

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
ESCOLA DE ENFERMAGEM
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE
MESTRADO PROFISSIONAL EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE

Letícia de Oliveira Rocha

**PRODUTO TÉCNICO DA PESQUISA “QUALIDADE DE VIDA E PERCEPÇÃO DE
ESTRESSE DOS DOCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR”**

Belo Horizonte
2024

Letícia de Oliveira Rocha

**PRODUTO TÉCNICO DA PESQUISA “QUALIDADE DE VIDA E PERCEPÇÃO DE
ESTRESSE DOS DOCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR”**

Produto técnico apresentada ao curso de Mestrado Profissional do Programa de Pós-Graduação em Gestão de Serviços de Saúde da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito para a qualificação.

Área de concentração: Gestão de Serviços de Saúde.

Linha de pesquisa: Políticas, Planejamento e Avaliação em Saúde.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Vanessa de Almeida.

Coorientadora: Prof^a. Dr^a. Mery Natali Silva Abreu.

Belo Horizonte

2024

Qualidade de vida e percepção de estresse em docentes de uma instituição de ensino superior localizada no sudeste do Brasil

Quality of life and perception of stress in teachers at a higher education institution located in southeastern Brazil

Letícia de Oliveira Rocha¹

Vanessa de Almeida²

Mery Natali Silva Abreu³

Resumo

Objetivo: Este estudo avaliou a qualidade de vida e estresse entre os docentes do ensino superior em uma instituição privada na região sudeste do Brasil, cujo objetivos específicos foram: comparar o nível de percepção de estresse e qualidade de vida entre docentes da saúde e outras áreas, bem como, identificar os fatores determinantes de pior qualidade de vida e maior estresse entre docentes da saúde e de outras áreas do conhecimento. **Método:** A amostra foi composta por 152 docentes de uma instituição de ensino superior localizada nas cidades de Belo Horizonte e Contagem, MG, Brasil. Foram utilizadas a Escala de Estresse Percebido, o WHOQOL-Bref e um questionário sociodemográfico, ocupacional e de formação acadêmica composto por 50 questões. Para análise dos dados foram utilizados para o software Statistical Package for Social Science (SPSS)® (versão 19.0). **Resultados:** Observou-se que 83,2% (n=99) reportaram que atuam em mais de um emprego e 33,6% relatam que consideram seu salário/renda inadequado frente todos seus esforços e realizações. Face ao ambiente de trabalho, 79% dos docentes entrevistados reportam que frequentemente há a existência de um ambiente calmo e agradável no local de trabalho. Com vistas às relações psicossociais, a grande maioria (76,7%) relata que há, frequentemente, um bom relacionamento entre os docentes e com a chefia. Nos últimos doze meses, a prática de exercício físico foi evidenciada em 79,8% (n=95) dos professores desta instituição e 18,5% são sedentários, segundo o IPAQ-5. Em relação ao WHOQOL-Bref, os piores domínios foram o físico (média de 13,15) e psicológico (média de 14,66). Por fim, em relação ao estresse, foi observado que 22% dos docentes apresentam um elevado nível de estresse. **Conclusão:** Os docentes apresentaram pior percepção da qualidade de vida em relação ao domínio físico e o psicológico, e baixo índice de estresse.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Percepção de Estresse. Saúde do Trabalhador. Docentes. Promoção da Saúde

Abstract

Objective: This study evaluated the quality of life and stress among higher education professors at a private institution in the southeast region of Brazil, whose specific objectives were: to compare the level of perception of stress and quality of life among professors in health and other areas, as well as identifying the determining factors for worse quality of life and greater stress among health teachers and other areas of knowledge. **Method:** The sample consisted of 152 professors from a higher education institution located in the cities of Belo Horizonte and Contagem, MG, Brazil. The Perceived Stress Scale, the WHOQOL-Bref and a sociodemographic, occupational and academic training questionnaire composed of 50 questions were used. For data analysis, the Statistical Package for Social Science (SPSS)® software (version 19.0) was used. **Results:** It was observed that 83.2% (n=99) reported that they work in more than one job and 33.6% report that they consider their salary/income to be inadequate given all their efforts and achievements. Regarding the work environment, 79% of the teachers interviewed report that there is often a calm and pleasant environment in the workplace. With a view to psychosocial relationships, the vast majority (76.7%) report that there is often a good relationship between teachers and management. In the last twelve months, the practice of physical exercise was evident in 79.8% (n=95) of the teachers at this institution and 18.5% are sedentary, according to IPAQ-5. In relation to the WHOQOL-Bref, the worst domains were physical (average of 13.15) and psychological (average of 14.66). Finally, in relation to stress, it was observed that 22% of teachers have a high level of stress. **Conclusion:** Teachers had a worse perception of quality of life in relation to the physical and psychological domains, and a low level of stress.

Keywords: Quality of Life. Stress Perception. Worker's Health. Teachers. Health Promotion.

¹ Mestranda em Gestão em Serviços de Saúde (UFMG). Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Pós-Graduação Stricto Sensu em Gestão em Serviços de Saúde. Belo Horizonte, MG, Brasil.

² Doutora em Saúde Pública pela FSP/USP. Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Pós-Graduação Stricto Sensu em Gestão em Serviços de Saúde. Belo Horizonte, MG, Brasil.

³ Doutora em Saúde Pública/Epidemiologia pela UFMG. Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Pós-Graduação Stricto Sensu em Gestão em Serviços de Saúde. Belo Horizonte, MG, Brasil.

1 INTRODUÇÃO

As condições de trabalho e o próprio ambiente de trabalho, que estão em constante transformações, influenciam de forma direta na saúde e na percepção da qualidade de vida (QV) das pessoas, inclusive do professor universitário (Cancian *et al.*, 2023). No âmbito educacional, essas mudanças promoveram alterações nas relações do trabalho docente, influenciadas por uma série de fatores e que podem concernir com a satisfação de professores em suas atividades laborais (Nascimento *et al.*, 2019). Todos esses fatores impactam na percepção da qualidade de vida, as relações sociais, a saúde e segurança do trabalhador, podendo contribuir para o surgimento do adoecimento físico e mental (Cancian *et al.*, 2023).

Apesar de sua relevância na sociedade, a atividade docente é considerada uma atividade de risco devido aos baixos níveis de bem-estar e elevados níveis de estresse (Redding; Henry, 2019), contribuindo para que esta seja considerada como uma das carreiras mais estressantes e desafiadoras, contribuindo, portanto, na depreciação da qualidade de vida (QV) e qualidade de vida no trabalho - QVT (Soares; Mafra; Faria, 2019; Cruz *et al.*, 2020).

No campo laboral, as ações direcionadas a melhoria da QV no ambiente profissional surgiram entre 1969 e 1974, através dos grupos relacionados à pesquisa, sindicatos e governo. O bem-estar do trabalhador aliado à eficácia organizacional, bem como a participação efetiva deste público no enfrentamento dos problemas e na tomada de decisões relacionadas ao labor, são aspectos fundamentais para a QVT (Cancian *et al.*, 2023).

A qualidade de vida (QV) está relacionada ao bem-estar biopsicossocial, ou seja, a percepção do indivíduo acerca de sua inserção na vida em relação ao meio em que vive e as suas expectativas pessoais, laborais, familiares e está associada aos fatores determinantes de saúde (Souza *et al.*, 2019; Antonini *et al.*, 2022).

