

## A QUALIDADE DE VIDA DO TRABALHADOR-ESTUDANTE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Tamna Emanuelli Pinto Benevides <sup>1</sup>  
Aline Venceslau Vieira de Lima <sup>2</sup>

### RESUMO

A figura do trabalhador-estudante é contemplada no Código do Trabalho e na legislação pertinente que estabelece suas normas. Geralmente, a tentativa de adequar trabalho e estudos a uma mesma rotina ocasiona adoecimentos, tanto psíquicos quanto físicos. A prevalência de problemas de saúde, originados pela necessidade de trabalhar e estudar, está em constante aumento e requer compreensão a fim de ser enfrentada de maneira eficaz. Nesse sentido, o presente estudo trata das consequências que a conciliação dos estudos com a atividade laboral traz na vida do trabalhador-estudante. Buscou-se compreender como a atividade laboral pode influenciar a qualidade de vida do trabalhador-estudante na vivência da educação. Com esse propósito, realizou-se uma revisão sistemática da literatura, visando identificar quais são os principais fatores que impactam a qualidade de vida do trabalhador-estudante. As pesquisas foram realizadas por intermédio da base de dados Periódicos CAPES e pela ferramenta Google Acadêmico. Desse modo, sete estudos nortearam esta revisão e os resultados evidenciaram que o tempo é visualizado como uma questão problemática, uma vez que aspectos como impossibilidade de descansar por conta do tempo e ausência de tempo para se dedicar a outras questões foram apontadas. Portanto, observou-se que a simultaneidade de trabalho e estudo tem um impacto negativo, em muitos momentos, na qualidade de vida do trabalhador-estudante. Espera-se que esses resultados auxiliem na ampliação da discussão entre trabalho, estudo e qualidade de vida, bem como, acrescentem informações à temática.

**Palavras-chave:** Trabalhador-estudante, Educação, Saúde, Revisão Sistemática da Literatura.

### INTRODUÇÃO

A educação é um direito fundamental de todo o cidadão, previsto em diversos aparatos jurídicos ao redor do mundo. No Brasil, o acesso à educação é um direito previsto pela Constituição Federal de 1988, em que o Estado deve garantir o acesso. Contudo, apesar de ser um direito assegurado, a efetivação ainda enfrenta diversas barreiras. Isso ocorre devido aos desafios persistentes relacionados a desigualdades sociais, limitações no acesso e disparidades na qualidade dos recursos educacionais.

A partir da análise dos dados disponíveis sobre a Expansão da Educação Superior e Progressividade no Investimento Público, publicados pelo Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), em 2021, a educação superior é um setor que está longe de alcançar a universalização devido a diversos fatores que afetam o acesso e a permanência nesse nível de

---

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, tamnabenevides@gmail.com;

<sup>2</sup> Doutora em Psicologia. Professora Adjunta do curso de Psicologia da UFCG, aline.vieira@professor.ufcg.edu.br

ensino. Estes fatores incluem questões geográficas, étnicas, físicas e a falta de qualidade na educação básica. No entanto, apesar das desigualdades persistentes, o cenário atual da educação é consideravelmente melhor do que em anos anteriores. Desde a década de 1990, houve um aumento significativo nos investimentos em educação. No contexto do ensino superior, a educação alcançou um valor político significativo no Brasil, impulsionando a formulação de diversas políticas públicas educacionais (Borges; Ribeiro, 2019).

Um dos fatores cruciais que contribuíram para a mudança de paradigma e o aumento dos investimentos no ensino superior foi o reconhecimento de que, atualmente, a escolaridade se tornou um diferencial competitivo fundamental para a inserção no mercado de trabalho (Tombolato, 2005). Esse fenômeno transformou a escolaridade em um elemento essencial de diferenciação no ambiente profissional, impulsionando a busca pelo ensino superior.

Conforme Tombolato (2005, p. 2):

Experenciamos um mundo de trabalho, especialmente após os movimentos recentes da globalização e os novos paradigmas emergentes nesta área, que remetem os trabalhadores a uma ideia e exigência contínua de melhoramento.

