Análise da qualidade de vida, prática de atividade física e tempo de trabalho docente no ensino superior em face à pandemia de Covid-19

Analysis of quality of life, physical activity and teaching time in higher education in the face of the Covid-19 pandemic

DOI:10.34119/bjhrv5n4-088

Recebimento dos originais: 14/04/2022
Aceitação para publicação: 30/06/2022

Luiz Otávio Carneiro Pereira Proence
Graduando em Educação Física pelo Centro Universitário FAMINAS
Instituição: Centro Universitário FAMINAS
Endereço: Rua Gil Moreira, 109/201, Barra, Muriaé - MG
E-mail: luizotaviocarneiro95@gmail.com

Renato de Souza Lima Júnior
Doutor em Bioengenharia pela Universidade de São Paulo (USP)
Instituição: Centro Universitário FAMINAS
Endereço: Rua Redentor, 280, Bloco H, 202, Paineiras, Juiz de Fora - MG
E-mail: renatosljf@gmail.com

Vânia Ágda de Oliveira Carvalho
Mestra em Direito Ambiental e Desenvolvimento Sustentável pela Escola Superior Dom Helder Câmara - MG
Instituição: Centro Universitário FAMINAS
Endereço: Rua Cel. Adolfo Gusman, 122/304, Centro, Muriaé - MG
E-mail: vaniaagdaocarvalho@gmail.com

Daniel Souza Pinto
Mestre em Treino de Alto Rendimento Desportivo pela Universidade do Porto
Instituição: Centro Universitário FAMINAS
Endereço: Rua Dona Mariana Evangelista, 200/1107-A, Poço Rico, Juiz de Fora - MG
E-mail: souza.daniel.p@gmail.com

Dílmerson de Oliveira
Doutorando e Mestre em Saúde pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF - MG)
Instituição: Centro Universitário FAMINAS
Endereço: Rua Cel. Adolfo Gusman, 122/304, Centro, Muriaé - MG
E-mail: dilmerson@gmail.com

RESUMO
Alterações impostas pela pandemia da COVID-19 influenciaram a educação, levando instituições e professores, os atores da linha de frente do processo ensino x aprendizagem, a enfrentarem novos desafios, eclodindo discussões sobre cuidados necessários com a saúde física, mental, alterações ambientais e no convívio social. Frente às preocupações relacionadas à saúde e Qualidade de Vida dos docentes, este estudo, com característica transversal, quantitativo e realizado com professores de rede de ensino superior de Minas Gerais durante a mencionada pandemia, possui, como objetivos, avaliar a QV dos professores universitários,

observar seus níveis de prática de atividade física e o impacto dessa pandemia na jornada de trabalho. Os dados foram obtidos através de questionário com questões direcionadas à caracterização da amostra e o WHOQOL-BREF. Constatou-se necessidade de cuidados com a QV dos docentes do ensino superior concernente aos aspectos psicológicos e na autopercepção da QV, crendo-se reflexo do aumento do tempo de trabalho.

Palavras-chave: COVID-19, educação, pandemia, qualidade de vida.

ABSTRACT
Changes imposed by the COVID-19 pandemic influenced education, leading institutions and teachers, the frontline actors of the teaching x learning process, to face new challenges, erupting discussions about necessary care with physical and mental health, environmental changes and in the social conviviality. Faced with concerns related to the health and quality of life of professors, this cross-sectional, quantitative study carried out with professors from a higher education network in Minas Gerais during the pandemic, aims to assess the QOL of university professors, observe their levels of physical activity and the impact of this pandemic on the working day. The data were obtained through a questionnaire with questions directed to the characterization of the sample and the WHOQOL-BREF. There was a need to take care of the QOL of higher education professors regarding psychological aspects and self-perception of QOL, which is believed to reflect the increase in working time.

Keywords: COVID-19, education, pandemic, quality of life.

