



QUALIDADE DE VIDA NO AMBIENTE ESCOLAR: PROMOÇÃO DA SAÚDE NA VIDA DOCENTE

Élida Rafaene Gomes Rodrigues¹
Paulo Adriano Schwingel²

RESUMO

No atual contexto, a importância da qualidade de vida só ganha mais relevância, principalmente pelo significado do trabalho na vida das pessoas e dentro do ambiente escolar, políticas públicas precisam ser instigadas, buscando ofertar melhorias voltadas à qualidade de vida no trabalho aos professores. **Objetivo:** Analisar por meio de uma revisão integrativa as práticas, discursos e abordagens sobre a promoção de qualidade de vida voltada aos docentes que predominam no ambiente escolar. **Método:** Este estudo de revisão integrativa tem o intuito de verificar as publicações relacionadas à temática do estudo. Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa com uma amostra final de 8 (oito) artigos para análise. **Resultados:** O ambiente escolar de alguma maneira interfere na qualidade de vida docente, seja afetando a saúde física ou a psicológica (mental), seja pelas características objetivas ou subjetivas da percepção deles sobre a qualidade de vida. **Considerações Finais:** As análises dos artigos selecionados ressaltaram muito acerca dos discursos e abordagem sobre a promoção da qualidade de vida voltada aos professores predominante no ambiente escolar, trazendo muito da teoria de prevenção, os estudos tratavam também da necessidade de intervenção (as práticas), essas, vi como exemplo mais claro em um artigo apenas que mostrava as estratégias de coping (estratégias cognitivas e comportamentais) adotados pelos professores, mas nenhum trouxe práticas adotadas pela escola para promover a saúde física e mental do docente no ambiente escolar.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Escola. Promoção da Saúde. Docente.

INTRODUÇÃO

No atual contexto, tanto econômico, quanto social, a importância da qualidade de vida só ganha mais relevância, principalmente pelo significado do trabalho na vida das pessoas e o quanto um ambiente organizacional adequado pode influenciar positivamente na melhoria da produtividade. Além do que, não há como separar o lado profissional do humano que o executa e esse possui capacidade e competências que podem sofrer alterações a depender das condições do ambiente que está inserido. Nessa lógica, as organizações precisaram cada vez mais entender que para uma melhor produtividade individual, é preciso também estar atento ao bem-estar do seu colaborador.

¹ Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares – PPGFPPI pela Universidade de Pernambuco – Campus Petrolina-PE e Professora da Educação Básica, big1elida@yahoo.com.br;

² Professor Orientador: Doutor em Medicina e Saúde pela Universidade Federal da Bahia (UFBA) e Professor permanente do Programa de Pós-Graduação em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares (PPGFPI) da Universidade de Pernambuco - Campus Petrolina., paulo.schwingel@upe.br.



Definir o que é Qualidade de Vida no Trabalho-QVT a partir do entendimento do que é qualidade de vida vai depender muito da área de interesse de cada um, da percepção individual com base nas características objetivas e subjetivas, pois para muitos autores, ela é definida como sinônimo de saúde, felicidade, satisfação pessoal, condições de vida, renda, moradia e determinados aspectos da vida dentro de uma multiplicidade discutida na abordagem geral ou holística, porém sem desconsiderar que existem outras interpelações como a econômica, psicológica e biomédica (PEREIRA; TEXEIRA; SANTOS 2012)

Um conceito muito citado para melhor definição é o da OMS que define qualidade de vida como a percepção dos indivíduos na satisfação de suas necessidades estarem sendo realizadas ou baseado na insatisfação de suas oportunidades não serem alcançadas, no que lhe é negada ao ponto de não chegar a ter a felicidade e a autorrealização, com independência de seu estado de saúde físico ou das condições sociais e econômicas (OMS, 1998).

Se for analisado sob essas perspectivas dentro do ambiente escolar, local que Pinto e Silva (2019), afirmam ser um espaço para a promoção da saúde em que há diversos atores sociais, formação de cidadãos, há também profissionais que possuem só pelas suas atribuições, uma intensa carga de trabalho, além das relações interpessoais, deles são exigidas competências que se agregam naturalmente ao ensinar e facilitar a construção do conhecimento em sala, pelo simples contato cotidiano com os alunos tais como; ser um pouco psicólogo, amigo, “mãe ou pai” e ainda possuem obrigações administrativas e pedagógicas.

