

VIVER PARA ESTUDAR: ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS XII INIC / VIII EPG - UNIVAP 2008

OLIVEIRA, L. S.¹, OLIVEIRA, A.P.², OLIVEIRA, A.L.ⁿ

¹ Universidade de Taubaté/ Departamento de Psicologia, li_sjc@yahoo.com.br

² Universidade de Taubaté/ Departamento de Psicologia, adrielleportes@yahoo.com.br

ⁿ Universidade de Taubaté/ Departamento de Psicologia, adrianeleonidas@uol.com.br

Resumo- A presente pesquisa teve como objetivo estudar como se caracteriza a qualidade de vida de professores universitários, atuantes em uma universidade do interior do estado de São Paulo, com relação a cinco dimensões: bem-estar físico e material, relações com outras pessoas, atividades sociais, comunitárias e cívicas, desenvolvimento pessoal e recreação. A partir do delineamento de levantamento, foi estudada uma amostra de 80 professores, por meio do instrumento Escala Adaptada de Qualidade de Vida de Flanagan. Os resultados da pesquisa revelam que a amostra de professores universitários está satisfeita com sua qualidade de vida no trabalho e pode-se confirmar a influência da satisfação com o trabalho na satisfação da vida pessoal.

Palavras-chave: Professor Universitário. Qualidade de Vida.

Área do Conhecimento: Psicologia

Introdução

Qualidade de Vida foi definida pelo Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde como “[...] a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (FLECK, 2000, p. 179).

A Qualidade de Vida (QV) tem sido preocupação constante do ser humano, desde o início de sua existência e, atualmente, constitui um compromisso pessoal a busca contínua de uma vida saudável, e implica mais do que ter uma boa saúde física ou mental, engloba estar de bem com você mesmo, com a vida, com as pessoas queridas, em equilíbrio (SANTOS, 2002).

Guiselini (1996) comenta que a maioria das pessoas deixa em último plano a preocupação com seu patrimônio mais precioso – seu corpo, tornando sua maior necessidade a de ser “culturalmente desenvolvido”, o que pressupõe o domínio de uma série de conhecimentos e aptidões, mas sem hábitos saudáveis.

Os professores universitários são cada vez mais exigidos a se re-qualificar para manter-se no mercado de trabalho. As condições de trabalho, ou seja, as circunstâncias sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar sobreexcesso ou hipersolicitação de suas funções psicofisiológicas (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005). A partir destas constatações torna-se relevante o estudo da qualidade de vida desses profissionais,

visando oferecer recomendações e prevenções sobre a saúde mental desses indivíduos.

Com isso, o presente trabalho teve como objetivo estudar a qualidade de vida em professores universitários, utilizando de instrumentos que possibilitaram captar a percepção dos indivíduos acerca de sua vida profissional, levando em conta o contexto onde o mesmo está inserido.

Metodologia

Foi realizado um estudo exploratório, por meio do delineamento de levantamento de dados, por se desejar o conhecimento direto da realidade. Foi feita a solicitação de informações a professores do Ensino Superior de uma universidade do interior do estado de São Paulo, no Vale do Paraíba, acerca do problema estudado, para em seguida, mediante análise quantitativa, obter as conclusões correspondentes dos dados coletados.

Foi composta uma amostra por acessibilidade com 80 professores universitários, com no mínimo um ano de atuação na área docente.

Foi utilizado nesta pesquisa um questionário para conhecer o perfil sócio demográfico dos entrevistados, desenvolvido por Mendes (2002) e a Escala Adaptada de Qualidade de Vida de Flanagan (SCHMIDT, 2004). Esta escala, segundo Santos (2002), conceitualiza qualidade de vida a partir de cinco dimensões: bem-estar físico e material, relações com outras pessoas, atividades sociais, comunitárias e cívicas, desenvolvimento pessoal e realização, e recreação. Essas dimensões são mensuradas através de dezesseis

itens, onde o respondente tem sete opções de resposta, que vai de "muito insatisfeito" (escore 1) até "muito satisfeito" (escore 7). É importante destacar que a escala é auto-aplicável.

