

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM  
ENVELHECIMENTO HUMANO

BIANCA VIAN

DEPRESSÃO E DISTÚRBIOS DO SONO  
EM PROFESSORES

Passo Fundo

2022



UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENVELHECIMENTO HUMANO

BIANCA VIAN

DEPRESSÃO E DISTÚRBIOS DO SONO EM PROFESSORES

Dissertação apresentada como requisito para obtenção do título de Mestre em Envelhecimento Humano, da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, da Universidade de Passo Fundo.

Orientadora: Profa. Dra. Cleide Fátima Moretto  
Coorientadora: Profa. Dra. Graciela de Brum Palmeiras

Passo Fundo

2022

CIP – Catalogação na Publicação

---

V614d Vian, Bianca

Depressão e distúrbios do sono em professores [recurso eletrônico] / Bianca Vian. – 2022. CDU: 616.89-008.454  
2.2 Mb : PDF.

Orientadora: Profa. Dra. Cleide Fátima Moretto.  
Coorientadora: Prof. Dra. Graciela de Brum Palmeiras.  
Dissertação (Mestrado em Envelhecimento Humano) –  
Universidade de Passo Fundo, 2022.

1. Depressão mental. 2. Sono – Aspectos fisiológicos.  
3. Professores – Stress ocupacional. 4. Qualidade de vida.  
I. Moretto, Cleide Fátima, orientadora. II. Palmeiras, Graciela  
de Brum, coorientadora. III. Título.



**PPGEH**

Programa de Pós-Graduação  
em Envelhecimento Humano

Faculdade de Educação Física e Fisioterapia - FEFF

## ATA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO

**“DEPRESSÃO E DISTÚRBIOS DO SONO EM PROFESSORES”**

Elaborada por

**BIANCA VIAN**

Como requisito parcial para a obtenção do grau de  
“Mestre em Envelhecimento Humano”

Aprovada em: 22/08/2022  
Pela Banca Examinadora

**Profa. Dra. Cleide Fátima Moretto**  
Universidade de Passo Fundo – UPF/PPGEH  
Orientadora e Presidente da Banca Examinadora

**Profa. Dra. Graciela de Bruin Palmeiras**  
Universidade de Passo Fundo – UPF/ Instituto da Saúde/IS  
Coorientadora

**Profa. Dra. Charise Dallazem Bertol**  
Universidade de Passo Fundo – UPF/PPGEH  
Avaliadora Interna

**Prof. Dr. Jandir Pauli**  
Faculdades Meridional - IMED  
Avaliador Externo

**Profa. Dra. Ana Luisa Sant'Anna Alves**  
Universidade de Passo Fundo – UPF/PPGEH  
Coordenadora do PPGEH

## DEDICATÓRIA

Dedico à minha mãe, ao meu pai e ao João Pedro.

Para minha mãe, por nela encontrar formas de ser resiliente no mundo. Por sua existência amorosa, generosa e guerreira. Obrigada por ser o melhor exemplo que eu poderia ter.

Para meu pai, por de sua forma peculiar acreditar e torcer por mim, por cada palavra dita e não dita, por tornar real esse sonho.

Para João Pedro, que me torna uma pessoa melhor a cada dia, por sua crença incondicional no meu potencial, por sua presença silenciosa e amorosa.

## AGRADECIMENTOS

João Pedro, obrigada por ser meu parceiro da vida e um educador diário, por ser alguém que me fez e faz pensar na vida por vários ângulos e possibilidades, que me oportuniza todos os dias a ampliação da consciência. Por acreditar naquilo que eu faço e por me fazer sentir especial por isso. Admiro, o ser humano que és, por ser esse apaixonado pela vida, de caráter incontestável, sincero e talentoso. Você é meu porto seguro. Essa conquista é nossa.

Mãe e pai, obrigada por me permitirem fazer parte dessa jornada intensa e de crescimento que é a vida me levando ao encontro mais precioso - comigo mesma. Vocês me permitiram, cair, levantar, aprender, sofrer e persistir, sempre presentes nos momentos mais árduos encorajando-me, investindo em mim e na minha educação. Eu espero poder dar o orgulho que vocês merecem.

Aos meus amigos, Fer (*in memoriam*), Carol, Gi, Pri e Gabi, obrigada pelo apoio, incentivo e por sempre estarem presentes com um abraço, um carinho, uma palavra. Vocês fazem parte dessa caminhada de alegrias, angústias e aprendizados. A amizade de cada um foi e é uma revolução silenciosa.

Aos meus alunos, por me inspirarem sempre, despertarem em mim o desejo constante pelo conhecimento e ensino. A todos os profissionais da saúde e pacientes que generosamente me oportunizaram crescimento.

A minha orientadora Profa. Dra. Cleide, coorientadora Profa. Dra. Graciela e Prof. Dr. Adriano por toda ajuda disponibilizada. E, em especial ao Prof. Bettinelli, por acreditar em mim até quando eu mesma não acreditava, você me apresentou ao mundo da Pesquisa e da Ciência.

A Fundação Universidade de Passo Fundo (FUPF), pela bolsa 50%, com vigência 2020/2 a 2021/2 e ao apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – PROSUC Modalidade II.

## **EPÍGRAFE**

**“Acho que os sentimentos se perdem nas palavras. Todos deveriam ser transformados em ações, em ações que tragam resultados.”**

**Florence Nightingale**

## RESUMO

VIAN, Bianca. **Depressão e distúrbios do sono em professores**. 2022. 2.2 Mb. Dissertação (Mestrado em Envelhecimento Humano) – Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, 2022.

A profissão docente é marcada por demandas diversas que ampliam a sobrecarga em termos físicos e, sobretudo, de saúde mental. Em meio às manifestações de adoecimento decorrentes do desgaste mental, destacam-se os transtornos depressivos e a possível associação com distúrbios do sono. Dessa forma, discutir sobre a profissão e a saúde mental do docente contribui para chamar a atenção sobre a importância de se fortalecer políticas educacionais que valorizem a complexidade envolvida na profissão. Portanto, o objetivo da dissertação é analisar a prevalência de depressão e sua associação com a qualidade do sono em professores. Trata-se de um estudo transversal, descritivo, de abordagem quantitativa, que fez parte de um projeto mais amplo intitulado Educação gerontológica como estratégia promotora da interação multigeracional para o viver e envelhecer saudável, integrante da linha de pesquisa aspectos biopsicossociais do envelhecimento humano. A amostra foi composta por 361 professores, residentes do estado do Rio Grande do Sul, que aceitaram participar voluntariamente do estudo por meio de um questionário online. O estudo recai sobre as variáveis associadas à autodeclaração de depressão, ao Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI-BR) e à Escala de Epworth (ESSBR). Na análise estatística, para descrever o perfil da amostra, foram feitas análises de valores de frequência absoluta e relativa e estatísticas descritivas das variáveis numéricas. Para a comparação das variáveis categóricas foi utilizado o teste Qui-Quadrado. O nível de significância adotado foi de 5%. A produção resultante da dissertação, Depressão autorreferida e relação com distúrbios do sono em professores, focaliza a categoria docente, o gênero feminino e o nível de ensino fundamental, sendo mais suscetível ao adoecimento psíquico do que a população em geral. Os dados evidenciaram prevalência de autodeclaração de depressão (11,4%) semelhante aos dados presentes na literatura e qualidade do sono ruim (56,1%) entre professores que assim se declaram. As discussões e os resultados obtidos até o momento corroboram de forma semelhante com evidências de outros estudos que apontam a prevalência de depressão e associação com a má qualidade do sono dos professores.

Palavras-chave: professor; depressão; qualidade do sono.



## ABSTRACT

VIAN, Bianca. **Depression and sleep disorders in teachers.** 2022. 2.2 Mb. Dissertation (Master in Human Aging) – University of Passo Fundo, Passo Fundo, 2022.

The teaching profession is marked by several demands that increase the overload in physical terms and, above all, mental health. Among the manifestations of illness resulting from mental exhaustion, stand out depressive disorders and the possible association with sleep disorders. Thus, discussing the profession and the mental health of teachers contributes to draw attention to the importance of strengthening educational policies that value the complexity involved in the profession. Therefore, the objective of this dissertation is to analyze the prevalence of depression and its association with sleep quality in teachers. This is a cross-sectional, exploratory descriptive study, with a quantitative approach, which was part of a larger project entitled Gerontological education as a strategy to promote multigenerational interaction for healthy living and aging, which is part of the research line biopsychosocial aspects of human aging. The sample was composed of 361 teachers, residents of the state of Rio Grande do Sul, who agreed to voluntarily participate in the study by means of an online questionnaire. The study falls on the variables associated with self-reported depression, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI-BR) and the Epworth Scale (ESSBR). In the statistical analysis, to describe the profile of the sample, frequency tables of the categorical variables were made with values of absolute and relative frequencies and descriptive statistics of the numerical variables. The Chi-square test was used to compare the categorical variables. The significance level adopted was 5%. The dissertation's resulting paper, Auto-referred depression and relation to sleep disturbances in teachers, focuses on the teaching category, women and elementary school teachers, being more susceptible to psychological illness than the general population. The discussions and results obtained so far corroborate in similar fashion to evidences from other studies which point out the depression prevalence and the association to poor sleep quality in teachers.

Keywords: teacher; depression; sleep quality.

## LISTA DE ABREVIATURAS

DSM	Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais
NREM	Sem movimentos oculares rápidos
REM	Movimentos oculares rápidos
PSQI	Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh
ESE	Escala de Sonolência de Epworth
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
RCLE	Registro de Consentimento Livre e Esclarecido

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	11
2	REVISÃO DA LITERATURA.....	11
2.1	O SER PROFESSOR.....	11
2.2	ASPECTOS SOCIAIS E PSICOLÓGICOS DA PROFISSÃO DOCENTE .....	13
2.3	O PROFESSOR E A EXPOSIÇÃO OCUPACIONAL.....	23
2.3.1	DEPRESSÃO .....	27
2.3.2	SONO.....	32
3	PRODUÇÃO CIENTÍFICA I.....	37
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	38
	REFERÊNCIAS.....	40
	ANEXOS .....	54

## 1 INTRODUÇÃO

O processo viver e envelhecer sofre influência de determinantes comportamentais, sociais, econômicos, pessoais, modos de acesso a serviços de saúde e ambiente físico, perpassados pela cultura e gênero, vistos como significativos para obtenção de saúde e bem-estar (FARIAS; SANTOS, 2012).

Associado a isso e aliado à atual transição demográfica, observa-se uma transição epidemiológica que, em resultado do processo de envelhecimento, resultará no aumento da ocorrência de doenças crônico degenerativas, incluindo a depressão. A depressão, por sua vez, pode influenciar na qualidade do sono, impactando na diminuição da qualidade de vida e funcionalidade do indivíduo (MACHADO; WENDT; WEHRMEISTER, 2018; SILVA *et al.*, 2017;).

Conforme dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a depressão foi a principal causa de incapacidade no ano de 2000, demonstrando ter papel importante para o desenvolvimento de outras doenças, ressaltando-a como um problema de saúde pública em nível mundial (WHO, 2019). Particularmente, destaca-se a frequência significativa de tal comorbidade em professores, comprometendo a relação de ensino-aprendizagem e aumentando a insatisfação profissional (PAULA; JIMÉNEZ, 2018; STRIEDER, 2010). Em um estudo com 43.845 professores mexicanos, 16,0% da população analisada apresentou sintomatologia para depressão grave (SORIA-SAUCEDO *et al.*, 2018). Outra pesquisa, realizada em uma instituição de ensino superior de uma capital do Nordeste do Brasil, observou que 79,8% das professoras mulheres e 64,8% dos professores homens demonstravam algum grau de depressão (RODRIGUES *et al.*, 2020). Em análise realizada por Freitas *et al.*, (2021) com 150 docentes universitários residentes na região Norte de Minas Gerais, 50,0% apresentaram sintomas de depressão.

De acordo com a Associação Brasileira do Sono, insônia é um distúrbio que se caracteriza pela dificuldade de começar a dormir, manter-se dormindo, ou acordar antes do horário desejado. E, segundo a mesma fonte, um em cada três brasileiros sofrem de insônia (SILVA; MELO, 2015). Em estudo realizado na região Sul do Brasil, com 196 professores de pós-graduação *stricto sensu*

demonstrou que a influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho contribuíram para a percepção de qualidade de sono ruim (CARDOSO *et al.*, 2020). Nessa perspectiva, observa-se indivíduos depressivos com relato de insônia em suas queixas clínicas, sendo a mencionada insônia um dos sintomas recorrentes (LÓSS; BOECHAT; CABRAL, 2019).