Por outro lado, o estresse é uma reação orgânica capaz de gerar alterações de ordem física e emocional. É considerado como um problema de saúde pública e está inserido no cotidiano de grande parte da população mundial (Sá *et al.*, 2018; Soares; Mafra; Faria, 2019; Cruz *et al.*, 2020).

No âmbito acadêmico, o estresse é considerado fonte provedora de estresse ao docente universitário em virtude de inúmeros fatores, como, por exemplo, pela exposição a ambientes pouco afetuosos e altamente exigentes, pela precarização das condições de saúde e de organização do trabalho, defasagem salarial, falta de apoio dos pares, a indisciplina do discente, a demanda por produção científica, fatores psicossociais, rotina exaustiva e o processo de

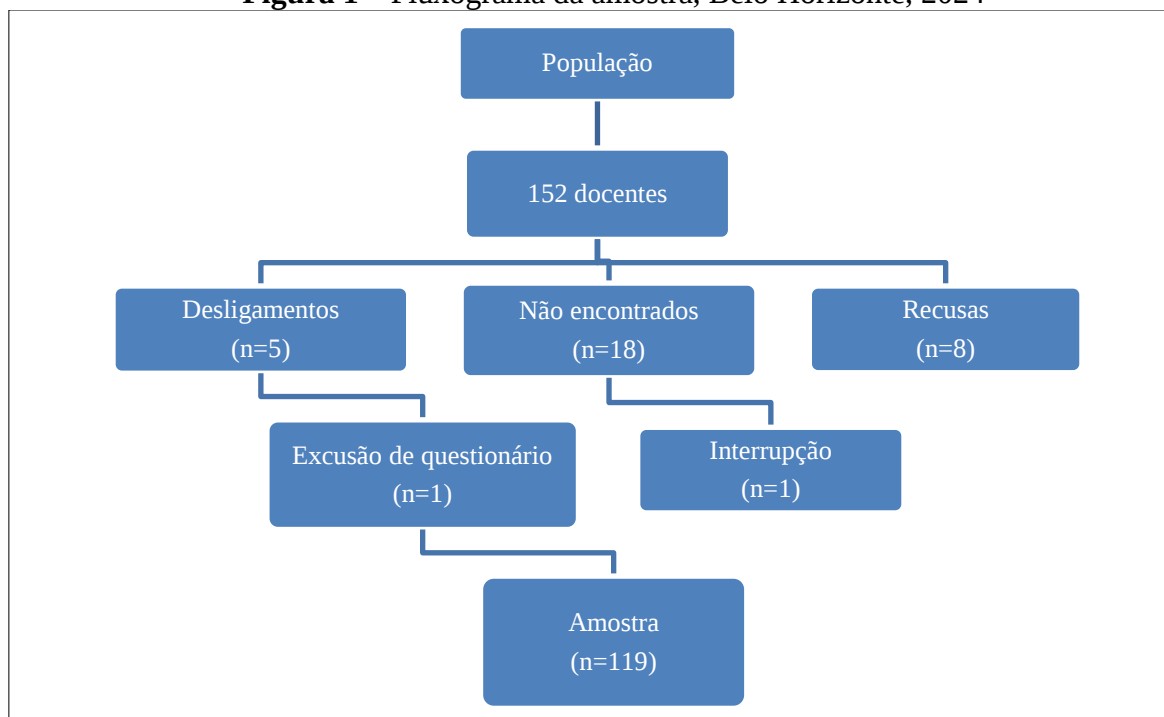
reestruturação produtiva, além de outros (Sá *et al.*, 2018; Soares; Mafra; Faria, 2019; Cruz *et al.*, 2020; Lopes-Pereira *et al.*, 2020). Fatores estes que podem contribuir para uma sobrecarga de trabalho imposto ao docente e gerar efeitos deletérios na saúde e na qualidade de vida de forma semelhante (Cortez *et al.*, 2017; Lopes-Pereira *et al.*, 2020; Cruz *et al.*, 2020).

Portanto, o objetivo do presente trabalho consiste em avaliar a qualidade de vida e o nível de estresse entre os docentes do ensino superior em uma instituição privada na região sudeste do Brasil, mais especificamente comparar o nível de percepção de estresse e qualidade de vida entre docentes da saúde e outras áreas e identificar os fatores determinantes de pior qualidade de vida e maior estresse entre docentes da saúde e de outras áreas do conhecimento.

2 MÉTODO

O presente trabalho trata-se de um estudo transversal, exploratório e de abordagem quantitativa. Fizeram parte do estudo 119 docentes, de ambos os sexos, docentes de três campi de uma instituição de ensino superior localizada na região sudeste do Brasil. A amostra foi estabelecida através do cálculo de tamanho de amostra considerando uma amostra de 152 de professores, com nível de significância de 5%, margem de erro de 5% e considerando uma proporção genérica do desfecho de 50%, estimou-se, portanto, uma amostra de 110 professores.

Foi possível, inicialmente, sensibilizar 121 docentes, entretanto, 1 deles se retirou da pesquisa após alegar falta de tempo para responder aos questionários, dados seus tamanhos e outro apresentou um questionário incompleto e, portanto, a exclusão deste respondente da pesquisa, ficando, ao final, 119 respondentes. A Figura 1 demonstra o fluxograma da amostra.

Figura 1 – Fluxograma da amostra, Belo Horizonte, 2024

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

Como critério de inclusão, os docentes deveriam pertencer a um dos três campi da instituição alvo, e concordar com a participação mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Em contrapartida, estabeleceu-se enquanto critérios de exclusão, os docentes que exerçam, exclusivamente, atividade administrativa e em período de licença - independentemente do tipo, fosse ela licença maternidade, prêmio, entre outras, além de professores convidados.

Para caracterizar o perfil sociodemográfico e de saúde da amostra, foi aplicado um questionário estruturado, denominado questionário sociodemográfico, acadêmico e ocupacional, composto por 50 questões e desenvolvido pelos próprios autores, com questões referentes ao gênero (masculino e feminino), idade em anos, raça, estado civil, número de filhos, área de formação acadêmica, renda, tempo de atuação como docente e tempo de atuação como docente na instituição alvo, se atua em mais de uma instituição, questões relacionadas à saúde e atividade física e lazer, dentre outras.

Para avaliar o nível de estresse percebido pelos docentes enquanto fatores estressantes, causados, por exemplo, por situações imprevisíveis, incontrolláveis e de sobrecarga que impactam na vida da pessoa, foi utilizada a Escala de Percepção de Estresse, composta por 10 questões e envolve os sentimentos e pensamentos dos docentes durante o último mês. Esse instrumento é respondido em uma escala do tipo Likert de quatro pontos (zero=nunca,

um=quase nunca, dois=às vezes, três=pouco frequente, e quatro=muito frequente). As questões 4, 5, 7 e 8 são de caráter positivo, pontuadas, portanto, de forma invertida. As demais questões, de caráter negativo, possuem somatória imediata. Após a conversão das questões, a pontuação final é resultado da soma das pontuações das 10 questões, podendo variar entre 0 e 40 pontos, sendo que uma pontuação maior, indica maior a percepção de estresse.

