



UNIVERSIDADE
ESTADUAL DE LONDRINA

MAYNARA FERNANDA CARVALHO BARRETO

***BURNOUT E WORKAHOLISM EM DOCENTES DE
PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU
EM LETRAS LINGUÍSTICA***

Londrina
2020

MAYNARA FERNANDA CARVALHO BARRETO

***BURNOUT E WORKAHOLISM EM DOCENTES DE
PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU
EM LETRAS LINGUÍSTICA***

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina (UEL), como requisito parcial à obtenção do título de Doutora em Enfermagem.

Orientador: Profa. Dra. Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad.

Coorientador: Dra. Maria José Quina Galdino.

Londrina
2020

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UEL

Barreto, Maynara Fernanda Carvalho.

Burnout e workaholism em docentes de pós-graduação stricto sensu em Letras Linguística / Maynara Fernanda Carvalho Barreto. - Londrina, 2020. 109 f.

Orientador: Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad.

Coorientador: Maria José Quina Galdino.

Tese (Doutorado em Enfermagem) - Universidade Estadual de Londrina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, 2020.

Inclui bibliografia.

1. Saúde do trabalhador - Tese. 2. Esgotamento profissional - Tese. 3. Workaholism - Tese. 4. Docentes de pós-graduação - Tese. I. Haddad, Maria do Carmo Fernandez Lourenço. II. Galdino, Maria José Quina. III. Universidade Estadual de Londrina. Centro de Ciências da Saúde. Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. IV. Título.

CDU 616-083

MAYNARA FERNANDA CARVALHO BARRETO

***BURNOUT E WORKAHOLISM EM DOCENTES DE
PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU
EM LETRAS LINGUÍSTICA***

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina (UEL), como requisito parcial à obtenção do título de Doutora em Enfermagem.

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Dra. Maria do Carmo
Fernandez Lourenço Haddad
Universidade Estadual de Londrina-PR

Profa. Dra. Maria José Quina Galdino
Universidade Estadual do Norte do Paraná -
PR

Profa. Dra. Júlia Trevisan Martins
Universidade Estadual de Londrina - PR

Prof. Dr. Frederico Augusto Garcia Fernandes
Universidade Estadual de Londrina - PR

Profa. Dra. Maria Helena Palucci Marziale
Universidade de São Paulo - SP

Profa. Dra. Sônia Silva Marcon
Universidade Estadual de Maringá - PR

Londrina, 16 de novembro de 2020.

DEDICATÓRIA

Ao autor da minha vida, **Deus**, por ter arquitetado uma trajetória pessoal e profissional tão incrível alinhada milimetricamente aos propósitos eternos e por estar presente em qualquer e todo lugar.

Aos meus pais, **Alaide Carvalho de Lima Barreto e Galaomilyd Silveira Barreto**, pelas orações, incentivo e apoio incondicional em minha formação pessoal e profissional. Vocês são os meus maiores exemplos.

Ao meu irmão, **Marcos Felipe Carvalho Barreto**, pela referência que é para mim, pelo apoio à distância e ombro amigo.

À minha orientadora, **Dra. Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad**, pela pessoa que é, por seus ensinamentos e habilidades que possui, em ser um instrumento de Deus utilizado para me conduzir em busca contínua do conhecimento com autonomia, cientificidade e paciência pedagógica.

AGRADECIMENTOS

À **Deus**, o perfeito arquiteto de toda a criação e tudo o que nela há. Sem a doce companhia dele eu nada seria e não poderia desenvolver e executar o que me fora atribuído para desempenhar. Os propósitos dEle são reais e profundos. Existe uma beleza em cada desafio trilhado com cuidado e crescimento.

Aos meus pais, **Alaide Carvalho de Lima Barreto e Galaomilyd Silveira Barreto**, ao meu irmão e cunhada, **Marcos Felipe Carvalho Barreto e Thamara Emanuelle Calçado**, por serem o meu alicerce e exemplos. Obrigada pela constante paciência, ensinamentos e por acreditarem em meu potencial.

À minha orientadora, Dra. **Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad**, pelos ensinamentos e sabedoria na condução da execução desta pesquisa. Para além da pesquisa e objetivos científicos, agradeço pela pessoa que a do Carmo é e representa em minha vida, levarei os ensinamentos apreendidos para todas as áreas da vida. Certamente, a nossa relação se consolidou com o tempo e possui um laço de amizade que lembrarei sempre com carinho e apreço. Para finalizar, como bem diria Isaac Newton “gigantes são os Mestres, nos ombros dos quais eu me elevei”. Parafraçando, eu diria que Deus elege algumas pessoas para nos abençoar em nossa caminhada.