O reconhecimento desse cenário demonstra a necessidade de um olhar voltado à profissão docente, marcada por demandas diversas que ampliam a sobrecarga em termos físicos e, sobretudo, de saúde mental. O exercício da docência, enquanto processo de trabalho, atinge diretamente o educador pelo estado de morbidez e, indiretamente, os estudantes pelos prejuízos na qualidade do ensino. A sobrecarga e o estresse estão associados à profissão docente devido às exigências do trabalho em si e do ambiente ocupacional, o que, a longo prazo, pode comprometer o processo de viver e envelhecer (GOUVÊA, 2016; PÜLSCHEN; PÜLSCHEN, 2015).

Importante salientar que ser professor ultrapassa a mediação entre a produção do conhecimento, uma vez que cabe a estes profissionais a formação do cidadão social. Para tanto, além de sala de aula, os professores articulam escola e comunidade, fazem gestão e planejamento (BULGRAEN, 2010). Fazem parte de sua dinâmica laboral o contexto em que está inserido e as interações que estabelece em espaços compartilhados. Diante desta compreensão, cabe dizer que o professor, assim como influencia, também, é influenciado pelo grupo ao qual pertence. Isso significa que estamos diante de um cenário que aponta para a importância de se fortalecer políticas educacionais que valorizem a complexidade envolvida na profissão docente, o contexto social e individual que estão envolvidos (BERNADO; VASCONCELLOS, 2017).

A classe de trabalhadores docentes, nesse contexto, está exposta ao adoecimento psíquico, levando em consideração que o docente com interferência no seu ciclo de sono, ou sofrendo com insônia, pode estar manifestando sintomas de depressão, ou ainda os distúrbios do sono podem ser geradores de desconforto na saúde mental e levar o professor ao quadro de depressão. Nesta perspectiva, o presente estudo questiona: Qual a prevalência

de depressão e sua associação com a qualidade do sono de professores? O tema do presente estudo provém de um projeto de pesquisa mais amplo, intitulado “Educação gerontológica como estratégia promotora da interação multigeracional para o viver e envelhecer saudável”, desenvolvido no Programa de Pós-Graduação de Envelhecimento Humano e inserido na linha de pesquisa “Aspectos Biopsicossociais do Envelhecimento Humano”.

O objetivo geral da presente dissertação é analisar a prevalência de depressão e sua relação com a qualidade do sono em professores. Busca, especificamente, identificar a prevalência de depressão em professores além de reconhecer as características da qualidade do sono dessa população.

Para tanto, o estudo contempla uma amostra de professores do estado do Rio Grande do Sul, atuantes na rede básica e superior de ensino, de escolas públicas e privadas. A sua divulgação se deu por meio das redes sociais e a coleta de dados foi realizada por meio de um questionário online, que reuniu dados sociodemográficos, de saúde, avaliação subjetiva da saúde, satisfação global com a vida, felicidade, *coronavirus disease* (COVID-19), depressão, analisada por meio da pergunta sobre doenças autorrelatadas, e qualidade do sono, por meio do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI-BR), composto por 19 itens autoaplicáveis que são agrupados em sete componentes, e a Escala de Sonolência de Epworth, que avalia a probabilidade de adormecer em oito situações envolvendo atividades diárias. Foram seguidas todas as etapas e protocolos éticos que atende às exigências da Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, bem como aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade de Passo Fundo (UPF).

A seguir apresenta-se a revisão de literatura, a produção científica oriunda da pesquisa realizada e, por fim, as considerações finais.

## 2 REVISÃO DA LITERATURA

### 2.1 O Ser Professor

Atualmente, existem classes trabalhadoras com número mais expressivo de participantes, sendo a maior, a classe dos profissionais da educação, ou seja, dos professores. Isso se deve à importância que o mundo contemporâneo tem dado ao desenvolvimento científico e tecnológico. Globalizar a educação e garantir o acesso democrático às escolas tem sido a maneira mais eficaz de captar as pessoas e fortalecer o desenvolvimento e o progresso. Nesse contexto, a garantia de que novos professores conseguirão expressar da melhor maneira a didática proposta e, assim, permitir que o corpo discente ascenda às ciências para melhorar a qualidade de vida humana, é uma questão de condições dignas de trabalho (GOMES *et al.*, 2019).

Os desafios do trabalho como professor compõe um prisma de muitas faces. O professor, antes de tudo, constitui-se como indivíduo inserido em seu tempo e frágil às pressões e às mudanças sociais próprias da vivência humana, como questões de gênero, de remuneração e de reconhecimento. Necessita, em sua formação, da construção de um arcabouço teórico e de habilidades que lhe permitam compor-se como ser formador, ou seja, como indivíduo capaz de produzir no outro o processo de aprendizagem (SOARES, 2019).

Como trabalhador, somam-se realidades de jornada de trabalho excessiva, condições laborais e insatisfação profissional. Em meio a esse contexto, é, mesmo assim, desafiado, como sua *raison d'être*, a perseguir a excelência por meio da intelectualização e produção de práticas reflexivas (MOREIRA; RODRIGUES, 2018; ROCHA, 2014). Não é surpresa, portanto, inferir que essa classe profissional se depara com importantes questões de saúde mental, que se produzem de maneira tão complexa quanto a realidade que vivem diariamente (FERREIRA-COSTA; PEDRO-SILVA, 2018).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) definem saúde não apenas como ausência de doenças e sim como a existência de completo bem-estar biopsicossocial (BRASIL, 2018). De

acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2016), para o mundo do trabalho, os danos gerados pelos transtornos psicológicos são significativos, pois eles interferem no bem-estar, reduzem as chances de contratação e salários com efeitos deletérios sobre a renda familiar de modo direto e indireto. No entanto, a falta de percepção do estado de morbidez e do nexos com o trabalho tem como maior efeito prejudicar a saúde, mas também contribui para o adoecimento da categoria e abandono da profissão (BRUM; MONTEIRO; ABS, 2021). Aliás, em algumas escolas públicas, a falta de professores pode ser um problema (SANTOS; MARQUES, 2013).

A educação é sensível às transformações sociais, políticas, econômicas, culturais e tecnológicas. Questões essas que têm impactado as pessoas como um todo, nas relações de trabalho e de sociedade (NICOLA; PALARO; LEMES, 2021). Imbernón (2011) destaca que, embora ensinar sempre tenha sido complexo, essa tarefa passou a ser ainda mais difícil, principalmente pela realidade vivida pelo professor, que se divide entre planejar seu trabalho a partir do reconhecimento dos avanços na discussão educacional ou a partir da necessidade de garantir o aumento nos índices das avaliações externas em larga escala.

Rocha (2014) descreve o professor como um profissional capaz de julgar suas próprias ações, o que requer autonomia e voz, a fim de transpor a técnica para o campo da reflexão, fazendo com que sua prática seja pensada e repensada. Comenta que esse professor “prático-reflexivo” deve superar a rotinização de suas práticas e refletir sobre todo o processo de suas ações. Então, as noções de saber ultrapassam a dicotomia de teoria e prática, tornando-se viável a associação entre a formação e os saberes do educador.

Para Imbernón (2011) é importante refletir a prática teórica sobre a própria prática mediante a análise, a compreensão, a interpretação e a intervenção sobre a realidade vivida dentro da sala, gerando capacidade de o professor ter conhecimento pedagógico por meio da prática educativa. A formação individualista e isolada pode originar experiências de inovação, mas dificilmente levará a uma inovação da instituição e da prática coletiva dos profissionais.



Componentes de seu processo dialético inerente, os campos da educação e do ensino passaram a reconhecer a importância das narrativas como metodologia de investigação para o desenvolvimento pessoal e profissional docente (RADETZKE; GÜLLICH; EMMEL, 2020). A defesa por processos de formação de professores com ênfase no desenvolvimento de pesquisadores da própria prática deve tornar-se prioridade. Em virtude disso, os cursos de formação de professores voltam-se para a formação de profissionais com hábito de reflexão e autorreflexão (JUNGES; BEHRENS, 2016).

Entretanto, Carlotto (2014) elucida que o conceito de educação hoje não está ligado apenas à qualidade do ensino ministrado aos alunos. A contemporaneidade, pautada pelo hiperindividualismo e pelo acirramento da competitividade, imprime forçadamente sobre a educação um viés mercadológico, no qual a escola é uma empresa, a educação mercadoria e o aluno e sua família os clientes. Assim, o ingresso e o subsequente sucesso na vida profissional futura tornam-se a pedra basilar que orienta a formação do educando.

## *2.2 Aspectos Sociais e Psicológicos da Profissão Docente*

A práxis do professor como indivíduo, intelectual e trabalhador não é apenas mobilizada por questões metodológicas. Frente às mudanças na formação das famílias nos últimos anos e com a entrada efetiva do gênero feminino no mercado de trabalho formal, as mulheres acabaram na maioria das vezes com as responsabilidades de múltiplas tarefas, dentro e fora de casa, ela passou a participar efetivamente do sustento da família, além do cuidado com os filhos e com o lar. Além disso, estudos como de Ataíde e Nunes (2016) revelam que homens e mulheres docentes ainda apresentam diferenças salariais, levando-se em comparação à presença de maioria do sexo feminino nos anos iniciais do ensino fundamental e a quase inexistência de homens do primeiro ao quinto anos de escolaridade, nos quais a faixa salarial é menor.

De acordo com Souza e Melo (2019), a ideia de que a mulher tem habilidades inatas para o trabalho docente denota uma confusão entre o profissional e o ato de cuidar. A distribuição dos papéis sociais por gênero,

reduziram por muito tempo o território das mulheres ao lar e às atividades domésticas. Os papéis sociais de homens e mulheres vão além das características biológicas de distinção sexual, mas correspondem ao contexto da categoria de gênero, como a sobreposição de afazeres domésticos sobre os profissionais, a ausência de locais para cuidados dos filhos, como creches, o que é agravado pelos baixos salários que inviabilizam a contratação desse suporte (ATAÍDE; NUNES, 2016).

Nessa perspectiva, acerca do campo da educação, as desigualdades entre homens e mulheres no mercado de trabalho sofreram alterações no decorrer da história recente no Brasil e observa-se tanto conquistas quanto permanências na distinção da valorização da força de trabalho relacionada ao gênero. Um exemplo de mudança positiva é a redução da diferença entre os rendimentos de mulheres e homens, constatada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) ao se comparar os anos de 2005 e 2015 (IBGE, 2016). Por outro lado, a diferenciação na duração da jornada de trabalho de mulheres e homens e na ocupação de cargos de gerência ou direção permanecem. Enquanto, em 2015, 6,2% dos homens com idade igual ou superior a 25 anos ocupavam cargos diretivos, apenas 4,7% das mulheres na mesma faixa etária exerciam tais funções. Além disso, as mulheres que ocupavam tais posições recebiam, em média, 68,0% da remuneração média ofertada aos homens ocupantes de cargos diretivos (IBGE, 2016).

A partir desses dados, verifica-se as duas formas de hierarquização na carreira docente, que coincidem com a maior presença de homens nos locais mais valorizados socialmente e/ou mais bem remunerados: a primeira hierarquia ocorre entre funções de docentes e especialistas, enquanto a segunda se dá entre as diferentes etapas da educação (MONTEIRO, ALTMANN; 2021). Embora em algumas redes municipais de ensino haja equiparação salarial entre os diversos cargos docentes, tal medida ainda é exceção (SÃO PAULO, 2018).

As condições de trabalho docente, entretanto, dificilmente são apontadas como fundamentais para a melhoria da qualidade da educação, salvo por pesquisas realizadas no campo da educação (BARBOSA, 2011; GOUVEIA *et*

*al.*, 2006; RODRIGUES, 2018). Tais condições referem-se, por um lado, aos recursos necessários para o desenvolvimento das atividades laborais, como instalações físicas, materiais pedagógicos, insumos e equipamentos necessários para ensinar e, por outro, às relações a que o professor está sujeito em seu local de trabalho, gerando constrangimentos e pressões (ASSUNÇÃO, 2011).

A jornada docente envolve o tempo de ensino efetivamente cumprido em sala de aula e o tempo extraclasse despendido em outros espaços, com tarefas intrínsecas à realização da docência, como preparação de aulas, elaboração e correção de atividades de ensino e de avaliação. Sua aferição temporal é difícil, exatamente por não ser definida exclusivamente pelo tempo marcado do relógio e pelas atividades circunscritas à escola (OLIVEIRA, 2021).

A porção de trabalho extraclasse, que muitas vezes ultrapassa os limites do tempo contratual docente, não pode ser considerada trivial, já que é constituinte e fundamental para o bom exercício da profissão. A realização da aula ou a aplicação de uma prova sem elaboração prévia acarreta prejuízos à organização do processo pedagógico e, conseqüentemente, à qualidade do ensino e aprendizagem. Além disso, a quantidade de atribuições deixa o professor assoberbado e o acúmulo de trabalho faz com que o período de folga reservado para o lazer seja utilizado para preparação de aulas, correção de tarefas ou mesmo para complementação da renda (ANDRADE; CARDOSO, 2012; DUTRA *et al.*, 2016; EUGENIO; SOUZAS; DI LAURO, 2017).