Nesse sentido, muitas pessoas passaram a procurar o ensino superior como forma de complementar a escolaridade. Esse é o caso dos trabalhadores-estudantes (TE), isto é, uma parcela da população que frequenta o ambiente de estudos, mas que, ao mesmo tempo, desenvolve atividades laborais. Além das mudanças impulsionadas pelo processo de globalização, outro fator significativo que leva à existência de trabalhadores-estudantes são as situações de vulnerabilidade. Nestes casos, muitos estudantes precisam trabalhar para garantir seu próprio sustento ou para complementar o orçamento familiar.

Logo, em virtude das desigualdades que existem, muitas pessoas não podem se dedicar exclusivamente aos estudos, pois necessitam ganhar dinheiro para a manutenção da vida. No ensino superior, essa realidade se torna ainda mais evidente, uma vez que, em sua maioria, os estudantes são adultos que já enfrentam responsabilidades financeiras e de gestão que não estavam presentes durante a infância e a adolescência.

Vale destacar que, para Vargas e Paula (2013), as terminologias “trabalhador-estudante” e “estudante-trabalhador” se diferenciam, visto que o estudante trabalhador se caracteriza como um sujeito que trabalha mas dá prioridade aos estudos, enquanto “trabalhador-estudante” se refere aos discentes que estudam e trabalham porém dão prioridade ao trabalho. Entretanto, no presente estudo, foi adotada a terminologia trabalhador-estudante para englobar tanto o grupo de estudantes que trabalham, quanto o de trabalhadores que estudam. Assim, conforme Galleão (2020), o termo "trabalhador-estudante"

é usado para descrever estudantes de graduação que equilibram sua carga de estudos com uma jornada de trabalho semanal que excede 20 horas.

Informações da décima edição do Mapa do Ensino Superior do Brasil, realizada em 2020, revelam que 40,3% dos universitários matriculados em instituições públicas têm empregos, enquanto nas instituições privadas, esse percentual é ainda mais elevado, chegando a 61,8% dos alunos que exercem alguma forma de trabalho remunerado. Em resumo, há uma considerável quantidade de estudantes que estão empregados.

De acordo com Saldanha (2013), desempenhar simultaneamente os papéis de trabalhador e estudante resulta em desgaste, pois ambos os papéis envolvem a realização de tarefas. Isso cria uma sobrecarga de tempo percebida como escassez de tempo ou uma sensação de aceleração no ritmo de vida, levando à exaustão, o que representa um desafio considerável para lidar.

Porém, conforme Silva (2019) destaca, os discursos dos trabalhadores-estudantes expressam um sentimento de orgulho ao desempenharem simultaneamente as funções de trabalhador e estudante, apesar dos desafios existentes. Esse discurso reflete uma escolha que é vista como voluntária, consciente e bem ponderada. Isso evidencia as dificuldades na conciliação de papéis, mas ao mesmo tempo ressalta o sentimento de satisfação por suas conquistas e a oportunidade de crescimento que advém dessa condição de ser um trabalhador-estudante.

Com isso em mente, é fundamental considerar as implicações que a combinação de trabalho e estudos tem na Qualidade de Vida (QV) dos trabalhadores-estudantes. Conforme observado por Mesquita (2010), o fator trabalho passa a ser um elemento que influencia diretamente na QV dos acadêmicos, já que o tempo que anteriormente era dividido entre estudos, atividades universitárias, momentos com a família, lazer e outras atividades, agora precisa ser compartilhado com as responsabilidades laborais. Desta maneira, o conceito de QV refere-se à associação entre os diversos elementos que configuram e distinguem a rotina humana, culminando em uma complexa teia de fenômenos, pessoas e situações, tais como: saúde física, bem-estar mental, expectativa de vida, satisfação no trabalho, relações familiares, e dignidade, por exemplo (Neri, 1993).