Não é recomendado o enquadramento dos escores em categorias (baixo, médio, alto nível de percepção de estresse), pois ao utilizar-se de agrupamentos de diferentes escores de variáveis contínuas em uma mesma categoria, há a perda da precisão e sensibilidade nas análises dos resultados, tanto na estatística quanto na prática clínica (Luft *et al.*, 2007; Dancey, Reidy, 2004). Entretanto, é importante ressaltar que, segundo Reis, Hino, Rodriguez (2010), a categorização do estresse ocorre de acordo com o Quartis em: percepção elevada de estresse (= Quartil 75) e percepção de estresse moderado (< Quartil 75).

Buscando analisar a qualidade de vida, utilizou-se o WHOQOL-Bref, um questionário de domínio público, estruturado e validado com caráter transcultural a ser utilizado tanto para populações saudáveis quanto para aquelas acometidas por agravos e doenças crônicas, amplamente utilizado para avaliar a QV (Camarini *et al.*, 2022; Gomes *et al.*, 2016; Caliari *et al.*, 2021; Souza *et al.*, 2019).

Este instrumento é composto por 26 questões, estruturadas e divididas em quatro domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) além de duas questões gerais a respeito da qualidade de vida e à satisfação com a própria saúde (Gomes *et al.*, 2016; Caliari *et al.*, 2021; Souza *et al.*, 2019). As perguntas apresentam como opção de respostas em escala tipo Likert (1 a 5 pontos), com pontuação que varia entre 0 e 100 pontos, quanto maior o escore obtido, melhor a QV (Caliari *et al.*, 2021).

Após aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa através do CAAE n. 73907723.9.0000.5149 e número do parecer: 6.538.887, foi estabelecido contato com a coordenadora dos campi B e C, nos municípios de Belo Horizonte e Contagem, MG, a qual se demonstrou interessada pela pesquisa e repassou contato da coordenadora do campi A, localizado no município de Belo Horizonte no qual são lecionados apenas cursos na área de saúde.

Após os esclarecimentos necessários, e autorização dos responsáveis, foi iniciada a coleta de dados, a qual ocorreu no período entre 19 de fevereiro a 23 de abril de 2024. Os docentes foram abordados pelo pesquisador responsável na sala dos professores, e explicado os objetivos e proposta da pesquisa. Após concordar em participar da pesquisa, de forma

voluntária, foi apresentado e solicitada a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Sequencialmente, ocorreram as entrevistas face a face, utilizando-se apenas os questionários impressos e caneta. Essas foram realizadas pelos pesquisadores e durou, de 10 a 25 minutos por docente.

Ressalta-se que a privacidade do docente foi respeitada e mantida durante toda a pesquisa. Como estratégia para a obtenção dos dados, foram adotados meios de sensibilização através de folders explicativos sobre a pesquisa (período que ocorreria naquela unidade, objetivos da pesquisa, tempo médio de entrevista, instrumentos a serem utilizados) os quais foram encaminhados às coordenadoras e estas enviaram aos e-mails corporativos dos docentes. Além disso, folders foram anexados na sala dos professores das unidades-alvo pertencentes à instituição.

Após ser realizada a coleta de dados, as informações foram organizadas em uma planilha do programa *Microsoft® Office® Excel®*.

Após a entrada de dados foram adotados os seguintes procedimentos de conferência:

- a) revisão dos valores mínimos e máximos em cada variável, para identificar valores extremos;
- b) revisão dos itens de múltiplas respostas para coerência interna.

Após essa fase de exclusão dos questionários, para análise dos dados, houve a transferência dessas informações para o *software Statistical Package for Social Science (SPSS)®* (versão 19.0).

Feito isso, para as variáveis categóricas utilizou-se análise descritiva a partir da apuração de frequências, tanto em termos absolutos, quanto em percentuais. Para as variáveis numéricas calcularam-se medidas descritivas de centralidade (média, mediana e moda) e de dispersão (desvio padrão, coeficiente de variação, valores máximos e mínimos). Foi testada a normalidade das variáveis numéricas por meio do teste de *Kolmogorov-Smirnov*.

Para analisar os fatores associados QV foram realizadas análises univariadas por meio do teste do qui-quadrado de *Pearson* para as variáveis categóricas. Desta forma houve o cruzamento de cada variável explicativa com o desfecho de interesse, sendo incluídas no modelo multivariado, todas as variáveis com valor-p menor que 0,20.

Posteriormente, na análise multivariada foi utilizado o modelo de regressão logística binária, considerando como variável resposta a variável QV categorizada em baixa e adequada.

Para permanência das variáveis no modelo final foi considerado um nível de significância de 5% e estimados os valores de *Odds Ratio*, com respectivos Intervalos de Confiança de 95% (IC95%). A qualidade do ajuste do modelo foi avaliada por meio da estatística de *Hosmer & Lemeshow*.

Para todas as análises considerou-se um nível de 5% de significância.

3 RESULTADOS

3.1 Análise descritiva

Com relação às características individuais e sociodemográficas, conforme pode ser observado na Tabela 1, dos 119 docentes entrevistados, a maioria era do sexo feminino (55,5%). A média de idade foi de 42 anos (± 8 anos), variando entre 21 e 64 anos. A maioria dos entrevistados se declarou da raça branca (68,9%), e mais da metade tem companheiro (55,5%). Além disso, os professores têm entre 0 e 5 filhos com média de 1 filho (± 1). Um percentual dos docentes (43,7%) possui renda de até 2 salários-mínimos e 55,5% (n=66) dos docentes eram da área de ciências da saúde, sendo que 47,9% (n=51) possuem mestrado completo.

Tabela 1 – Caracterização dos dados sociodemográficos dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Frequência	%
Sexo		
Feminino	66	55,5
Masculino	53	44,5
Idade (em anos)		
Média ± Desvio-padrão	42 ± 8	
Mínimo - Máximo	21 - 64	
21 a 30 anos	8	6,7
31 a 40 anos	43	36,1
41 a 50 anos	52	43,7
51 ou mais	16	13,4
Raça/Cor de pele		
Branca	82	68,9
Não branco	37	31,1
Estado Civil		
Com companheiro(a)	66	55,5
Sem companheiro(a)	53	44,5
Você tem filho (a)		
Sim	77	64,7
Não	42	35,3
N. filhos		
Média ± Desvio-padrão	1 ± 1	
Mínimo - Máximo	0 - 5	
Área de formação		
Ciências da Saúde	66	55,5
Ciências Humanas e sociais	33	30,3
Exatas	17	14,3
Titulação máxima		
Mestrado	57	47,9
Especialização	35	29,4
Doutorado	27	22,7
Renda		
Média ± Desvio-padrão	1,83 ± 0,827	
Mínimo - Máximo	1 – 3	
Até 2 salários-mínimos	52	43,7
De 2 a 6 salários-mínimos	35	29,4
Acima de 6 salários-mínimos	32	26,9

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Em relação às características do trabalho, conforme discriminado na Tabela 2, evidenciou-se que 50,4% dos professores atuam há até 10 anos na instituição selecionada, com variação de 1 a 540 meses de atuação. A carga horária laborada semanalmente varia entre 7 a 14 horas em 39,5% dos casos. A remuneração total recebida por 57,1% se enquadrou na faixa de 2 a 6 salários-mínimos. Do total de docentes que participaram deste estudo, 83,2% (n=99) reportaram que atuam em mais de um emprego.