Barbosa, Cunha e Martins (2019), a partir de levantamento do estado do conhecimento acerca da jornada docente, destacam a necessidade de se considerar a especificidade do trabalho docente, a vinculação da jornada de trabalho à discussão dos salários dos professores, já que eles costumam ser pagos tendo como referência à jornada de trabalho assumida e, também, em função da ampliação da jornada ser um recurso para compensar os baixos salários. Apontam, também, a relação da jornada à questão de gênero, uma vez que entre os docentes a maioria é mulher, que tende a acumular o trabalho docente com as tarefas domésticas e os cuidados com os filhos. Outro aspecto

destacado pelas autoras, é o fato de que a legislação brasileira estabelece diretrizes e normas para a organização da jornada de trabalho dos professores.

Em 2009 foi publicada a Resolução nº 2 do Conselho Nacional de Educação (CNE) e da Câmara de Educação Básica (CEB), que fixou diretrizes para os planos de carreira e remuneração dos profissionais do magistério da educação básica pública, definindo que a jornada de trabalho docente fosse preferencialmente de tempo integral, com duração máxima de 40 horas semanais e recomendação de ampliação de parte da jornada “[...] destinada às atividades de preparação de aulas, avaliação da produção dos alunos, reuniões escolares, contatos com a comunidade e formação continuada [...]” (BRASIL, 2009, p. 2). Embora a referida lei não tenha avançado na fixação de porcentagem mínima destinada ao trabalho extraclasse, reforçou a compreensão de que as atividades realizadas fora do tempo em sala de aula são constituintes da docência e devem integrar as jornadas de trabalho dos professores.

Nesse sentido, a insatisfação profissional afeta o desempenho do professor em sala de aula, assim como o estresse e a sobrecarga de trabalho afetam a qualidade do ensino, aumentando o número de afastamentos do trabalho por sintomas depressivos ou depressão. Essa situação, de outra parte, está associada à redução da produtividade do trabalhador, com forte impacto em sua vida e limitação de sua contribuição à sociedade (JARDIM, 2011).

Para Borsoi (2012), o sentimento de trabalhar em excesso não está diretamente relacionado ao sentir-se produtivo, mas sim, está ligado à obrigatoriedade de realizar tarefas não produtivas. Nesse sentido, o fazer do trabalhador relaciona-se à sua identidade e pode fortalecê-la ou enfraquecê-la, dependendo da apropriação que ele faz de sua produção, ou seja, da percepção do outro sobre a qualidade do seu trabalho. Ainda, em relação à sobrecarga, ela implica em perda da qualidade do trabalho, sendo esta geradora de angústias, que aliada ao medo de não ser competente, passa a ser um constrangimento para o professor (FERREIRA, 2010).

Conforme Barreto (2010), os estudos sobre os professores costumam descrevê-los como uma categoria profissional relativamente homogênea, proveniente, em maior proporção, dos estratos médios da população. Contudo, pesquisas mais recentes têm apontado diferenças de renda significativas entre os docentes de acordo com o nível educacional que estão inseridos, a região do país, a dependência administrativa, o setor (público ou privado) e a localização, rural ou urbana, das escolas (OLIVEIRA; VIEIRA, 2012).

No que se refere aos professores da educação básica, eles somavam 2.226.423 em todo o país, conforme o referido Censo Escolar (Brasil, 2019). Na educação infantil, atuavam 589,9 mil professores. Desse total, 69,3% possuíam formação em nível superior completo (68,4% em grau acadêmico de licenciatura e 0,9% em bacharelado), 8,1% estava com o curso superior em andamento e 15,8% tinha o curso de ensino médio normal/magistério. Foi ainda identificado, nesse total, 6,9% dos profissionais com nível médio ou fundamental completo. Desde 2014, tem sido observado crescimento gradual no percentual de docentes com formação em nível superior completo atuando na educação infantil, que passou de 62,5%, em 2014, para 69,3%, em 2018.

O professor da escola básica do século XXI enfrenta dificuldades, por ser formado, como aluno e como professor, em uma escola reprodutivista, com um viés bancário, este compreendido como um monólogo entre o professor e o aluno de modo que o primeiro faz a exposição de conteúdos e o segundo permanece em uma atitude passiva em relação ao conhecimento (BOURDIEU; PASSERON, 2011; FREIRE, 2005). Essa literatura aponta que os professores se deparam com uma rotina e um currículo formatado, baseados no paradigma positivista e, ao mesmo tempo, são desafiados ao trabalho em uma perspectiva em que os alunos estão inseridos em novas tecnologias da comunicação, interligados nas redes sociais e em meio a todo esse cenário precisa atuar como profissional docente. A ampliação das funções docentes, mais do que nunca, está atrelada a uma necessidade de buscar formação e orientação para o exercício da docência.

O ensino básico, sendo prioritariamente de responsabilidade dos estados e municípios, tem sua oferta em redes públicas organizadas de forma autônoma pelo estado federado, respeitando as normas federais, de maneira especial aquelas que definem as diretrizes e bases da educação nacional. De acordo com o Censo Escolar (BRASIL, 2019), realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), na distribuição das matrículas por dependência administrativa, percebe-se maior dominância da rede municipal, que detém 47,7% das matrículas na educação básica. A rede estadual foi responsável por 32,9% das matrículas da educação básica, as instituições privadas alcançam participação de 18,6%, e a rede federal tem participação inferior a 1% do total dessas matrículas. Em relação à localização, as matrículas da educação básica são encontradas de forma majoritária na área urbana (88,7%). Nas instituições privadas, 99,0% das matrículas estão em escolas urbanas. A rede municipal é a que apresenta a maior proporção de matrículas em escolas rurais (19,5%), seguida da rede estadual (5,2%).

No ensino fundamental (BRASIL, 2019) atuavam mais de 1,4 milhão de professores, 762,9 mil nos anos iniciais e 763,8 mil nos anos finais. Do total de docentes que atuavam nos anos iniciais, 78,5% tinham nível superior completo (77,3% em grau acadêmico de licenciatura e 1,2% bacharelado), 6,3% estava cursando o ensino superior e 11,0% possuía o ensino médio normal/magistério. Foram identificados, ainda, 4,3% desses professores com nível médio ou inferior. Um total de 513,4 mil professores atuava no ensino médio em 2018. Desse total, 93,9% tinham formação em nível superior completo (88,6% em grau acadêmico de licenciatura e 5,3% em bacharelado) e 3,3% estava cursando nível superior (BRASIL, 2019). As diferenças entre professores que atuam em centros urbanos e aqueles que trabalham em áreas rurais refletem uma forma histórica de segmentação da profissão docente que revela a acentuada desigualdade do país, produto da expansão e consolidação do sistema nacional de educação e rápida urbanização da sociedade brasileira durante o século XX (OLIVEIRA, 2021).

Ávila (2013, corrobora que, durante muito tempo, os órgãos públicos esqueceram as escolas da zona rural, transformando-as em subproduto das

escolas urbanas. Por não ter formação adequada, os professores das escolas rurais não respeitam o universo cultural para o qual ensinam. Destaca que os indicadores da educação rural são sempre os piores. Na zona rural, é muito comum as escolas com classes multisseriadas, sob a orientação de uma única professora ministrando aulas de primeira à quarta série do ensino fundamental, e que desenvolvem seus estudos de acordo com planos semanais.

Para Hage (2010), o trabalho docente nas escolas com turmas multisseriadas se caracteriza pela sobrecarga de atividades, pela instabilidade no emprego e por angústias relacionadas à organização do trabalho pedagógico. Nessas classes, uma única professora atua em múltiplas séries concomitantemente, reunindo estudantes da pré-escola e dos anos iniciais do ensino fundamental em uma mesma sala. Ressalta, ainda, que a professora assume outras funções além da docência, tais como: merenda, limpeza da escola e atividades de secretaria e de gestão. O autor reforça que essas professoras são, em sua maioria, temporárias e, por esse motivo, sofrem pressões de gestores públicos, políticos e empresários locais, encontrando-se submetidas a uma intensa rotatividade, ao mudar constantemente de escola e de comunidade.

Nesse sentido, Pereira e Macêdo (2018) argumentam que grande parte das escolas multisseriadas se localizam em pequenas comunidades afastadas das sedes dos municípios, e diversos fatores incidem diretamente no exercício docente. Em recente pesquisa sobre as condições de trabalho nas escolas rurais no estado da Bahia, Ramos (2020) demonstra que a precarização e a intensificação são traços das condições de trabalho dos professores das escolas rurais, o que pode ser percebido por sua baixa remuneração, pela ausência de planos de carreira profissional, pelo pouco incentivo à formação e pelas contratações precárias sem vínculos estáveis. Além das precárias instalações das salas de aulas, refeitório e locais de uso comum, a sobrecarga de trabalho e turmas de alunos exageradamente grandes são fatores que corroboram para a desvalorização dos docentes do meio rural em comparação aos docentes urbanos.

Carvalho (2018) constata que, no decorrer da última década, a distribuição de professores entre localização rural e localização urbana mostrou relação praticamente estável (proporção em média de 16% de professores nas zonas rurais), indicando a persistência da desigualdade na distribuição de professores entre ambas as localidades ao longo dos anos. Essa tendência explica-se pela redução da população rural, resultante da queda geral da população com menos de 18 anos e do êxodo rural em direção às regiões urbanas. De acordo com a autora, a redução da população de crianças e jovens nessas regiões, por um lado, pode diminuir a demanda por professores, e o êxodo rural dos professores em busca de melhores oportunidades de trabalho, por outro lado, pode reduzir a oferta de professores.

A divisão de gênero é talvez a maior segmentação que historicamente marca a profissão docente não apenas no Brasil e exerce importante influência na identidade desses profissionais, apesar de estar presente em muitas profissões. Essa divisão está relacionada à presença de um maior contingente feminino nos níveis mais elementares da educação básica. Esse é um tópico bem explorado em pesquisas sobre gênero e profissão docente, demonstrando que os baixos salários estão ligados à discriminação de gênero (MACÊDO, 2013).

De acordo com estudo produzido pela Organização dos Estados Ibero-americanos (OEI, 2013), o peso das professoras na educação pré-primária é muito elevado em toda a região, ultrapassando 92,0% em 2011, três de cada quatro professores da Ibero-américa são mulheres. O estudo constata, de outra parte, que essa proporção diminui progressivamente nas etapas superiores.

Semelhante a isso, dentre os diversos níveis de ensino, o professor na educação infantil conta historicamente com menor prestígio social. As desigualdades de gênero observadas entre as profissões avançam, portanto, dentro do próprio campo da educação. Ou seja, no interior de uma profissão associada ao feminino, novas hierarquizações se estabelecem, com diferenças na ocupação dos cargos mais altos na carreira, proporcionalmente com maior ascensão de homens a tais posições (MONTEIRO; ALTMANN, 2021).



O Censo da Educação Superior revela que existem, no Brasil, 2.537 instituições de Ensino Superior, 37.962 cursos de graduação, 1.628.676 alunos e 397.893 professores (INEP, 2019), além de 4.593 programas de Pós-Graduação, contemplando mestrados e doutorados acadêmicos e profissionais (CAPES, 2019a, 2019b). Dentro dessa dimensão profissional, em instituições públicas, é cobrada do professor a produtividade relativa às tarefas de ensino, pesquisa, extensão e administração. Já as instituições particulares, que se comprometem mais diretamente com o ensino, demandam dele o domínio de saberes de vários campos e, muitas vezes, as atividades de gestão relacionam-se, até mesmo, à publicidade e a ações mercadológicas de captação de alunos (BRASILEIRO, 2019).

No Brasil, as primeiras instituições de ensino foram organizadas com base no modelo proposto pelos jesuítas, e este modelo delegava ao professor a tarefa de garantir que as regras seriam obedecidas em sala de aula, perpetuando com isso a prática docente nas instituições de brasileiras (PIMENTA; ANASTASIOU, 2002). Com o passar dos anos, e com a forte expansão do ensino superior privado (FISCHER; WAIANDT; SILVA, 2008), surge um entendimento de que os alunos iniciam o ensino superior com capacidades críticas e de análise frágeis, e que as práticas pedagógicas deveriam envolver o ser, o fazer e o agir (MARQUES, 2017).

Nesse sentido, vale ressaltar que o conhecimento e as competências profissionais do professor afetam diretamente a qualidade do ensino e aprendizagem (GESS-NEWSOME *et al.*, 2019; LUCKY; YUSOFF, 2015) e o desempenho dos alunos que recebem este conhecimento. O desempenho dos alunos em sala não é uma preocupação ligada apenas à qualidade do ensino, mas à qualidade da instituição como um todo, que recebe sanções administrativas e inspeções constantes dos órgãos reguladores do Estado. Portanto, compreender os preditivos do desempenho gerado em sala de aula é o que mantém as instituições de ensino superior no mercado.