À Dra. **Maria José Quina Galdino**, parceira profissional, co-orientadora e, sobretudo, amiga, por ter contribuído significativamente no desenvolvimento deste estudo e por nos apoiar cuidadosamente em cada etapa deste processo. Saiba que você representa o cuidado do Senhor em cada ciclo que iniciou e encerrou durante o mestrado e o doutorado. É uma honra e grande satisfação tê-la como parceira nesta caminhada. Ainda testemunharemos outras conquistas profissionais (e pessoais).

Aos membros da **Banca Examinadora**, Dra. Júlia Trevisan Martins, Dr. Frederico Augusto Garcia Fernandes, Dra. Maria Helena Palucci Marziale, Dra. Sônia Silva Marcon, e suplentes, Dra. Laura Misue Matsuda e Dra. Rosemeri Passos Baltazar por terem aceitado o convite para realizar a avaliação de meu trabalho e

desempenho acadêmico. Muito obrigada! A escolha de cada um de vocês ocorreu a partir da minha admiração e exemplo profissional.

À **Associação Nacional de Pós Graduação e Pesquisa em Letras e Linguística (ANPOLL)**, representada pelo presidente professor Dr. **Frederico Augusto Garcia Fernandes**, e também uma das professoras que acompanharam o desenvolvimento desta pesquisa, Dra. **Rosemeri Passos Baltazar Machado** por compreenderem a importância do tema para os professores que atuam nos programas de pós graduação do Brasil, investirem e acreditarem na realização desta pesquisa. Os resultados que estão aqui mostrados só foram possíveis graças ao apoio de vocês.

Aos **desenvolvedores da plataforma de coleta de dados, Mubble Forms**, por executarem o que idealizamos e pela atenção e cuidado que tiveram em cada solicitação.

Ao **Núcleo de Estudos e Pesquisa em Gerenciamento de Serviços de Enfermagem (NEPGESE)**, coordenado pela Dra. Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad, pela parceria e trabalhos desenvolvidos durante este período. Foi uma honra caminhar com vocês e ter tido a oportunidade de ser a secretária deste grupo.

Aos membros que compuseram o Programa de Pós Graduação em Enfermagem desde 2016, por todo aprendizado e conhecimento compartilhados. Sou grata pela vida de cada um e possuo um apreço pela trajetória de cada pessoa que conheci nesta jornada. Aos laços de amizade que também se fortaleceram por meio das atividades do doutorado, meu muito obrigada.

Aos **meus amigos e parceiros da caminhada científica, laboral, cristã e do dia-a-dia**, o meu muito obrigada pelas palavras de incentivo e por me estimularem a buscar o melhor pessoalmente e, conseqüentemente, profissionalmente.

“Nenhuma alta sabedoria pode ser atingida sem uma dose de sacrifício. Mas a ideia de que o sacrificado deva ser eu mesmo é completamente ridícula. É como pedir a um general para lutar como um soldado raso. Suponhamos que eu morresse... Que seria do trabalho de toda minha vida?”

(As crônicas de Nárnia – C. S. Lewis)

BARRETO, Maynara Fernanda Carvalho. ***Burnout e workaholism em docentes de pós-graduação stricto sensu em letras linguística***. 2020. 109 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2020.