Frente ao exposto, considerando que existe uma quantidade significativa de trabalhadores-estudantes no Brasil e que estes são impactados diretamente por muitos fatores, este artigo se propõe a identificar produções científicas-acadêmicas sobre como a relação entre trabalho e estudos impacta a vida dos TE nos quesitos da qualidade de vida e, consequentemente, da saúde.

## METODOLOGIA

Este estudo foi conduzido utilizando uma abordagem qualitativa. Como destacado por Minayo (2002), a pesquisa qualitativa se dedica à exploração de conteúdos e questões extremamente específicas, envolvendo um nível de realidade que não pode ser mensurado quantitativamente. Essa abordagem de pesquisa desafia a noção de neutralidade científica, criando um espaço para valorizar a subjetividade do pesquisador ao se envolver com o fenômeno de estudo.

Para examinar a produção científica sobre a QV dos trabalhadores-estudantes, foi conduzida uma revisão sistemática da literatura como metodologia. Isso posto, de acordo com Okoli (2019), a revisão sistemática da literatura é uma metodologia sistemática, explícita, ampla e passível de reprodução para examinar, avaliar e consolidar o conjunto atual de trabalhos completos e documentos criados por pesquisadores, acadêmicos e especialistas.

Diante do exposto, para relatar os passos adotados na presente revisão sistemática da literatura, foi empregada a declaração PRISMA 2020 (Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises), uma vez que esta possibilita a identificação, escolha, avaliação e síntese de estudos (Page *et al.*, 2022). Dessa maneira, em virtude da estruturação dessa declaração, o estudo foi dividido em três etapas distintas: a primeira fase envolveu a identificação, seguida pela triagem e, por fim, a inclusão. O fluxograma 1 fornece uma representação visual do processo metodológico implementado.

## FONTES DE PESQUISA E ESTRATÉGIAS DE BUSCA

O plano de pesquisa bibliográfica compreendeu a investigação nas bases de dados Periódicos CAPES e Scientific Electronic Library Online (SciELO), bem como a consulta de trabalhos disponíveis no mecanismo de pesquisa Google Acadêmico. Isso posto, para conduzir as pesquisas mencionadas, foram utilizadas as palavras-chave “trabalhador-estudante” e “qualidade de vida” na barra de pesquisa dos mecanismos de pesquisa. Vale salientar que não foi possível realizar uma busca avançada, pois a maior parte dos artigos apareceu quando os resultados foram consultados separadamente. A coleta foi realizada entre meados de setembro e o início de outubro de 2023.

Como critério para a inclusão na análise, foram considerados trabalhos acadêmicos como dissertações, teses, monografias e artigos empíricos que investigavam a relação entre a qualidade de vida e as atividades realizadas por indivíduos que desempenham o papel de trabalhador e estudante. A seleção abrangeu trabalhos que abordavam a temática, que estavam