Mediante esses fatores, políticas públicas precisam ser instigadas, buscando ofertar melhorias voltadas à qualidade de vida no trabalho aos professores, para que todos atuem com mais satisfação, dinamismo e interação de forma geral no ambiente escolar e preservação da saúde. Diante do exposto, essa pesquisa foi direcionada a partir da seguinte questão norteadora: Quais práticas, discursos e abordagens, sobre a promoção de qualidade de vida voltada aos docentes predominam no ambiente escolar?

Objetivo

Analisar por meio de uma revisão integrativa³ as práticas, discursos e abordagens sobre a promoção de qualidade de vida voltada aos docentes que predominam no ambiente escolar.

³ Estudo proposto com um dos produtos finais do Mestrado no Programa de Pós-Graduação em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares – PPGFPPI pela Universidade de Pernambuco – UPE.

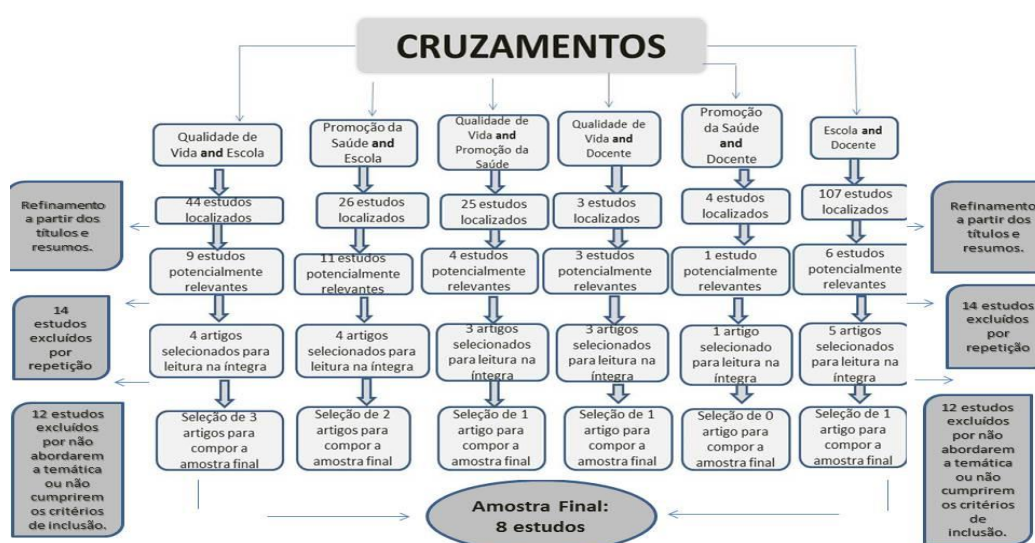
METODOLOGIA

Este estudo de revisão integrativa tem o intuito de verificar as publicações relacionadas à temática do estudo. Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa em que foram utilizadas como eixo norteador, as práticas, discursos e abordagem sobre a promoção da qualidade de vida voltada aos professores predominante no ambiente escolar, desenvolvido com o intuito de selecionar e sintetizar resultados de estudos realizados, com a finalidade de contribuir para o aprofundamento do conhecimento relativo ao tema investigado (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

O levantamento bibliográfico dos artigos foi desenvolvido a partir da busca nas bases de dados dos Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PUBMED) e da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – (CAPES).

Foram empregados os descritores e suas combinações: “Qualidade de Vida”, “Escola”, “Promoção da Saúde” e “Docente” nos idiomas português, inglês e espanhol, e o conector “AND”. Como estratégia de busca, seleção e inclusão definiram-se apenas artigos com acesso livre, abrangência temporal, nos últimos cinco anos e presença dos descritores no título e/ou resumo. Excluíram-se os artigos repetidos e os que não abordavam a temática proposta.

Abaixo, o fluxograma reflete a varredura bibliográfica para que se chegasse à amostra final, o caminho percorrido na busca dos artigos que atendam a esse estudo e o descarte dos que não foram selecionados.