Além disso, a expansão do número de alunos que chegam atualmente à universidade é um fator determinante na reorganização das instituições de

Ensino Superior, corroborando com a ampliação do número de vagas para o acesso à Educação Superior. Os professores, hoje, conforme Esteves (2010), estão em sala de aula, em frente a estudantes com uma formação anterior mais variada, com diferentes interesses, com objetivos e projetos de vida diversos, provenientes de classes sociais e culturais heterogêneas, que se preocupam, muitas vezes, apenas com o diploma e não com a aprendizagem. Fica evidente que a Universidade em sua completude, incluindo os docentes, precisa preparar-se e adaptar-se a essa nova realidade. Isso requer um perfil profissional dos docentes do Ensino Superior, que demande, além do conhecimento científico da área em que atuam, uma nova concepção paradigmática na docência advinda do movimento da Ciência e da Educação, o que exige um repensar sobre a forma de organização do processo de ensino e aprendizagem, ou seja, a construção de novos saberes no desenvolvimento de sua profissionalidade (JUNGES; BEHRENS, 2016).

Como já mencionado, o trabalho do professor universitário vem passando por transformações importantes, em consequência da economia de mercado global e do surgimento de novas tecnologias, que propiciam a incorporação de novas e contínuas exigências à atividade docente. Nas universidades públicas, o impacto dessas mudanças se faz sentir pela intensificação do trabalho do professor, uma vez que essas instituições assumem os mesmos pressupostos ditados pela economia de mercado (VILELA; GARCIA; VIEIRA, 2013).

Santos Filho e Dias (2016) reforçam que a atuação do docente de ensino superior passa por um processo de sobreposições de atividades, no qual se adiciona a expectativa de que ele seja o palco das inovações em termos de conhecimento, formação e pesquisa. Ao abordar a questão do sofrimento e adoecimento dos docentes de ensino superior, remetemo-nos às suas dimensões afetivas, éticas e políticas, entrepostas à gama de atividades das universidades contemporâneas, processo esse que se baliza em emoções diversas vezes antagônicas, transitando entre sentimentos positivos e negativos, permeados de realização e frustração (SILVA, 2015).

Atualmente, a dinâmica e os novos modelos de trabalho do professor universitário, pautados em metodologias ativas, com uso de recursos e controles tecnológicos, têm trazido inovações e demandas que exigem criatividade e atualização constantes. A preocupação com a saúde dos docentes envolve a necessidade de reconhecer os fatores que o levam ao adoecimento, assim como as repercussões de seu estado de saúde na efetividade de suas ações e na relação aluno-professor. Como um mediador do conhecimento, a função de docência superior exige a criação de vínculos de ordem afetiva e emocional, para que a aproximação e a afetividade possam facilitar a construção do aprendizado (BARBOSA, 2016).

### 2.3 *O Professor e a Exposição Ocupacional*

Compreende-se o trabalho como qualquer atividade profissional, seja esta assalariada ou não, praticado para uma certa finalidade. Ao mesmo tempo em que produz riqueza, é objeto de exploração, pode trazer sentimentos de conquista, prazer e realização pessoal, cabendo também o oposto, possuindo, por essa via, um grau de importância elevado no que diz respeito a autorrealização do trabalhador, na sua subjetividade, sociabilidade e identidade (NEVES *et al.*, 2018).

Trabalhar é uma atividade primordial ao desenvolvimento humano, tanto em âmbito pessoal quanto coletivo, porém, no atual cenário pode acarretar prejuízos à saúde dos trabalhadores. Nota-se que a priorização da produtividade e do lucro em detrimento das condições laborais pode expor o colaborador a situações de vulnerabilidade e constituir uma condição suscetível para o surgimento de doenças ocupacionais. A Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2019) relata os efeitos das mudanças no sistema econômico à saúde e alerta para 2,7 milhões de mortes por ano relacionadas ao trabalho com perdas de quase 4% do PIB global. No país, anualmente foram mais de 700 mil brasileiros afetados por patologias e acidentes desencadeados pela ocupação (OIT, 2013), mas as competências nacionais reconhecem o problema das subnotificações (BRASIL, 2017a) e afirmam que os dados ainda são

inconsistentes. Isso significa que, nos dias de hoje, a prevalência de adoecimentos pode ser superior.

O processo de ressignificação do trabalho em atividade assalariada contribuiu para a expansão de condições laborais degradantes forçadas pela escassez de oportunidades. Segundo a OIT, o desemprego atingiu 5,0% da população mundial economicamente ativa em 2018 e 172 milhões de pessoas foram afetadas. Embora esse seja o menor percentual desde 2008, existe uma probabilidade de aumento para os próximos anos, somada à preocupação com a falta de melhores condições para os trabalhadores. Cabe ponderar também outros valores e benefícios atrelados ao trabalho, que possui aspectos positivos e negativos. Embora, de acordo com a OIT, o trabalho possa conter insalubridade, perigo, instabilidade, imprevisibilidade, opressão, remuneração ruim e promover exclusão, também possibilita conquistas materiais, melhoria de vida, senso de identidade, pertencimento, propósito, amplificação das escolhas, conexões e interações sociais (OIT, 2019b).

Nesse sentido, o professor, visto como trabalhador, carece de condições mínimas para dar segmento à transmissão do conhecimento, entre elas, uma estrutura física adequada e a remuneração para que o seu tempo não se torne um empecilho. Entretanto, outras questões pertinentes influenciam diretamente na qualidade e na manutenção das escolas, principalmente no Brasil, que caminha vagarosamente no desenvolvimento de um método mais eficaz e eficiente, que contemple as diferenças e respeite as individualidades. Das questões necessárias a se tratar para preservar a qualidade do ensino por meio dos cuidados com o professor, a saúde mental é um cuidado necessário e que já deveria ter muitas políticas públicas introduzidas com esta finalidade. Não somente ações profissionais, mas políticas remuneratórias, exercem garantias necessárias ao programa educacional, já que é a forma de atender as necessidades pessoais e transmitir segurança aos professores (OLIVEIRA; LEIRO, 2019).

Uma ambivalência notada em qualquer trabalho, por exemplo: no magistério estudos com professores têm mostrado que a realização profissional

gera prazer, enquanto o sofrimento advém das más condições laborais (ALMEIDA, 2014; MARTINS; HONÓRIO, 2014). Em outro estudo, nesse caso centrado na educação inclusiva, as dificuldades pedagógicas, formação ineficiente e carência de recursos foram motivos de sofrimento, ao passo que, o vínculo afetivo com os estudantes foi a causa de prazer (SMEHA; FERREIRA, 2008).

Os sinais de trabalhadores insatisfeitos, como baixa frequência de professores, eficiência reduzida e rotatividade, influenciam a qualidade geral de uma escola e afetam a aprendizagem dos alunos (BUCKMAN, 2017). Nesse contexto, os estudos têm apontado para a necessidade de políticas públicas voltadas à saúde do professor (ANDRADE; SIMPLÍCIO, 2011; BATISTA *et al.*, 2011; DIEHL; MARIN, 2016). A realidade que vigora nas instituições de ensino de norte a sul do país e nos diferentes níveis educacionais revela preocupações e anseios por melhorias em diversos aspectos, dentre eles nas condições laborais, as quais podem afetar a saúde do professor, como descrito na literatura (ANDRADE *et al.*, 2017; BALDAÇARA *et al.*, 2015; BAPTISTA *et al.*, 2019; BRUM; MONTEIRO; ABS, 2021; CARLOTTO *et al.*, 2019; LIMA; COELHO; CEBALLOS, 2017; MOREIRA; RODRIGUES, 2018; SALES; FREITAS, 2018). Além disso, a quantidade de atribuições deixa o professor assoberbado e o acúmulo de trabalho faz com que o período de folga reservado para o lazer seja utilizado para preparação de aulas, correção de tarefas ou mesmo para complementação da renda (ANDRADE; CARDOSO, 2012; DUTRA *et al.*, 2016; EUGENIO; SOUZAS; DI LAURO, 2017).

Em Rondônia, um estudo com 80 professoras do ensino infantil e fundamental constatou que a falta de tempo para a preparação das aulas gera jornada de trabalho em casa e interfere na vida privada com a sobreposição de afazeres profissionais e domiciliares (ZIBETTI; PEREIRA, 2010). Ainda, segundo as autoras, outra dificuldade que surgiu foi a ausência de locais para cuidados dos filhos, como creches, o que é agravado pelos baixos salários que não permitem a contratação de uma pessoa para ajudar nos cuidados dos filhos e nas tarefas do lar.

O exercício do magistério pode impactar diretamente no bem-estar do trabalhador. Nesse sentido, uma pesquisa realizada no estado do Rio Grande do Sul com 111 professores identificou que a maioria trabalhava em posições desconfortáveis, o tempo para o descanso era insuficiente e o mobiliário estava inadequado (SILVA; SILVA, 2013). Na mesma direção, uma pesquisa com 34 professores da rede municipal, em São Paulo, revelou que a profissão exige conhecimentos que não foram adquiridos na formação, fator que pode trazer insatisfação com desempenho profissional e prejudicar a saúde (ANDRADE; SIMPLÍCIO, 2011). Na Bahia, uma investigação com 12 professores da rede estadual identificou sobrecarga mental e física relacionada à alta demanda de atividades (MEIRA *et al.*, 2014). Já um estudo com 525 docentes, no Recife, verificou que 70,0% dos sujeitos faltaram cinco vezes ou mais no emprego por problemas de saúde nos últimos 12 meses e o adoecimento profissional esteve associado às circunstâncias de violência no ambiente escolar (LIMA; COÊLHO; CEBALLOS, 2017).

Todavia, queixas semelhantes são identificadas em âmbito internacional. Os problemas mencionados por 472 professores romenos foram: políticas flutuantes, interações conflituosas, dificuldade de implementação do sistema de ensino, volume de funções, currículo extenso, avaliações repetidas, tempo restrito para as atividades e precárias condições laborais (VASILE, 2014). No Canadá, por exemplo, foram elencados obstáculos como gerenciar atritos interpessoais, pouco tempo para as tarefas, turmas grandes, entre outros (WOODCOCKA; WOOLFSON, 2019).

Ainda, um estudo internacional revela que as limitações da graduação podem favorecer a vulnerabilidade profissional. Segundo uma pesquisa com 3.869 turcos universitários em cursos de docência, para desenvolver gerações de trabalhadores saudáveis, é preciso que o governo invista em melhores condições organizacionais desde a formação, a fim de proteger a saúde psicológica e física dos futuros professores, minimizar os agentes estressores e organizacionais, gerar condições de motivação e satisfação profissional (CAN, 2010). Não obstante, o aspecto formativo não pode ser separado dos problemas laborais, pois mesmo que a formação fosse apropriada, as ações do magistério

seriam neutralizadas pelas condições precárias de trabalho, revelando a relação direta entre tais dimensões (SAVIANI, 2009). Há uma interdependência porque tanto a profissão fragilizada e enfraquecida não gera boa formação quanto uma formação desvalorizada e limitada não constitui profissão forte (NÓVOA, 2017).

Um dos resultados da marginalização da função do professor demonstra que ele é um dos servidores públicos que mais abandonam o cargo. O principal motivo se dá pelo sofrimento psíquico, assim como as baixas remunerações. Ambos os problemas se encontram interligados na medida em que é possível aferir sua natureza comum mercadológica. As faltas de recursos suficientes além da incapacidade de atender os padrões de felicidade estabelecidos pelo mercado podem apresentar-se como raízes do adoecimento devido à baixa remuneração (TOSTES *et al.*, 2018). Portanto, as condições laborais podem causar sofrimento, tensão emocional, insatisfação, representando importantes questões de saúde ocupacional (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

Em uma amostragem dos fatores de risco aos quais a classe docente está exposta, Santos *et al.* (2020) destacam problemas osteomusculares, vocais e psicológicos. Os quais possuem persistência suficiente para se tornarem crônicos e acarretarem outras complicações de saúde. Diante dos possíveis danos à saúde que podem surgir em decorrência da docência, é preciso dar atenção àqueles de natureza psíquica, tendo em vista que, na docência as enfermidades psíquicas são mais frequentes quando comparado com aquelas de ordem física e pelo fato de que essas patologias não são perceptíveis de imediato, o que tende a favorecer a evolução do quadro pela falta da devida identificação, além de casos de docentes ativos em potencial de adoecimento (OLIVEIRA; PEREIRA; LIMA, 2017).