RESUMO

A pesquisa teve como objetivos analisar os fatores associados às dimensões da síndrome de *burnout* e a associação entre as dimensões trabalho excessivo e trabalho compulsivo do *workaholism* com as dimensões da síndrome de *burnout*. Trata-se de uma pesquisa transversal realizada com docentes vinculados à 155 Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Letras e Linguística do Brasil reconhecidos pela CAPES. A coleta de dados ocorreu entre fevereiro a agosto de 2019 por meio de um questionário *online* composto por variáveis sociodemográficas, ocupacionais, de hábitos de vida e as escalas *Maslach Burnout InventoryTM - Human Services Survey* para avaliar os níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional e *Dutch Work Addiction Scale* para avaliar os níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo. Utilizou-se a estatística descritiva, análises univariadas e modelos múltiplos de regressão logística, apresentados em *odds ratio* (OR) brutos e ajustados com intervalos de confiança de 95%. Os resultados mostraram que docentes com chance aumentada para exaustão emocional e despersonalização referiram usar medicamentos em razão da atividade laboral. A influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, o pensamento em deixar o programa e possuir mais ou igual a três artigos científicos em elaboração apresentaram chances aumentadas para a exaustão emocional e, realizar mais de nove horas semanais na graduação à baixa realização profissional. Possuir relacionamento conjugal, satisfação com a saúde e trabalho, possuir pós-doutorado, autonomia e bom relacionamento interpessoal com os docentes do programa apresentaram chances reduzidas de exaustão emocional. Chances reduzidas de despersonalização ocorreu com os que referiram estar satisfeito com o trabalho, possuir bom relacionamento interpessoal com orientandos e docentes e receber bolsa produtividade. Estar satisfeito com o trabalho e programa de atuação, bom relacionamento com orientandos e docentes e apresentar mais de três livros e/ou capítulos publicados no último ano reduziram os níveis de baixa realização profissional. Docentes com alto nível de trabalho excessivo (29,40%) apresentaram 2,754 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,076 vezes a chance de despersonalização alta. Quanto aos docentes com alto nível de trabalho compulsivo (8,03%), estes apresentaram 4,876 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,972 vezes a chance de despersonalização alta. Não foi identificada associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com a baixa realização profissional. Concluiu-se que a síndrome de *burnout* está associada às variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida dos docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística, bem como os maiores níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo do *workaholism* estão diretamente associados à exaustão emocional e despersonalização da síndrome de *burnout* entre os participantes deste estudo.

Descritores: nível de saúde; condições de trabalho; saúde do trabalhador; esgotamento profissional; docentes; educação de pós-graduação.

Palavras-chave: workaholism; trabalho excessivo; trabalho compulsivo.

BARRETO, Maynara Fernanda Carvalho. **Burnout and workaholism in faculty members of stricto sensu postgraduate programs in languages and linguistic.** 2020. 109 f. Thesis (Doctorate in Nursing) – State University of Londrina, Londrina, 2020.

ABSTRACT

The research aims to analyze the factors associated with the dimensions of the burnout syndrome as well the association between excessive work and compulsive work of workaholism with the dimensions of the burnout syndrome. This is a cross-sectional study conducted with faculty members of 155 *stricto sensu* postgraduate programs in Languages and Linguistic in Brazil recommended or acknowledged by CAPES. The data collection took place from february to august of 2019 through an online questionnaire composed by sociodemographic, occupational, and lifestyle variables along with Maslach Burnout Inventory™ - Human Services Survey scales to evaluate the levels of emotional exhaustion, depersonalization, and low professional achievement as well Dutch Work Addiction Scale to evaluate the level of excessive work and compulsive work. It was used a descriptive statistic, univariate analysis, and multiple models of logistic regression presented in crude and adjusted odds ratio (OR) with confidence interval of 95%. The results show that teachers with an increase chance for emotional exhaustion and depersonalization reported using medications in virtue of labor activity. The negative influence of pace and intensity of work in personal life, the thought of leaving the program and having to elaborate three or more scientific papers led to higher chances of emotional exhaustion and execute more than nine hours per week in the program led to low levels of professional achievement. Having conjugal relationship, satisfaction with health and work, getting a post-doctorate, autonomy, and good interpersonal relationship with faculty members of the program resulted in lower chances of emotional exhaustion. Reduced chances of depersonalization occurred with those referred as being satisfied with work, having good interpersonal relationship with research students and faculty members of the program, and receiving productivity grants. Being satisfied with work and program, good relationship with research students and faculty members, and having more than three books and/or chapters published within the last year reduced the levels of low professional achievement. Faculty members with high level of excessive work (29,40%) presented 2.754 times ($p=0.001$) the chance of high emotional exhaustion and 2.076 times ($p=0.003$) the chance of high depersonalization. The faculty members with high levels of compulsive work (8,03%) presented 4.876 times ($p=0.001$) the chance of high emotional exhaustion and 2.972 times the chance of high depersonalization ($p=0.003$). It was not identified an association between excessive work and compulsive work with lower levels of professional achievement. It was concluded that the burnout syndrome is associated with sociodemographic, occupational, and lifestyle variables of faculty members of *Stricto Sensu* postgraduate programs in Languages and Linguistic; as well as higher levels of excessive work and compulsive work of workaholism are directly associated with emotional exhaustion and depersonalization of the burnout syndrome among faculty members of *stricto sensu* postgraduate programs in Languages and Linguistic among the participants of this study.