Fonte: Elaborado pela autora (2020)



Durante a busca, nos cruzamentos dos descritores, 44 (quarente e quatro) artigos foram encontrados “Qualidade de Vida and Escola”, 26 (vinte e seis) estudos localizados “Promoção da Saúde and Escola”, 25 (vinte e cinco) estudos localizados “Qualidade de Vida and Promoção da Saúde”, 3 (três) estudos localizados “Qualidade de Vida and Docente”, 4 (quatro) estudos localizados “Promoção da Saúde and Docentes” e 107 (cento e sete) estudos localizados “Escola and Docente”. Foram localizados 209 (duzentos e nove) estudos, a partir do refinamento por títulos e resumos restaram 34 (trinta e quatro) estudos, desses 14 (quatorze) artigos foram excluídos por repetição, restando 20 (vinte) artigos e desses ao serem criteriosamente lidos e analisados, 12 (doze) estudos foram excluídos por não abordarem à temática ou não cumprirem os critérios de inclusão, restando com uma amostra final, 8 (oito) artigos para análise.

A análise dos estudos selecionados em relação ao delineamento de pesquisa foi construída de forma crítica dos achados, identificando o que havia em comum, diferenças e conflitos sendo que tanto a análise quanto a síntese dos dados extraídos dos artigos foram realizadas de forma descritiva, possibilitando observar, descrever e classificar os dados, com o intuito de reunir o conhecimento produzido sobre o tema explorado na revisão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra final desta revisão foi constituída por oito artigos científicos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Todos esses artigos foram encontrados em Língua Portuguesa e na base de dados Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – (CAPES). Os demais artigos encontrados também na base de dados (PUBMED), mas foram descartados por repetição, por não atenderem à temática ou não cumprirem os critérios de inclusão.

Dessa forma, muitos artigos foram encontrados tratando da qualidade de vida, da promoção da saúde, da escola e do docente, mas poucos levantavam informações relevantes acerca do objetivo desse estudo, relatando evidências das práticas, discursos e abordagem sobre a promoção da qualidade de vida voltada aos docentes predominantemente no ambiente escolar, desses que traziam essas informações, oito artigos, foram categorizados e analisados e a partir dos dados coletados foi possível o levantamento de algumas informações relevantes para a compreensão da amostra analisada.

O quadro 1, abaixo, apresenta a amostra final dos artigos selecionados conforme o título, autores, periódico, local publicado, delineamento da pesquisa e ano da publicação, um instrumento de coleta de dados, que tem como objetivo extrair as informações chaves de cada artigo selecionado, conforme quadro abaixo:

Quadro 1. Artigos escolhidos para amostra final.

Periódico	Autor	Base de Dados	Ano	Local	Título	Tipo de Pesquisa	Tipo de Produção	Nível de Evidência
Ciencia & Trabajo	Anne Samilly Gomes Moreira et al.	CAPES	2017	Universidade Estadual da Paraíba	Qualidade de Vida de Professores do Ensino Fundamental de uma Escola da Rede Pública	Epidemiológico de corte transversal, de natureza descritiva e abordagem quantitativa	Artigo Original	Pesquisa de abordagem Descritivo-Quantitativa
Rev Bras Promoç Saúde	Debora Dornelas Ferreira Tavares et al.	CAPES	2015	Universidade Federal de Viçosa - UFV - Viçosa (MG) - Brasil	Qualidade de vida de professoras do ensino Básico da rede pública	Estudo descritivo transversal	Artigo Original	Pesquisa de abordagem Descritivo-Quantitativa
Psicologia Argumento.	Tiago Fernandes Oliveira et al.	PEPSIC	2016	Universidade do Vale do Itajaí - SC	Qualidade de vida no trabalho: um estudo comparativo entre professores de escola pública e privada	Pesquisa descritiva com abordagem quantitativa	Artigo Original	Pesquisa de abordagem Descritivo-Quantitativa
Trabalho. Educação. Saúde	Ioná Outo de Souza Wilberstedt et al.	SCIELO	2016	Rio de Janeiro	Saúde e qualidade de vida: discursos de docentes no cotidiano de uma Escola pública de Santa Catarina	Estudo qualitativo, descritivo, com dados coletados por meio de grupo focal e entrevistas semiestruturadas	Artigo Original	Pesquisas de abordagem Qualitativa
Interfaces da Educação	Carlos Alberto Machado do Nascimento e Maria Rosa Chitolina Schetinger	CAPES	2016	Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).	FOLDER EDUCATIVO COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO E PREVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL: possibilidades teórico-metodológicas	Pesquisa Bibliográfica	Artigo Original	Pesquisas de revisão Bibliográfica
Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste	Amanda Miranda Cruz et al.	CAPES	2015	Universidade Federal do Ceará - Fortaleza	Percepção da enfermeira docente sobre sua qualidade de vida	Estudo exploratório descritivo com abordagem qualitativa.	Artigo Original	Pesquisas de abordagem Qualitativa
Millenium	Cláudia Rafaela Costa Martins et	CAPES	2015	Escola Secundária de Emídio Navarro,	Stresse na profissão docente: Um estudo	Estudo de natureza exploratória transversal	Artigo Original	Pesquisa de abordagem quanti- Qualitativa