### 2.3.1 Depressão

Conforme o *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – DSM* (2014), manual psiquiátrico amplamente utilizado, os transtornos depressivos incluem transtorno disruptivo da desregulação do humor, transtorno depressivo maior (incluindo episódio depressivo maior), transtorno depressivo persistente (distímia), transtorno disfórico pré-menstrual, transtorno depressivo induzido por

substância/medicamento, transtorno depressivo devido a outra condição médica, outro transtorno depressivo especificado e transtorno depressivo não especificado. A característica comum desses transtornos é a presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam consideravelmente a capacidade de funcionamento do indivíduo. O que os difere são os aspectos de duração, momento ou etiologia presumida.

O transtorno depressivo maior, de acordo com a mesma fonte, representa a condição clássica desse grupo de transtornos e é caracterizado por episódios distintos de pelo menos duas semanas de duração, envolvendo alterações nítidas no afeto, na cognição e em funções neurovegetativas. O diagnóstico baseado em um único episódio é possível, embora o transtorno seja recorrente na maioria dos casos. Segundo o DSM-5 (2014), há uma forma mais crônica de depressão, o transtorno depressivo persistente (distímia), que pode ser diagnosticada quando à perturbação do humor continua por pelo menos dois anos em adultos e um ano em crianças. Esse diagnóstico, novo no DSM-5, inclui as categorias diagnósticas do DSM-IV de transtorno depressivo maior crônico e distímia. Um grande número de substâncias de abuso, alguns medicamentos e diversas condições médicas podem estar associados a fenômenos semelhantes à depressão. Esse fato é reconhecido nos diagnósticos de transtorno depressivo induzido por substância/medicamento e de transtorno depressivo devido à outra condição médica.

Nesse sentido, os crescentes estudos demonstram que a sintomatologia depressiva pode estar presente em fatores como: classe socioeconômica, situação marital, idade, sexo e eventos de vida abrangendo vínculos sociais (trabalho, moradia e família), havendo predomínio entre as mulheres devido fatores hormonais, estilo de percepção e estratégias de enfrentamento, número de papéis sociais desempenhados, dentre outras (BATISTA; CARNEIRO; SISTO, 2010).

No âmbito internacional as evidências e os impactos das características ocupacionais e pessoais nos níveis da depressão foram investigados. Em Lisboa (Portugal), os professores de ensino médio e universitários com elevada carga



horária apresentaram indicativos expressivos da doença, com prevalência superior no gênero feminino quando comparado ao masculino (GOMES; QUINTÃO, 2011). No Canadá a extensa jornada e o comportamento dos alunos foram preditores significativos à enfermidade em quem atuava no magistério superior (FERGUSON; FROST; HALL, 2012). Na Inglaterra verificaram-se valores superiores de sintomas depressivos entre as professoras de ensino médio, associados ao descontentamento com ofício, dificuldades de conversar com os colegas de profissão e menor desempenho dos estudantes (KIDGER *et al.*, 2016). No Egito foram identificados altos índices da patologia entre as mulheres acima dos 40 anos que lecionavam no ensino primário e secundário, com baixos salários, maior jornada, maior qualificação e mais experientes na função (DESOUKY; ALLAM, 2017). Por outro lado, uma pesquisa na Turquia não encontrou variações significativas nas taxas de depressão em relação aos seguintes fatores: gênero, idade, tempo de carreira, estado civil, tipo de sala de aula e escola (DILEKMEN; ERDEM, 2013).

Portanto, a categoria docente pode ficar suscetível aos riscos de sofrimento mental, principalmente pelas más condições laborais existentes, o que tende a repercutir sobre os níveis de contentamento com o trabalho, conseqüentemente, isso acarreta prejuízos no serviço prestado e compromete a qualidade do ensino. Pesquisas internacionais têm discutido a relação entre depressão e satisfação no trabalho em amostras de professores no Canadá (FERGUSON; FROST; HALL, 2012), Inglaterra (KIDGER, *et al.*, 2016) e Irã (ABDOLLAHPOOR; SADEGHI; GHADERI, 2017). Os resultados dessas pesquisas apontam que a depressão impactou de modo significativo e negativo na satisfação no trabalho docente. Nessa mesma direção, nas escolas inglesas, aqueles que se sentiam insatisfeitos apresentaram elevados sintomas depressivos e pior bem-estar (KIDGER, *et al.*, 2016). A satisfação no trabalho é um fator importante para a saúde mental e o desempenho profissional. Tendo em vista a correlação identificada, surge a necessidade de desenvolver medidas educacionais em prol de soluções e ambiente acadêmico positivo para reduzir o descontentamento com a ocupação (ABDOLLAHPOOR; SADEGHI; GHADERI, 2017).

Em estimativa mundial da OMS de 2017, no Brasil 5,8% da população apresentava transtorno depressivo, a maior prevalência da América Latina. No mundo, o estudo estimou 4,4% de prevalência mundial em 2015. Mulheres apresentavam 5,1% e homens 3,6%. Outra importante iniciativa, *Global Burden Disease*, de 2019, aponta prevalência de depressão de 3,7% globalmente. Em números absolutos, isso significa que quase 280 milhões de pessoas sofrem de transtorno depressivo no planeta. Entre os sexos, 2,9% dos homens e 4,5% das mulheres apresentam essa condição. Em idosos, o número é maior: 5,7% dos indivíduos entre 60 e 89 anos tem esse diagnóstico. Entre mulheres idosas (entre 60 e 89 anos) o transtorno é ainda mais prevalente: 6,6%; comparado a homens idosos, que somam 4,6%. Outro grande estudo global, realizado em 28 países, em 2009, apontou que entre 4,0 a 10,0% da população estudada apresentava Transtorno Depressivo Maior (conforme critério da época, DSM-IV).

São estatísticas alarmantes com evidente impacto no mercado de trabalho. De acordo com os dados divulgados pelo Ministério da Economia, os episódios depressivos motivaram 43,3 mil auxílios-doença e essa quantidade de benefícios coloca a patologia na 10ª posição com a maior frequência de trabalhadores afastados em 2017 (BRASIL, 2018a). Quanto à tal questão no contexto educacional, a depressão foi a principal causa de afastamento em uma amostra de professores, sendo responsável por 57,0% dos casos (OLIVEIRA; LEITE, 2012). Em João Pessoa, uma pesquisa realizada a partir de fichas de perícia médica verificou que a depressão foi o transtorno mental que mais atingiu os professores com 53,0% dos afastamentos (BATISTA *et al.*, 2016). Um estudo anterior com docentes da rede municipal, também na Paraíba, constatou que 51,0% das licenças foram por diagnósticos relativos à depressão com maior ocorrência entre as mulheres e pessoas na faixa etária dos 60 a 69 anos (BATISTA; CARLOTTO; MOREIRA, 2013).

Por conseguinte, a disseminação de estudos sobre a saúde do professor ganhou expressão a partir de 2006 e o Brasil conta atualmente com diversas publicações sobre o assunto (ARAÚJO; PINHO; MASSON, 2019). A literatura brasileira aborda o mal-estar docente associado ao sofrimento e ao adoecimento psíquico dos professores com o considerável aumento de transtornos mentais

(CORTEZ *et al.*, 2017; PENTEADO; NETO, 2019). Uma pesquisa realizada com 1.201 professores da rede estadual de ensino do Paraná acerca dos seus problemas de saúde demonstrou o maior percentual referente ao prejuízo psíquico, o qual soma 29,7% do total. Dentro dessa classificação encontram-se formas de adoecimento mental como depressão, ansiedade e estresse, dentre outras (TOSTES *et al.*, 2018).

Infelizmente, as adversidades pelas quais passa a saúde do docente persistem como temas secundários no cenário educacional, seja pela gestão escolar, pelos movimentos trabalhistas e até mesmo pelo próprio professor (VIEIRA *et al.*, 2017). Frequentemente, sintomas são entendidos como desproporcionais, por vezes até mesmo são negligenciados. Por consequência, as doenças são encaradas como individuais, frutos de inadequação ou entraves particulares ao sujeito no exercício da profissão (ARAÚJO; PINHO; MASSON, 2019).

Além disso, a literatura mostra que determinadas características ocupacionais também podem influenciar para o adoecimento, mas nesse caso com destaque para aquelas relativas à docência. Uma análise comparativa com professores de universidades pública e particular verificou menores taxas de depressão no primeiro grupo em relação ao segundo (TERRA, 2010). Docentes municipais apresentaram percentuais inferiores de depressão quando comparado com servidores estaduais no estado de Santa Catarina (STRIEDER, 2009) e no estado de Minas Gerais (GONÇALVES *et al.*, 2015). No estado do Rio Grande do Sul o consumo de antidepressivos foi, de modo geral, alto entre os professores de ensino fundamental e médio de diferentes redes: municipal, estadual e privada, porém com tendência significativa de uso entre aqueles que davam aulas no sistema estadual (SEGAT; DIEFENTHAELER, 2013). No estado do Paraná foram observados maiores índices de depressão entre os sujeitos que lecionavam na rede estadual para maior quantidade de turmas e em salas mais numerosas (TOSTES *et al.*, 2018). Estudos teóricos têm constatado que as más condições laborais, a sobrecarga de trabalho e a violência escolar são dificuldades que contribuem para o sofrimento mental e casos de depressão no

magistério (GONTIJO; SILVA; INOCENTE, 2013; SILVA; CARVALHO, 2016; SOARES; OLIVEIRA; BATISTA, 2017).

Na mesma linha, em relação à depressão em professores de diferentes cenários (ensino fundamental, médio e superior), estudos apontam elevadas prevalências. O estudo de Strieder (2010) identificou depressão em 25,0% dos professores da rede municipal e em 37,5% da estadual no oeste catarinense corroborando com Scandolara *et al.* (2015), que ao avaliar professores dos ensinos fundamental e médio, constataram uma prevalência de 21,7%. Já Batista *et al.* (2013) identificaram percentuais superiores de prevalência, verificando depressão em 51,0% dos professores do ensino fundamental. Quando se trata de professores universitários, Inocente *et al.* (2007) afirmam que, atualmente, a depressão é a maior causa comprovada em 21 estudos, de afastamento do trabalho em docentes. A esse respeito, o estudo de Silva (2014) revelou os motivos que levam o professor universitário à depressão, resultando em afastamento, quais sejam, a desvalorização profissional e as condições de trabalho precárias.

### 2.3.2 Sono

O sono é considerado um estado periódico e reversível onde há distanciamento cognitivo e sensorial do indivíduo com o ambiente externo. Em um adulto o tempo de sono normalmente ocorre no período da noite e dura em média 7 a 9 horas. O ciclo do sono consiste em quatro a seis períodos, os quais, juntos, duram cerca de 90 e 100 minutos e dois estados foram definidos baseados em parâmetros fisiológicos do sono: sono não REM (NREM) e sono REM, os quais sofrem alternâncias cíclicas. O sono NREM apresenta uma progressão de modo sequencial pelos estágios N1, N2 e N3. Tais estágios estão relacionados à profundidade do sono, onde N1 é responsável de 2% a 5% do sono, N2 varia de 45% a 55% e N3 (ou sono de ondas lentas) de 15% a 20% do sono. Já o sono REM é de grande importância para a formação da cognição e memória e ocupa de 20% a 25% do período total de sono (CARSKADON; DEMENT, 2011).

Os ritmos biológicos podem ser classificados em circadianos, referente às variações que se repetem a cada 24 horas, ultradianos com variações de menos de 24 horas e infradianos com variações de 28 horas. O ritmo circadiano é controlado por “clock genes” ou genes de relógio, responsáveis pela secreção hormonal, como cortisol, leptina e melatonina. Estes hormônios são secretados ao longo do dia, controlando a adipogênese, o sistema imunológico e o ciclo de vigília (CHOKROVERTY, 2010). As fases normais do ciclo de sono e vigília estão sob controle homeostático, bem como são controladas pelo relógio circadiano. Quanto mais tempo um indivíduo fica acordado ou em estado de privação do sono, maior será o impulso para recuperar o sono ou o estágio do sono perdido. A exposição a ciclos irregulares e prolongados de luz e escuridão aumenta o risco de distúrbios relacionados ao sono, anormalidades mentais e transtornos depressivos (GOMES; QUINHONES; ENGELHARDT, 2010).

A industrialização trouxe avanços que levaram a uma melhoria na produtividade humana. À medida em que a luz ambiente se tornava mais acessível e disponível, a exposição à luz diurna já não era mais um fator limitante. Assim, a sociedade moderna foi capaz de revisar o ciclo de luz e escuridão para atender as demandas diárias sociais e econômicas atuais. Como consequência, aumentou a exposição excessiva a luz artificial, as pessoas começaram a sofrer com privação do sono e desenvolveram fatores que são capazes de interferir no ciclo circadiano (SHETTY *et al.*, 2018).

