

# Capítulo XII

## QUALIDADE DE VIDA E TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM PROFESSORES DA REDE DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE MACAÉ-RJ

DOI: 10.51859/amplla.aes253.1124-12

Ana Carolina de Azevedo Ribeiro Cuzat<sup>1</sup>

Larissa Escarce Bento Wollz<sup>2</sup>

Ana Eliza Port Lourenço<sup>3</sup>

Priscila Vieira Pontes<sup>4</sup>

Naiara Sperandio<sup>5</sup>

Luana Silva Monteiro<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé <https://lattes.cnpq.br/6414018976119191>, ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7677-5660> carolcuzat@gmail.com

<sup>2</sup> Psicóloga, Doutora pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Professora do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé <http://lattes.cnpq.br/4284392208385293>, Nº ORCID <https://orcid.org/0000-0003-2951-2061> lwollz@yahoo.com.br

<sup>3</sup> Nutricionista, Doutora pela Fundação Oswaldo Cruz, Professora do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé <http://lattes.cnpq.br/9282845357393710>, Nº ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9619-8052> aelourenco@gmail.com

<sup>4</sup> Nutricionista, Doutora pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Professora do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé <http://lattes.cnpq.br/9310708354193009>, Nº ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3914-9307> privpontes@gmail.com

<sup>5</sup> Nutricionista, Doutora pela Universidade Federal de Viçosa, Professora do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé <http://lattes.cnpq.br/4829264914612277>, Nº ORCID <http://orcid.org/0000-0002-9015-3849>, naiarasperandio@yahoo.com.br

<sup>6</sup> Nutricionista, Doutora pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Professora do Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé <http://lattes.cnpq.br/5232488518757449>, Nº ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3599-6947> luananutrir@gmail.com

### RESUMO

**Introdução:** Dentre as ocupações laborais relacionadas com o desgaste profissional e impacto negativo na saúde do trabalhador, pode-se destacar o magistério. **Objetivo:** Avaliar a presença de Transtornos Mentais Comuns (TMC) e sua associação com a qualidade de vida em professores da rede pública de ensino do município de Macaé-RJ. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, realizado em 2019 com professores de duas escolas do primeiro segmento do ensino fundamental. Utilizou-se o Questionário de Saúde Geral para estimar a prevalência de quadro sugestivo de TMC; o *World Health Organization Quality* para avaliar a Qualidade de Vida (QV) e seus domínios: físico; psicológico; relações sociais e meio ambiente; e o modelo da Regressão Linear Múltipla, para avaliar a associação entre TMC e QV. **Resultados:** Avaliou-se 24 professores, com média do escore de QV geral de 63,5 (desvio padrão=17,64). Observou-se 29,2% com quadro sugestivo de TMC e correlação negativa e forte entre a pontuação final do TMC com o domínio físico ( $\rho=-0,647$ ;  $p=0,001$ ), psicológico ( $\rho=-0,627$ ;  $p=0,001$ ) e relações sociais ( $\rho=-0,504$ ;  $p=0,012$ ). O incremento de 1 ponto no somatório final do TMC associou-se com a redução de 0,075 pontos no escore do domínio físico ( $p<0,01$ ) e 0,059 pontos no escore do domínio relações sociais ( $p=0,04$ ). **Conclusão:** Foram identificados professores com quadro sugestivo TMC e sua relação com a QV.

**Palavras-chave:** Transtornos Mentais Comuns. Qualidade de Vida. Saúde. Professor.

## 1. INTRODUÇÃO

Os professores possuem atribuição social complexa, o que requer desses profissionais responsabilidade, criatividade, disponibilidade e atualização constante (Do Vale; Aguilera, 2016). Todos esses encargos geram sobrecarga mental e emocional resultante da cobrança interna e externa para que seja a figura que suscite a atenção e o interesse do educando aos conteúdos curriculares, além de promover o senso crítico e a formação de cidadania (Carlotto, 2011). Os professores são incumbidos de firmar relações dialógicas, em que aprende e ensina concomitantemente. Desse modo, juntos, professores e estudantes compartilham vivências e contribuem para a formação do conhecimento. Além disso, os professores participam do processo de socialização dos educandos no mundo (Dickmann; Dickmann, 2021).

Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 1998), a docência é a segunda profissão mais estressante, em virtude do acúmulo de funções e sobrecargas provocadas pelo trabalho. Tal característica da profissão pode reverberar de forma negativa na saúde mental, física e emocional e, conseqüentemente, na qualidade de vida dos professores (Diehl; Marin, 2016). Conforme Fiorin *et al.* (2019), a pressão emocional constante e o envolvimento interpessoal por período prolongado, vivenciados pelos professores, resultam em estresse laboral recorrente, que pode comprometer a saúde e qualidade de vida e aumentar o risco de desenvolvimento de Transtornos Mentais Comuns (TMC).

O TMC é uma condição de saúde que não integra critérios formais hábeis para diagnóstico de depressão e/ou ansiedade, de acordo com as categorizações do DSM-V (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* - 5ª edição) e CID-11 (*Classificação Internacional de Doenças* - 11ª revisão). No entanto, sintomas como dificuldades para dormir, esgotamento, falhas de memória, queixas somáticas, irritabilidade, problemas de concentração, dentre outros, podem vir a ocasionar incapacitação funcional expressiva, além de possibilitar danos psicossociais para o indivíduo, e elevado custo econômico e social (Santos, 2021).

Um estudo com 745 professores da educação básica de Montes Claros, MG, sinalizou que 39,4% dos avaliados apresentavam desgaste psíquico (Magalhães *et al.*, 2021). Monteiro *et al.* (2021) avaliaram 84 professores do ensino fundamental e ensino médio da cidade de Macaé, RJ, e observaram que 69% desses educadores manifestavam desgaste psíquico. Em estudo transversal realizado em Minas Gerais, com 221 professores universitários da área da saúde, mostrou que 19,5% possuíam TMC (Ferreira *et al.*, 2015).

O desgaste profissional dos professores tem sido alvo de estudo nos diferentes níveis do magistério. O estilo de vida dos professores é um aspecto essencial de ser avaliado, uma vez que

pode influenciar na qualidade de vida e, por conseguinte, na saúde (Araldi *et al.*, 2021; WHO, 2004). Destaca-se que a qualidade de vida é multifatorial, abrangendo questões como relacionamentos estáveis e duradouros, alimentação saudável e prática regular de atividades físicas, que estão associadas a condições ambientais, físicas e psicológicas (Lima; Gomes; Barbosa, 2021). Esses estudos reforçam a importância de pesquisas associadas a essa temática em saúde pública.

Nessa conjuntura, estudos que gerem informações sobre TMC e qualidade de vida são imprescindíveis para o adequado direcionamento de políticas e intervenções focadas na promoção da saúde de professores.

Assim, o presente estudo objetivou avaliar a relação entre TMC e qualidade de vida de professores da rede pública, do primeiro segmento do ensino fundamental, do município de Macaé, RJ.

## 2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e analítico, realizado com professores de duas escolas do primeiro segmento do ensino fundamental da rede pública municipal de ensino de Macaé-RJ, durante o ano de 2019.

Ambas as escolas são localizadas em área central do município, com fácil acesso ao transporte público e comércio em suas proximidades.

Foram considerados elegíveis todos os professores atuantes nas duas escolas, exceto aqueles licenciados, afastados, gestantes ou lactantes. Havia um total de 43 professores, dentre as quais um encontrava-se de férias. Dos 42 professores elegíveis, 24 devolveram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado e responderam ao questionário de pesquisa.

Os pesquisadores, devidamente treinados, foram às escolas, explicaram para aos professores sobre os objetivos da pesquisa e os orientaram sobre o preenchimento de um questionário estruturado auto preenchível. A devolução dos questionários foi feita em urnas lacradas disponibilizadas na secretaria de cada uma das escolas, para manter o sigilo das informações e anonimato dos participantes.

O questionário foi construído por perguntas fechadas, para obtenção de variáveis: sociodemográficas, laborais, morbidade, antropométricas, qualidade de vida e percepção de saúde.

Os dados sociodemográficos analisados foram: sexo; idade (calculada por meio da data de nascimento), e posteriormente, categorizada em <45 anos ou ≥45 anos; situação marital (casado ou outros); ter filho (sim ou não).

As informações laborais consistiram em: regime de trabalho em horas; tempo de trabalho no magistério, categorizado em <10 anos e ≥ 10 anos; escolaridade dos professores (graduação ou especialização).