	al.			Viseu – Portugal	exploratório numa escola secundária			
Revista Brasileira de Enfermagem - REBEN.	Maria Benegelania Pinto e Kênia Lara Silva	SCIELO	2019		Promoção da saúde na escola: discursos, representações e abordagens	Pesquisa Referencial do Materialismo Histórico e Dialético. Estudo de Caso	Artigo Original	Pesquisa de abordagem Qualitativa

Fonte: Elaborado pela autora (2020), dados obtidos dos artigos analisados para esse estudo.

Em relação ao recorte temporal de 2015 até 2020, foram evidenciados 8 (oito) artigos em Português relacionados à temática. Desses, três trouxeram evidências de pesquisa de abordagem Descritivo-Quantitativa, dois de pesquisa de abordagem descritivo-qualitativa, um de pesquisa numa abordagem exploratório-qualitativa, um de pesquisa em abordagem exploratório transversal quanti-qualitativa e um de pesquisa em revisão bibliográfica. Posteriormente a leituras e análises dos artigos buscou identificar acerca da (Qualidade de vida no ambiente escolar: promoção da saúde docente) algumas abordagens e discursos e as práticas realizadas.

Os artigos em análise apresentaram coletas de dados que até se aproximam, mas utilizando alguns instrumentos diferentes e trouxeram também resultados diferentes, mas que se complementam. Com exceção da pesquisa bibliográfica que resultou na confecção de um folder voltado aos jovens-adolescentes, porém com informações que estavam direcionadas ao ambiente escolar e no trato da saúde mental, todos os demais artigos tiveram suas coletas realizadas com docentes e voltadas a investigar a qualidade de vida desses profissionais. Conforme o quadro 2, dos estudos analisados, apresenta-se a técnica/instrumento de coleta de dados, forma de análise e resultado obtido, o número de participantes, identificando cada artigo pelo título.

Quadro 2. Técnicas de coletas e resultados apresentados.

Título do Artigo	Quantitativo de Participantes	Técnica de Coleta e análise	Resultado
Qualidade de Vida de Professores do Ensino Fundamental de uma Escola da Rede Pública	23 Docentes	Técnica de entrevista, com base na aplicação de um questionário O Short Form (SF) 36 do instrumento Medical Outcomes Study (MOS). Os dados obtidos foram tabulados em planilha eletrônica Excel (Office do Microsoft) e foram analisados através do pacote estatístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS).	Houve comprometimento de todos os domínios do SF-36, inferindo-se que a sintomatologia dolorosa e depressiva contribui para uma redução da qualidade de vida do docente. Sendo que apenas 34,8% dos docentes entrevistados relataram algum tipo de afastamento por queixa de dor em algum dos segmentos. Apenas 5,35% dos professores apresentaram algum indicativo de depressão. Quanto à qualidade de