Como se constata, nesta pesquisa foram usados os dois instrumentos em virtude de suas características, de serem uma das mais práticas e eficientes técnicas de coleta de dados.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Taubaté, em 18 de maio de 2007, protocolo nº. 088/07. Cada participante assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, onde autorizou a utilização dos dados por ele fornecidos nesta pesquisa e em publicações posteriores, além de ter os esclarecimentos necessários referentes ao estudo.

Após a coleta dos dados foi feita a análise das questões, que foram tabuladas no programa de análise de dados Epi Info versão 3.4.2. Após isto foi feito o cruzamento dos dados e a interpretação dos resultados, apontando a descrição dos dados e suas avaliações.

Resultados

Foram analisados 80 questionários aplicados em professores universitários de diversos cursos.

O presente estudo conseguiu destacar alguns resultados relevantes. Embora não se tenha realizado uma análise para se avaliar a significância estatística, muitas das informações obtidas sugerem que os profissionais têm uma boa qualidade de vida.

De acordo com os resultados obtidos através do Questionário de Perfil Sociodemográfico, dos 80 professores, 47 eram do sexo masculino e 33 do sexo feminino. A faixa etária com maior predominância foi dos 40 aos 49 anos (43%), seguida pela faixa etária dos 50 aos 59 anos (28%). Vinte e um por cento dos entrevistados encontram-se na faixa etária dos 30 a 39 anos, sendo que 4% dos entrevistados encontram-se na faixa etária entre 20 a 29 anos e a mesma porcentagem acima de 60 anos.

Quando somadas as horas semanais trabalhadas em todas as atividades profissionais, 33% dos entrevistados trabalham de 51 a 60 horas semanais, 32% de 41 a 50 horas semanais, 29% de 31 a 40 horas semanais, 3% de 61 a 70 horas semanais, 1% de 11 a 20 horas semanais, 1% de 21 a 30 horas e 1% mais que 80 horas semanais.

Dos 80 profissionais entrevistados, 55 relatam não apresentar problemas de saúde relacionados ao trabalho. Vinte e cinco profissionais relataram apresentar problemas de saúde associado ao trabalho.

Trinta e cinco por cento dos entrevistados relataram que quase sempre os finais de semana

são dedicados exclusivamente a sua família, vida social ou lazer. Já 25% algumas vezes dedicam seu tempo a essas atividades, ao contrário de 19% e 18%, que muitas vezes e sempre fazem isso, respectivamente. Apenas 3% dos entrevistados, raras vezes dedicam seus finais de semana à família, vida social ou lazer. Dos 80 profissionais entrevistados, 47 deles praticam atividades físicas ou esportes.

De acordo com os resultados obtidos pela Escala Adaptada de Qualidade de Vida de Flanagan, 42% dos profissionais relatam estar satisfeitos quanto a conforto material (moradia, alimentação e situação financeira). Vinte e oito por cento estão bastante satisfeitos, 14% nem satisfeito nem insatisfeito, 10% extremamente satisfeitos e 6% dizem estar insatisfeitos.

Trinta e nove por cento dos entrevistados estão bastante satisfeitos com o relacionamento com esposo (a) ou parceiro (a), 28% estão extremamente satisfeitos, 19% estão satisfeitos, 6% estão nem satisfeitos nem insatisfeitos, 5% estão extremamente insatisfeitos e 3% estão insatisfeitos.

Em relação ao aprendizado e a possibilidade de poder aumentar seus conhecimentos gerais, 25% dos entrevistados estão satisfeitos, 24% estão bastante satisfeitos, 23% estão extremamente satisfeitos, 11% estão insatisfeitos, 10% estão nem satisfeitos nem insatisfeitos e apenas 3% estão bastante insatisfeitos.

Quarenta e nove por cento dos entrevistados dizem estar satisfeitos com o trabalho no emprego ou em casa, 21% estão bastante satisfeitos, 11% estão extremamente satisfeitos, 10% estão nem satisfeitos nem insatisfeitos, 6% estão insatisfeitos, enquanto apenas 3% estão bastante insatisfeitos.

Vinte e oito por cento dos entrevistados não estão nem satisfeitos nem insatisfeitos em relação a participação de atividades recreacionais e esportivas, 20% estão insatisfeitos, 15% estão satisfeitos e bastante satisfeitos, respectivamente, 10% estão bastante insatisfeitos, 9% estão extremamente satisfeitos, enquanto 3% está extremamente insatisfeito.