As informações sobre morbidade foram obtidas por meio de perguntas objetivas (sim; não; não sabe) acerca do diagnóstico prévio de: diabetes *mellitus*, hipertensão arterial sistêmica, hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia. A autoavaliação da saúde foi feita mediante a seguinte pergunta: "Como o(a) Sr.(a) classificaria seu estado de saúde?", que possuía seis categorias de frequência como opção de resposta: muito bom/bom/regular/ruim/muito ruim/não sabe informar. Para fins de análise, essas opções foram agrupadas em duas categorias: regular (regular+ruim+muito ruim) e bom (muito bom+bom). Para identificar os hábitos de tabagismo e etilismo foram feitas as seguintes questões: "O(A) Sr.(a) fuma?" (sim; não; já fumei) e "O(A) Sr.(a) costuma consumir bebida alcoólica?" (sim; não). Já em relação a avaliação do sono: "Em geral, a que horas você vai dormir? (indique a hora que mais se aproxima do horário em que usualmente você deita para dormir)"; "Em geral, a que horas você acorda? (indique a hora que mais se aproxima do horário em que você acorda)". Para fins de análise, a avaliação do sono (sobre as horas de sono) foi agrupada em duas categorias:<8 horas ou ≥ 8 horas por dia.

As medidas **antropométricas** de peso e estatura foram autorreferidas e utilizadas para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Considerou-se com excesso de peso os indivíduos com IMC igual ou superior a 25 kg/m<sup>2</sup> (WHO, 2000).

A **qualidade de vida** foi analisada por meio do questionário *World Health Organization Quality* (WHOQOL-bref) desenvolvido pela OMS, validado para o português (Sanchez *et al.*, 2019). O questionário é constituído por 26 questões, sendo duas gerais e 24 sobre os domínios da qualidade de vida, a saber: físico, psicológico, social e ambiental. Cada questão tem cinco opções de resposta, que se referem a situações ocorridas com os indivíduos nas últimas duas semanas (Ferentz, 2017). As respostas foram pontuadas de 1 a 5, separadamente para cada um dos domínios, e apresentadas em escala percentual de 0 a 100, seguindo a proposta de Pedroso e colaboradores (2009). Quanto mais próximo a 100%, melhor a qualidade de vida dos avaliados.

A **percepção de saúde** foi avaliada pela presença de TMC, por meio do Questionário de Saúde Geral (QSG-12) (Gnambs; Staufenbiel, 2018). Este questionário, validado para adultos no

Brasil (Campolina *et al.*, 2018), é composto por 12 perguntas sobre sintomas ou comportamentos experimentados pelo indivíduo nas últimas duas semanas anteriores ao preenchimento. Cada pergunta foi pontuada de 0 a 1, conforme a frequência desses sintomas ou comportamentos. Professores com três pontos ou mais, dentro do total de 12, foram considerados com quadro sugestivo de TMC (Gouveia, 2010).

A digitação dos dados foi realizada no programa EPI INFO 7, e a análise, no *Statistical Package for the Social Sciences* – SPSS, versão 19. Para a caracterização dos professores, fez-se a análise descritiva, com as variáveis contínuas descritas por média e desvio padrão (DP), e as variáveis categóricas como proporção (%). Na análise inferencial, as variáveis contínuas foram testadas por meio do teste de *Kolmogorov-Smirnov*, para verificar se os dados possuíam distribuição simétrica. Para testar as diferenças entre médias, foi aplicado o teste *t* de *Student*. Para as variáveis categóricas foi utilizado o teste Exato de *Fisher*, com o valor de  $p < 0,05$ , para a significância estatística.

Para avaliar a correlação entre o TMC e a qualidade da vida foi utilizado o coeficiente de correlação de *Pearson*, uma vez que a amostra apresentava uma distribuição normal. Foi utilizada a seguinte classificação dos coeficientes de correlação: coeficientes de correlação  $< 0,4$  (correlação de fraca magnitude),  $> 0,4$  a  $< 0,5$  (de moderada magnitude) e  $> 0,5$  (de forte magnitude) (Hulley *et al.*, 2008).

Foi feita análise de regressão linear múltipla para estimar a associação entre a qualidade de vida geral e os domínios avaliados (variável dependente) com o TMC.

Foram incluídas no modelo as covariáveis associadas com  $p$ -valor  $< 0,20$ , nas análises univariadas e permaneceram no modelo final ajustado, aquelas com  $p$ -valor  $< 0,05$ .

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho, CAAE: 49258313.1.0000.5257.

