabalho e intensificação; 3) facilitadores no cotidiano de trabalho; e, por último, 4) percepção sobre a própria saúde e relação entre trabalho e saúde.

O significado do trabalho e de ser um professor universitário

Na vida adulta, o espaço do trabalho é palco privilegiado de trocas, aparecendo como o mediador central da construção, do desenvolvimento e complementação dessa identidade individual.⁴ Nesse sentido, o trabalho pode ser visto como fundamental na constituição de redes de relações sociais e de trocas afetivas e econômicas que estão na base da vida cotidiana das pessoas. Além disso, está associado ainda a diferentes significados, como autodesenvolvimento, possibilidade de autonomia e segurança, justiça, construção de relacionamentos satisfatórios, entre vários outros.²⁰ Todos esses significados atribuídos ao trabalho aparecem no relato dos entrevistados:

“Nossa! Sustento né. Sustento. Uma devolutiva pra sociedade do que o governo fez pra mim há um tempo atrás.” (entrevistada emocionou-se) E1

Tabela 1.

Perfil sócio demográfico e ocupacional dos participantes do estudo.

	Idade	Sexo	Estado Civil	Nº de filhos	Titulação	Tempo de docência	Tempo de docência na UFTM	Departamento	Cursos que ministra aulas
E 1	38	F	Solteira	0	Mestre	12 anos e 7 meses	5 anos	Terapia Ocupacional	Graduação – Terapia Ocupacional Graduação – Fisioterapia Pós grad. – Psicopedagogia
E 2	31	F	Solteira	0	Doutora	9 anos e 6 meses	3 anos	Ciências do esporte	Graduação – Ed. Física Especialização – Projeto Mais Educação Mestrado – Strict Sensu Ed. Física
E 3	37	F	Casada	1	Mestre	5 anos	3 e 10 meses	Terapia Ocupacional	Graduação – Terapia ocupacional
E 4	34	M	Solteiro	0	Mestre	6 anos	1 ano	Ciências do esporte	Graduação – Ed. Física
E 5	49	F	Casada	0	Doutora	11 anos	3 anos e 3 meses	Nutrição	Graduação – Nutrição Pós grad. – Residência Multiprofissional
E6	48	M	Divorciado	2	Doutor	19 anos	12 anos	Genética, Ecologia e Patologia geral	Graduação – Biomedicina, Enfermagem e Medicina
E 7	38	M	Casado	2	Doutor	14 anos	5 anos	Fisioterapia Aplicada	Graduação – Fisioterapia
E 8	33	F	Solteira	0	Doutora	8 anos	3 anos	Fisioterapia Aplicada	Graduação – Fisioterapia Pós grad. Graduação – Ed. Física Especialização – Pediatria
E 9	34	M	Casado	0	Doutor	3 anos	3 anos	Fisioterapia Aplicada	Graduação – Fisioterapia Mestrado – Medicina Tropical, Ed. Física e Atenção à Saúde Doutorado – Medicina Tropical e Atenção à Saúde
E 10	40	F	Separada	0	Doutora	16 anos	5 anos	Fisioterapia Aplicada	Graduação – Fisioterapia
E 11	42	M	Casado	2	Doutor	24 anos	19 anos	Fisioterapia Aplicada	Graduação – Fisioterapia e Terapia Ocupacional

"Mas o trabalho, realmente ele que nos permite crescimento e evolução, principalmente pra aquilo que nós escolhemos fazer." E7
"... o trabalho pra mim não tem a função só de subsistência, ele tem a função de existência também." E9

"Acho que o trabalho é a gente tá fazendo algo que gosta, algo que traz um prazer pessoal. Eu acho que trabalho pra mim é isso, é o que tá me trazendo uma satisfação." E11