1 INTRODUÇÃO

As pandemias, que são causadas por doenças altamente infecciosas e atingem grande parte da população mundial, já estão presentes na humanidade há séculos. Algumas ocorrências pandêmicas relatadas são: “A peste Negra”, que ocorreu entre 1347-1353 e “A gripe espanhola”, ocorrida no período de 1918-1920[1].

Recentemente o mundo foi surpreendido pela COVID-19, causada pelo Sars-Cov-2, que pertence à espécie de vírus denominada CORONAVÍRUS, e está relacionado à síndrome respiratória aguda grave. Essa nova doença se espalhou rapidamente, iniciando um novo momento pandêmico para a humanidade, causando preocupação global, em especial devido à sua alta taxa de contágio[2].

No Brasil, o primeiro caso registrado foi em 25 de fevereiro de 2020, e a partir desta data as ocorrências foram aumentando, sendo registrados pelo Ministério da Saúde, até a data do dia 10 de agosto de 2020, 3.057.470 casos confirmados e 101.752 óbitos pela doença[2]. No dia 01 de julho de 2022, o número de casos confirmados atingiu a marca de 32.358.018 e a de óbitos 671.416, segundo dados divulgados pelo ministério da saúde do Brasil[3].

Em face a esse cenário pandêmico, o distanciamento social foi uma medida sugerida pela Organização Mundial de Saúde[4] para minimizar a proliferação da COVID-19, que se

espalha através de micropartículas de saliva por meio de tosse, espirros, da fala, ou mesmo se o infectado possuir contato direto e indireto com outras pessoas.

Com isso, toda a estrutura nacional deparou-se com a necessidade de adaptações com foco no combate à proliferação da pandemia da COVID-19, ocasionando, além do abalo ao sistema único de saúde, o estremecimento da economia, com os estabelecimentos fechados ou com atendimento restrito, alto índice de desemprego, bem como o fechamento das entidades de ensino.

A população foi afetada com a redução dos horários comerciais, proibição da realização de eventos, fechamentos de estabelecimentos de diferentes contextos, tais como salão de beleza, bibliotecas, templos religiosos, academias e centros de prática esportiva dentre outros. Além disso, outra mudança significativa se deu na modificação das aulas do ambiente presencial para o ambiente remoto[5].

Nesse sentido, a classe dos docentes foi extremamente afetada, haja vista a interferência conjunta e simultânea em âmbito familiar e laboral pois, devido às novas condições nos métodos de ensino, com alteração do meio presencial para o remoto, em um mesmo ambiente físico, foi necessário adaptar, de maneira rápida e às vezes precária, a vida familiar e laboral[5].

Esse processo impactou toda a sociedade, trazendo à tona a necessidade de profundas discussões sobre os cuidados necessários com a saúde física, mental, alterações ambientais e no convívio social durante o período de distanciamento social, gerando assim grande preocupação no que diz respeito à saúde e qualidade de vida da população[6].

Qualidade de Vida (QV) é um dos objetivos a ser alcançado para a promoção do bem-estar e saúde humana, dizendo respeito a toda e qualquer ação e condição presente na vida do indivíduo. Ou seja, algo que seja considerado de grande importância para se viver bem, possibilitando conforto e felicidade, possibilitando o desempenhar de suas atividades cotidianas em seu ambiente de trabalho ou familiar de maneira satisfatória, sendo ela um dos principais pontos a serem tratados nos ensaios clínicos da atualidade[7].

Segundo Praça e De Oliveira[8], a QV foi afetada diretamente pela pandemia, seja na vida profissional ou na vida social das pessoas, mediante a todas as mudanças para se adaptar à uma nova realidade. Essas alterações impostas pela pandemia de COVID-19 influenciaram também a educação, levando instituições e professores, que são os atores da linha de frente do processo ensino x aprendizagem a enfrentarem novos desafios[9].

Dessa forma, o presente estudo apresenta como objetivos, diante o impacto conjunto e simultâneo em âmbito familiar e laboral frente às necessidades adaptativas, avaliar a QV dos professores universitários de uma rede de ensino superior do estado de Minas Gerais durante a

pandemia de COVID-19, além de observar seus níveis de prática de atividade física e o impacto dessa pandemia em sua jornada de trabalho.