			<p>vida, constatou-se um escore mínimo de 56,04 para “Estado geral de saúde” e o máximo de 84,38 para o domínio “Capacidade funcional”, sendo o domínio “Limitações por aspectos físicos” o mais afetado quando comparado com diminuição da qualidade de vida.</p>
Qualidade de vida de professoras do ensino Básico da rede pública	156 Docentes	Questionário padrão do Laboratório de Performance Humana-UFV (LAPEH), armazenados no software de avaliação física Avaesporte. Um questionário WHOQOL/breve, possui 26 questões com dados analisados pelo programa estatístico SPSS.	<p>A Qualidade de Vida - QV da população estudada foi considerada entre regular e boa, levando-se em conta a escala do protocolo. Havendo associação somente entre o domínio “meio ambiente” e a classe econômica.</p>
Qualidade de vida no trabalho: um estudo comparativo entre professores de escola pública e privada	35 Docentes	Questionário com questões fechadas (35 questões), fundamentado em oito fatores de Qualidade de Vida no Trabalho - QVT de Walton com análise realizada com combinação de análise descritiva por meio da média aritmética simples em estudo comparativo.	<p>Maior nível de satisfação dos professores da escola privada em todos os fatores de QVT investigados, bem como a satisfação em relação à autonomia para desenvolver o trabalho e o relacionamento com a Direção da escola, obtiveram-se maiores médias de satisfação na escola pública,</p>
Saúde e qualidade de vida: discursos de docentes no cotidiano de uma Escola pública de Santa Catarina	16 Docentes	Grupo focal e entrevista semiestruturada com análise por método interpretativo.	<p>Os docentes percebem uma estreita relação entre saúde e qualidade de vida e que uma vida saudável é possível na presença de enfermidade. Enfatizaram a necessidade de maior participação dos pais e profissionais da saúde no processo de educação em saúde e, também, de um preparo sistemático e permanente sobre as questões que envolvam saúde no contexto escolar. As concepções dos docentes reafirmam que a dimensão social sobressai à biológica e que o conhecimento e a valorização desses aspectos, na prática docente, podem ampliar as ações em saúde.</p>
FOLDER EDUCATIVO COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO E PREVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL: possibilidades teórico-metodológicas		Pesquisa bibliográfica e como resultado foi gerado um folder informativo com o título: A saúde mental no ambiente escolar.	<p>Foi proposto que o material pudesse contribuir na formação dos estudantes e na atividade docente, visto que oportuniza a aquisição de conhecimentos e educação em Saúde Mental numa abordagem interessante e acessível.</p>
Percepção da enfermeira docente sobre sua qualidade de vida	42 Docentes	Entrevista semiestruturada, ocorreu individualmente, gravada, transcrita e com análise categorial de Minayo por meio de pré-análise (com mapeamento de significados atribuídos pelos sujeitos às questões norteadoras da entrevista, análise do sentido exposto e latente. (codificação, identificação de números de sentidos, com agregação dos conteúdos, ou seja, trecho ou frases consideradas representativas para a categorização teórico ou empírica); análise final das	<p>As percepções se relacionaram ao equilíbrio na vida, boas condições de vida e redução de estresse. Revelou-se existência da qualidade de vida pela maioria, e quem não possuía ou a detinha de forma parcial relacionaram problemas ao ambiente ou carga horária do trabalho. Qualidade de vida foi relacionada à sensação de bem-estar e satisfação com a vida. Qualidade de vida dos docentes de enfermagem tanto no ambiente</p>

		informações com elaboração dos temas centrais, por meio de síntese das categorias empíricas e posterior inferência e interpretação de categorias temáticas, discutidas pelas reflexões de pesquisadores, embasado na literatura pertinente ao assunto.	laboral como pessoal, decorrem de inúmeros fatores, envolvendo ambiente e relações interpessoais.
Stresse na profissão docente: Um estudo exploratório numa escola secundária	80 Docentes	Questionário sociodemográfico e coleta pela escala Portuguesa de stresse ocupacional, composta por 61 itens, cada um classificável em seis classes de resposta, versão para docência (EPSO-D) com análise por software estatístico.	A presente investigação confirma a existência de fontes de stresse nos docentes da escola secundária estudada.
Promoção da saúde na escola: discursos, representações e abordagens	17 Docentes	Entrevista semiestruturada que ocorreu individualmente com roteiro e análise realizada com base em análise de discurso textualmente orientada (ADTO).	A realização de projetos de promoção da saúde na escola prescinde da solidificação de parcerias e da construção de novos discursos, que a represente como qualidade de vida condicionada por fatores sociais, econômicos e culturais, assim como estratégias para o reposicionamento ideológico daqueles atores que atuam nesse cenário.

