

Nesta edição:

Boletim
Epidemiológico

- Qualidade de Vida no Trabalho do Educador

Qualidade de Vida no Trabalho do Educador

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) é um conceito cada vez mais popular nos últimos tempos e essencial para garantir bons resultados e produtividade do trabalhador. Trata-se de um índice de satisfação do colaborador no trabalho, medido a partir dos níveis de saúde e bem-estar, ambiente físico, interação social, crescimento pessoal, entre outros.

A QVT visa facilitar e satisfazer as necessidades do trabalhador ao desenvolver suas atividades laborais através de ações para o desenvolvimento pessoal e profissional, tendo como princípio o fato de que as pessoas são mais produtivas quando estão mais satisfeitas e envolvidas com o trabalho. Nessa perspectiva, tal índice subdivide-se em quatro fatores:

1. Integração, respeito e autonomia – caracteriza-se pelo respeito às diferenças individuais, aos direitos dos funcionários e entre os colegas, assim como pela promoção da autonomia e de oportunidades de utilizar e desenvolver as capacidades do trabalhador.
2. Compensação justa e adequada – refere-se à satisfação com o salário, que deve ser justo para o esforço físico e/ou mental realizado pelo trabalhador.
3. Possibilidades de lazer e convívio social – caracteriza-se pelo equilíbrio entre a carga horária de trabalho e o convívio familiar, social e de lazer fora da empresa, de modo que o trabalho não interfira nesse convívio.
4. Incentivo e suporte – indica a oportunidade de crescimento contínuo, segurança, condições de trabalho, e de uso e desenvolvimento das capacidades. Essa dimensão contempla a oferta de treinamentos, cursos de aperfeiçoamento e incentivo à realização de atividades culturais.

No contexto educacional, pesquisas revelam que, no Brasil, a maioria dos docentes demonstra insatisfação com a qualidade de vida que a profissão lhes oferece. Essa insatisfação se dá por vários motivos, dentre os quais os mais perceptíveis são: baixos salários, más condições de trabalho, insegurança, mal-estar, estresse, adoecimento e desmotivação.

A dificuldade das instituições escolares em prover condições adequadas e de desenvolvimento para os profissionais da educação afeta negativamente a qualidade de vida no trabalho destes trabalhadores. Estudar as condições que interferem na QVT dos docentes possibilita o desenvolvimento de ações que visem melhorar o contexto laboral desta classe profissional, tão essencial para que os avanços no ensino ocorram.

Considerando esse cenário, as psicólogas do Programa Saúde Escolar (PSE), da Secretaria Municipal de Saúde da Prefeitura de Uberlândia, realizaram uma atividade educativa com os educadores da Escola Municipal Eugênio Pimentel Arantes, atendendo a uma solicitação da diretora do local.

Na escola em questão, as atividades aconteceram no dia 11/10/2024 em dois horários diferentes, de modo a incluir os profissionais dos dois turnos (matutino e vespertino). Inicialmente, as psicólogas se apresentaram e aproveitaram para falar um pouco sobre o PSE.

Em seguida, partiram para a atividade planejada, que consistiu em entregar para cada participante uma folha sulfite com três quadros referentes aos Hábitos Saudáveis, Hábitos Adoecedores e Qualidade de Vida, os quais deveriam ser preenchidos num tempo reservado de 10 minutos. Foi explicado que no quadro Hábitos Saudáveis, eles deveriam informar quais atitudes/comportamentos que fazem parte de sua rotina, que contribuem para uma vida saudável. Os Hábitos Adoecedores abrangem as atitudes/comportamentos rotineiros que contribuem para seu adoecimento (físico e psíquico). Como resultado da análise e comparação entre os hábitos saudáveis e adoecedores, no quadro Qualidade de Vida, eles deveriam colocar como está sua qualidade de vida, se têm vivido sua vida com qualidade.

Terminada essa primeira parte, as psicólogas solicitaram que os participantes acrescentassem hábitos mantidos especificamente no ambiente de trabalho e como está a qualidade do ambiente de trabalho. Por fim, foi aberta uma discussão para quem quisesse compartilhar seus registros numa roda de conversa. Encerramos os encontros apresentando 5 maneiras para alcançar o bem-estar no trabalho: 1) Organize as atividades diárias; 2) Defina prazos para as tarefas; 3) Foque no bom clima organizacional; 4) Mantenha a disciplina e o foco; 5) Faça uso da tecnologia para ajudar na produtividade.