Pode-se observar que para os entrevistados o trabalho possui diferentes significados, como sustento, crescimento e evolução, existência e reconhecimento, além de prazer e satisfação ao se trabalhar com algo que gosta. O trabalho associa-se com a noção de emprego, devido ao salário que possibilita suprir as necessidades, promovendo autonomia e independência, gerando sentimento de segurança.²¹ Além disso, segundo Morin²¹ o trabalho possui um importante papel perante a sociedade, pois muitas pessoas trabalham para poderem se relacionar com outras pessoas, para evitar o tédio, tendo algo para fazer, para ter o sentimento de vinculação e também para terem um objetivo na vida. Os sentimentos de realização e prazer advindos das tarefas também dão maior significado ao trabalho, pois é a partir dessas tarefas que o sujeito pode mostrar suas habilidades, adquirir novos conhecimentos, aumentar seu potencial e autonomia.²¹

Diante desse contexto de trabalho, a docência se mostra como uma atividade com diversos significados, como ensinar, instruir, mostrar caminhos, não sendo restringida apenas a função de ministrar aulas, mas sim, a funções muito mais complexas, como, por exemplo, dominar novos recursos e tecnologias de informação e comunicação e a produção e socialização de pesquisas e conhecimentos.²² Nas narrativas dos participantes, foram identificados vários trechos relacionados com o significado de ser um professor universitário, como descrito abaixo:

"Mas eu acho que o principal é esse ensino aprendizagem contínuo de autonomia, de liderança, de formação humana." E2

"Então acho que o que significa pra mim é mais essa coisa da possibilidade de descoberta, de desbravar caminhos novos." E3

"Significa ser um professor universitário, o que mais poderia significar? Significa participar da formação do país, né! Da formação da elite que vai pensar no futuro, né. Então é um privilégio sabe?" E6

"Então, eu diria que talvez a palavra que fosse sinônimo de ser professor universitário seria responsabilidade ou comprometimento, com o trabalho e com a formação dos alunos." E9

A partir dos relatos dos entrevistados é possível perceber os diversos significados de ser docente, dentre os quais destacam-se as possibilidades das descobertas e principalmente, a responsabilidade em formar novos profissionais. Segundo Basso²³ a função do docente é mediar a formação do aluno na vida, no seu cotidiano de forma espontânea, e nas esferas da vida social, possibilitando ao mesmo tempo a criação de uma postura crítica do aluno.

Dificuldades encontradas no dia-a-dia de trabalho e intensificação

A intensificação do trabalho é a ampliação das atribuições e responsabilidades dos docentes, em um mesmo período de tempo, sendo que estas atribuições incluem não apenas ministrar aulas, mas também atividades administrativas, de pesquisa e desenvolvimento de atividades de formação complementar, para aumentar habilidades e competências no processo de ensino⁷. Além desse processo de intensificação, outros fatores podem dificultar a atividade de docência e aumentar a insatisfação e adoecimento, dentre

eles destacam-se: baixos salários, carência de recursos materiais e humanos, aumento da intensidade e ritmo de trabalho, e desvalorização da imagem do professor.²⁴ Todos os fatores citados se mostram evidentes nos relatos dos entrevistados:

"Eu acho que a infraestrutura da universidade não te dá condição ideal pra você fazer tudo o que tem pra fazer, em termos de lecionar, atender a comunidade, pesquisar e administrar". E1

"Talvez essa coisa de exigir que a gente publique, que a gente faça extensão, que faça isso, faça aquilo. Então tem um sobrecarga muito grande de trabalho." E3

"É interessante a gente observar que a gente tá reeducando os alunos na universidade, é o maior dificultador do professor universitário. Apesar da imensidão de coisas que ele tem que fazer, extensão, pesquisa e o ensino né, o tripé." E4

"Então a gente chega em casa cansado, mas tem que sentar e trabalhar porque a hora que surge, a hora que você é avaliado como professor você tem que apresentar produção. Só que em contrapartida nós não temos essa infraestrutura que é necessária para ser cobrado tudo isso do professor, o professor não tem." E5

"Então uma das dificuldades é essa, a gente é cobrada né! Como pesquisadora fortemente, mas a gente ainda tem pouca estrutura, não tem um suporte, tanto de espaço físico, quanto de pessoal, você entendeu? Então assim... de técnicos pra tocar, de técnicos pra te ajudar..." E10