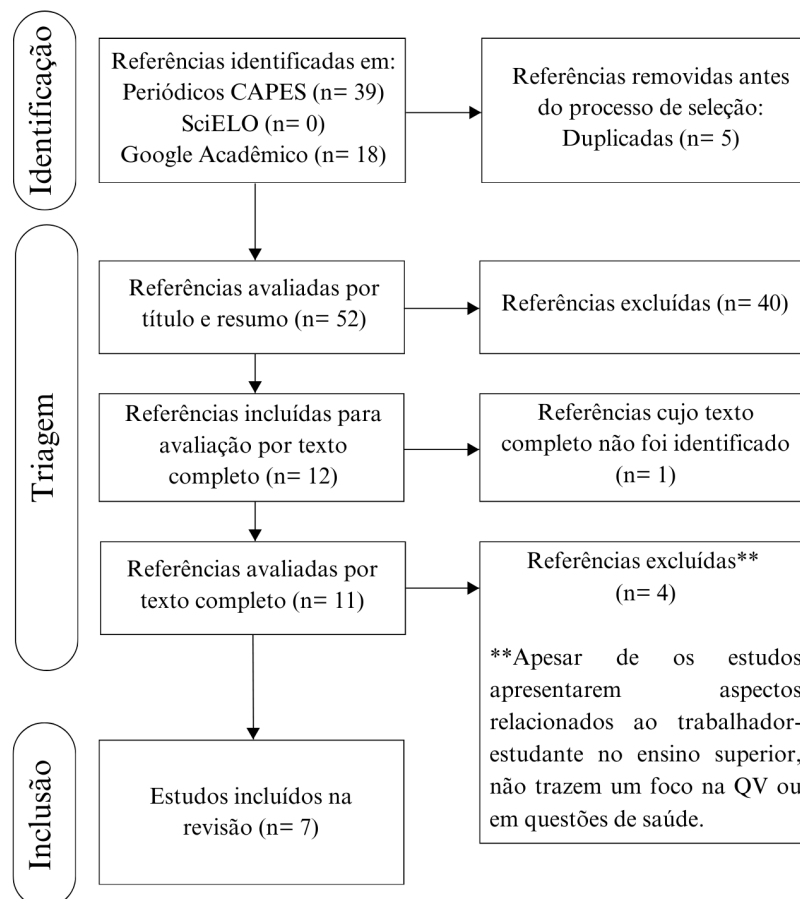
disponíveis na íntegra, independentemente do ano de publicação. É importante mencionar que foram incluídos apenas trabalhos escritos em língua portuguesa que tratavam da realidade brasileira, uma vez que o objetivo do estudo é apresentar os resultados da situação específica vivenciada no Brasil.

Por outro lado, os critérios de exclusão compreenderam materiais que, apesar de apresentarem a mesma temática, se tratavam de revisões sistemáticas da literatura. Também foram excluídos artigos duplicados, estudos em línguas diferentes do português e trabalhos escritos em língua portuguesa mas que não se referiam à realidade brasileira.

Um dos principais desafios enfrentados durante essa investigação foi a escassez de materiais disponíveis sobre o assunto. Apesar de haver um grande número de trabalhadores que estudam e experimentam diversas repercussões na qualidade de vida, observou-se a ausência de uma extensa rede de estudos sobre a temática, especialmente nos anos mais recentes.

## ANÁLISE DOS DADOS

**Fluxograma 1.** Processo de seleção dos estudos utilizando a declaração PRISMA 2020. Campina Grande, Paraíba, Brasil, 2023.



**Fonte:** Elaborado pelas autoras.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após seguir metodicamente as buscas, foram encontrados 57 trabalhos, sendo 39 na Periódicos CAPES (68,42%), 0 na SciELO (0%) e 18 no Google Acadêmico (31,58%). Com a aplicação do instrumento PRISMA 2020, realizou-se a identificação, triagem e inclusão dos estudos, o que possibilitou a chegada a um total de sete trabalhos que abordam a temática. Sob essa perspectiva, o quadro a seguir apresenta o ano, o(s) autor(es), o(s) objetivo(s) e os principais resultados encontrados no trabalho.