No total, participaram 83 educadores com faixa etária entre 24 e 72 anos. Foi discutido sobre a importância do tema qualidade de vida, sobretudo no trabalho, trazendo para a realidade comum a essa classe trabalhadora – por meio das vivências práticas e experiências pessoais compartilhadas – uma reflexão acerca da autoresponsabilização sobre sua qualidade de vida e das necessárias e possíveis medidas/mudanças que cada um precisa realizar em sua rotina e em seus hábitos para melhorar sua qualidade de vida, inclusive no trabalho.

No turno matutino, participaram 58 professores e, apesar da grande quantidade de pessoas, houve um ótimo aproveitamento nas discussões e reflexões sobre o assunto, posto que os professores estavam bem ativos, interessados, interativos, atentos e participativos, tendo a maioria compartilhado suas experiências, rotina, queixas, reivindicações, dificuldades. A segunda turma, do turno vespertino, tinha 25 professores e estava mais calada e apática, com apenas alguns professores participando, compartilhando suas experiências. No entanto, os que não participaram ativamente, permaneceram calados e atentos ao

que os colegas falavam.

De modo geral, os educadores se queixaram da sobrecarga de atividades e responsabilidades; dificuldades de lidar e comunicar com os pais/responsáveis dos alunos e com gestores municipais; falta de recursos materiais e más condições de trabalho; baixos salários; falta de reconhecimento e valorização da classe; excesso de cobranças e pressão, entre outros.

Diante dessas queixas, muitos manifestaram que tentam por conta própria organizar sua rotina, conciliando e mantendo comportamentos e atividades saudáveis que favoreçam seu bem-estar e qualidade de vida pessoal e profissional.

As atitudes mais citadas foram: prática de exercícios físicos e de atividades de lazer, manutenção de hábitos saudáveis de alimentação e sono/descanso, aperfeiçoamento profissional (cursos, capacitações), acompanhamento com profissional de saúde mental, conexão com sua religiosidade.



Considerações:

Muitos estudos contemplam sobre vários aspectos acerca do trabalho e da qualidade de vida do docente, tais como: salário, suas condições de trabalho, o problema da violência nas escolas e os principais problemas de saúde que acometem os profissionais da educação.

A partir das discussões, queixas e reivindicações suscitadas nessa ação realizada pelo PSE, e em consonância com várias pesquisas científicas, constata-se que ainda há muito o que melhorar na qualidade de vida do professor no Brasil, porquanto esse profissional está sujeito à más condições de trabalho, que algumas vezes refletem de modo negativo na saúde; horas de trabalho mal distribuídas e salários aquém do razoável.

Diante desta realidade, esse tipo de abordagem realizada pelo PSE tem o intuito de trazer reflexão sobre Qualidade de Vida no Trabalho dos profissionais da educação, a partir da roda de conversa e de atividades lúdicas, em escolas municipais da rede pública de ensino, como possibilidade de acolhimento e valorização de todos os funcionários e demais atores da comunidade escolar. A intenção é que outras escolas sejam contempladas, conforme demandas forem surgindo.

Referências:

KUHN, P.; TAUBE, M. E.; CARLOTTO, M. Sa. Preditores da Qualidade de Vida no Trabalho em professores da Educação Básica. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 26, n. 1, p. 1-13, 2024.

LIMA, N. R. B. S.; COUTINHO, D. J. G. Qualidade de vida do docente: uma revisão integrativa **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 3, p. 15618-15637, 2020.

RABELO, C. B.; CAMARINI, G.; CHAMON, E. M. Q. O. Qualidade de vida no trabalho: estudo com professores do sul de Minas Gerais. **Interação**, v. 23, n. 2, p. 69-90, 2021.

Colaboradores:

Sérgio Vieira de Queiroz – Coordenador do Programa Saúde Escolar

Clarissa O. Macedo Acerbi – Psicóloga

Elisa Rodrigues da Silva – Psicóloga

Revisão:

Elaize Maria Gomes de Paula – Coordenadora da Vigilância Epidemiológica (VIGEP)

Rejane da Silva Melo – Medica Veterinária