Como se pode observar, as maiores dificuldades dos docentes estão relacionadas a infraestrutura, a complexidade das funções e exigências, além da sobrecarga advinda do trabalho. Dessa forma, condições de trabalho inadequadas, a precária infraestrutura e problemas sócio educacionais tornaram-se parte das novas tarefas e responsabilidades da docência.⁴ Segundo Almeida et al²⁵, o baixo salário e as atividades desempenhadas em condições precárias prejudicam a qualidade dos serviços dos docentes, uma vez que para responderem a toda demanda necessitam dobrar ou triplicar a jornada de trabalho, bem como realizar atividades de trabalho em casa. Tantas atribuições resultam em um cansaço crônico dos trabalhadores, devido o excesso de trabalho e falta de tempo para realizar atividades básicas da vida humana.⁴

De uma forma geral, no exercício da docência dos participantes desta pesquisa, as variáveis que dificultam o desempenho do trabalho cotidiano foram as más condições de trabalho, cobranças institucionais voltadas para a realização de atividades de ensino, extensão, pesquisa e administrativas, as dificuldades pregressas dos alunos e a jornada excessiva de trabalho.

Gráfico 1.

Comparação do uso do tempo em média de horas gastas com as seis categorias do estudo, de segunda à sexta-feira e durante toda a semana.

Analizando a distribuição das atividades cotidianas nas grades de vida, não se pode falar em jornada de trabalho formal para os docentes universitários entrevistados, pois essa categoria trabalha à noite, nos feriados e finais de semana. De fato, alguns estudos confirmam a expansão do tempo de trabalho do professor para todo o tempo de descanso e de lazer.^{10,26} Trata-se do que os autores denominam de intensificação do trabalho docente.^{9,11}

Comumente, espera-se que o uso do tempo nos finais seja gasto com atividades de cuidado pessoal, recreativas e de lazer como forma de descanso e relaxamento e que haja uma diminuição das horas dedicadas às atividades de trabalho. No entanto, a jornada excessiva de trabalho dos docentes fica evidente no GRÁFICO 1 que indica um aumento da média das horas dedicadas às atividades laborais aos fins de semana.

O aumento das horas gastas com deslocamento entre este grupo de professores caracteriza-se pelo fato de que os entrevistados utilizam desse tempo para visitar os familiares em outras cidades ou se locomoverem para realizar as atividades citadas. O que se destaca é o aumento do uso do tempo com atividade laboral no fim de semana, caracterizando, mais uma vez, a intensificação do trabalho e mostrando que os docentes têm diminuído as horas dedicadas a atividades como lazer, recreação, de convívio familiar e de descanso. O lazer é uma das principais ocupações do indivíduo, sendo considerada uma atividade realizada sem obrigações de ser produtivo, que proporciona relaxamento e crescimento pessoal.²⁷ Segundo Glantz e Richman²⁸, o lazer permite ainda maior senso de valor pessoal, maior socialização, experiência de estímulos intelectuais e ajuste à organização da vida. Diante desse contexto de substituição das atividades de descanso e lazer e maior uso do tempo voltado ao trabalho, Stepansky e França²⁹ destacam a importância de manter um equilíbrio entre as atividades laborais e a vida pessoal, para diminuir o estresse, tornando o trabalho mais agradável. Além disso, esse equilíbrio proporciona ao trabalhador uma maior flexibilidade de tempo, possibilitando sua participação em atividades de natureza familiar e que promovem bem-estar e saúde.

Facilitadores no cotidiano de trabalho

No trabalho para os docentes, a liberdade, possibilidades de trabalho em equipe, receptividade dos alunos e a valorização do professor são os principais elementos que facilitam a construção de um espaço pedagógico ideal e criativo.³⁰ Sob condições adversas referentes ao ambiente e à forma de organização do trabalho, a prática dos docentes pode ser também permeada por fatores que agem como facilitadores, desta forma, os docentes entrevistados trazem em seus relatos alguns itens que acreditam serem os maiores facilitadores de seu trabalho:

“Acho que num vem nem do meio, eu acho que vem da vontade de você querer ensinar o outro. Então, a gente permanece por amar a profissão. Eu amor entrar na sala de aula, eu amo dar aula”. E1
“Uma coisa que é muito boa no ensino superior e que te diferencia do ensino particular é que eu tenho autonomia. Então, o professor ter autonomia isso te garante ali coisas boas.” E4

“Então, eu entendo que a equipe em si e o ambiente de trabalho são os maiores facilitadores e motivadores do trabalho aqui.” E9
“Nós temos no departamento de (...) um bom grupo, um grupo que dá apoio, dá suporte, um grupo que se auxilia, e isso eu acho que é importantíssimo. Então, o ambiente de trabalho é outra coisa que né, então você tem prazer de trabalhar onde você trabalha, você tem prazer de trabalhar com as pessoas com quem você trabalha, tanto dentro do departamento como de forma geral.” E10

A partir dos relatos é possível perceber que os grandes facilitadores para os participantes da pesquisa são a satisfação e o prazer em realizar aquilo que gostam, ter autonomia e também possuir uma boa relação interpessoal com a equipe de trabalho. A satisfação com o trabalho, de um modo geral, é o resultado da satisfação com os diversos elementos do trabalho. Para Marqueze e Moreno³¹ o aumento da satisfação no trabalho pode melhorar a capacidade para o trabalho entre docentes universitários e faz com que o trabalhador encontre significado em sua atividade laboral. Assim, a satisfação com o trabalho mostra-se como uma conexão entre o trabalho dos docentes e suas tarefas, sendo relacionada ao desenvolvimento de atitudes positivas direcionadas ao trabalho e às pessoas.³² Como citado pelos entrevistados, o relacionamento interpessoal é um importante facilitador em um ambiente laboral, pois permite a criação de vínculos e relacionamentos interpessoais, o que potencializa os grupos de trabalho, aumentando a segurança e satisfação nesse ambiente.³³ Dessa forma, é importante o desenvolvimento de estratégias para a manutenção de boas relações entre professores em seu meio profissional, para possibilitar comportamentos mais positivos em um ambiente com maior solidariedade, confiança e empatia. De acordo com as narrativas dos entrevistados percebe-se que os facilitadores presentes no cotidiano de trabalho são a satisfação e o prazer em ser docente, ter autonomia e boas relações interpessoais com os colegas de trabalho. Nota-se que estes facilitadores são intrínsecos, isto é, são estratégias pessoais dos docentes, sendo a autonomia o único facilitador relatado pelos entrevistados relacionado à organização do trabalho ou às condições de trabalho. Segundo Mariani e Alencar³⁰, a autonomia libera o raciocínio criativo das pessoas, fazendo com que haja melhor aproveitamento dos talentos e conhecimentos no ambiente de trabalho, além de aumentar o dinamismo e a inovação entre docentes.

Percepção sobre a própria saúde e relação entre trabalho e saúde

Grande parte do tempo dos participantes é ocupado pelo trabalho, observado através de longas jornadas de trabalho que atravessam o dia (Gráfico 1), com poucas pausas de descanso, além de um ritmo intensificado, exigindo grande atenção e concentração. Segundo Monteiro³⁴, na atualidade, uma das profissões mais estressantes é a docência, que apresenta diversas dificuldades, como a falta de recursos, necessidade de trabalhar aos domingos e feriados, participar de eventos e lidar com contrato de dedicação exclusiva. Além de todos esses fatores, Silva e Carvalho³⁵ citam ainda o excesso de trabalho, a precarização do trabalho, a sobrecarga e a responsabilidade pela formação dos sujeitos como sendo problemas que afetam os docentes. As narrativas dos entrevistados e as evidências disponíveis indicam que a grande carga de trabalho faz com que os docentes se esforcem para atender às exigências, envolvendo esforços físicos, cognitivos e psicoafetivos, e gerando desgaste.³⁶ Quando questionados sobre a percepção da própria saúde, os entrevistados relataram:

“Eu tenho percebido, tenho tentado tomar cuidado com uma dor que eu tenho no ombro direito da digitação e de mouse. Eu já fui ao médico, ele... Já cheguei a fazer fisioterapia uma vez, então talvez eu tenha que voltar de novo. Infelizmente acontece.” E2