2 OBJETIVOS

Avaliar a QV dos professores universitários de uma rede particular de ensino superiordo estado de Minas Gerais durante a pandemia de COVID-19.

Observar os níveis de atividade física dos professores universitários de uma rede particular de ensino superiordo estado de Minas Gerais durante a pandemia de COVID-19.

Observar o impacto da pandemia na jornada de trabalho dos professores universitários de uma rede particular de ensino superiordo estado de Minas Gerais durante a pandemia de COVID-19.

3 METODOLOGIA

O presente estudo tem por característica ser transversal, quantitativo e realizado com professores de uma rede de ensino superior de Minas Gerais. Os dados foram obtidos por meio de um questionário que apresentava questões direcionadas à caracterização da amostra e o questionário WHOQOL-BREF[10]., disponibilizados em um link eletrônico, juntamente com o TCLE, para que todos os professores da rede de ensino tivessem a oportunidade de participar. Os professores que, após a leitura do TCLE, aceitaram participar do estudo, foram direcionados ao questionário em questão. Este trabalho foi submetido à avaliação de questões éticas e aprovado de acordo com o parecer n^0 5.079.903.

Foram considerados elegíveis à composição da amostra professores que lecionavam no referido grupo educacional há ao menos 6 meses anteriores ao início do isolamento social e, consequentemente, início das atividades remotas de ensino, visando, assim, maior possibilidade de identificação das alterações de todo o cenário laboral por conta das condições pandêmicas impostas a cada um.

Os dados obtidos referentes a características sociodemográficas foram apresentados em média ou N e desvio padrão ou %. Já a análise dos dados do WHOQOL-BREF foi apresentada em média e desvio padrão e em uma sintaxe própria estabelecida pelo grupo de pesquisa WHOQOL que permite o cálculo dos scores e apresentação da estatística descritiva.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Preencheram os critérios de inclusão 51 professores da referida rede de ensino estes apresentaram uma média de idade de 38,94 (± 7,36) anos, são predominantemente do sexo

feminino (64,70%). No que diz respeito ao estado civil a maioria dos docentes são casados (64,71%). Quanto à cor, 82,35% se autodeclararam brancos. Em relação ao tempo de docência no ensino superior 68,63% lecionam em um tempo igual ou inferior a 5 anos (**Tabela 1**).

Tabela 1. Caracterização da Amostra.

	MÉDIA	**DP**
Idade	38,94	± 7,36
Sexo	**N**	**%**
Masculino	18	35,29
Feminino	33	64,70
Estado Civil		
Solteiro	17	33,33
Casado	33	64,71
Divorciado	1	1,96
Viúvo	0	0
Cor		
Branco	42	82,35
Preto	1	1,96
Pardo	8	15,69
Indígena	0	0,00
Tempo de Docência no Ensino Superior		
< 5 anos	35	68,63
5 a 10 anos	13	25,49
10 a 15 anos	2	3,92
>15 anos	1	1,96

Fonte: tabela autoral

O escore total médio da QV dos docentes participantes foi de 67,46 (± 1,77), o maior domínio apresentado foi de relações sociais, com média de 69,61 (± 2,89), seguido do domínio físico que apresentou como média 69,33 (± 2,28), o domínio que apresentou menor expressão foi o psicológico, tendo como média 63,97 (± 2,08) **(Tabela 2)**. De acordo com a ferramenta que foi utilizada durante a pesquisa, quanto maior a porcentagem, melhor a QV do indivíduo, assim sendo é possível perceber que a população estudada para a realização do presente estudo, apresenta valores maiores nos domínios de relações sociais e meio ambiente e menores no domínios físico e psicológico em relação à população de professores de rede pública ou privada, avaliada no estudo de ALVARENGA *et al*[5].

Tabela 2. Escores da Qualidade de Vida obtidos pela aplicação do WHOQOL – breef.