Descriptors: health status; working conditions; occupational health; burnout, professional; faculty; education, graduate.

Key-Words: workaholism; excessive work; compulsive work.

LISTA DE TABELAS

ESTUDO 2

- Tabela 1** - Modelo múltiplo com os fatores associados a exaustão emocional em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística. Brasil, 2020 37
- Tabela 2** - Modelo múltiplo com os fatores associados a despersonalização em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística. Brasil, 2020 38
- Tabela 3** - Modelo múltiplo com os fatores associados a baixa realização profissional em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística. Brasil, 2020 39

ESTUDO 3

- Tabela 1** - Associação das variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida com as dimensões da síndrome de *Burnout* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020 57
- Tabela 2** - Associação das variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida com o trabalho excessivo e compulsivo em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020 59
- Tabela 3** - Associação entre as dimensões da síndrome de *Burnout* e *workaholism* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020 61

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ANPOLL	Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Letras e Linguística
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior
CID	Classificação Internacional de Doenças
DUWAS	<i>Dutch Work Addiction Scale</i>
MBI™-HSS	<i>Maslach Burnout Inventory™ - Human Services Survey</i>
NEPGESE	Núcleo de Estudo e Pesquisa em Gerenciamento de Serviços de Enfermagem
OR	<i>Odds ratio</i>
PPG	Programas de Pós-graduação
PPGLL	Programa de Pós-graduação em Letras e Linguística
SPSS	<i>Statistical Package of Social Sciences</i>
UEL	Universidade Estadual de Londrina

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	14
2	MÉTODOS	23
2.1	TIPO E LOCAL DE PESQUISA.....	23
2.2	POPULAÇÃO E AMOSTRA DE ESTUDO	23
2.3	INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS.....	23
2.4	PROCEDIMENTOS.....	25
2.5	PROCESSAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS.....	25
2.6	PROCEDIMENTOS ÉTICOS NA PESQUISA	26
3	ESTUDO 1	27
3.1	RESUMO	28
3.2	APRESENTAÇÃO	28
4	ESTUDO 2	30
4.1	INTRODUÇÃO.....	32
4.2	MÉTODO	34
4.3	RESULTADOS	36
4.4	DISCUSSÃO.....	39
4.5	CONCLUSÃO.....	45
	REFERENCIAS.....	45
5	ESTUDO 3	50
5.1	INTRODUÇÃO.....	52
5.2	MÉTODO	54
5.3	RESULTADOS	56
5.4	DISCUSSÃO.....	61
5.5	CONCLUSÃO.....	67
	REFERENCIAS.....	67
6	CONCLUSÃO DA TESE	73

REFERÊNCIAS	76
ANEXOS	82
ANEXO A - Parecer Consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humano	83
ANEXO B – Estudo 1 - Condições de Trabalho e Saúde de Docentes de Pós-graduação <i>Stricto Sensu</i> de Letras e Linguística	88
ANEXO C – Questionário Sobre as Condições de Saúde e Trabalho de Docentes de Mestrado e Doutorado.....	97
ANEXO D - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Docentes	108

1 INTRODUÇÃO

1 INTRODUÇÃO

O docente e seu papel intelectual relacionado à produção de conhecimento e de formação de profissionais de alto nível, fixa-se em uma posição central da divisão social do trabalho (COSTA, 2016). Para este trabalhador, a identidade profissional é formada pela dinâmica entre professor, o seu ser social e sua prática laboral na sociedade a partir de fatores sociais, políticos, culturais, históricos e éticos (SILVA; SANTOS, 2018).

Entretanto, considerando que o trabalho é um dos fatores para a formação da identidade profissional (CHEUNG et al., 2018) e, conseqüentemente, de bem-estar no trabalho (PIZZIO; KELIN, 2015), a maneira como os docentes se sentem diante da sociedade pode influenciar em sua autoimagem, e pertencimento (COSTA, 2016) que advém do trabalho, das funções desempenhadas e do reconhecimento social (SILVA; SANTOS, 2018).

Na esfera da educação de ensino superior, a organização do trabalho docente envolve funções e atividades relacionadas à pesquisa, ao ensino e à extensão, imprescindíveis para as instituições (COSTA, 2016). A partir do desenvolvimento dessas funções e atividades, a educação de ensino superior, com ênfase nos Programas de Pós-graduação (PPG) *stricto sensu*, se destaca na produção de ciência, tecnologia e inovação (SOUZA et al., 2017).