Tabela 2 – Caracterização dos dados relacionados ao trabalho dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Frequência	%
Tempo que atua como docente (meses)		
Média ± Desvio-padrão	124,93 ± 85,341	
Mínimo - Máximo	1 - 540	
Até 10 anos	60	50,4
Mais que 10 anos	59	49,6
Carga horária laborada semanal (nesta instituição)		
Média ± Desvio-padrão	14,44 ± 11,6	
Mínimo - Máximo	2 - 48	
Até 6 horas	32	26,9
7 a 14 horas	47	39,5
Maior que 15 horas	40	33,6
Remuneração total recebida (n=71)		
Até 2 salários-mínimos	67,3	32,7
De 2 a 6 salários-mínimos	42,9	57,1
Acima de 6 salários-mínimos	68,8	31,3
Possui mais de um emprego?		
Não	20	16,8
Sim	99	83,2

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Ao analisar as condições do ambiente de trabalho dos docentes, descrito na Tabela 3, evidenciou-se que 2,5% dos docentes sofreram violência física, e 25,4% violência verbal e 36,1% relatam atuar em um ambiente agitado por indisciplina. Uma parcela (42,9%) reporta que tem que elevar a voz para conversar com outra pessoa em virtude do ruído, 66,4% têm um tempo de deslocamento superior a 50 minutos diariamente e 73,1% têm apoio social.

Tabela 3 – Caracterização dos dados relacionados às condições de ambiente trabalho dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Frequência	%
Você sofreu violência FÍSICA praticada por alunos? (n=118)		
Não	115	97,5
Sim	3	2,5
Você sofreu violência VERBAL praticada por alunos? (n=118)		
Não	88	74,6
Sim	30	25,4
Com que frequência o seu ambiente de trabalho está agitado por causa da indisciplina dos alunos? (n=119)		
Não	76	63,9
Sim	43	36,1
Com que frequência, o ruído no trabalho é tão forte que você tem que elevar a voz para conversar com outra pessoa? (n=119)		
Não	68	57,1
Sim	51	42,9
Quanto tempo (aproximadamente), é necessário para você se deslocar todos os dias de casa ao trabalho – ida e volta? Considerar nesta instituição (em minutos ou horas): (n=119)		
10 – 20min	40	33,6
> 50min	79	66,4
Apoio Social (n=119)		
Tem apoio social	87	73,1
Não tem apoio social	32	26,9

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Na Tabela 4 é possível visualizar os dados relacionados aos aspectos psicossociais dos docentes, em que a maior parte (34,8%) considera que seus esforços e realizações às vezes é adequado, 14,3% não podem participar ativamente das decisões e a grande maioria (90,7%) têm tempo suficiente para cumprir as tarefas.

Tabela 4 – Caracterização dos dados relacionados aos aspectos psicossociais relacionadas ao trabalho dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Frequência	%
Considerando todos os seus esforços e realizações, o seu salário/renda é adequado? (n=115)		
Às vezes	40	34,8
Nunca ou quase nunca	30	26,1
Frequentemente	24	20,9
Raramente	21	18,3
Tem oportunidade de participar ativamente das decisões? (n=112)		
Às vezes	40	65,7
Frequentemente	34	30,4
Raramente	21	18,8
Nunca ou quase nunca	17	14,3
Tem tempo suficiente para cumprir todas as tarefas (n=118)		
Sim	107	90,7
Não	11	9,3

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

No âmbito da saúde, foram avaliadas as variáveis relativas ao sono, ao sedentarismo e ao estresse, conforme discriminado na Tabela 5. É impossível identificar que 56,3% dos docentes têm uma percepção de qualidade de sono que varia entre ruim e regular e a maior parte (47,1%) é considerado ativo, segundo determinado pela IPAQ-5.

Tabela 5 – Caracterização dos dados relacionados a saúde dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Frequência	%
Como você avalia a sua qualidade de sono (n=119)		
boa	52	43,7
Regular/ruim	67	56,3
IPAQ-5 (n=119)		
Ativo	56	47,1
Irregularmente ativo	42	35,3
Sedentário	21	17,6

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Os dados sobre percepção de estresse, relatados na Tabela 6, demonstram que o escore médio de estresse foi de 17,5 ($\pm$ 6,36) e mediana de 17, com mínimo de 1 e máximo de 30.

Tabela 6 – Caracterização do estresse em docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Escore EPS-10
Média ($\pm$ Desvio Padrão)	17,5 (6,36)
Mínimo - máximo	1 - 30
Percentil 25	13
Mediana	17
Percentil 75	22

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Os escores de QV segundo o WHOQOL-Bref foram descritos na Tabela 7. Os domínios com maiores escores medianos foram o psicológico e relações sociais (mediana = 75). Já o domínio com menor escore mediano foi o meio ambiente (mediana = 68,8). A percepção geral da QV variou de 12,5 a 100, com mediana de 75 e percentil 25 de 62,5.

Tabela 7 – WHOQOL-Bref em docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	Domínio Físico	Domínio Psicológico	Domínio Relações Sociais	Domínio Meio ambiente	Qualidade de vida geral
Média	72,3	72,5	70,0	69,2	70,7
Desvio-padrão	13,7	13,8	17,8	12,4	17,9
Mínimo	32,1	25,0	25,0	34,4	12,5
Máximo	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Percentil 25	64,3	62,5	58,3	62,5	62,5
Mediana	71,4	75,0	75,0	68,8	75,0
Percentil 75	82,1	83,3	83,3	75,0	75,0

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

4.2 Análise univariada

Com relação às características individuais e sociodemográficas, conforme pode ser observado na Tabela 8, a percepção de baixa QV foi mais evidente entre os homens (41,5%), na faixa etária correspondente a 31 e 40 anos (48,8%), de pele branca (40,2%), entre os que não têm parceiro (45,0%), e possuem mestrado (43,9%), que pertencem à área de exatas e que não possuem filhos (45,2%). Entretanto, não houve associação significativa entre QV e as variáveis sociodemográficas analisadas (valores- $p < 0,05$).

Tabela 8 – Análise univariada avaliando a associação das características sociodemográficas com a QV dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	QV acima do P25	QV abaixo do P25	
	Adequada	Baixa	Valor-p*
	%	%	
Sexo			
Feminino	62,1	37,9	0,687
Masculino	58,5	41,5	
Faixa etária			
21 a 30 anos	62,5	37,5	0,454
31 a 40 anos	51,2	48,8	
41 a 50 anos	67,3	32,7	
51 anos ou mais	62,5	37,5	
Cor de pele			
Branca	58,9	40,2	0,804
Não branca	62,2	37,8	
Estado conjugal			
Com parceiro	63,3	36,7	0,382
Sem parceiro	55,0	45,0	
Escolaridade			
Especialização	60,0	40,0	0,459
Mestrado	56,1	43,9	
Doutorado	70,4	29,6	
Área de formação			
Ciências da saúde	66,7	33,3	0,259
Ciências humanas e sociais	55,6	44,4	
Exatas	47,1	52,9	
Filhos			
Não	54,8	45,2	0,344
Sim	63,6	36,4	

*Teste Qui-quadrado.