Fonte: Elaborado pela autora (2020), dados obtidos dos artigos analisados para esse estudo.

De acordo com o (quadro 2) dos oito artigos analisados, 4 (quatro), utilizaram questionários validados e tiveram suas análises feitas com o auxílio de software estatístico e análise descritiva por meio da média aritmética simples em estudo comparativo, um dos estudos se valeu de levantamento de dados por pesquisa bibliográfica e três utilizaram de entrevista semiestruturada, desses, uma por grupo focal e dois por entrevista individual, sendo suas análises realizadas por método interpretativo, análise categorial de Mianayo e análise de discurso.

Os resultados obtidos pelos estudos revelaram que o ambiente escolar de alguma maneira interfere na qualidade de vida docente, seja afetando a saúde física ou a psicológica (mental); seja por necessidade de apoio da comunidade escolar como um todo, da necessidade de se firmar parceria intersetorial para promoção da saúde na escola, inclusive voltada aos docentes, seja pela baixa remuneração, escassez de recursos para se trabalhar, da autonomia para o desenvolvimento de trabalhos, intensa carga horária com várias atribuições ou até mesmo por fatores que envolvem problemas com o ambiente e as relações interpessoais. Lembrando que esses resultados foram estudos realizados com docentes de universidades, mas também com docentes de escola básica pública e privada.

No que concerne às abordagens e aos discursos apresentados, de acordo com o Ministério de Trabalho e emprego (2002), a Classificação Brasileira de Ocupações (CBO), há competências específicas para os professores, relacionadas ao ato de preparar e ministrar



aulas, participar na elaboração do projeto pedagógico e ainda planejar o curso de acordo com as diretrizes educacionais, além de outras atribuições como reuniões administrativas, pedagógicas, em organização de eventos, contato e interação com os seus alunos e familiares entre outras mais que acabam por si, tornando o trabalho do Professor mais exaustivo, ainda mais quando juntadas ao planejamento constante de aulas, correções de atividades, sem ter um ambiente e recursos adequados e até muitas vezes salas inadequadas e superlotadas, gerando desqualificação social, psicológica e biológica. (MOREIRA; SANTINO; TOMAZ, 2017)

Moreira, Santino, Tomaz (2017, p.22) “aborda ainda que houve uma depreciação da qualidade de vida dos docentes que relataram dores, principalmente nas costas, nos últimos 12 meses”. Mas mesmo em um estudo que apresentou os escores de “regular” a “bom” na avaliação da qualidade de vida, “tiveram aspectos que afetaram negativamente voltados ao domínio de “meio ambiente” e “psicológico” em relação à menor classe econômica, e uma correlação fraca e inversa entre o domínio “relações sociais” e carga horária semanal de trabalho”. (TAVARES et al, 2015, p.196)

Quanto à baixa remuneração, que afeta principalmente aqueles de classe econômica mais vulnerável, há autores que concordam com a premissa que a remuneração paga ao professor é baixa, contribuindo para a baixa atratividade das novas gerações em desejar fazer carreira como docente. A psicologia em seus estudos por meio de Herzberg trata a função do salário no que diz respeito à motivação como higiênica, ou seja, ele não é um fator motivador, mas tem sim o papel de evitar a desmotivação. (OLIVEIRA et al, 2016)

No pensar a promoção da saúde no ambiente escolar, os discursos e percepções docentes afirmam que a QVT está relacionada ao bem-estar físico, mental, social e espiritual, assim como, o estado de saúde se relaciona também com o comportamento das pessoas, sendo necessário uma dinâmica ao promover a saúde direcionada a evitar condutas e comportamentos que levem ao risco, levando cada docente a refletir suas práticas tanto pessoal, quanto profissional. (WILBERSTAEDT; VIEIRA; SILVA, 2016)

Nessa perspectiva, segundo Nascimento e Schetinger (2016) a escola é considerada o lugar ideal para se pensar na saúde coletiva, na saúde mental, pois a escola tem o papel social de construção do conhecimento e é um local de permanência por muito tempo, seja pelos jovens que lá estudam ou pelos profissionais que lá trabalham e se há intervenções promovidas para os alunos, os professores capacitados também podem colocar em prática, bem como, inserir novas ações orientadas por profissionais da área da saúde.