DOMÍNIO	**MÉDIA (±DP)**
Físico	69,33 (±2, 28)
Psicológico	63,97 (± 2,08)
Relações Sociais	69,61 (± 2,89)
Meio Ambiente	67,40 (± 1,80)
Autoavaliação da QV	68,38 (± 3,06)

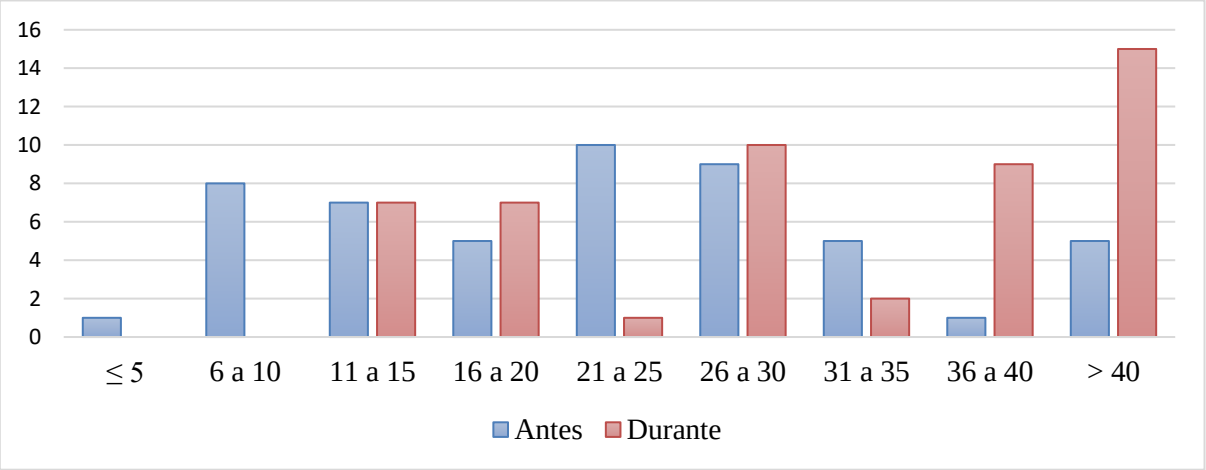
TOTAL	67,46 (±1,77)

Fonte: tabela autoral

Abaixo **(Gráfico 1)** é possível observar dados relacionados ao tempo de trabalho dos docentes antes e após o início da pandemia, onde podemos observar um aumento significativo recorrente da substituição do ensino presencial para o ensino remoto, que foi necessário devido à restrição das aulas presenciais para a diminuição da disseminação do vírus.

Esse aumento, se dá pelo fato de que transformar aulas presenciais em digitais requer uma grande "renormalização", onde as exigências externas solicitam novos meios de trabalho, novas ferramentas e outros conhecimentos, o que tende a exigir um período maior destinado às atividades laborais por partes dos docentes[11].