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

No âmbito da saúde, a baixa QV foi percebida mais frequentemente entre os docentes que referiram alteração na qualidade de sono, classificada como ruim/regular (52,2%), com percepção elevada de estresse (60,7%) e entre sedentários (47,6%). Houve associação significativa entre QV e as variáveis de saúde relacionadas ao sono e estresse (valores-p<0,05), conforme demonstrado na Tabela 9.

Tabela 9 – Análise univariada avaliando a associação das características da saúde com a QV dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	QV acima do P25 Adequada	QV abaixo do P25 Baixa	Valor-p*
	%	%	
Sono			
Boa	76,9	23,1	<u>0,001</u>
Ruim/regular	47,8	52,2	
Estresse			
Estresse não elevado	67,0	33,0	<u>0,009</u>
Estresse elevado	39,3	60,7	
Sedentarismo			
Sedentário	52,4	47,6	0,471
Irregularmente ativo	57,1	42,9	
Ativo	66,1	33,9	

Nota: Valores com significância estatística estão sublinhados e em itálico. *Teste Qui-quadrado

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

No tocante às condições de trabalho e contexto educacional, foi possível verificar maior prevalência de pior QV entre aqueles que não têm apoio social (43,8%), sendo mais frequente entre os docentes que negam ter sofrido violência física (40,0%), entre os que sofreram violência verbal (40,0%) e aqueles mais expostos ao ruído (47,1%). Além dessas variáveis, 40,8% dos docentes que negaram agitação no ambiente de trabalho por indisciplina dos alunos e nos que têm tempo de deslocamento superior a 50 minutos diariamente. Entretanto, não houve associação significativa entre QV e as variáveis relacionadas à condição de trabalho e contexto educacional (valores- $p < 0,05$), conforme dados apontados na Tabela 10.

Tabela 10 – Análise univariada avaliando a associação das condições de trabalho e contexto educacional com a QV dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	QV acima do P25	QV abaixo do P25	Valor-p*
	Adequada	Baixa	
	%	%	
Apoio social			
Tem apoio social	62,1	37,9	0,565
Não tem apoio social	56,3	43,8	
Agressão física			
Não	60,0	40,0	0,816
Sim	66,7	33,3	
Agressão verbal			
Não	60,2	39,8	0,982
Sim	60,0	40,0	
Ruído			
Não	66,2	33,8	<u>0,144</u>
Sim	52,9	47,1	
Ambiente agitado por indisciplina dos alunos			
Não	59,2	40,8	0,701
Sim	62,8	37,2	
Tempo de deslocamento			
10-50min	62,5	37,5	0,751
Maior que 50min	59,5	40,5	

Nota: variáveis com valor-p menor que 0,20 estão sublinhados. *Teste Qui-quadrado

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Outros aspectos analisados neste estudo, dizem respeito a carga atual de trabalho e as condições psicossociais do trabalho com a QV. Neste tópico, observa-se que a pior QV foi mais frequentemente entre os docentes com até 10 anos de tempo de atuação docente (41,7%), com carga horária de até 6 horas diárias, entre os que possuem mais de um emprego, com remuneração entre 2 e 6 salários-mínimos, e naqueles que não têm autonomia (42,1%). Outro aspecto observado foi uma maior frequência de baixa QV entre os docentes que não têm tempo para executar todas as tarefas e naqueles que relataram que nunca ou quase nunca têm satisfação com a renda percebida (50%). Houve associação significativa entre QV e a remuneração (valor- $p < 0,05$), conforme Tabela 11.

Tabela 11 – Análise univariada avaliando a associação da carga atual de trabalho e das condições psicossociais com a QV dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	QV acima do P25 Adequada	QV abaixo do P25 Baixa	Valor-p*
	%	%	
Tempo de trabalho docente			
Até 10 anos	58,3	41,7	0,625
Mais que 10 anos	62,7	37,3	
Carga horária			
Até 6 horas	46,9	53,1	<u>0,086</u>
7 a 14 horas	59,6	40,4	
Mais que 15 horas	72,5	27,5	
Mais de um emprego			
Não	75,0	25,0	<u>0,146</u>
Sim	57,6	42,4	
Remuneração			
Até 2 salários-mínimos	67,3	32,7	<u>0,039</u>
De 2 a 6 salários-mínimos	42,9	57,1	
Acima de 6 salários-mínimos	68,8	31,3	
Autonomia			
Não	57,9	42,1	0,563
Sim	63,5	36,5	
Tempo para todas as tarefas			
Não	54,5	45,5	0,689
Sim	60,7	39,3	
Satisfação/renda adequada			
Frequentemente	79,2	20,8	<u>0,148</u>
Às vezes	57,5	42,5	
Raramente	66,7	33,3	
Nunca/quase nunca	50,0	50,0	

Nota: Valores com significância estatística estão sublinhados e em itálico. Nota: variáveis com valor-p menor que 0,20 estão sublinhados. *Teste Qui-quadrado.

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

4.3 Análise de regressão

Foram incluídas na análise multivariada todas as variáveis com valor-p menor que 0,20 da análise univariada, a saber: estresse, carga horária semanal, tempo de atuação como docente, remuneração, percepção de saúde, tempo de deslocamento e qualidade de sono.

Entretanto, ao ajustar o modelo, somente as variáveis estresse, qualidade do sono e carga horária semanal permaneceram significativas (valor-p<0,05) e, portanto, permaneceram no modelo final, conforme discriminado na Tabela 12.

De acordo com os resultados da Tabela 12, após ajuste do modelo multivariado, a chance de ter uma pior QV foi significativamente maior para os professores que possuíam qualidade de sono ruim/regular (OR=3,44; IC 95% 1,44-8,20) e que relataram estresse elevado (OR=2,86; IC 95% 1,10-7,42). Além disso, os docentes com carga horária de mais de 15 horas tiveram menor chance de QV baixa (OR=0,26; IC 95% 0,09-0,77) que aqueles com carga horária de até 6 horas.

Tabela 12 – Análise multivariada avaliando os fatores de relacionados à pior percepção da QV dos docentes de uma IES, Belo Horizonte, 2024 (n=119)

	OR	IC 95% para OR
Sono		
Boa	1	
Ruim/Regular	3,44	[1,44; 8,20]
Estresse		
Estresse Não elevado	1	
Estresse Elevado	2,86	[1,10; 7,42]
Carga horária		
Até 6 horas	1	
7 a 14 horas	0,45	[0,16; 1,23]
Mais que 15 horas	0,26	[0,09; 0,77]
	0,74	

OR=Odds Ratio; IC= Intervalo de Confiança.
Fonte: Dados da pesquisa (2024).

5 ESTRATÉGIAS DE CONTROLE DO ESTRESSE E MELHORA DA QV

Mediante aos aspectos negativos relacionados ao estresse, tanto do ponto de vista físico quanto laboral, na vida dos docentes é essencial o planejamento e desenvolvimento de estratégias de enfrentamento com vistas à redução do estresse de maneira saudável. Para tal, é necessário identificar o fator de estresse, entender sua natureza, de forma a diminuir os agentes que contribuem para o estresse, aumentando, assim, a resistência a este, contribuindo com a melhora da saúde e QV (Pinotti, 2006).

A baixa prevalência de estresse pode derivar da presença dos mecanismos de enfrentamento, o desejo de atuar como professor contribuindo para a maior satisfação e motivação. Outras estratégias de enfrentamento referem-se ao fato de poder exercer a

autonomia e o controle sobre a sua vida, agindo como fator protetor para o estresse (Mendes, 2011).