Nesse contexto, a escola por ser o cenário que favorece as desconstruções de velhos paradigmas, tem papel político basilar, bem como é um local favorecido em que se pode



inserir novos saberes e construir novos discursos, seja por sua gênese educativa ou pela transmissão de valores e crenças, a escola é o ambiente propício ao desenvolvimento de ações que constroem e solidificam atitudes com potencial transformador e novos hábitos. (PINTO; SILVA, 2019).

Seguindo esse ponto de vista da qualidade de vida docente no ambiente escolar, não podemos deixar de falar no afastamento laboral, pois conforme Martins, Violante, Torres (2015), o estresse colabora para o absentismo laboral, de maneira que geram custos elevados, seja por sofrimento humano ou pelo econômico em nível de desempenho das instituições, sendo o estresse responsável por 50 a 60% desses afastamentos.

Quando analisado a prevalência de estresse nas áreas ocupacionais, o *European Risk Observatory* identificou, em 2005, “a área da educação como uma daquelas em que o stress é especialmente relevante (12,7% dos respondentes reportaram stress), sendo também uma das que apresenta maior predomínio em termos de irritabilidade (15,5%)”. (EASHW, 2009 apud MARTINS; VIOLANTE; TORRES, 2015)

O estudo realizado por Martins, Violante, Torres (2015) mostra conforme dados coletados, estratégias de coping (estratégias cognitivas e comportamentais) utilizadas pelos docentes para prevenir ou enfrentar situações de estresse ocupacional. No gráfico apresentado que varia de 0 até 30% dos 80 (oitenta) professores que participaram do estudo em ordem decrescente, quase 30% não adota nenhuma estratégia, 20% planificam tarefas, cerca de 17% reflete ou relativiza situações, 14% meditam ou praticam exercício de relaxamento, 13% promovem serenidade no local de trabalho, 13% realizam atividades que promovam prazer e bem-estar, 10% compreendem os alunos, promovem a pedagogia e fazem a gestão de conflitos, 10% buscam estar, conversar com amigos e famílias que não sejam professores, 7% passeiam num lugar agradável e 6% tomam calmante.

Essas são estratégias que colaboram para obtenção de um melhor comportamento dentro de situações num ambiente de estresse, mas é necessário que dentro do ambiente escolar, pudessem valorizar mais a cultura ações voltadas à prática da saúde docente, pois de acordo com Cruz et al. (2015) a qualidade de vida está sim relacionada ao estresse comumente vinculado à intensa carga horária da vida profissional e diminuir o estresse depende de ter boa qualidade de vida e do seu estado de bem-estar, é preciso estar feliz com o que faz e ela define o ter a QVT ainda conforme citação abaixo:

Ter qualidade de vida é acreditar em algo que se considera melhor para viver, assim, indivíduo diz-se diferente quanto à forma de viver, mas igual quanto à espécie. Esse aspecto, por tanto, é subjetivo, pois varia com preceitos de cada ser humano.



Associada à satisfação, inclui-se a elaboração de planos e concretização, como fator importante para realização pessoal. (CRUZ et al., 2015, p. 386)

A autora liga o fato de ter qualidade de vida praticamente ao modo de vida que vai variar de ser humano para ser humana, uma forma subjetiva ligada à forma objetiva conforme planos pessoais, os autores Minayo, Hartz e Buss (2000 apud PEREIRA; TEXEIRA; SANTOS, 2012), saindo do modo reducionista do termo QVT que os médicos costumam ligar à saúde, analisam de forma ampla Abordam a qualidade de vida a partir de parâmetros subjetivos (bem-estar, felicidade, amor, prazer, realização pessoal), em forma de representação social e também como parâmetros objetivos, tendo as necessidades básicas como referência, além das necessidades criadas pelo grau de desenvolvimento tanto social, quanto econômico de determinada sociedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O termo Qualidade de vida tem uma abrangência dentro da literatura que varia de acordo com a área de interesse, porém, com base nos estudos analisados, para muitos docentes, a percepção de qualidade de vida está relacionada ao bem-estar sentido, proporcionado pela renda, o emprego, os objetivos alcançados, a qualidade de moradia, ou seja, ligado às características objetivas bem como às subjetivas, segurança, amor, prazer, conhecimento e a felicidade.