### 3. RESULTADOS

A média de idade dos 24 professores foi de 47 anos (DP=7,56). Dentre esses, 92% eram mulheres, 71% casados e 92% possuíam filhos. O tempo de atuação no magistério foi de, em média, 15 anos (DP=7). Quanto ao nível de escolaridade, 42% possuíam graduação e a maioria (58%) possuía especialização (Tabela 1).

Tabela 1 – Distribuição da amostra segundo características sociodemográficas e laborais de professores de duas escolas da rede pública de Macaé do ensino fundamental (n=24), Macaé, 2019.

<b>Características</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Masculino	2	8,3
Feminino	22	91,7
<b>Faixa etária</b>		
< 45 anos	12	50,0
≥ 45 anos	12	50,0
<b>Situação marital</b>		
Casado	17	70,8
Outro	7	29,2
<b>Filhos</b>		
Sim	22	91,7
Não	2	8,3
<b>Tempo de trabalho no magistério*</b>		
< 10 anos	6	26,1
≥ 10 anos	17	73,9
<b>Nível de escolaridade</b>		
Graduação	10	40,7
Especialização	14	58,3

\*n=23

Fonte: Autoria própria.

Do total de professores, 49% classificaram sua saúde como boa ou muito boa, 46%, como regular e 4% como ruim. Adicionalmente, 37,5% dos professores referiram apresentar hipertensão arterial sistêmica e 17% hipercolesterolemia e/ou hipertrigliceridemia. Nenhum professor referiu ter diabetes *mellitus*. Em relação à condição de peso, a maioria (55%) dos professores apresentava excesso de peso (Tabela 2).

Quanto à qualidade do sono, 62,5% (DP=1,05) dos professores relataram dormir menos de 8 horas por dia, com média de sono de 7 horas por dia (DP=1,0). Além disso, 33% revelaram consumir bebida alcoólica e 12,5% eram fumantes.

De acordo com as médias dos percentuais dos escores dos domínios da qualidade de vida, foi observada média de 61% (DP=19,2) no domínio físico, 72,5% (DP=13,3) no psicológico, 76% (DP=15,3) no de relações sociais e 60% (DP=16,8) no de meio ambiente. Na avaliação geral da qualidade de vida a média foi de 63,5% (DP=17,6).

Tabela 2 – Distribuição da amostra segundo características de morbidade, autoavaliação da saúde, condição de peso e sono de professores de duas escolas da rede pública de Macaé do ensino fundamental (n=24). Macaé, 2019.

<b>Características</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Autoavaliação de Saúde</b>		
Muito Bom	4	16,7
Bom	8	33,3
Regular	11	45,8
Ruim	1	4,2
<b>Hipertensão Arterial</b>		
Sim	9	37,5
Não	15	62,5
<b>Diabetes mellitus</b>		
Não	24	100
<b>Hipercolesterolemia e/ou Hipertrigliceridemia</b>		
Sim	4	16,7
Não	19	79,2
Não sabe	1	4,2
<b>Condição de Peso*</b>		
Com excesso	11	55
Sem excesso	9	45
<b>Horas de Sono</b>		
Menos de 8 horas por dia	15	62,5
8 horas ou mais por dia	9	37,5

Fonte: Autoria própria.

\*n=20

Destaca-se que 29,2% dos professores apresentaram respostas compatíveis com o quadro sugestivo de TMC. Desses, todas (100%) eram mulheres com filhos e a maioria era composta por: 57,1% menores de 45 anos de idade, 85,7% casadas, 71,4% apresentavam tempo de magistério igual ou superior a 10 anos, 71,4% dormiam menos de 8 horas por dia, 60% possuíam excesso de peso, 57,1% tinham hipertensão arterial, e 71,4% classificavam sua saúde como regular. Apenas 16,7% tinham hipercolesterolemia e/ou hipertrigliceridemia. Para nenhuma das variáveis explanatórias observou-se diferença estatística significativa, na proporção de professores com e sem quadro sugestivo de TMC (Tabela 3).

Tabela 3 – Frequência de Transtorno Mental Comum (TMC) em professores de duas escolas da rede pública de Macaé do ensino fundamental (n=24) de acordo com variáveis sociodemográficas, laborais e de saúde. Macaé, 2019.