Uma estratégia bastante benéfica no manejo do estresse e melhora da QV é a atividade física. Há uma relação positiva entre a atividade física e a qualidade de vida, ou seja, os docentes considerados fisicamente ativos têm maior escore de qualidade de vida e no desfecho saúde (Dumith, 2020). Isso pode ser explicado em virtude de o exercício agir como um fator de proteção ao estresse mental ao promover um aumento da capacidade cardiorrespiratória, por meio de um efeito psicológico positivo sobre o estresse, autoestima e sono, bem como a redução dos níveis de depressão e ansiedade (Mendes, Correia, Kock, 2020). Segundo Soares, Mafra, Faria (2019) demonstraram que quanto maior a prática de atividade física menor é a percepção de estresse.

Durante as entrevistas, vários docentes relataram que não sabiam se tinham direito, outros que não recebiam e grande parte reportou que não fazia uso dos benefícios institucionais relacionados ao Gympass, como para a realização de atividades físicas e alimentação saudável. Nesse sentido, seria válido realizar uma reunião com os docentes e esclarecer, presencialmente, as dúvidas relativas a esse benefício.

Outra possibilidade refere-se a tornar “obrigatório” o tempo de intervalo, queixa de muitos professores durante as entrevistas. Esse tempo aumenta a possibilidade de interação entre os docentes, contribuindo, portanto, para elevar o suporte social. No estudo de Silveira, Enumo e Batista (2014), o suporte social foi demonstrado como importante “função mediadora na relação entre eventos estressantes e a presença de estresse”.

Existe uma infinidade de técnicas que podem ser utilizadas no manejo do estresse, como a realização de grupos operativos, técnicas de gestão de pessoas, a auriculoterapia, aromaterapia, as estratégias psicoeducativas/breves e cognitivo-comportamentais, a psicodinâmica do trabalho, o reiki e técnica de valores organizacionais (Silva, Silva, 2015; Rodriguez *et al.* 2015).

Um estudo demonstrou que a maior parte dos professores utilizaram maior frequência de estratégias de enfrentamento ao estresse, ou seja, objetivando a administração ambientais com foco no problema, seguidas de prática religiosa, apoio social e tratativas no âmbito da emoção (Silveira, Enumo, Batista, 2014).

6 CONCLUSÃO

O presente estudo demonstra uma associação negativa entre estresse, sono e carga horária laborada, estando, portanto, associadas à pior percepção da qualidade de vida.

Portanto, considerando os resultados desta pesquisa, evidenciou-se que, na grande maioria das vezes, o ambiente de trabalho é considerado satisfatório na percepção subjetiva de cada professor. Mas ao se considerar a individualidade do docente, é necessário que este ao perceber sucessivas insatisfações, que podem afetar negativamente sua qualidade de vida, e, por conseguinte, gerar adoecimento tanto físico, quanto mental. Sendo, portanto, necessário o desenvolvimento de políticas institucionais com vistas ao reforço das políticas públicas que visem uma melhor qualidade de vida com prevenção do adoecimento.

Por ser um tema de extrema relevância que engloba a qualidade de vida e a percepção de estresse no trabalho docente, esta pesquisa pode servir de base para um estudo mais amplo do comportamento individual e não só coletivo dos professores de instituições de ensino superior.

Observações:

Foram iniciados dois diálogos acerca do produto técnico, um deles na Assembleia Legislativa de Belo Horizonte, com uma deputada Estadual que atua em prol da Educação em MG e o outro diálogo com o assessor parlamentar de uma deputada estadual atuante na cidade de Divinópolis.

Na Assembleia Legislativa, o projeto de pesquisa foi apresentado à deputada a qual se dispôs, junto aos seus assessores parlamentares, de uma escuta técnica após a conclusão e apresentação deste trabalho na UFMG.

Por outro lado, o assessor de uma deputada Federal atuante na região de Divinópolis, após escutar e entender os resultados obtidos nesta pesquisa, propôs um modelo de intervenção nas instituições públicas mineiras, integrantes das redes estaduais de educação básica e de ensino superior. No âmbito das universidades estaduais, as quais têm autonomia de gestão, iniciariamos o diálogo com os dos reitores e pró-reitores para implantação de um programa de qualidade de vida e manejo do estresse nos docentes. Em contrapartida, nas demais escolas, de educação básica, essa medida poderia ser objeto de normatização produzida externamente.

Face ao impacto promovido pela carga horária no estresse docente com direto impacto na QV destes, uma nova sistemática de distribuição do tempo de dedicação do docente, em virtude das atuais condições de pactuação das horas trabalhadas, foi sugerido o desenvolvimento de um novo estudo e, posteriormente, em uma proposta legislativa, por meio de audiências públicas ou outros eventos. Essa proposta partiria do pressuposto de não gerar oneração na folha de pagamento, mas trabalhar, via lei orçamentária, um aumento da dotação para o setor de educação.

Para finalizar, o assessor remonta a que uma das características distintivas do mandato e do perfil parlamentar da deputada em questão é justamente a de trabalhar com inovação. Motivo pelo qual ele sugere uma proposta de inovação para a educação pública mineira que possa vir a ser implantada e, após seu pleno funcionamento, tornar-se referência até nacional.

Além disso, contatos com os sindicatos dos professores também serão iniciados, bem como, a publicação de um artigo científico referente à este estudo.

Portanto, diálogos foram estabelecidos com o intuito de sensibilizar e propor medidas que possam ser adotadas para melhora da QV dos docentes.

REFERÊNCIAS

- ANTONINI, F. O. *et al.* Práticas de promoção da saúde no trabalho do professor. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 35, p. eAPE02761, jun. 2022.
- CANCIAN, Q. G. *et al.* Qualidade de vida no desenvolvimento do trabalho nas percepções dos professores universitários. **Boletim de Conjuntura**, Boa Vista, v. 13, n. 39, p. 371-386, mar. 2023.
- CORTEZ, P. A. *et al.* A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Caderno de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25 n. 1, p. 113-122, mar. 2017.
- CRUZ, G. F. *et al.* Estresse ocupacional e fatores associados: um estudo em professores. **Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 13, n. 3, p. 583-592, set. 2020.
- LOPES-PEREIRA, A. P. *et al.* Preditores associados à qualidade de vida no trabalho de docentes da universidade pública. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 22, n. 5, p. 1-8, set./out. 2020.
- MENDES, S. S.; FERREIRA, L. R. C.; DE MARTINO, M. M. F. Identificação dos níveis de stress em equipe de atendimento pré-hospitalar móvel. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 28, n. 2, p. 199–208, abr. 2011.
- NASCIMENTO, R. K. *et al.* Satisfação no trabalho de docentes de educação física: uma revisão sistemática. **Movimento**, Porto Alegre, v. 25, p. 1-13, nov. 2019.
- PINOTTI, S. A. G. Stress no professor: fontes, sintomas e estratégias de controle. **Revista Uniara**, Araraquara, v. 17, n. 1, p. 207-2016, jan. 2006.
- RODRIGUEZ, P. *et al.* Uso de práticas integrativas e complementares no tratamento de estresse ocupacional: uma revisão integrativa. **Enfermería Global**, Murcia, v. 39, n. 1, p. 304-315, jul. 2015.
- SÁ, S.C. A. *et al.* Estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do Distrito Federal. **Revista Científica Sena Aires**, São Paulo, v. 7, n. 3, p. 200-207, set. 2018.
- SILVA, D. P.; SILVA, M. N. R. M. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 201-214, jan. 2015.
- SILVEIRA, K. A; ENUMO, S. R. F.; BATISTA, E. P. Indicadores de estresse e estratégias de enfrentamento em professores de ensino multisseriado. **Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 18, n. 3, 457-465, set. 2014.
- SOARES, M. B.; MAFRA, S. C. T.; FARIA, E. R. Fatores associados à percepção de estresse em docentes universitários em uma instituição pública federal. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 90-98, mar. 2019.