A publicação da *American Academy of Sleep Medicine* e da *Sleep Research Society* (2015), destacam a importância da duração e alocação do sono como determinantes para a saúde. Essa nota sintetiza o conhecimento vigente, que evidencia a correlação do sono e o alinhamento circadiano à saúde dos indivíduos. A correlação do sono com a saúde mostra-se tão relevante quanto a de uma boa nutrição e de atividade física adequada. O papel do sono para a manutenção da saúde e sobrevivência é indiscutível, consistindo em uma necessidade humana básica. E para tal, um sono de boa qualidade inclui a característica de apresentar quantidade suficiente e qualidade, ou continuidade, adequada. Nesse sentido, quando se consideram os níveis de saúde/doença e de bem-estar da população, o sono é um dos temas mais relevantes, visto que

o distúrbio a ele relacionado pode afetar os sistemas endócrino, imunológico, processos metabólicos e inflamatórios, com impactos negativos na saúde e qualidade de vida (FARAUT *et al.*, 2012).

Muitas ferramentas podem ser usadas para avaliar a presença de distúrbios do sono. Nesse caso, para avaliar a qualidade do sono de forma subjetiva, o questionário Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) é uma ferramenta autoaplicável usada para avaliação da qualidade do sono e de possíveis distúrbios no último mês. O PSQI, é composto por 19 itens, que são agrupados em sete componentes, cada qual pontuado em uma escala de 0 a 3. Os componentes são, respectivamente: a qualidade subjetiva do sono; a latência do sono; duração do sono; eficiência habitual do sono; alterações do sono; uso de medicações para o sono; e a disfunção diurna. Os escores dos sete componentes são somados para conferir uma pontuação global do PSQI, a qual varia de 0 a 21. Pontuações de 0-4 indicam boa qualidade do sono, de 5-10 indicam qualidade ruim e acima de 10 indicam distúrbio do sono. Foi desenvolvido por Buysse *et al.* (1989) e validado no Brasil, em população adulta, por Bertolazi *et al.* (2011). O questionário é bastante utilizado em diversas populações e traduzido e validado para diferentes línguas. Ainda, existe um outro instrumento, amplamente utilizado, idealizado com base em observações relacionadas à natureza e à ocorrência da sonolência diurna, a Escala de Sonolência de Epworth (ESE), que é um questionário autoaplicável que avalia a probabilidade de adormecer em oito situações, envolvendo atividades diárias, algumas delas conhecidas como sendo altamente indutoras do sono. O escore global varia de 0 a 24, sendo que os escores acima de 10 sugerem o diagnóstico de sonolência diurna excessiva. A ESE tem sido traduzida e validada para uso em diversas outras línguas, sendo amplamente usada por ser simples, fácil de entender e de rápido preenchimento.

Muitos são os sintomas que podem afetar indivíduos com baixa qualidade de sono, sendo eles: maior sensibilidade para sentir dor, fadiga, desvio de atenção, náuseas, inquietação, diminuição do apetite, delírio, aumento da probabilidade de acidentes, dificuldades de realizar tarefas, constipação, alteração de humor e retardo na cicatrização de lesões (COSTA; CEOLIM,

2013). De maneira geral, as alterações no sono e, conseqüentemente, seus distúrbios podem levar a condições médicas como transtornos cognitivos, o que gera impacto negativo no funcionamento diurno do indivíduo, pois compromete aspectos cognitivos, como a concentração e memória, além de habilidades psicomotoras. Ainda assim, essas alterações do sono e sua influência no funcionamento cognitivo da pessoa pode ser um fator que desencadeia outros problemas mentais, como a depressão (MULLER; GUIMARÃES, 2007).

Na depressão há uma redução acentuada do hormônio serotonina, que ocasiona na redução da melatonina e este é fundamental para a indução do sono. Conseqüentemente, a sua diminuição traz consigo desordens na qualidade do sono, sendo a depressão e o padrão regular do sono fatores correlacionados (MACHADO; WENDT; WEHRMEISTER, 2018). Ademais, quando falamos sobre os aspectos associados à depressão, um estudo com o objetivo de determinar a prevalência e os fatores associados à má qualidade do sono entre professores do ensino médio no estado de Selangor, Malásia, identificou a prevalência de má qualidade do sono em 61,0% dos professores, sendo que a depressão e o estresse foram significativamente associados à má qualidade do sono (MUSA; MOY; WONG, 2017).

Segundo Silvério *et al.* (2010), os docentes consideram seu trabalho muito desgastante para a saúde, seja pelo contato direto com as pessoas e o estresse que advém dessa função, como também pelas demais conexões e interações exigidas no contexto institucional, em especial aquelas que os pressionam a tomar medidas que se contrapõem a seus próprios princípios e disponibilidade. Não há quem possa desenvolver seu trabalho ou qualquer outra atividade com competência máxima, segurança e pleno vigor, se ela se realizar de modo sistemático e ininterrupto. São necessárias pausas para que se repouse, podendo constituir-se de atividades de lazer ou do tão importante tempo para dormir, para que assim não ocorra nesses docentes um processo sofrimento mental.

Portanto, diante dos estudos apresentados e da complexidade do ser-professor e o reflexo sobre sua saúde mental, evidenciam a importância de

identificar a prevalência de depressão, assim como, associar com a qualidade do sono dos professores.



### **3 PRODUÇÃO CIENTÍFICA I - DEPRESSÃO AUTORREFERIDA E RELAÇÃO COM DISTÚRBIOS DO SONO EM PROFESSORES**

Capítulo omitido por questões de originalidade de produção científica.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A relevância da educação para o desenvolvimento do país é indiscutível e a atenção com a saúde do professor deve ser uma preocupação coletiva. É preciso ponderar que os impactos do adoecimento mental atingem diretamente o educador pelo estado de morbidez, aumentando o número de afastamentos no trabalho por depressão a qual pode influenciar na qualidade do sono, impactando na diminuição da qualidade de vida e funcionalidade do indivíduo.

A motivação para tal escolha, recai sobre o sentimento de pertencimento dessa classe de trabalhadores. Faz-se necessária a compreensão da realidade vivida pela categoria docente, que perpassa por questões importantes de saúde mental, visto que esta tem ligação íntima com o ambiente laboral.

Diante dessa realidade, considerando a necessidade premente de atenção à categoria docente, buscou-se, de maneira geral, analisar a prevalência de depressão e a qualidade do sono em professores. A metodologia adotada permitiu constituir um banco de dados relativo às condições sociodemográficas das quais apenas sexo e nível lecionado foram utilizadas para o presente estudo, autodeclaração de depressão e qualidade do sono dos professores por meio de dois instrumentos de fácil autoaplicação.

No entanto, o estudo realizado apresenta como fragilidade a não utilização de um instrumento de avaliação para estimar sintomas de depressão, visto que os artigos disponíveis nas bases de dados apresentam em seu método questionários validados para rastreamento de depressão.

As discussões e resultados obtidos até o momento corroboram de forma semelhante com evidências de outros estudos que apontam a prevalência de depressão e associação com a má qualidade do sono dos professores. Essa associação, aponta, para a importância da busca por dados científicos robustos, explorando amplamente a saúde mental e as alterações de sono em professores, bem como a monitorização das suas repercussões para que possibilitem outros estudos, pois, somente por esse caminho, será possível estabelecer medidas de promoção de saúde no âmbito do trabalho docente.

É fundamental a valorização dos professores por meio de políticas que assegurem a sua saúde mental, para que, assim, possam cumprir o papel de formação dos cidadãos em ambiente digno e seguro. A promoção da saúde do professor, considerada em sua integralidade, é uma condição fundamental para a promoção do envelhecimento sustentável.

## REFERÊNCIAS

ABDOLLAHPOOR, Z.; SADEGHI, K.; GHADERI, F. Psychological disorder, job satisfaction and teaching effectiveness among iranian english and nonenglish teachers. **Teaching English Language**, Iran, v. 11, n. 2, p. 1–25, 2017.

ALMEIDA, R. M. **A dinâmica prazer e sofrimento do trabalho**: estudo de caso com pedagogos do CEFET/MG. 2014. 98f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte, 2014.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**: DSM-IV. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANDRADE, P. S.; CARDOSO, T. A. O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a síndrome de *Burnout*. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 129-140, 2012.

ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. S.; MASSON, M. L. V. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 35, n. 1, p. 1-14, 2019.

ASSUNÇÃO, A. Á. Condições de trabalho e saúde dos trabalhadores da saúde. *In*: MINAYO, C.; MACHADO, J. M. H.; PENNA, P. G. L. (Orgs.) **Saúde do trabalhador na sociedade brasileira contemporânea**. Rio de Janeiro: Fiocruz, p. 453-478, 2011.

ATAIDE, P. C., NUNES, I. M. L. Feminização da profissão docente: as representações das professoras sobre a relação entre ser mulher e ser professora do ensino fundamental. **Revista Educação e Emancipação**, Maranhão, v.9, n.1, 2016.

ÁVILA, V. P. S. **A escola no tempo**: a construção do tempo em escolas isoladas (Florianópolis – 1930-1940). Florianópolis: Ed. Udesc, 2013.

BAPTISTA, M. N.; CARNEIRO, A. M.; SISTO, F. F. Estudo Psicométrico de Escalas de Depressão (EDEP e BDI) e o Inventário de Percepção de Suporte Familiar – IPSF.

**Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 4, n. 1, p. 65-73, 2010. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v4n1/v4n1a09.pdf>. Acesso em: 05 fev. 2021.

BARBOSA, A. **Os salários dos professores brasileiros: implicações para o trabalho docente**. Brasília, DF: Liber Livro, 2011.

BARBOSA, A.; CUNHA, R. C. O. B.; MARTINS, V. Estado do conhecimento sobre jornada de trabalho docente no ensino fundamental e médio. **Horizontes**, Itatiba, v. 37, p. 1-27, 2019.

BARBOSA, Andrea Loly Kraft Horta. **A síndrome de Burnout em professores universitários**. 2016. Dissertação (Mestrado em Promoção da Saúde) - Centro Universitário de Maringá, Paraná, 2016.

BARRETTO, E. S. de S. Trabalho docente e modelos de formação: velhos e novos embates e representações. **Cadernos de Pesquisa**, v. 40, n. 140, p. 427-444, 2010.

BATISTA, J. B. V. *et al.* Transtornos mentais em professores universitários: estudo em um serviço de perícia médica. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 4538-4548, 2016.

BATISTA, J. B. V.; CARLOTTO, M. S.; MOREIRA, A. M. Depressão como causa de afastamento do trabalho: um estudo com professores do ensino fundamental. **Psico**, Porto Alegre, v. 44, n. 2, p. 11, 2013.

BERNADO, E. S.; VASCONCELLOS, K. R. T. Formação continuada em uma escola de tempo integral: notas sobre um estudo de caso. **Contrapontos**, Rio Grande do Sul, v.17, p.744 – 760, 2017.

BERTOLAZI, A. N. *et al.* Validation of the Brazilian Portuguese version of the Pittsburgh Sleep Quality Index. **Sleep Medicine**, v. 12, n. 1, p. 70-75, 2011. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1389945710003801>. Acesso em: 09 fev. 2022.

BORSOI, I. C. F. Trabalho e produtividade: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de ensino superior. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, São Paulo, v.15, n.1, 81-100, 2012.

BOURDIEU, P.; PASSERON, J. C. **A Reprodução: Elementos Para uma Teoria do Sistema de Ensino**. Petrópolis, Vozes, 2011

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. **Resolução nº 2 de 28 de maio de 2009**. Fixa as Diretrizes Nacionais para os Planos de Carreira e Remuneração dos Profissionais do Magistério da Educação Básica Pública. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2009. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/resolucao\\_cne\\_ceb002\\_2009.pdf](http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/resolucao_cne_ceb002_2009.pdf). Acesso em: 27 abr. 2022.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Censo da Educação Básica 2018**: notas estatísticas. Brasília, DF: janeiro de 2019.

BRASIL. Ministério do Trabalho. **Saúde e segurança do trabalho no Brasil**. Brasília: Gráfica Movimento, 2017, 474p.

BRASIL. Ministério da Economia. Secretaria de Previdência. **Saúde do trabalhador**: dor nas costas foi doença que mais afastou trabalhadores em 2017. Disponível em: <http://www.previdencia.gov.br/2018/03/saude-do-trabalhador-dor-nas-costas-foi-doenca-quemais-afastou-trabalhadores-em-2017/>. Acesso em: 29 set. 2021.

BRASIL. Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). **Depressão**. 2018. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5635:folhainformativa-depressao&Itemid=1095](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folhainformativa-depressao&Itemid=1095). Acesso em: 30 mai. 2022.

BRASILEIRO, A. C. M. **A acumulação flexível e os direitos trabalhistas dos docentes**: estudo do fenômeno das companhias de educação em Minas Gerais. 2019. 152f. Dissertação (Mestrado em Direito) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2019.

BRUM, L. G.; MONTEIRO, J. K.; ABS, D. Work and Common Mental Disorders in Private Education Teachers: Theoretical Model. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 31, e3113, p. 1-10.