Características	Frequência de TMC				P-valor*
	Positivo para TMC		Negativo para TMC		
	n	%	n	%	
<b>Sexo</b>					<b>1,00</b>
Masculino	0	0	2	100	
Feminino	7	31,8	15	68,2	
<b>Idade</b>					<b>1,00</b>
Menor de 45 anos	4	33,3	8	66,7	
45 anos ou mais	3	25,0	9	75,0	
<b>Situação Marital</b>					0,35
Casado	6	37,5	10	62,5	
Outros	1	12,5	7	87,5	
<b>Filhos</b>					<b>1,00</b>
Sim	7	31,8	15	68,2	
Não	0	0,0	2	100,0	
<b>Tempo no Magistério</b>					<b>1,00</b>
< 10 anos	2	33,3	4	66,7	
≥ 10 anos	5	29,4	12	70,6	
<b>Sono</b>					0,67
Menos de 8 horas por dia	5	33,3	10	66,7	
8 horas ou mais por dia	2	22,2	7	77,8	
<b>Condição de peso</b>					<b>1,00</b>
Sem excesso	2	22,2	7	77,8	
Com excesso	3	27,3	8	72,7	
<b>Hipertensão</b>					0,36
Sim	4	44,4	5	55,6	
Não	3	20,0	12	80,0	
<b>Hipercolesterolemia e/ou Hipertrigliceridemia</b>					0,69
<b>Sim</b>	2	50,0	2	50,0	
<b>Não</b>	5	26,3	14	73,7	
<b>Não sabe</b>	0	0,0	1	100,0	
<b>Autoavaliação de Saúde</b>					0,37
<b>Bom</b>	2	16,7	10	83,3	
<b>Regular</b>	5	41,7	7	58,3	

\*Teste Exato de Fisher

Fonte: Autoria própria.

Professores com resultados sugestivos para TMC apresentaram menores médias em todos os domínios da qualidade de vida, tendo significância estatística, para os domínios físico (p-valor=0,03) e psicológico (p-valor=0,01) (Tabela 4).

Tabela 4 – Avaliação entre o Transtorno Mental Comum (TMC) e os domínios da qualidade de vida de professores de duas escolas da rede pública de Macaé do ensino fundamental (n=24), Macaé, 2019.

Domínios de Qualidade de Vida	TMC	Média por domínio	Desvio padrão	P-valor*
Domínio Físico	Sem TMC	66,4	17,5	0,03
	Com TMC	47,9	17,9	
Domínio Psicológico	Sem TMC	76,7	12,9	0,01
	Com TMC	62,5	7,9	
Domínio Social	Sem TMC	79,9	15,9	0,08
	Com TMC	67,9	10,1	
Domínio Ambiental	Sem TMC	61,2	19,1	0,56
	Com TMC	56,7	9,4	
Domínio Ambiental	Sem TMC	64,7	20,4	0,62
	Com TMC	60,7	8,6	

\*Teste t de Student

Fonte: O autor.

Observou-se correlação negativa e forte entre a pontuação final do TMC com os domínios de qualidade de vida: físico ( $\rho=-0,647$ ; p-valor=0,001), psicológico ( $\rho=-0,627$ ; p-valor=0,001) e de relações sociais ( $\rho=-0,504$ ; p-valor=0,012). Não se observou correlação para o domínio de meio ambiente ( $\rho=-0,245$ ; p-valor=0,249), nem para a qualidade de vida geral ( $\rho=-0,177$ ; p-valor=0,409).

O modelo final da regressão linear múltipla para avaliar a associação entre o TMC e a qualidade de vida incluiu o domínio físico e o de relações sociais. Observou-se que o incremento de 1 ponto no somatório final do TMC associou-se com uma redução de 0,075 pontos no escore do domínio físico ( $p<0,01$ ) e 0,059 pontos no escore do domínio de relações sociais ( $p=0,04$ ).

## 4. DISCUSSÃO

Os participantes deste estudo eram majoritariamente mulheres e aproximadamente um terço apresentava quadro sugestivo de TMC. Os professores com esse quadro apresentaram menores escores nos domínios físico e psicológico da qualidade de vida. Adicionalmente, constatou-se que quando ocorre aumento na pontuação do TMC, alguns domínios da qualidade de vida são afetados negativamente, em especial, os domínios físico e de relações sociais.

Os transtornos mentais constituem um dos principais problemas de saúde que atingem os professores (Araújo; Carvalho, 2009) e podem ser desencadeados por diversos fatores (Rouquayrol; Gurgel, 2021). Condições de vida e de trabalho prejudiciais, falta de reconhecimento, adversidades na vida particular, problemas de comportamento dos alunos e

falta de apoio por parte da família são alguns motivos que podem estar vinculados ao adoecimento mental nesses profissionais (Diehl; Marin, 2016).