**Quadro 1.** Elementos dos estudos selecionados. Campina Grande, Paraíba, Brasil, 2023.

ANO	AUTOR(ES)	OBJETIVO(S)	PRINCIPAIS RESULTADOS
2020	Masala <i>et al.</i>	Avaliar a QV e o nível de estresse de estudantes trabalhadores de uma instituição de ensino superior de uma cidade no interior de Minas Gerais.	Existe uma correlação entre o nível de estresse e a QV dos estudantes trabalhadores.
2019	Rohde	Relacionar a educação postural com o aspecto do bem-estar profissional e social dos trabalhadores-estudantes.	Nos indivíduos que trabalham e estudam ao mesmo tempo, é comum a ocorrência de dor nas costas e a postura inadequada quando estão sentados.
2016	Maier e Mattos	Compreender como o trabalhador-estudante conduz o trabalho e o estudo no contexto universitário.	Existem obstáculos que dificultam o desejo de completar a graduação, principalmente quando se trata de um trabalhador-estudante.
2016	Pereira <i>et al.</i>	Correlacionar condições de saúde e de trabalho de estudantes universitários trabalhadores.	Foi identificado que existem situações que podem levar estudantes-trabalhadores à má qualidade de vida e adoecimento.
2016	Pires, Silva e Tavares	Analisar a QV do trabalhador-estudante do curso de farmácia da FACER-Ceres-GO.	Constatou-se que existe uma percepção satisfatória da QV. Os domínios “meio ambiente”, “psicológico” e “físico” apresentaram os maiores escores.
2016	Salgado, Siqueira e Salgado	Analisar a QV relacionada à saúde dos estudantes trabalhadores de graduação do Instituto Federal do Piauí.	A qualidade de vida relacionada à saúde dos ET é regular.
2005	Tombolato	Realizar uma avaliação de grupos de universitários-trabalhadores com respeito à qualidade de vida, sintomas psicopatológicos e alguns fatores sócio-demográficos.	Mulheres e indivíduos mais jovens relataram uma maior predisposição para o trabalho, mas isso não parece afetar significativamente a qualidade de vida nem desencadear sintomas psicopatológicos na população universitária em geral.

**Fonte:** Elaborado pelas autoras.

## SISTEMATIZAÇÃO DOS ESTUDOS

Na perspectiva de Maier e Mattos (2016, p. 181), “o ato de conciliar a vida profissional e acadêmica é um desafio imposto aos estudantes” e as justificativas para o desafio são muitas, tendo em vista as vivências multifacetadas enfrentadas pelos TE, assim sendo, o TE precisa conciliar atividades que envolvem sua formação, as atividades laborais, os compromissos familiares e pessoais, fazendo com que haja uma divisão da atenção. (Machado *et al.*, 2022; Maier, Mattos, 2016; Tombolato, 2005).

Com isso em mente, é importante destacar que a QV dos TE é influenciada por diversos fatores. Masala *et al.* (2019) afirmam que à medida que o nível de estresse em um estudante aumenta, sua qualidade de vida diminui. Portanto, ao conduzir um estudo com 66 TE do curso de Educação Física, Masala e outros pesquisadores constataram que os estudantes de Educação Física apresentam um nível médio de estresse. Além disso, os resultados da análise apontaram que o domínio da qualidade de vida com a média mais baixa é o meio ambiente. Essa constatação está diretamente relacionada ao estresse, uma vez que a qualidade de vida pode ser influenciada pelas condições ambientais que o indivíduo enfrenta.

Ainda de acordo com Masala, um dos resultados notáveis deste estudo é o índice geral de 71% na qualidade de vida dos entrevistados, o que é considerado positivo, levando em conta os desafios enfrentados tanto no âmbito acadêmico quanto no profissional. Esse valor superou as expectativas pelo fato de que os desafios enfrentados pelos TE's são muitos e constantes, então era esperado um índice menor. Além disso, a pesquisa mencionada também aponta que a posição socioeconômica pode ter um impacto significativo na qualidade de vida e no nível de estresse dos estudantes de Educação Física. Esse achado está alinhado com as conclusões apresentadas por Maier e Mattos (2019), visto que muitos estudantes não tem a opção de abandonar suas atividades profissionais, devido a pertencerem a classes sociais mais desfavorecidas e/ou serem responsáveis - integralmente ou parcialmente - para o sustento familiar, o que limita sua dedicação integral aos estudos devido à falta de suporte universitário adequado para estudantes que trabalham.

Sob essa perspectiva, Maier e Mattos realizaram um estudo com 12 TE's do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Mato Grosso e perceberam uma série de fatores, dentre eles o fato de que trabalhar e estudar pode fazer com que o estudante atrase algumas disciplinas do ambiente acadêmico tendo em vista as dificuldades inerentes aos horários de trabalho. Ou seja, a instabilidade de horários no trabalho mostrou que interferiu negativamente durante o curso, em alguns momentos. Os autores também argumentam que a

QV desempenha um papel fundamental na manutenção da saúde individual, pois está intimamente ligada aos aspectos de bem-estar, frequentemente sendo usada como um sinônimo de saúde. Nesse contexto, o surgimento de certas condições de saúde pode ser resultado das mudanças decorrentes das exigências do trabalho e dos estudos, incluindo a instabilidade nos horários de trabalho e a incerteza em relação à continuidade de um curso de graduação.