“Depois que eu cheguei (na universidade) eu nunca tinha tido gastrite, eu tive e séria. Eu tive que fazer tratamento, tomei medicação, no primeiro ano, de tanto que eu estranhei. E foi de nervoso, eu não tinha nada, nenhuma bactéria...” E5

“Eu acho que a minha saúde numa escala de um a cinco, sendo

um ruim e cinco ótimo, eu estaria aí entre dois e três. Por tudo isso que a gente faz, eu sinto, às vezes dificuldade pra descansar, então a gente acorda muito cedo, vai dormir muito tarde.” E7

“Eu tive um infarto e depois disso, daí eu fui me cuidar melhor. Então, hoje a minha saúde tá bem melhor. Melhor assim né, sou hipertenso, pré-diabético e pós-infartado, então (risos) tem que tá melhor por causa disso.” E11

Como evidenciado pelos relatos, grande parte dos entrevistados afirmam ter problemas de saúde, percebendo-a como agravada por determinantes relacionados ao trabalho. Segundo Neves e Silva³⁷ quando referimos à relação trabalho-saúde, devemos lembrar que o trabalho nunca é neutro em relação à saúde, pois ele pode beneficiá-la ou, então, promover o adoecimento. Os entrevistados discorreram sobre a relação que o trabalho possui com a saúde, e as narrativas que surgiram foram:

“Eu acho que tem completa relação, porque quanto mais cansado a gente fica mais fácil a gente adocece.” E3

“Então, eu vejo um equilíbrio no meu trabalho até porque quando eu descubro coisas novas eu quero testar em mim, antes de passar a algum atleta, ou de passar isso em sala de aula pros alunos. Então existe uma relação sim.” E4

“Claro, óbvio né. O estresse que eu tenho aqui reflete infelizmente né. E a gente acaba pagando um preço relativamente alto né.” E6

“Era muito corrido, a gente começou assim, vamos dizer, priorizando muito o trabalho e esquecendo da nossa saúde. E não só como eu, como eu acho que tem vários outros professores, que a partir do momento em que viu que negócio não tava indo bem aí mudou a rotina. A gente teve que fazer uma mudança de rotina pra gente conseguir andar.” E8

“Às vezes não consigo ingerir água adequadamente, aí tenho infecção urinária. Quer dizer, foi uma coisa que foi um descuido meu, mas provocado pelo trabalho, pelo tipo de trabalho tá, então é uma das coisas, tem relação sim.” E10

Neste contexto citado pelos docentes, Toldrá et al³⁸ relatam que a realidade enfrentada no cotidiano laboral impõe efeitos no perfil epidemiológico das doenças relacionadas ao trabalho, o que leva à pertinência de um debate renovado acerca da gênese dessas doenças e de sua gravidade. Nota-se, também no contexto universitário, que o docente não fica ileso às transformações ocorridas no mundo do trabalho, pois a precarização das condições de trabalho e intensificação afetam a saúde e a manutenção de hábitos saudáveis desses trabalhadores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, a intensificação do trabalho se mostrou como uma característica atual presente no trabalho dos docentes universitários entrevistados. Nota-se que os docentes têm dedicado grande parte do tempo durante a semana e nos finais de semana às atividades laborais, aumentando ainda mais a sobrecarga de trabalho. Além dessa sobrecarga, barreiras que apareceram no estudo, como más condições de trabalho, cobranças institucionais voltadas para a realização de atividades de ensino, extensão, pesquisa e administrativas, dificuldades pregressas dos alunos e jornada excessiva de trabalho, tem dificultado o desempenho no trabalho e são percebidas como influências negativas em seu estado geral de saúde. Quanto aos facilitadores, percebeu-se que estes estão ligados mais a fatores intrínsecos do professor, como prazer em dar aulas e ser docente, e não a fatores ligados à organização e condições do trabalho.