Pesquisas realizadas em outros estados brasileiros, utilizando questionários semelhantes ao do presente estudo, têm encontrado diferentes prevalências de TMC em professores, a depender do segmento de ensino. Um estudo de 2013, com 111 professores de pré-escolas públicas de Pelotas-RS, detectou prevalência de TMC de 17,8% (Silva; Silva, 2013), ou seja, um resultado cerca de 40% menor que no presente estudo. Já um estudo com 206 professores do ensino fundamental de Vitória da Conquista-BA, encontrou 39,8% de prevalência de TMC, com maior frequência entre as mulheres (Santos, 2017).

Um estudo com 751 professores, também do ensino fundamental, porém em Belo Horizonte-MG, observou prevalência de 50,3%. Esses autores comentaram que tal elevada prevalência pode ser decorrente da época de realização da pesquisa, que aconteceu no final do ano letivo, quando usualmente há maior acúmulo de tarefas e de problemas organizacionais (Gasparini; Barreto; Assunção, 2006). Outro estudo que encontrou prevalência elevada (57,95%) foi realizado recentemente, em 2021, com professores da rede pública estadual do Rio Grande do Norte (Santos, 2021). Esse resultado, aproximadamente o dobro da prevalência encontrada na presente pesquisa, pode ser devido à conjuntura da pandemia da covid-19, marcada por incertezas, perda de familiares, medos, crise econômica, além de novos desafios com o ensino remoto.

A qualidade de vida dos professores avaliados no presente estudo foi caracterizada como regular, estando abaixo do satisfatório. Resultado semelhante foi observado em Campina Grande-PB, entre 26 professores do fundamental de uma escola municipal (Moreira; Santino; Thomaz, 2020). Esse comprometimento na qualidade de vida pode estar relacionado ao segmento de ensino, pois o ensino fundamental, como comenta Porto *et al.* (2006), pode ser mais exaustivo do que outros segmentos, provavelmente devido ao contato direto com os estudantes e famílias, exposição ao ambiente mais agitado, dentre outros fatores, que podem acarretar quadro crônico de depreciação e desqualificação social e psicológica, o que impacta negativamente na qualidade de vida desse professor.

Os estudos que relacionam o TMC com a qualidade de vida apontam uma associação inversa; isto é, quanto maior a pontuação do TMC há mais prejuízo na qualidade de vida dos professores (Santos, 2017; Santos, 2021; Rocha; Fernandes, 2008). No citado estudo em Vitória da Conquista, os escores para os domínios físico, psicológico, de relações sociais e de meio ambiente foram significativamente menores para os professores com TMC (Santos, 2017). Em outro estudo, com 326 professores do ensino fundamental de Cuiabá-MT, fatores relacionados

a transtorno mental e a questões do trabalho docente, hábitos de vida e de sono, prejudicavam os domínios de qualidade de vida (Santos, 2020).

Em especial, no que tange ao domínio físico, a presença de TMC configura em manifestações de sintomas depressivos e de ansiedade, podendo comprometer a performance física diária do professor (Jardim; Barreto; Assunção, 2007). O domínio físico abrange o quanto a dor e o desconforto impedem as atividades diárias, se o indivíduo apresenta energia suficiente para desempenhar suas tarefas ou se sente fadigado; se está satisfeito com a capacidade para se locomover e com a capacidade para o trabalho e se há perda de sono constante por preocupação. Já o domínio de relações sociais envolve a capacidade de se relacionar com outras pessoas, o apoio social e a atividade sexual. Porém, esses domínios estão correlacionados entre si. Como comentam Assunção e Abreu (2019), os encargos destinados aos professores e as demandas para realização de tarefas extras podem contribuir para a redução de tempo de lazer, autocuidado, atividades culturais, relacionamento com amigos e familiares e, por conseguinte, impactar simultaneamente nos domínios físico e de relações sociais.

Com base nos resultados obtidos, os diferentes atores sociais em seus respectivos níveis de governabilidade, podem fomentar estratégias que auxiliem na redução de estresse laboral e, conseqüentemente, promovam saúde e qualidade de vida entre os professores (Abbad; Puentes-Palácios; Gondim, 2014). Destaca-se a importância de ações que favoreçam um ambiente de trabalho saudável, uma vez que, para que se alcance equilíbrio entre o indivíduo e o trabalho, é necessário focar tanto o funcionário como o ambiente em que este desenvolve suas atividades (Araújo; Pinho; Masson, 2019).