BULGRAEN, V. C. O Papel Do Professor E Sua Mediação Nos Processos De Elaboração Do Conhecimento. **Revista Conteúdo**, Brasília, v.1, n. 4, p. 30-38, 2010. Disponível em: [http://www.moodle.cpscetec.com.br/capacitacaopos/mstech/pdf/d3/aula04/FOP\\_d03\\_a04\\_t07b.pdf](http://www.moodle.cpscetec.com.br/capacitacaopos/mstech/pdf/d3/aula04/FOP_d03_a04_t07b.pdf). Acesso em: 18 mai. 2021.

BUYSSE, D. J. *et al.* The Pittsburgh sleep quality index: A new instrument for psychiatric practice and research. **Psychiatry Research**, USA, v. 28, n. 2, p. 193-213, 1989.

CAN, S. Organizational stressors for the students teachers in state universities. **Procedia: Social and Behavioral Sciences**, v. 2, n.2, p. 4853-4857, 2010.

CAPES. **Ficha de avaliação dos programas de pós-graduação**. Brasília, 2019a. Disponível em: <https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/10062019-fichaavaliacao-pdf>. Acesso em 23 abr. 2022

CAPES. **Sistema Nacional de Pós-Graduação Brasileira: atualidades e perspectivas**. Brasília, ago. 2019b. Disponível em: [http://propesp.ufpa.br/sapg/arquivos/Apresentac%CC%A7a%CC%83oPadra%CC%83o\\_OSistemaNacionaldePo%CC%81s-Graduac%CC%A7a%CC%83oBrasileira\\_AtualidadesePerspectivas.pdf](http://propesp.ufpa.br/sapg/arquivos/Apresentac%CC%A7a%CC%83oPadra%CC%83o_OSistemaNacionaldePo%CC%81s-Graduac%CC%A7a%CC%83oBrasileira_AtualidadesePerspectivas.pdf). Acesso em 12 mai. 2022.

CARDOSO, M. G. *et al.* Qualidade do sono e workaholism em docentes de pós-graduação stricto sensu. **Acta. Palm. Enferm.**, São Paulo, v. 1, p. 1-8, 2020.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout e satisfação no trabalho: um estudo com professores universitários. *In*: PEREIRA, A. M. T. B. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador** 4aed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

CARSKADON, M. A.; DEMENT, W. C. Normal human sleep. *In*: KRYGER, M. H.; ROTH, T.; DEMENT, W. C. **Principles and practice of sleep medicine**. Philadelphia: Saunders/Elsevier, 2011. P. 16-26.

CARVALHO, M. R. V. **Perfil do professor da educação básica**. Brasília: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais, 2018.

CHOKROVERTY, S. Overview of sleep & sleep disorders. **Indian J Med Res.**, India, v. 131, p. 126-140, 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20308738>. Acesso em: 13 fev. 2021.

CORTEZ, A. P. *et al.* A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cadernos de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25 n.1. p. 113-122, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v25n1/1414-462X-cadsc-1414-462X201700010001.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2022.

COSTA, S. V. da; CEOLIM, M. F. Fatores que interferem na qualidade do sono de pacientes internados. **Revista da Escola de Enfermagem USP**, São Paulo, v. 47, n. 1, p. 46-52, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342013000100006>. Acesso em: 24 fev. 2021.

DESOUKY, D.; ALLAM, H. Occupational stress, anxiety and depression among Egyptian teachers. **Journal of Epidemiology and Global Health**, USA, v. 7, n. 3, p. 191-198, 2017.

DILEKMEN, M.; ERDEM, B. Depression levels of the elementary school teachers. **Procedia: Social and Behavioral Sciences**, v. 106, p. 793-806, 2013.

DUTRA, L. B. AERTS, D.; ALVES, G. G.; CÂMARA, S. G. A Síndrome de *Burnout* em docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA. **Actas de Saúde Coletiva**, Brasília, v. 10, n. 3, p. 115-136, 2016. Disponível em: <https://www.tempus.unb.br/index.php/tempus/article/view/1872>. Acesso em 23 mai. 2022.

ESTEVES, M. Sentidos da inovação pedagógica no Ensino Superior. In: LEITE, C. (Org.). **Sentidos da Pedagogia no Ensino Superior**. Porto: CIEE/Livpsiv, 2010.

EUGÊNIO, B.; SOUZAS, R.; DI LAURO, A. D. Trabalho e adoecimento do professor da educação básica no interior da Bahia. **Laplage em Revista**, Sorocaba, v. 3, n. 2, p. 179, 2017.

FARAUT, B.; BOUDJELTIA, K. Z.; VANHAMME, L.; KERKHOFS, M. Immune, inflammatory and cardiovascular consequence of sleep restriction and recovery. **Sleep Medicine Reviews**, n.16, p. 137-149, 2012. Disponível em: doi: 10.1016/j.smrv.2011.05.001. Acesso em: 06 fev. 2021.

FARIAS, R. G.; SANTOS, S. M. A. Influência dos determinantes do envelhecimento ativo entre idosos mais idosos. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 21, n. 1, p. 167-176, 2012.

FERGUSON, K.; FROST, L.; HALL, D. Predicting Teacher Anxiety, Depression, and Job Satisfaction. **Journal of Teaching and Learning**, v. 8, n. 1, 2012.

FERREIRA-COSTA, R. Q.; PEDRO-SILVA, N. Ansiedade e depressão: o mundo da prática docente e o adoecimento psíquico. **Estudos de Psicologia**, São Paulo, v. 23, n. 4, p. 357-368, 2018.

FERREIRA, J. B. Análise clínica do trabalho e processo de subjetivação: um olhar da psicodinâmica do trabalho. In: MENDES, A. M.; MERLO, A. R. C.; MORRONE, C. F.; FACAS, E. P. **Psicodinâmica e clínica do trabalho**: temas interfaces e casos brasileiros. Curitiba: Juruá, 2010.

FISCHER, T.; WAIANDT, C.; SILVA, M. R. da. Estudos organizacionais e estudos curriculares: uma agenda de convergência entre o passado e o futuro de campos paralelos. **Organizações & Sociedade**, Salvador, v. 15, n. 47, p. 175–193, 2008.



FREITAS, R. F. *et al.* Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. **J. Bras. Psiquiatr.**, v. 70, n. 4, p. 283-292, 2021.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005.

GESS-NEWSOME, J. *et al.* Teacher pedagogical content knowledge, practice, and student achievement. **International Journal of Science Education**, Online, v. 41, n. 7, p. 944–963, 2019. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500693.2016.1265158>. Acesso em: 19 jun. 2022.

GLOBAL BURDEN OF DISEASE COLLABORATIVE NETWORK. **Global Burden of Disease Study 2019 (GBD 2019) Results**. Seattle, United States: Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME), 2020. Disponível em: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>. Acesso em: 18 fev. 2022.

GOMES, A. P. R.; QUINTÃO, S. R. *Burnout*, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. **Análise Psicológica**, Lisboa, v. 29, n. 2, p. 335-344, 2011.

GOMES, M. M.; QUINHONES, M. S.; ENGELHARDT, E. Neurofisiologia do sono e aspectos farmacoterapêuticos dos seus transtornos [revisão]. **Rev Bras Neurol**. Rio de Janeiro, v. 46, n.1, p. 5 – 15, 2010. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0101-8469/2010/v46n1/a003.pdf>. Acesso em: 13 dez. 2021.

GOMES, V. A.; NUNES, C.; PÁDUA, K. Condições de trabalho e valorização docente: um diálogo com professoras do ensino fundamental. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, Brasília, v. 100, n. 225, p. 277-296, 2019.

GONÇALVES, G. B. *et al.* Assessment of stress, depressive , and anxiety symptoms in teachers in the public education network. **Depress Anxiety**, USA, v. 2, n. 3, p. 1051, 2015.

GONTIJO, E. E. L.; SILVA, M. G.; INOCENTE, N. J. Depressão na docência: revisão de literatura. **Vita et Sanitas**, Trindade, v. 1, n. 7, p. 87-98, 2013.

GOUVEIA, A. B. *et al.* Condições de trabalho docente, ensino de qualidade e custo-aluno-ano. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, Brasília, v. 22, n. 2, p. 253-276, 2006. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/rbpae/article/view/18883>. Acesso em 21 mai. 2022.

GOUVÊA, L. A. V. N. As Condições de Trabalho e o Adoecimento de Professores na Agenda de uma Entidade Sindical. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 111, p. 206-219, 2016. Disponível em: doi: 10.1590/0103-1104201611116. Acesso em: 15 jun. 2021.

HAGE, S. M. Escolas multisseriadas. In: OLIVEIRA, D. A.; DUARTE, A. M. C.; VIEIRA, L. M. F. **Dicionário: trabalho, profissão e condição docente**. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.

IMBERNÓN, F. **Formação docente e profissional: formar-se para a mudança e a incerteza**. São Paulo: Cortez, 9ª ed. 2011

INOCENTE, N. J., *et al.* **Organizações Universitárias: Avaliação da Depressão em Professores Universitários**. Anais do XXXI Encontro da ANPAD, realizado no Rio de Janeiro – RJ nos dias 22, 23, 24, 25 e 26 de setembro de 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira**. Rio de Janeiro: 2016. E-book. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv98965.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA [INEP]. **Sinopse estatística da Educação Superior 2018**. Brasília: Inep, 2019. Disponível em: [https://download.inep.gov.br/informacoes\\_estatisticas/sinopses\\_estatisticas/sinopses\\_educacao\\_superior/sinopse\\_educacao\\_superior\\_2019.zip](https://download.inep.gov.br/informacoes_estatisticas/sinopses_estatisticas/sinopses_educacao_superior/sinopse_educacao_superior_2019.zip). Acesso em 19 maio 2022.

JARDIM, S. Depressão e Trabalho: Ruptura de Laço Social. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 36, n. 123, p. 84-92, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/wxjGjFV4NSWw4kBTq33JRTF/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 25 abr. 2022.

JUNGES, K. S.; BEHRENS, M. A. Uma formação pedagógica inovadora como caminho para a construção de saberes docentes no Ensino Superior. **Educar em Revista**, Curitiba, n. 59, p. 211-229, 2016.

KESSLER, R. C. *et al.* The WHO World Mental Health (WMH) Surveys. **Psychiatrie (Stuttg)**, v. 1, n. 6, p. 5-9, 2009.

KIDGER, J. *et al.* Teachers' wellbeing and depressive symptoms, and associated risk factors: A large cross sectional study in English secondary schools. **Journal of Affective Disorders**, v. 192, p. 76–82, 2016.

LÓSS, J. C. S.; BOECHAT, P. J.; CABRAL, A. J. Relação entre distúrbios do sono e depressão. *In.*: LÓSS, J. C. S. *et al* (Orgs.). **Principais Transtornos Psíquicos na contemporaneidade**. Campos dos Goytacazes, RJ: Brasil Multicultural, 2019.

LUCKY, E. O. I.; YUSOFF, N. B. M. Evidence on teaching qualifications, characteristics, competence and lecturer performance in higher institutions in Nigeria. **International Journal of Management in Education**, Switzerland, v. 9, n. 2, p. 129, 2015.

MACÊDO, M. dos S. YANNOULAS, Silvia Cristina (Org.), Trabalhadoras: análise da feminização das profissões e ocupações. **Revista Feminismos**, v. 1, n. 3, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/30000>. Acesso em: 05 mai. 2022.

MACHADO, A. F.; WENDT, A.; WEHRMEISTER, F. C. Problemas de sono e fatores associados em população rural de um Município no Sul do Brasil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 52, n. 1, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/Hn7fWJdfXdZrnFvYzc7bPNH/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 20 mar. 2021.

MARQUES, D. L. D. S. **Competências docentes na relação de ensino-aprendizagem com alunos da geração Z dos cursos de graduação em administração**. Tese (Doutorado em Administração) - Fundação Getúlio Vargas, Rio de Janeiro, 2017.

MARTINS, A. A. V.; HONÓRIO, L. C. Prazer e sofrimento docente em uma instituição de ensino superior privada em Minas Gerais. **Organização e Sociedade**, Salvador, v. 21, n. 68, p. 835–851, 2014.

MONTEIRO, M. K.; ALTMANN, H. Ascensão na carreira docente e diferenças de gênero. **Educar em Revista**, Curitiba, v. 37, e70432, p. 1-23, 2021.

MOREIRA, D. Z.; RODRIGUES, M. B. Saúde mental e trabalho docente. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 23, n. 3, 2018.

MÜLLER, M. R.; GUIMARÃES, S. S. Impacto dos Transtornos do Sono Sobre o Funcionamento Diário e a Qualidade de Vida. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 24, n. 4, p. 519-528, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/gTGLpgtmtMnTrcMyhGFvNpG/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 22 abr. 2022.