Nessa perspectiva, é importante reconhecer e valorizar os docentes que atuam nos PPG *stricto sensu* com investimentos, dotação de recursos e infraestrutura adequada para promover o fomento à ciência, tecnologia e inovação uma vez que estes são os principais responsáveis pelo desenvolvimento de pesquisas no Brasil (PARADA; KANSTORSKI; NICHATA, 2020).

Como exemplo, o Brasil foi identificado como o país responsável por publicar mais da metade da produção científica registrada em 2018 na América Latina (BOSI, 2019). O país totalizou 6.935 cursos de pós-graduação *stricto sensu* em julho de 2019 e destes, 3.652 correspondiam a mestrados, 2.401 doutorados, 851 mestrados profissionais e 31 doutorados profissionais (PARADA; KANTORSKI; NICHATA, 2020).

Entre os números apresentados acima, estão os 155 PPG em Letras e Linguística (PPGLL). A caracterização da área Letras e Linguística ou Linguística e Literatura de acordo com a nova reformulação da Coordenação de Aperfeiçoamento

de Pessoal de Ensino Superior (CAPES), os programas "abordam estudos literários, linguísticos e interdisciplinares, cujo enfoque crítico-teórico, descritivo e analítico tem como objetivo de análise a língua e a literatura em seus mais variados escopos" (BRASIL, 2016).

Os PPGLL reúnem cursos com perfis delineados e diferenciados entre si e aumentou quantitativamente na década de 2010, expandindo sua atuação para todas as regiões brasileiras, como por exemplo, a região Norte. Ressalta-se que, em nível nacional, estes programas se organizam a partir do quadro docente que possuem, principalmente os de notas mais menores, que, por sua vez, têm número restrito de docentes (BRASIL, 2016).

Por mais que sejam responsáveis por produzir um amplo conhecimento científico atrelado à uma diversidade de saberes, possuem uma luta no seu reconhecimento enquanto ciência e sua relevância na compreensão de múltiplas dimensões, da vida e da natureza humana, bem como estudar as culturas, linguagens e línguas (FERNANDES, 2020).

Em relação ao trabalho docente na área de Letras e Linguística, as atividades e funções desenvolvidas se relacionam às de graduação, bem como dos PPGLL, por meio do ensino, pesquisa e extensão. A CAPES recomenda a um professor de pós-graduação *stricto sensu* atividades relacionadas à ministração de aulas nas disciplinas dos programas, o desenvolvimento de pesquisas e captação de recursos nas agências de fomento, lideranças de grupo de pesquisa, orientação de doutorados e/ou mestrados, a participação de estudantes de outros níveis de formação em trabalhos de conclusão de curso e iniciação científica; elaboração de artigos científicos, emissão de pareceres a periódicos científicos em que é revisor, atuação em atividades administrativas e de ensino na graduação, entre outras atividades (BRASIL, 2016).

Destaca-se que os PPGLL possuem como uma das suas recomendações prioritárias o processo de internacionalização de todos os seus programas, em que os docentes possuem objetivos relacionados ao estabelecimento de cooperação com instituições e grupos de pesquisa no exterior, consolidação de acordos de cooperação, obtenção de financiamento nacional e internacional, participação em instituições do exterior para proferir conferencias ou atividades similares, cursos e seminários, entre outras atividades de cooperação internacional (BRASIL, 2020b).

Embora as características do trabalho sejam diferentes em instituições privadas e públicas (OLIVEIRA; PEREIRA; LIMA, 2017), destaca-se que as exigências de avaliação em relação aos PPG pela CAPES, órgão governamental regulador da pós-graduação no Brasil, são únicas para a área (BRASIL, 2016).

Em relação ao modelo de avaliação dos PPG *stricto sensu* realizado pela CAPES, a competição que emerge a partir dos critérios exigidos para o desempenho dos cursos de mestrado e doutorado, permanência ou desligamento dos docentes nos programas, é um dos principais fatores de questionamentos por parte dos docentes em relação ao seu sentimento de pertencimento a estes PPG (SOUZA et al., 2017).

Defende-se que os questionamentos, em grande medida, advêm dos padrões preestabelecidos pela CAPES e modelo de avaliação do trabalho docente e sua produção em que os PPG buscam atingir os padrões de excelência propostos, perante o envolvimento dos docentes no cumprimento das metas da área de conhecimento a qual pertencem e a constituição histórica que permeia as instituições de ensino superior (VIEIRA; ARRUDA, 2016).