Quanto a encontrar-se com outras pessoas e fazer coisas juntas, 31% dos entrevistados dizem estar satisfeitos, 21% estão bastante satisfeitos, 15% estão insatisfeitos, 14% estão nem satisfeitos nem insatisfeitos, 11% estão extremamente satisfeitos, enquanto 8% dizem estar bastante insatisfeito.

Por fim, quando questionados sobre a independência (capacidade de fazer as coisas por si mesmos), 36% estão bastante satisfeitos, 34% estão bastante satisfeitos, 19% estão satisfeitos, 9% estão nem satisfeitos nem insatisfeitos, e 1% está insatisfeito e bastante insatisfeito, respectivamente.

Discussão

Em relação as características sócio demográficas dos professores que participaram deste estudo, houve predomínio do gênero masculino (47 docentes), da faixa etária entre 40 a 49 anos (43%), seguida pela faixa etária dos 50 aos 59 anos (28%). A maioria (53%) é formada há 16 anos ou mais, sendo que 37% atuam há mais de 16 anos no magistério. Estes dados indicam que a maioria dos profissionais está em idade madura e possui experiência profissional e conseqüentemente maior qualidade de vida, pois indivíduos com mais idade, quando comparados aos mais jovens, desenvolvem melhores estratégias de enfrentamento da realidade e estabelecem expectativas profissionais mais realistas.

Nunes e Teixeira (1997, apud MENDES, 2002), obtiveram depoimentos de professores que relataram dificuldade em precisar o número de horas dedicadas à atividade docente, pois o período da noite e os finais de semana são comumente utilizados para completar as tarefas relativas à docência. Segundo Silva (2006), os professores não conseguem deixar de trabalhar mesmo quando estão em casa, no lazer, ou mesmo de férias, pois existe uma exigência constante de produtividade (artigos, livros, pesquisas), o que acarreta o não desligamento do trabalho.

Em nossa pesquisa, assim como na pesquisa de Mendes (2002), houve predomínio de profissionais pesquisados que não associam problemas de saúde com seu trabalho. Comumente professores comentam sobre problemas de saúde vividos por eles, mas não o associam ao trabalho. Segundo Mendes (2002), os profissionais se distanciam e passam a negar sentimentos e sensações com o objetivo de defender-se de relações perturbadoras e ambigüidades não compreendidas, referentes à situação ocupacional e a sua própria vida.

Em relação à frequência do lazer, do convívio familiar e social nos finais de semana, 35% dos entrevistados relataram quase sempre dedicar seu tempo a estas atividades, porém 25% relatam se dedicar a estas atividades apenas algumas vezes. Silva (2006) aponta em sua pesquisa que o lazer pode ser prejudicado pelo excesso de trabalho e suas conseqüências. Em sua pesquisa a maioria dos entrevistados não tem conseguido realizar atividades suficientes de lazer, justificando que não possuem tempo para essas atividades.

Quando questionados sobre o relacionamento que mantêm com pais, irmãos e outros parentes obtivemos o resultado que 91% tendem estar satisfeitos, sendo que apenas 1% relata insatisfação. Este fator é importante para verificar

a manutenção e prevenção da saúde laboral, pois o contato social e com a família é uma forma do profissional se revitalizar do seu trabalho. Silva (2006) aponta em sua pesquisa que a maioria de seus entrevistados apresenta boas relações familiares, apesar das exigências do trabalho muitas vezes dificultarem essas relações.

Em relação ao aprendizado e poder aumentar seus conhecimentos gerais, obtivemos o resultado que 7% tendem a insatisfação, o que pode estar atrelada ao fato que, segundo Rozendo (1999), as universidades brasileiras têm se empenhado em aumentar o nível de qualificação acadêmica de seus professores, no que diz a respeito a titulação de mestres e doutores, assim os professores vivem em um estado permanente de insatisfação com a sua prática (SOUZA, 2001). Entretanto, no presente estudo, 72% dos professores tendem a estar satisfeitos com seus conhecimentos gerais.