O estresse proveniente do trabalho dos professores dificilmente será eliminado completamente, no entanto, pode ser amenizado a níveis controláveis para que esses profissionais possam ser capazes de desempenhar suas atividades de forma eficaz e com saúde (Monteiro *et al.*, 2021). Nessa direção, é importante promover a reflexão dos professores acerca do equilíbrio entre as demandas do trabalho e vida social, assim como, sobre o estabelecimento de metas realistas e o desenvolvimento de estratégias para o enfrentamento de transtornos mentais (Kourmoussi; Alexopoulos, 2016; França *et al.*, 2014).

Uma limitação do presente estudo é o fato de não se tratar de amostra representativa da base populacional. Contudo, mesmo que os resultados não possam ser amplamente extrapolados, esta pesquisa traz informações relevantes para o município de Macaé, que dialogam com achados de outras localidades e, dessa forma, podem contribuir com informações sobre a temática da saúde dos professores. Destaca-se que essas informações podem favorecer

um olhar mais ampliado para a saúde dos professores de Macaé, vindo a auxiliar a gestão municipal no planejamento de ações em conformidade com as demandas locais.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os professores desempenham papel essencial no cenário escolar, que vão além do ato de lecionar. São profissionais que devem ser valorizados e necessitam de atenção quanto a sua saúde física e mental e sua qualidade de vida. Destaca-se que o magistério é uma das profissões que mais prejudica a saúde mental.

Os dados do presente estudo evidenciaram prevalência expressiva de TMC e o seu impacto em aspectos físicos, sociais e psicológicos da qualidade de vida de professores da rede municipal de ensino de Macaé-RJ.

Portanto, os resultados apontam para a necessidade de avançar os estudos sobre TMC e o trabalho dos professores, para se compreender melhor as associações encontradas e subsidiar propostas que contribuam para elevar a satisfação no trabalho e melhorar a saúde mental e a qualidade de vida dos professores e, conseqüentemente, contribuir para o alcance dos objetivos pedagógicos.

## REFERÊNCIAS

ABBAD, G.; PUENTE-PALÁCIOS, K.; GONDIM, S. M. G. **Abordagens metodológicas em psicologia organizacional e do trabalho.** *Revista Brasileira de Psicologia*, v. 1, n. 2, p. 71-78, 2014.

ARALDI, F. M. et al. **Qualidade de vida de professores do ensino superior: uma revisão sistemática.** *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, n. 41, p. 459-470, 2021.

ARAÚJO, T. M. de; CARVALHO, F. M. **Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos.** *Educação & Sociedade*, v. 30, p. 427-449, 2009.

ARAÚJO, T. M. de; PINHO, P. De S; MASSON, M. V. **Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, 2019.

ASSUNÇÃO, A. A.; ABREU, M. N. S. **Pressão laboral, saúde e condições de trabalho dos professores da Educação Básica no Brasil.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, p. e00169517, 2019.

CAMPOLINA, A. G. et al. **Qualidade de vida em uma amostra de adultos brasileiros utilizando o questionário genérico SF-12.** *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 64, p. 234-242, 2018.

CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados.** Psicologia: teoria e Pesquisa, v. 27, p. 403-410, 2011.

DE FRANÇA, T. L. B. et al. **Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção.** Revista de Enfermagem UFPE online, v. 8, n. 10, p. 3539-3546, 2014.

DICKMANN; DICKMANN. **100 anos com Paulo Freire.** Chapecó: Livrologia, v. 1, p. 153-168, 2021.

DIEHL, L.; MARIN, A. H. **Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura.** Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, dez. 2016.

DO VALE, P. C. S.; AGUILLERA, F. **Estresse dos professores de ensino fundamental em escolas públicas: uma revisão de literatura.** Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, v. 5, n. 1, 2016.

FERENTZ, L. M.da S. **Análise da Qualidade de Vida pelo Método Whoqol-Bref: estudo de caso na cidade de Curitiba, Paraná.** Revista Estudo & Debate, v. 24, n. 3, 2017.

FERREIRA, R. C. et al. **Transtorno mental e estressores no trabalho entre professores universitários da área da saúde.** Trabalho, educação e saúde, v. 13, p. 135-155, 2015.