Dessa forma, a organização do trabalho e as condições em que o trabalho é ofertado devem ser repensadas e reelaboradas para que promovam facilitadores, diminuam as barreiras relacionadas ao ambiente e contribuam para o bom desempenho e bem-estar do trabalho docente.

REFERENCIAS

1. Early MB. Desempenho ocupacional. Em: Pedretti LW, Early MB. *Terapia Ocupacional: capacidades práticas para as disfunções físicas*. 5ª ed. São Paulo: Roca; 2005. p. 125-131.
2. Burt CM. Avaliação do trabalho e preparação para o retorno ao trabalho. Em: Pedretti LW, Early MB. *Terapia Ocupacional: capacidades práticas para as disfunções físicas*. 5ª ed. São Paulo: Roca; 2005. p. 241-254.
3. Heloani R, Lancman S. Psicodinâmica do trabalho: o método clínico de intervenção e investigação. *Prod (Sao Paulo)* [on line]. 2004 [citado jun 2015]; 14(3):77-86. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prod/v14n3/v14n3a08.pdf>
4. Lancman S, Ghirardi MIG. Pensando novas práticas em terapia ocupacional, saúde e trabalho. *Rev Ter Ocup. Univ São Paulo*. 2002; 13(2):44-50.
5. Silva FCM, Sampaio RF, Mancini MC, Luz MT, Alcântara MA. A Qualitative Study of Workers with Chronic Pain in Brazil and its Social Consequences. *Occup Ther Int*. 2011;18(2):85-95.
6. Laranjeira SMG. As transformações do trabalho no mundo globalizado. *Sociologias (Porto Alegre)*. 2000; 2(4):14-19.
7. Garcia MM, Anadon SB. Reforma educacional, intensificação e auto intensificação do trabalho docente. *Educ Soc*. 2009; 30(106):63-85.
8. Carvalho DS. Reestruturação produtiva, administração, mundo do trabalho: relações, modificações e consequências. *RAUnP*. 2012; 4(1):9-17.
9. Lemos D. Trabalho docente nas universidades federais: tensões e contradições. *Cad CRH (Salvador)*. 2011; 24(1):105-120.
10. Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educ Pesqui*. 2005; 31(2):189-199.
11. Assunção AA, Oliveira DA. Intensificação do trabalho e saúde dos professores. *Educ. Soc. (Campinas)*. 2009; 30(107):349-372.
12. Souza NA, Leite MP. Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. *Educ Soc (Campinas)*. 2011; 32(117):1105-1121.
13. Mancebo D. Trabalho Docente: Subjetividade, Sobreimplicação e Prazer. *Psicol Reflex Crit*. 2007; 20(1):74-80.
14. Léda DB, Mancebo D. REUNI: Heteronomia e precarização da universidade e do trabalho docente. *Educ Real (Porto Alegre)*. 2009; 34(1):49-64.
15. Minayo MCS, Deslandes SF, Gomes R. *Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade*. 27ª ed. São Paulo: Vozes; 2008.
16. Wilson S, Cunningham-Burley S, Bancroft A, Backett-Milburn K, Masters H. Young people, biographical narratives and the life grid: young people's accounts of parental substance use. *Qual Res*. 2007; 7(1):135-151.
17. Bardin L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70; 1979.
18. Aguiar NF. Múltiplas temporalidades de referência: trabalho doméstico e trabalho remunerado: Análise dos Usos do Tempo em Belo Horizonte, Minas Gerais: um projeto piloto. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais; 2001.
19. Fontanella BJB, Luchesi BM, Saidel MGB, Ricas J, Turato ER, Melo DG. Amostragem em pesquisas qualitativas: proposta de procedimentos para constatar saturação teórica. *Cad Saúde Pública*. 2011; 27(2):389-394.
20. Tolfo SR, Piccinini V. Sentidos e significados do trabalho: explorando conceitos, variáveis e estudos empíricos brasileiros. *Psicol Soc (Porto Alegre)*. 2007; 19(1):38-46.
21. Morin EM. Os sentidos do trabalho. *Rev adm empres (São Paulo)*. 2001; 41(3):8-19.