O autoconhecimento é muito importante para a qualidade de vida dos professores, para saber sobre suas forças, saber as limitações, saber onde querem chegar, quais os objetivos importantes para sua vida. Em relação ao autoconhecimento, 10% dos professores tendem a insatisfação, 9% estão nem satisfeitos e nem insatisfeitos. Contudo, 81% tendem a satisfação, o que indica que os professores possuem uma avaliação dos seus recursos, como também um balanço das próprias limitações.

Os dados obtidos em nossa pesquisa podem indicar que há maior consciência da importância dos cuidados com aspectos físicos para manter a saúde, principalmente se considerarmos a idade predominante da amostra, o que pode indicar uma preocupação com o envelhecimento e a qualidade de vida futura.

Conclusão

O presente trabalho de pesquisa teve como objetivo investigar a qualidade de vida de professores universitários. Ao investigar este tema, concluímos que, em relação ao bem estar físico e material a maioria dos professores encontra-se satisfeita, pois os mesmos estão em idade madura e profissionalmente estabelecidos, o que acarreta conforto material e de moradia, devido à situação financeira estável.

No relacionamento com outras pessoas, como amigos, familiares e filhos, os professores procuram passar seu tempo de lazer com essas pessoas, o que indica um estilo de vida saudável. O mesmo pode ser dito a respeito da participação em atividades sociais, pois os profissionais procuram encontrar-se com outras pessoas e fazer coisas juntos quando não estão no ambiente de trabalho.

Em relação ao desenvolvimento pessoal e realização, o qual se constitui em um processo contínuo, que deve englobar não só a renovação

dos conhecimentos técnico-científicos por ele apreendidos ao longo dos anos, como também, o enfrentar desafios, foi possível constatar que grande parte dos professores está bastante satisfeita.

Quanto à recreação encontramos resultados em que houve um maior índice de insatisfação, o que nos faz pensar que grande parcela desses professores pode estar preocupada com as tarefas do cotidiano, que o faz deixar em último plano este aspecto, não encontrando tempo para atividades recreacionais.

No geral observamos que a amostra de professores universitários está satisfeita com sua qualidade de vida e pode-se confirmar a influência da satisfação com o trabalho na satisfação da vida pessoal. Como já mencionado, a amostra foi constituída, em sua maioria, por professores de idade madura, que apresentam grande experiência na área que atuam, com acúmulo de conhecimento e com titulações de mestrado e doutorado.

A qualidade de vida depende muito do autoconhecimento para garantir o equilíbrio e bem estar físico, mental e emocional e os resultados de nossa pesquisa indicam que os professores conhecem seus recursos e limitações, o que pode ser um fator positivo para eles não irem além de suas possibilidades sobre determinados aspectos e situações.

Ressaltamos que, pensar em qualidade de vida é pensar no caminho da longevidade, sendo seu elemento chave, além de suprir necessidades básicas, melhorar seu estilo de vida, tendo hábitos saudáveis, realizando atividade física, tendo relacionamentos estáveis e duradouros, dieta saudável, pois só assim teremos adultos saudáveis hoje e idosos saudáveis amanhã.

Referências

- FLECK, M. P.A. et al. Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of quality life WHOQOL-bref. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 34, n. 2, 2000.
- GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 189-199, maio/ago. 2005.
- GUISELINI, M. A. **Qualidade de vida**. 2 ed. São Paulo: Ed. Gente, 1996
- MENDES, F. M. P. **Incidência de burnout em professores universitários**. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção).

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002.

- ROZENDO, C. A. et al. Uma análise das práticas docentes de professores universitários da área de saúde. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 7, n. 2, 1999.
- SANTOS, S. R. dos et al. Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da Escala de Flanagan. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 10, n. 6, 2002.
- SCHMIDT, D. R. C. Qualidade de vida no trabalho de profissionais de enfermagem atuantes em unidades do bloco cirúrgico. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 1, 2004.
- SILVA, R. **Características do estilo de vida e da qualidade de vida de professores do ensino superior público em Educação Física**. Dissertação (Doutorado em Engenharia de Produção). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.
- SOUZA, S.D. **Qualidade de vida de professores universitários em fase de mestrado**. Dissertação (Mestrado em Ergonomia), Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2001