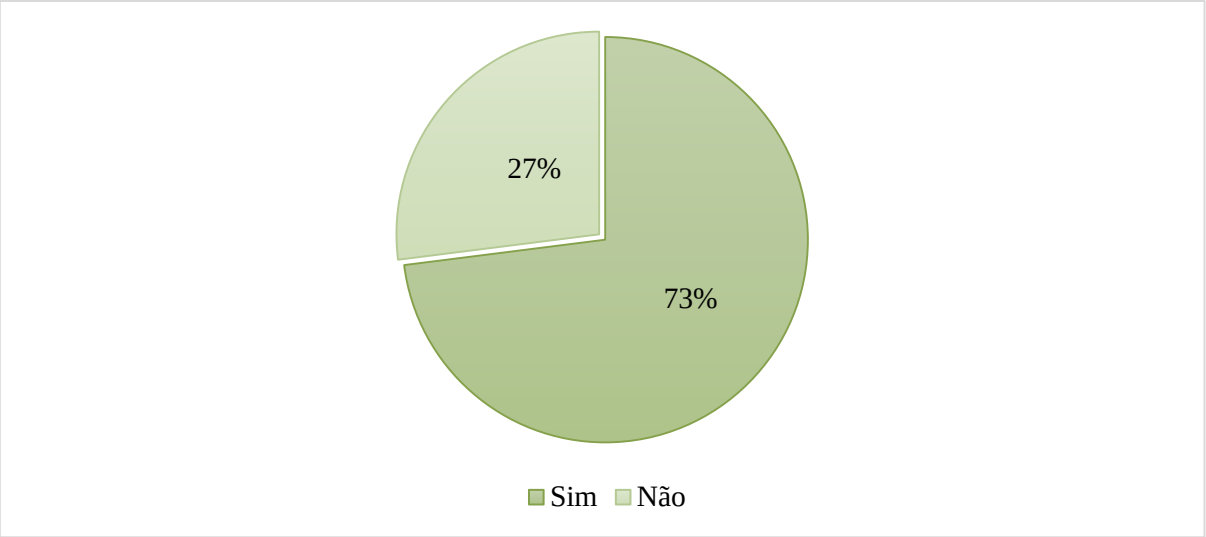
Gráfico 1- Comparativo de horas trabalhadas antes e após o início da pandemia de COVID- 19



Fonte: gráfico autoral

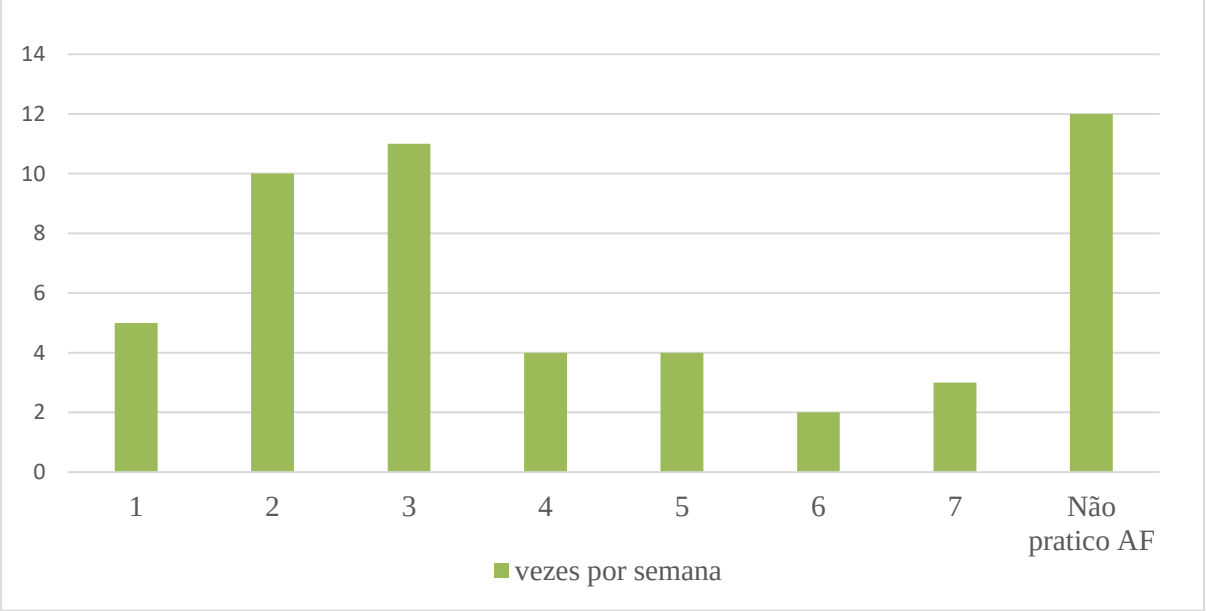
É ainda importante observar, que 73% dos entrevistados responderam sim à pergunta "O senhor(a) realiza atividade física?" (**Gráfico 2**). No entanto, quando questionados sobre a frequência com que a praticam é possível observar que menos da metade dos entrevistados 24 (47,05%) dos professores **(Gráfico 3)** de fato cumprem a meta semanal preconizada pela OMS de 150 minutos por semana para ser considerada uma pessoa fisicamente ativa[12].