22. Domênico ALD, Boeri CN. Docência no ensino superior: saberes necessários ao professor para a construção crítica do conhecimento pelos acadêmicos [on line]. *ÁGORA Revista Eletrônica*. 2013 [citado jul 2015]; 4(17):114-122. Disponível em: http://agora.ceedo.com.br/ojs/index.php/AGORA_Revista_Eletronica/article/view/71
23. Basso IS. Significado e sentido do trabalho docente. *Cad CEDES*. 1998; 19(44):1-7.
24. Santos JFS. 2011. Percepção dos professores sobre suas condições de trabalho em uma instituição particular de ensino superior em Joinville-SC: um estudo de caso. *Revista da Unifebe*. 1(9):1-12.
25. Almeida MR, Neves MY, Santos FA. As condições e a organização do trabalho de professores de escolas públicas. *Psicologia: Teoria e Prática (Paraíba)*. 2010; 10(2):35-50.
26. Brito J, Athayde M. Trabalho, educação e saúde: o ponto de vista enigmático da atividade. *Trab educ saúde*. 2003; 1(2):239-265.
27. Knox SH. Avaliação da recreação e lazer. Em: Willard & Spackman. *Terapia Ocupacional*. 9ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002. p. 195-201.
28. Glantz, C. H.; Richman, N. Atividades de Lazer. Em: Pedretti LW, Early MB. *Terapia Ocupacional: capacidades práticas para as disfunções físicas*. 5ª ed. São Paulo: Roca; 2005. p. 268-275.
29. Stepansky DV, França L. Trabalho e vida pessoal: o equilíbrio necessário. *Bol Tec Senac*. 2008; 34(1):64-71.
30. Mariani MFM, Alencar EMLS. Criatividade no trabalho docente segundo professores de história: limites e possibilidades. *Psicol Esc Educ (Maringá)*. 2005; 9(1):27-35.
31. Marqueze EC, Moreno CRC. Satisfação no trabalho e capacidade para o trabalho entre docentes universitários. *Psicol estud (Maringá)*. 2009;14(1):75-82.
32. Baibich-Faria TM, Faria JH, Filho DZ. Trabalho docente em pós-graduação stricto sensu em educação: da síndrome datacapes à síndrome do estoicismo-hercúleo. *Anais do VII Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul*; 22-25 jun 2008; Itajaí, Brasil. Rio de Janeiro: Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Educação. 2008. p. 1-24.
33. Soares RJO, Zeitoun RCG, Lisboa MTL, Mauro MYC. 2011. Fatores facilitadores e impeditivos no cuidar de si para docentes de enfermagem. *Texto Contexto-Enferm*. 20(4):758-65.
34. Monteiro VCT. O trabalho docente e a síndrome de burnout. *Anais do V EPEAL: Encontro de Pesquisa em Educação*; 31 ago-3 set 2010; Alagoas, Brasil [on line]. Alagoas: Universidade Federal de Alagoas; 2010. p. 1-12 [citado jul 2015]. Disponível em: <http://dmd2.webfactional.com/media/anais/O-TRABALHO-DOCENTE-E-A-SINDROME-DE-BURNOUT.pdf>
35. Silva WRS, Carvalho NMS. Mal estar docente: o adoecimento do professor universitário e suas implicações para o ensino. *EFDeportes* [on line]. 2011 [citado jun 2015]; 16(160):1-7. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd160/mal-estar-docente-o-adoecimento-do-professor.htm>
36. Cruz RM, Lemos JC, Welter MM, Guisso L. Saúde docente, condições e carga de trabalho. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)* [on line]. 2010 [citado jul 2015]; 4(1):147-160. Disponível em: <http://www.ujaen.es/revista/reid/revista/n4/REID4art8.pdf>
37. Neves MYRN, Silva ES. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. *Estud pesqui psicol*. 2006; 6(1):63-75.
38. Toldrá RC, Daldon MTB, Santos MC, Lancman S. Facilitadores e barreiras para o retorno ao trabalho: a experiência de trabalhadores atendidos em um centro de referência em saúde do trabalhador-SP, Brasil. *Rev Bras Saúde Ocup*. 2010; 35(121).