SOUZA, M. J. *et al.* Avaliação de sonolência e qualidade de vida de docentes universitários atuantes na área da saúde. **Revista Saúde.com**, Jequié, v. 17, n. 1, p. 2071-2080, maio 2021.

REDDING, C.; HENRY, G. T. Leaving school early: an examination of novice teachers' within- and end-of-year turnover. **American Educational Research Journal**, Thousand Oaks, v. 56, n. 1, ago. 2019.

ANEXO A – APROVAÇÃO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
MINAS GERAIS



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Qualidade de vida e percepção de estresse em docentes de uma instituição de ensino superior

Pesquisador: Vanessa de Almeida

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 73907723.9.0000.5149

Instituição Proponente: Escola de Enfermagem

Patrocinador Principal: Universidade Federal de Minas Gerais

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.538.887

Apresentação do Projeto:

O presente trabalho consiste em um estudo transversal, exploratório e de abordagem quantitativa que será realizada em três unidades de uma instituição ensino superior (IES) privada localizada no Sudeste do país. Não há uma descrição da hipótese do estudo e os participantes da pesquisa serão 164 docentes dos três campi denominados A, B e C.

Será realizado um censo da população de estudo, isto é, serão convidados a participar do estudo todos os 164 docentes. Ficam estabelecidos como critérios de inclusão: ser docente na instituição há pelo menos 24 meses e concordar com a participação mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Em contrapartida, estabeleceu-se enquanto critérios de exclusão docentes que exerçam exclusivamente atividade administrativa e em período de licença - independentemente do tipo, fosse ela licença maternidade, prêmio, entre outras. Para tanto, serão aplicados questionários aos participantes e, de forma presencialmente pelos pesquisadores e com ressalvas descritas no projeto.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo principal da pesquisa: Avaliar a qualidade de vida e estresse entre os docentes do ensino superior em uma instituição privada na região sudeste do Brasil.

Objetivos secundários: a) Comparar o nível de percepção de estresse e qualidade de vida entre docentes da saúde e outras áreas. b) Identificar os fatores determinantes de pior qualidade de vida

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS



Continuação do Parecer: 6.538.887

e maior estresse entre docentes da saúde e de outras áreas do conhecimento.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

As pesquisadoras apresentam enquanto os riscos da participação nesta pesquisa, eventualmente, podem ser desconforto ou constrangimento ao responder o questionário ou sensação de invasão de sua privacidade profissional. Para minimizar tais consequências, o docente poderá interromper ou se retirar da pesquisa, e, para além disso, os pesquisadores garantem que as informações coletadas serão utilizadas exclusivamente para fins científicos, e sendo assegurados o total sigilo e confidencialidade dos dados.

Quanto aos benefícios, as pesquisadoras descrevem que o estudo não traz benefícios diretos aos docentes voluntários, entretanto, estima-se a identificação dos fatores estressores e que agravam a percepção de QV, inclusive, àqueles inerentes ao âmbito de trabalho e, assim, contribuir para melhorias de Qualidade de Vida (QV) e Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), estimular a adoção de ações para promover a saúde e bem estar da categoria docente universitária.

Após a primeira avaliação, a pesquisadora inseriu a seguinte informação no TCLE quanto aos riscos:

"Os baixos índices de qualidade de vida, qualidade de vida no trabalho (QVT), bem como, a elevação da percepção de estresse, podem gerar repercussões na saúde física e emocional do indivíduo, como, por exemplo, favorecer o surgimento de diabetes tipo 2, da síndrome metabólica, distúrbios do sono, hipertensão, enfermidades psicossomáticas como a síndrome de burnout, uso de substâncias psicoativas, além de queda na produtividade, absenteísmo, insatisfação laboral. Pode, ainda, promover efeitos socioeconômicos ao Estado, aos empregados e empregadores, estimular a queda na produtividade, despesas com tratamento médico, licença laboral e aposentadoria.

Nesse sentido, os docentes identificados com QV e QVT muito baixas ou um estresse elevado serão encaminhados para a unidade básica de saúde UBS Sandoval De Azevedo, localizada R. Montevideu, nº 172 - Industrial, Contagem - MG, 32230-180, onde estes profissionais serão avaliados por um profissional e encaminhados aos serviços necessários dentro da rede. Uma segunda possibilidade ofertada aos docentes será a avaliação no plantão Psicológico da UFMG, às quintas-feiras de 8h às 15h, localizado à Av. Presidente Antônio Carlos, 6627, Belo Horizonte, MG, na sala 2066, FAFICH (2ª andar)."

Desse modo, os apontamentos realizados foram atendidos, com as alterações no TCLE.

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS



Continuação do Parecer: 6.538.887

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A presente pesquisa é decorrente de um projeto de dissertação de mestrado do Programa de Pósgraduação de Mestrado Profissional em Gestão em Saúde. O projeto será realizado pelas próprias pesquisadoras. Frente ao TCLE e ao projeto, destaca-se que as pesquisadoras adequaram os itens que foram apontados no primeiro parecer, com apenas a exceção de não ser inserido o campo para as rubricas dos participantes em cada folha do TCLE, além de identificar corretamente o número das páginas do TCLE.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Foram apresentado os seguintes documentos na Plataforma Brasil:

- 1) TCLE (ajustado);
- 2) Folha de rosto assinada pela diretoria da unidade;
- 3) Parecer favorável do departamento para o projeto;
- 4) Projeto completo (ajustado);
- 5) Anuências;
- 6) Cronograma (ajustado) e orçamento;
- 7) Carta resposta ao CEP;

Recomendações:

- 1) Inserido o campo para as rubricas dos participantes em cada folha do TCLE,
- 2) Identificar corretamente o número das páginas do TCLE

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

- Realizar a inclusão do risco de detecção de uma baixa QV e QVT; assim como uma elevada "taxa" de estresse e quais medidas serão feitas frente esses participantes de maior vulnerabilidade;

PENDÊNCIA RESOLVIDA

- Inserir a informação da indenização pelos danos decorrentes da pesquisa, nos termos da Lei; bem como inserir o campo das rubricas em todas as folhas do TCLE;

PENDÊNCIA PARCIALMENTE RESOLVIDA;

- Descrever de forma clara a quem compreende a responsabilidade do esclarecimento das dúvidas do projeto (pesquisadoras) e dos aspectos éticos da pesquisa (CEP);

PENDÊNCIA RESOLVIA

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS



Continuação do Parecer: 6.538.887

- Ajustar o cronograma para atender as recomendações e alterações do projeto propostas pelo CEP.