FIORIN, B. H. et al. **Adaptação transcultural de instrumentos em qualidade de vida: uma revisão sistemática do método.** Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida, v. 11, n. 1, p. 2, 2019.

GASPARINI, S. M; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. **Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.** Cadernos de Saúde Pública, v. 22, p. 2679-2691, 2006.

GNAMBS, T.;STAUFENBIEL, T.A **estrutura do General Health Questionnaire (GHQ- 12): duas análises fatoriais meta-analíticas.** Revisão de psicologia da saúde , v. 12, n. 2, pág. 179-194, 2018.

GOUVEIA, V. V. et al. **Validade fatorial e confiabilidade do General Health Questionnaire (GHQ-12) na população médica brasileira.** Cadernos de Saúde Pública , v. 26, n. 7, pág. 1439-1445, 2010.

HULLEY, S. B. et al. **Delineando a pesquisa clínica: uma abordagem epidemiológica.** Porto Alegre: Artmed, 2008.

JARDIM, R.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A.Á **Condições de trabalho, qualidade de vida e disfonia entre docentes.** Cadernos de Saúde Pública, v. 23, n. 10, p. 2439-2461, 2007.

KOURMOUSI, N.; ALEXOPOULOS, E. C. **Fontes e manifestações de estresse em uma amostra nacional de educadores pré-primários, primários e secundários na Grécia.** Fronteiras da saúde pública , v. 4, p. 73, 2016.

LIMA, G. K. M. de; GOMES, L. M. X.; BARBOSA, T. L. de A. **Qualidade de Vida no Trabalho e nível de estresse dos profissionais da atenção primária.** Saúde em Debate, v. 44, p. 774-789, 2020.

MAGALHÃES, T. A. de et al. **Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 46, 2021.

MONTEIRO, L. S. et al. **Risco para Síndrome de Burnout em professores de escolas públicas de Macaé-RJ.** Cadernos do Desenvolvimento Fluminense, n. 20, p. 233-250, 2021.

MOREIRA, A. S. G.; SANTINO, T. A.; FERREIRA, A. T. **Qualidade de vida de professores do ensino fundamental de uma escola da rede pública.** Ciencia&trabajo, v. 19, n. 58, p. 20-25, 2020.

Organização Internacional do Trabalho (OIT), **A condição dos professores: recomendação Internacional de 1966, um instrumento para a melhoria da condição dos professores.** Genebra: OIT/Unesco, 1998.

PEDROSO, B.; PILATTI, L.A.; REIS, D.R., **“Cálculo dos escores e estatística descritiva do WHOQOL-100 utilizando o Microsoft Excel”**, Revista Brasileira de Qualidade de Vida, v. 1, n. 1(jan./jul), p. 23-32, 2009.

PORTO, L. A. et al. **Associação entre distúrbios psíquicos e aspectos psicossociais do trabalho de professores.** Revista de saúde pública, v. 40, n. 5, p. 818-826, 2006.

ROCHA, V. M. da; FERNANDES, M. H. **Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 57, p. 23-27, 2008.

ROUQUAYROL, M. Z.; GURGEL, M. Rouquayrol: **epidemiologia e saúde.** Medbook, 2021.

SANCHEZ, H.M., et al. **“Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento”**, Ciência & Saúde Coletiva, v.24, n.11, p. 4111-4122, 2019.

SANTOS, A. G. B. **Fatores associados com a qualidade de vida de professores.** Mestrado em Enfermagem E Saúde Instituição De Ensino: Universidade Estadual Do Sudoeste Da Bahia, Jequié Biblioteca Depositária: Jorge Amado, 2017.

SANTOS, Edialda Costa et al. **Fatores associados à insatisfação com a saúde de professores do ensino fundamental.** Revista Brasileira de Enfermagem, v. 73, 2020.

SANTOS, W. Da S. **Prevalência de transtornos mentais comuns entre docentes da rede estadual de ensino do RN na pandemia de covid-19.** 2021.

SILVA, L. G. da; SILVA, M. C. da. **Condições de trabalho e saúde de professores pré- escolares da rede pública de ensino de Pelotas, RS, Brasil.** Ciência&SaúdeColetiva, v. 18, p. 3137-3146, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **A glossary of terms for community health care services for older persons.** WHO, 2004.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesidade: prevenção e gestão da epidemia global. Série de relatórios técnicos da Organização Mundial da Saúde**, v. 894, p. 1- 253, 2000.