MUSA, N. A.; MOY, F. M.; WONG, L. P. Prevalence and factors associated with poor sleep quality among secondary school teachers in a developing country. **Ind Health**, v. 56, n. 5, p. 407-418, 2018. Disponível em: doi: 10.2486/indhealth.2018-0052. Acesso em: 28 mai. 2021.

NEVES, D., *et al.* Sentido e significado do trabalho: uma análise dos artigos publicados em periódicos associados à Scientific Periodicals Electronic Library. **Cadernos EBAPE.BR**, Brasil, v.16, n.2, p. 318-330, 2018.

NICOLA, J. F.; PALARO, S. M. C.; LEMES, S. S. Ser professor ou estar professor: as implicações no contexto de sala de aula. **Revista on-line de Política e Gestão Educacional**, Araracuara, v. 25, n. 1, p. 344-366, 2021. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=637767015023>. Acesso em: 02 mai. 2022.

NÓVOA, A. Firmar a posição como professor, afirmar a profissão docente. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 47, n. 166, p. 1106-1133, 2017.

OLIVEIRA, H. L. G.; LEIRO, A. C. R. Políticas de formação de professores no Brasil: referenciais legais em foco. **Pro-Posições**, Brasil, v.30, n.1, p. 1-13, 2019.

OLIVEIRA, A. S. D.; PEREIRA, M. S.; LIMA, L. M. Trabalho, produtivismo e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 21, n.3, p. 609-6019, 2017.

OLIVEIRA, D. A. Segmentações históricas e contemporâneas da profissão docente no Brasil. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 26 e260095, p. 1-24, 2021.

OLIVEIRA, D. A.; VIEIRA, L. M. F. (org.). **Trabalho na educação básica: a condição docente em sete estados brasileiros**. Belo Horizonte: Fino Traço, 2012.

OLIVEIRA, L. R.; LEITE, J. R. O perfil da saúde dos professores: evidenciando o invisível. **Revista Retratos da Escola**, Brasília, v. 6, n. 11, p. 463-477, 2012.

ORGANIZAÇÃO DOS ESTADOS IBERO-AMERICANOS (OEI). **Miradas sobre la educación en Iberoamérica: desarrollo profesional docente y la mejora de la educación**. Metas Educativas 2021. Madri: OEI, 2013.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **Workplace stress: a collective challenge**. Genebra: OIT, 2016.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **La prevención de las enfermedades profesionales**. Genebra: OIT, 2013.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **Trabalhar para um Futuro Melhor: Comissão Global sobre o Futuro do Trabalho**. Brasília: OIT, 2019.

PAULA, L. H.; JIMÉNEZ, L. O. A influência da depressão dos docentes em sua prática pedagógica no ensino fundamental de duas escolas municipais da cidade de Santos, SP. **Revista Científica de Iniciación a la Investigación**, Paraguai, v. 3, n. 2, p. 147-162, 2018. Disponível em: <http://revistacientifica.uaa.edu.py/index.php/rcuaa/article/view/507/369>. Acesso em: 15 abr. 2021.

PENTEADO, R. Z.; SOUZA NETO, S. Mal-estar, sofrimento e adoecimento do professor: de narrativas do trabalho e da cultura docente à docência como profissão. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 135-153, 2019.

PEREIRA, E. S.; MACÊDO, M. M. Escolas multisseriadas do campo: tempos, espaços e vivências. **Educação e Políticas em Debate**, Uberlândia, v. 7, n. 1, p. 152-169, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.14393/REPOD.issn.2238-8346.v7n1a2018-11>. Acesso em: 15 fev. 2022.

PIMENTA, S. G.; ANASTASIOU, L. D. G. C. **Docência no ensino superior**. São Paulo: Cortez, 2002.

PÜLSCHEN, S.; PÜLSCHEN, D. Preparation for Teacher Collaboration in Inclusive Classrooms – Stress Reduction for Special Education Studants via Acceptance and Commitment Training: A Controlled Study. **Journal of Molecular Psychiatry**, v. 3, n. 8, p. 1-13. Disponível em: doi: 10.1186/s40303-015-0015-3. Acesso em: 15 jun. 2021.

RADETZKE, F.; GÜLLICH, R.; EMMEL, R. A constituição docente e as espirais autorreflexivas: investigação-formação-ação em ciências. **Vitruvian Cogitationes**, Maringá v. 1, n.1, p. 65-83, 2020. Disponível em: [https://rvc.inovando.online/uploads/artigos/65-83-artigo-uffs\\_arquivo17\\_1611079720.pdf](https://rvc.inovando.online/uploads/artigos/65-83-artigo-uffs_arquivo17_1611079720.pdf). Acesso em: 27 abr. 2022.

RAMOS, M. D. P. **Condições de trabalho docente de professores de escolas rurais do território do Piemonte da Diamantina-Bahia**. Tese (Doutorado em Educação e Contemporaneidade) – Programa de Pós-Graduação em Educação e Contemporaneidade, Universidade do Estado da Bahia, Salvador, 2020.

ROCHA, T. L. Da racionalidade técnica ao professor reflexivo. **Cadernos da FUCAMP**, São Paulo, v.13, n. 18, p. 119-127, 2014. Disponível em: <http://www.fucamp.edu.br/editora/index.php/cadernos/article/download/407/306>. Acesso em: 07 mai. 2022.

RODRIGUES, J. D. Z. **Gerencialismo e responsabilização**: repercussões para o trabalho docente nas escolas estaduais de ensino médio de Campinas/SP. 2018. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2018.

RODRIGUES, L. T. M. *et al.* Stress and depression in teachers from a public education institution. **Enfermería Global**. v. 19, n. 57, p. 232-242, 2020.

SANTOS FILHO, J. C.; DIAS, C. L. Profissão acadêmica e scholarship da docência: novo olhar sobre as múltiplas funções do professor universitário. **Avaliação**, Campinas; Sorocaba, v. 21, n. 3, p. 837-858, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772016000300010>. Acesso em 12 abr. 2022

SANTOS, E. C; ESPINOSA, M. M; MARCON, S. R. Qualidade de vida, saúde e trabalho de professores do ensino fundamental. **Acta Paul. Enferm.**, São Paulo, v. 33, p. 1-8, 2020.

SANTOS, M. N.; MARQUES, A. C. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 837-846, 2013.

SÃO PAULO (Estado). **Lei complementar no. 1.317, de 21 de março de 2018**. Dispõe sobre os vencimentos e salários dos servidores que especifica. São Paulo: Assembleia Legislativa. 2018. Disponível em: <https://www.al.sp.gov.br/repositorio/legislacao/lei.complementar/2018/lei.complementar-1317-21.03.2018.html>. Acesso em: 02 mai. 2022.

SAVIANI, D. Formação de professores: Aspectos históricos e teóricos do problema no contexto brasileiro. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 40, p. 143–155, 2009.

SCANDOLARA, T. B. *et al.* Avaliação Dos Níveis De Estresse E Depressão Em Professores Da Rede Pública Do Município De Francisco Beltrão, PR. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, Umuarama, v. 19, n. 1, p. 31–38, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v19i1.2015.5262>. Acesso em: 29 abr. 2021.

SCHMIDT, B. *et al.* Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estud. psicol.**, Campinas, v.37, e200063, 2020.

SEGAT, E.; DIEFENTHAELER, H. S. Uso de medicamentos antidepressivos por professores de escolas de diferentes redes de ensino em um município do Norte do Rio Grande do Sul. **Perspectiva**, Rio Grande do Sul, v. 37, n. 137, p. 45–54, 2013.

SHETTY, A. *et al.* Role of the Circadian Clock in the Metabolic Syndrome and Nonalcoholic Fatty Liver Disease. **Digestive diseases and sciences**, New York, v. 63, n.12, p. 3187-3206, 2018. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10620-018-5242-x>. Acesso em: 10 jun. 2022.

SILVA, A. R. *et al.* Doenças crônicas não transmissíveis e fatores sociodemográficos associados a sintomas de depressão em idosos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]**, v. 66, n. 1, p. 45-51, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000149>. Acesso em: 08 mai. 2022.

SILVA, E. P. Adoecimento e sofrimento de professores universitários: dimensões afetivas e ético-políticas. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 61-71, 2015. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-36872015000100006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872015000100006). Acesso em: 14 mai. 2022.

SILVA, N. A.; MELO, H. C. S. A intervenção da terapia cognitivo-comportamental no adoecimento decorrente da insônia. **Psicologia e Saúde em Debate**, Minas Gerais, v. 1, n. 1, p. 39-52, 2015.

SILVA, R. P. **Absenteísmo Docente**: Um Estudo Exploratório. Dissertação (Educação) – Universidade Cidade de São Paulo. Programa de Pós-Graduação em Educação, São Paulo, 2014.

SILVA, T. R.; CARVALHO, E. A. Depressão em professores universitários: uma revisão da literatura brasileira. **Revista UNINGÁ**, Maringá, v. 28, n. 1, p. 113-117, 2016.

SILVÉRIO, M. R. *et al.* O ensino na área da saúde e sua repercussão na qualidade de vida docente. **Rev Bras Educ Méd**. São Paulo, v. 34, n. 1, p. 65-73, 2010.

SMEHA, L. N.; FERREIRA, I. V. Prazer e sofrimento docente nos processos de inclusão escolar. **Revista Educação Especial**, Santa Maria, n. 31, p. 37-48, 2008.

SOARES, M. M.; OLIVEIRA, T. G. D.; BATISTA, E. C. O uso de antidepressivos por professores: uma revisão bibliográfica. **REVASF**, Petrolina, v. 7, n. 12, p. 61-78, 2017.

SOARES, M. P. do S. B. Formação permanente de professores: um estudo inspirado em Paulo Freire com docentes dos anos iniciais do Ensino Fundamental. **Educação & Formação**, v. 5, n. 13, p. 151-171, 2019.

SORIA-SAUCEDO, R. *et al.* The prevalence and correlates of severe depression in a cohort of Mexican teachers. **J. Affect. Disord**, v. 234, n.1, p. 109-116, 2018.

SOUZA, A. R.; MELO, J. C. Educadora ou tia: os reflexos da feminização do magistério na construção da identidade profissional de professoras (as) da educação infantil. **Revista Inter Ação**, Goiânia, v. 43, n. 3, p. 697-709, 2019. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/interacao/article/view/48977>. Acesso em: 05 mai. 2022.

STRIEDER, R. Depressão e ansiedade em profissionais da educação das regiões da Amerios e da AMEOSC. **Roteiro**, v. 34, n. 2, p. 243–268, 2010. Disponível em: <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/roteiro/article/view/307>. Acesso em: 15 fev. 2021.

TERRA, F. S. **Avaliação da ansiedade, depressão e autoestima em docentes de Enfermagem de universidades pública e privada**. 2010. 258f. Tese (Doutorado em Ciências) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

TOSTES, M. V. *et al.* Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87–99, 2018.

TOSTES, M. V.; ALBUQUERQUE, G. S. C.; SILVA, M. J. S.; PETTERLE, R. R. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87-99, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v42n116/0103-1104-sdeb-42-116-0087.pdf>. Acesso em 25 abr. 2022.

VASILE, C. Social stress in Romanian teachers. **Social and Behavioral Sciences**, v. 127, n. 22, p. 776-780, 2014.

VIEIRA, A. B. *et al.* Formação docente para uma educação de qualidade. **Revista Expressão Católica**, v. 5, n. 1, 2017.

VILELA, E. F.; GARCIA, F. C.; VIEIRA, A. Vivências de prazer-sofrimento no trabalho do professor universitário: estudo de caso em uma instituição pública. **REAd – Revista Eletrônica de Administração**, Rio Grande do Sul, v. 19, n. 2, p. 517-540, 2013.

WATSON, N. F. *et al.* Recommended amount of sleep for a healthy adult: a joint consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society. **J Clin Sleep Med**, v. 11, n. 6, p. 591–592, 2015.

WOODCOCKA, S.; WOOLFSON, L. M. Are leaders leading the way with inclusion? Teachers' perceptions of systemic support and barriers towards inclusion. **International Journal of Educational Research**, v. 93, p. 232-242, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **World Population Prospects 2019: Highlights**. Disponível em: <https://www.un.org/development/desa/publications/world-populationprospects-2019-highlights.html>. Acesso em: 13 março. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates**. Geneva, 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. Acesso em 10 abr. 2022.



ZIBETTI, M. L. T.; PEREIRA, S. R. Mulheres e professoras: repercussões da dupla jornada nas condições de vida e no trabalho docente. **Educar em Revista**, Curitiba, n. espec. 2, p.259-276, 2010.

## **ANEXOS**

Capítulo omitido por questões de originalidade de produção científica.



# UPF

UNIVERSIDADE  
DE PASSO FUNDO

UPF Campus I - BR 285, São José  
Passo Fundo - RS - CEP: 99052-900  
(54) 3316 7000 - [www.upf.br](http://www.upf.br)