A função desempenhada no trabalho também reflete diretamente na QV do TE. De acordo com Pereira *et al.* (2016), em um estudo feito com 132 trabalhadores-estudantes da graduação de Ciência Contábeis, 85% dos entrevistados consideram gostar do âmbito em que estão trabalhando, entretanto, 48% dos entrevistados não consideram que recebem no momento é condizente com as funções que desempenham. Esses dados indicam que existem estudantes que trabalham em funções que não apreciam, e que muitas vezes enfrentam condições inadequadas com o local de trabalho, mas devido à necessidade de emprego, continuam se submetendo a essas condições.

Na mesma pesquisa, 54% dos estudantes relataram que raramente ou nunca realizam horas extras no local de trabalho, ao tempo que 26% indicaram que isso acontece ocasionalmente. Do ponto de vista da saúde, jornadas de trabalho prolongadas podem resultar em fadiga física e mental, o que, por sua vez, pode aumentar o risco de doenças ocupacionais (Pereira *et al.*, 2016). Com base nesses dados, 47% dos entrevistados relataram ter problemas para dormir, e 37% dos estudantes que trabalham e estudam afirmaram experimentar dores de cabeça constantemente. Além disso, 70% relataram sentir nervosismo, tensão ou preocupação, enquanto 20% também mencionaram experimentar tremores nas mãos.

Sob essa conjuntura, Rohde (2019) acredita que os estudantes que trabalham e estudam assumem um papel ativo na preservação de sua saúde somente quando estão cientes de como evitar o desenvolvimento de doenças. Assim sendo, em seu trabalho, Rohde mostrou a aplicação de um trabalho pedagógico de educação postural para TE do Programa Nacional de Integração da Educação Profissional com a Educação Básica na Modalidade de Educação de Jovens e Adultos (PROEJA) no Colégio Técnico Industrial de Santa Maria, tendo em vista que o trabalho realizado no ambiente laboral e o período de tempo excessivo sentado nas cadeiras da escola/universidade podem ocasionar riscos ergonômicos. Com isso, os resultados do estudo mostraram que a dor nas costas é comum, afetando a maioria dos TE (70,6%), ocorrendo pelo menos uma vez por semana para a maioria deles (66,7%). Essa dor geralmente é de intensidade moderada ou alta (73,9%), mas não costuma ser um impedimento para a



realização das atividades diárias (63,6%). Além disso, é observado um elevado percentual de posturas sentadas inadequadas, variando de 70% a 94%.

Ainda nessa perspectiva, Salgado, Siqueira e Salgado (2016) estudam a dor sentida por TE no trabalho a partir de uma amostra de 100 alunos dos cursos superiores de licenciatura em Ciência Biológicas, licenciatura em Matemática, e do curso de Análise de Desenvolvimento de Sistemas. Os dados mostraram que 41% dos entrevistados responderam que a dor no corpo sentida nas últimas 4 semanas foi uma dor “muito grave” e 23% respondeu que a dor foi “moderada”. Contudo, ao serem questionados sobre o impacto da dor em suas atividades, a maioria (51%) indicou que a interferência foi leve, seguida por 27% que a classificaram como moderada.

Frente ao exposto, é possível perceber o quanto as dores estão presentes dentro do ambiente laboral e compõem o cotidiano desses TE. Essa situação destaca a urgência de adotar abordagens abrangentes para promover a saúde no local de trabalho, buscando não apenas aliviar as dores físicas, mas também implementar medidas preventivas e de apoio.