PENDÊNCIA RESOLVIDA

Itens com recomendações:

- 1) Inserir o campo para as rubricas dos participantes em cada folha do TCLE,
- 2) Identificar corretamente o número das páginas do TCLE;

Conforme as considerações apresentadas, sou, S.M.J., favorável à aprovação do projeto

Considerações Finais a critério do CEP:

Tendo em vista a legislação vigente (Resolução CNS 466/12), o CEP-UFMG recomenda aos Pesquisadores: comunicar toda e qualquer alteração do projeto e do termo de consentimento via emenda na Plataforma Brasil, informar imediatamente qualquer evento adverso ocorrido durante o desenvolvimento da pesquisa (via documental encaminhada em papel), apresentar na forma de notificação relatórios parciais do andamento do mesmo a cada 06 (seis) meses e ao término da pesquisa encaminhar a este Comitê um sumário dos resultados do projeto (relatório final).

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2204012.pdf	18/11/2023 07:11:19		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Detalhado_Brochura_Pesquisador.pdf	18/11/2023 07:11:06	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	17/11/2023 06:13:20	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Outros	Carta_resposta.pdf	17/11/2023 06:06:43	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	17/11/2023 06:02:13	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Brochura Pesquisa	Brochura_Pesquisador.pdf	17/11/2023 06:02:00	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE
MINAS GERAIS**



Continuação do Parecer: 6.538.887

Folha de Rosto	Folha_de_Rosto.pdf	30/08/2023 21:50:18	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Parecer Anterior	Parecer_24_2023_GES.pdf	30/08/2023 21:49:34	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	ANUENCIA.pdf	29/08/2023 19:06:25	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Declaração de Pesquisadores	RESPONSABILIDADE_PESQUISADOR ES.pdf	29/08/2023 19:04:01	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO_LETICIA_DE_O_ROCH A.pdf	29/08/2023 19:01:38	Leticia de Oliveira Rocha	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BELO HORIZONTE, 28 de Novembro de 2023

**Assinado por:
Corinne Davis Rodrigues
(Coordenador(a))**

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

ANEXO B – THE WORLD HEALTH ORGANIZATION QUALITY OF LIFE – WHOQOL-BREF

Instruções

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Por favor responda a todas as questões. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha. Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as duas últimas semanas. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nestas últimas duas semanas. Portanto, você deve circular o número 4 se você recebeu "muito" apoio como abaixo.

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número 1 se você não recebeu "nada" de apoio. Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem boa	boa	muito boa
1	Como você avaliaria sua qualidade de vida?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
2	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	1	2	3	4	5

As questões seguintes são sobre **o quanto** você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?	1	2	3	4	5
4	O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?	1	2	3	4	5
5	O quanto você aproveita a vida?	1	2	3	4	5
6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	1	2	3	4	5
7	O quanto você consegue se concentrar?	1	2	3	4	5
8	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	1	2	3	4	5
9	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão completamente** você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	médio	muito	completamente
10	Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
11	Você é capaz de aceitar sua aparência física?	1	2	3	4	5
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	1	2	3	4	5
13	Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
14	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão bem ou satisfeito** você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem bom	bom	muito bom
15	Quão bem você é capaz de se locomover?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	Muito satisfeito
16	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?	1	2	3	4	5
17	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
18	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	1	2	3	4	5
19	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
20	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
21	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	1	2	3	4	5
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	1	2	3	4	5
23	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
24	Quão satisfeito(a) você está com o	1	2	3	4	5

	seu acesso aos serviços de saúde?					
25	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a **com que frequência** você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.

		nunca	Algumas vezes	frequentemente	muito frequentemente	sempre
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	1	2	3	4	5

ANEXO C – ESCALA DE PERCEPÇÃO DE ESTRESSE-10 (EPS-10)

As questões nesta escala perguntam a respeito dos seus sentimentos e pensamentos durante os últimos 30 dias (último mês). Em cada questão indique a frequência com que você se sentiu ou pensou a respeito da situação.

1. Com que frequência você ficou aborrecido por causa de algo que aconteceu inesperadamente? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
2. Com que frequência você sentiu que foi incapaz de controlar coisas importantes na sua vida? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
3. Com que frequência você esteve nervoso ou estressado? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
4. Com que frequência você esteve confiante em sua capacidade de lidar com seus problemas pessoais? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
5. Com que frequência você sentiu que as coisas aconteceram da maneira que você esperava? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
6. Com que frequência você achou que não conseguiria lidar com todas as coisas que tinha por fazer? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
7. Com que frequência você foi capaz de controlar irritações na sua vida? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
8. Com que frequência você sentiu que todos os aspectos de sua vida estavam sob controle? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
9. Com que frequência você esteve bravo por causa de coisas que estiveram fora de seu controle? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente
10. Com que frequência você sentiu que os problemas acumularam tanto que você não conseguiria resolvê-los? (considere os últimos 30 dias)
[0].Nunca [1].Quase Nunca [2].Às Vezes [3].Pouco Frequente [4] Muito Frequente

ANEXO D – CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA IPAQ



CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA IPAQ

1. MUITO ATIVO: aquele que cumpriu as recomendações de:

- a) VIGOROSA: ≥ 5 dias/sem e ≥ 30 minutos por sessão
- b) VIGOROSA: ≥ 3 dias/sem e ≥ 20 minutos por sessão + MODERADA e/ou CAMINHADA: ≥ 5 dias/sem e ≥ 30 minutos por sessão.

2. ATIVO: aquele que cumpriu as recomendações de:

- a) VIGOROSA: ≥ 3 dias/sem e ≥ 20 minutos por sessão; **ou**
- b) MODERADA ou CAMINHADA: ≥ 5 dias/sem e ≥ 30 minutos por sessão; ou
- c) Qualquer atividade somada: ≥ 5 dias/sem e ≥ 150 minutos/sem (caminhada + moderada + vigorosa).

3. IRREGULARMENTE ATIVO: aquele que realiza atividade física porém insuficiente para ser classificado como ativo pois não cumpre as recomendações quanto à frequência ou duração. Para realizar essa classificação soma-se a frequência e a duração dos diferentes tipos de atividades (caminhada + moderada + vigorosa). Este grupo foi dividido em dois sub-grupos de acordo com o cumprimento ou não de alguns dos critérios de recomendação:

IRREGULARMENTE ATIVO A: aquele que atinge pelo menos um dos critérios da recomendação quanto à frequência ou quanto à duração da atividade:

- a) Frequência: 5 dias /semana **ou**
- b) Duração: 150 min / semana

IRREGULARMENTE ATIVO B: aquele que não atingiu nenhum dos critérios da recomendação quanto à frequência nem quanto à duração.

4. SEDENTÁRIO: aquele que não realizou nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana.

Exemplos:

Indivíduos	Caminhada		Moderada		Vigorosa		Classificação
	F	D	F	D	F	D	
1	-	-	-	-	-	-	Sedentário
2	4	20	1	30	-	-	Irregularmente Ativo A
3	3	30	-	-	-	-	Irregularmente Ativo B
4	3	20	3	20	1	30	Ativo
5	5	45	-	-	-	-	Ativo
6	3	30	3	30	3	20	Muito Ativo
7	-	-	-	-	5	30	Muito Ativo

F = Frequência – D = Duração