Gráfico 2. Prática de Atividade Física (autorrelatada).



Fonte: gráfico autoral

Gráfico 2- Com qual frequência o senhor (a) pratica atividade física por um período de 30 minutos ou mais?



Fonte: gráfico autoral

5 CONCLUSÕES

O distanciamento social imposto pela pandemia da COVID-19 provocou mudanças na rotina da população mundial, o que não foi diferente com a população estudada. Tomando por base os dados apresentados, existe uma emergente necessidade de maiores cuidados com a qualidade de vida dos docentes do ensino superior, principalmente no que diz respeito aos aspectos psicológicos e na autopercepção da qualidade de vida. Acredita-se que este resultado seja reflexo direto do aumento abrupto do tempo de trabalho docente já identificado em estudo recente[11].

Outro aspecto que chama atenção diz respeito ao nível de atividade física praticado pelos docentes respondentes do questionário. É sabido que se manter fisicamente ativo influencia positivamente na qualidade de vida e, na amostra estudada, menos da metade dos professores cumpre a meta semanal recomendada pela OMS[4] para ser uma pessoa fisicamente ativa.

Diante do exposto, é notório que os dados obtidos através da população estudada corroboram com o de estudos semelhantes em outras amostras analisadas, reforçando a necessidade de uma maior preocupação por parte dessa população e dos gestores educacionais com o autocuidado, minimizando assim o despertar de fatores complicadores que possam comprometer ainda mais a saúde dos colaboradores em um cenário atípico de aumento abrupto de horas dedicadas às atividades laborais.

REFERÊNCIAS

1. FOGAÇA, Priscila Carvalho; AROSSI, Guilherme Anzilero; HIRDES, Alice. Impacto do isolamento social ocasionado pela pandemia COVID-19 sobre a saúde mental da população em geral: Uma revisão integrativa. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 10, n. 4, pág. e52010414411-e52010414411, 2021.

2. PRADO, Amanda Dornelas et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, p. e4128-e4128, 2020.

3. Brasil. Ministério da Saúde. Painel de controle COVID-19. Brasília, 2022. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/ >. Acessado em: 01 de julho de 2022.

4. WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. Assessing national capacity for the prevention and control of noncommunicable diseases: report of the 2019 global survey. 2020.

5. ALVARENGA, Robson et al. Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do covid-19. **Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 12, n. 3, p. 2, 2020.

6. BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos et al. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. suppl 1, p. 2411-2421, 2020.

7. NOBRE, Moacyr Roberto Cucê. Qualidade de vida. **Arq Bras Cardiol**, v. 64, n. 4, p. 299-300, 1995.

8. PRAÇA, Letícia Aparecida; DE OLIVEIRA, Victor Miranda. Qualidade de vida no trabalho em tempos de pandemia de COVID-19: os desafios e oportunidades dos docentes do ensino superior. **Gestão-Revista Científica**, v. 2, n. 2, 2020.

9. LUDOVICO, Francieli Motter et al. COVID-19: desafios dos docentes na linha de frente da educação. **Interfaces científicas: educação. Aracaju, SE. Vol. 10, n. 1 (2020), p.[58-74]**, 2020.

10. FLECK, Marcelo Pio de Almeida et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 21, p. 19-28, 1999.

11. RIBEIRO, Elaine; BLANK, Julia Caroline Goulart; DE FREITAS, Ernani Cesar. Do presencial ao digital em tempos de pandemia: o ethos revelado pelo professor em atividade remota. **fólio-Revista de Letras**, v. 13, n. 1, 2021.

12. LIMA, Dartel Ferrari de; LEVY, Renata Bertazzi; LUIZ, Olinda do Carmo. Recomendações para atividade física e saúde: consensos, controvérsias e ambiguidades. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 36, p. 164-170, 2014.