As análises dos artigos selecionados ressaltaram muito acerca dos discursos e abordagem sobre a promoção da qualidade de vida voltada aos professores predominante no ambiente escolar, trazendo muito da teoria de prevenção, inclusive o estudo que resultou num folder informativo, que também dá foco à prevenção de problemas gerados pela saúde mental no ambiente escolar, por sinal muito importante, os estudos tratavam também da necessidade de intervenção (as práticas), essas, vi como exemplo mais claro em um artigo apenas que mostrava as estratégias de coping (estratégias cognitivas e comportamentais) adotados pelos professores, os demais chegam a citar a importância da atividade física no dia a dia, do incentivo à alimentação saudável muito trabalhado na escola, principalmente para a educação infantil, mas nenhum trouxe práticas adotadas pela escola para promover a saúde física e mental do docente no ambiente escolar.

Logo, considerando a pesquisa bibliográfica realizada, os estudos não foram suficientes para responder a nossa premissa no que tange às práticas desenvolvidas no ambiente escolar voltadas aos docentes, inclusive necessitando de mais aprofundamento e investigação acerca do desenvolvimento de ações, pesquisas e a implementação delas no ambiente escolar,



promovendo assim, um local de trabalho mais adequado, influenciando positivamente na saúde e conseqüentemente na Qualidade de Vida dos professores.

REFERÊNCIAS

MARTINS, C. R. C.; VIOLANTE, E. M. & G., TORRES, F. de J. O. **Stresse na Profissão Docente: Um Estudo Exploratório numa Escola Secundária.** *Millenium*, 48, p. 135-155, 2015.

CRUZ, A. M. et al. Percepção da enfermeira docente sobre sua qualidade de vida. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste.** Universidade Federal do Ceará Fortaleza, vol. 16, n. 3, p. 382- 390, 2015.

Ministério do Trabalho e Emprego-Secretaria de Políticas Públicas do Emprego. (TEM-SPPE). **Classificação Brasileira das Ocupações: CBO.** Brasília: MTE; 2002.

MOREIRA, A.S.G.; SANTINO, T.A.; TOMAZ, A.F. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental de urna escola da rede pública. **Cienc e Trab.** 19(58): p.20-25. 2017.

NASCIMENTO, C. A. M; SCHETINGER, M. R. C. Folder Educativo como Estratégia de Promoção e Prevenção em Saúde Mental: possibilidades teórico-metodológicas. **Interfaces da Educ.**, Paranaíba, v.7, n.20, p.195-210, 2016.

OLIVEIRA, T. F. et al. Qualidade de vida no trabalho: um estudo comparativo entre professores de escola pública e privada. **Psicologia Argumento**, v. 34, n. 85, 2016.

OMS. Promoción de la salud: glosario. Genebra: **OMS**, 1998

PEREIRA, É. F.; TEIXEIRA, C. S.; SANTOS, A. dos S. Qualidade de vida: abordagens, conceito e avaliação. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 241-250, abr./jun. 2012.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer? **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

PINTO, M.B.; Silva, K.L. Health promotion in schools: speeches, representations, and approaches. **Rev Bras Enferm.** 2019.

TAVARES, D. D. F. et al. Qualidade de vida de professoras do ensino básico da rede pública. **Rev Bras Promoc Saúde.** Universidade Federal de Viçosa – UFV/MG. 28(2):191-197, 2015.

WILBERSTAEDT, S. O. I.; VIEIRA, M. G. M.; SILVA, F. Y. Saúde e qualidade de vida: discursos de docentes no cotidiano de uma escola pública de Santa Catarina. **Trab. Educ. Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, supl. 1, p. 219-238, 2016.