Ademais, é imprescindível entender que a QV do TE é influenciada diretamente por várias variáveis. Dito isso, Pires, Silva e Tavares (2016), em uma pesquisa com 29 participantes, perceberam que a métrica da QV de um sujeito pode variar de acordo com o domínio analisado. Isso posto, após a aplicação da pesquisa, percebeu-se que o índice do domínio meio ambiente de QV foi igual a 59,4, o menor valor; seguido pelo índice psicológico (62,5); logo após veio o domínio físico que totalizou 67,9 e, por fim, o domínio social que apresentou o valor 83,3. Nesse viés, visualiza-se que a QV apresentou menor valor no domínio meio ambiente e maior valor no domínio social. Esse valor pode ser explicado considerando as situações de insegurança e incerteza que caracterizam a realidade contemporânea da sociedade brasileira, enquanto o valor social pode se relacionar com relações interpessoais, atividade sexual e apoio/suporte social dos TE entrevistados (Pires; Silva; Tavares, 2016).

Para Salgado, Siqueira e Salgado (2016) os resultados não são tão diferentes, quando estes autores estudaram a Qualidade de Vida Relacionada à Saúde (QVRS), os maiores níveis foram encontrados nos Aspectos Emocionais (79,3), seguido pelos Aspectos da Saúde Mental (78,8) e, posteriormente, pelos Aspectos Físicos (78,2). O que chama atenção nesses dados é que a QVRS mostra um valor de vitalidade igual a 56,7, o que pode significar uma ausência e/ou diminuição da falta de energia, entusiasmo, disposição e vigor.

Tombolato (2005), por sua vez, faz um estudo dos índices de QV comparando o público de TE com o público de estudantes não trabalhadores e percebeu que existem

diferenças significativas entre esse dois grupos nos domínios de QV Física e de Meio Ambiente, o que mostra que o trabalho realmente influencia a QV de uma pessoa. No entanto, os resultados também mostraram que não existem diferenciações significativas no domínio de Relações Sociais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo demonstra que é imprescindível reconhecer as dificuldades enfrentadas pelos TE, entendendo que equilibrar as obrigações acadêmicas e a atividade laboral trazem consequências diretas à QV e influenciam diretamente na forma como esses sujeitos se sentem fisicamente, psicologicamente e socialmente.

O trabalho possui impacto direto na vida dos estudantes, uma vez que alguns domínios da QV mostraram resultados melhores em estudantes que não trabalham, do que em estudantes que trabalham. Além disso, visualizou-se que os fatores socioeconômicos mostram impactos e influências na vida de trabalhadores-estudantes. Ademais, a QV dos TE é comprometida em função das longas jornadas no trabalho e no local de estudos, fazendo com que existam desafios ergonômicos e que os TE sofram constantemente com dores.

Finalmente, é crucial reconhecer e considerar as condições de vida dos TE, para que a Universidade possa estruturar-se de maneira eficaz e desenvolver estratégias que permitam à instituição formular iniciativas direcionadas não apenas para a mitigação de dificuldades, mas também para promover um ambiente acadêmico mais inclusivo, adaptado às realidades individuais dos estudantes.

## REFERÊNCIAS

BORGES, G. F. S.; RIBEIRO, E. A. A expansão da educação superior brasileira a partir dos anos 90: democratização ou massificação? **Revista Triângulo**, Uberaba - MG, v. 12, n. 1, p. 103–118, 2019. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/revistatriangulo/article/view/3450>. Acesso em: 15 set. 2023.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988.

GALLEÃO, A. M. **Trabalhador-estudante de Graduação: utopias e contradições**. 2020. 509 f. Tese (Doutorado) - Curso de Doutor em Educação, Centro de Ciências da Educação e Comunicação Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Católica de Santos, Santos, 2020.

MAIER, S. R. de O.; MATTOS, M. de. O trabalhar e o estudar no contexto universitário: uma abordagem com trabalhadores-estudantes. **Saúde (Santa Maria)**, [S.L.], v. 42, n. 1, p. 179-185, 2016.

MASALA, L. A. *et al.* Qualidade de vida dos estudantes trabalhadores de educação física de uma instituição privada de ensino superior do interior de Minas Gerais. **Caderno Científico Fagoc de Graduação e Pós-Graduação**, [S.L.], v. 4, p. 48-56, set. 2020.

MESQUITA, M. C. das G. D. **O trabalhador estudante do ensino superior noturno: possibilidades de acesso, permanência com sucesso e formação.** 2010. 193 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação, Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2010.

MINAYO, M. C. de S. (org.). **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade.** 21. ed. Petrópolis: Vozes, 2002. 80 p.

NERI, A. L. Qualidade de vida no adulto maduro: interpretações teóricas e evidências de pesquisa. In NERI, A. L. (Org.), **Qualidade de vida e idade madura.** **Papirus**, Campinas, p. 9-55, 1993.

OKOLI, C. Guia para realizar uma revisão sistemática da literatura. Tradução de David Wesley Amado Duarte; Revisão técnica e introdução de João Mattar. **EaD em Foco**, v. 9, n. 1, 2019. Disponível em: <<https://eademfoco.cecierj.edu.br/index.php/Revista/article/view/748/359>>. Acesso em: 07 set. 2023.

PAGE, M. J. *et al.* A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. Tradução: SARKIS-ONOFRE, R. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 31, n. 2, p. 1-20, 2022. Disponível em: <http://scielo.iec.gov.br/pdf/ess/v31n2/2237-9622-ess-31-02-e2022107.pdf>. Acesso em: 08 out. 2023.

PEREIRA, M. S. *et al.* A relação entre as condições de trabalho e saúde dos estudantes trabalhadores. **Saúde e Pesquisa**, [S.L.], p. 525-535, mar. 2016.

PIRES, J. S. do C.; SILVA, W. F. da; TAVARES, V. R. **Qualidade de vida do trabalhador-estudante da graduação de farmácia da FACER.** 2017. 12 f. TCC (Graduação) - Curso de Farmácia, Faculdade Evangélica do Ceres, Morada Verde, 2017.

RIO DE JANEIRO. JOANA, C. *et al.* Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. **Expansão da Educação Superior e Progressividade do Investimento Público. Texto Para Discussão**, Rio de Janeiro, p. 1-38, 1 mar. 2021. Disponível em: [https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/TDs/td\\_2631.pdf](https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/TDs/td_2631.pdf). Acesso em: 08 out. 2023.

ROHDE, O. E. da C. **Educação postural: um estudo de suas contribuições para a saúde do trabalhador-estudante do PROEJA.** 2019. 114 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Profissional e Tecnológica, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2019.

SALDANHA, M. B. C. **Adaptabilidade de carreira em trabalhadores-estudantes do ensino superior**. 2013. 68 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/98291/000921286.pdf>. Acesso em: 13 nov. 2023.

SALGADO, R. D. C.; SIQUEIRA, S. S.; SALGADO, T. C. Qualidade de vida do estudante trabalhador: uma amostra dos discentes de cursos superiores do Instituto Federal do Piauí - campus Floriano. **Revista Somma**, Teresina, v. 2, n. 2, p. 35-46, 2016. Semestral.

SEMESP, Instituto (org.). **Mapa do Ensino Superior no Brasil 2020**. 10. ed. São Paulo. 2020. 192 p. Disponível em: <https://www.semesp.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Mapa-do-Ensino-Superior-2020-Instituto-Semesp.pdf>. Acesso em: 09 maio 2023.

SILVA, B. A. M. **Ser Trabalhador-Estudante no Ensino Superior**: o caso dos TE's do mestrado integrado em psicologia da FPCEUP. 2019. 73 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Porto, Portugal, 2019. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/123832/2/365286.pdf>. Acesso em: 13 nov. 2023.

TOMBOLATO, M. C. R. **Qualidade de vida e sintomas psicopatológicos do estudante universitário trabalhador**. 2005. 114 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 2005.

VARGAS, H. M.; PAULA, M. F. C. de. A inclusão do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na educação superior: desafio público a ser enfrentado. **Avaliação**, Campinas, v. 18, n. 2, p. 459-485, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aval/a/VmmLwb3h8zbnsKVnJRJKqDz/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08 set. 2023.