No caso da área de Letras e Linguística, apesar de existir métricas para avaliação da área, destaca-se a exclusão de temas das humanidades nas políticas públicas de financiamento e sua constituição histórica marcada pela escassez de apoio por agências de fomento, recebimento de menores recursos e incentivo à pesquisa quando comparada às áreas que constituem as Ciências Humanas e a necessidade de combater o produtivismo na pós-graduação e seus efeitos sobre a política científica brasileira (FERNANDES, 2020; CENTRO DE GESTÃO E ESTUDOS ESTRATÉGICOS, 2020).

Para Costa (2016), a constituição histórica do trabalho docente exige a compreensão das condições da produção científica no ensino superior, assim como se apresentam no modo de produção capitalista. Nesse caso, o gerenciamento e o incentivo ao trabalho docente apresentam-se como um desafio devido à intensificação, sobrecarga de trabalho e produtivismo acadêmico (SOUZA et al., 2017) necessários para atender os critérios de avaliação de cursos de PPG tanto para as instituições públicas como para as privadas.

Docentes vinculados a PPG apresentam um intenso ritmo de produção acadêmica, sobretudo em relação à publicação de artigos científicos, sob o risco de serem pouco valorizados ou até mesmo excluídos do quadro de docentes

permanentes dos programas (SOUZA et al., 2017). Por outro lado, o aumento da sobrecarga de trabalho é caracterizado pela extensão da jornada laboral para que os docentes possam cumprir os seus prazos e atividades científicas propostas. No entanto, isso implica em menor disponibilidade de tempo para o lazer e repouso (OLIVEIRA; PEREIRA; LIMA, 2017).

Outro fator a ser considerado no processo de trabalho docente é o relacionamento interpessoal (GALDINO et al., 2020). Existe uma relação ambivalente entre o aluno e o professor caracterizado por sentimentos de prazer e sofrimento, satisfação do trabalhador e descontentamento a partir das expectativas que são colocadas de ambas as partes, suas relações e experiências interpessoais (SOUZA et al., 2018).

Para além desta relação, observa-se que as condições organizacionais nem sempre propiciam um espaço adequado para a realização das atividades científicas exigidas pois, muitas vezes, o seu processo de trabalho ocorre de uma forma racionalizada e comprometida com os resultados e metas capitalistas (VIEIRA; ARRUDA, 2016), podendo resultar na alienação do trabalho. Para Costa (2016), este fenômeno ocorre a partir da avaliação numérica de aspectos não mensuráveis, como a qualidade das atividades realizadas.

Atualmente, o método de avaliação dos PPG *stricto sensu* tem sido discutido. A CAPES aprovou uma nova ficha de avaliação a ser utilizada na quadrienal 2017-2020, com redução no número de quesitos e itens de avaliação, afim de propor um foco na qualidade da formação de mestres e doutores, discriminação da qualidade dos programas, ênfase na avaliação de resultados, valorização do protagonismo das áreas na construção de indicadores adequados a cada modalidade. Assim, destaca-se a importância do planejamento dos PPG, seu impacto social e o foco nos egressos como possível forma de avaliação qualitativa de seus resultados (PARADA; KANTORSKI; NICHATA, 2020).

Em contrapartida, observa-se que as principais dificuldades encontradas no processo de trabalho docente, tais como problemas na infraestrutura do ambiente ocupacional, relações socioprofissionais inadequadas, sobrecarga de trabalho, burocracia no fluxo de processos e serviços administrativos, constituem-se em fatores que podem influenciar nas condições de saúde, com destaque para a saúde mental, bem como intensificar o estresse ocupacional e sentimentos de sofrimento dos docentes (TUNDIS et al., 2018).

O estresse ocupacional constitui-se por um conjunto de manifestações físicas e psíquicas com potencial desequilíbrio na saúde do trabalhador e está associado aos aspectos organizacionais, da gestão, das condições e da qualidade das relações interpessoais no trabalho (RIBEIRO et al., 2018). No caso do trabalho docente, o ambiente laboral é caracterizado pela complexidade das atividades desenvolvidas, tensão emocional, atribuições pedagógicas e administrativas, cansaço físico e mental que podem interferir negativamente no ambiente educacional (FERNANDES; VANDENBERGUE, 2018).

Ressalta-se que o processo de trabalho docente pode resultar em problemas de saúde mental como as doenças psicossomáticas, os sinais e sintomas como exaustão, fadiga, dor de cabeça, estresse ocasionado por fatores físicos, químicos ou ergonômicos (SCHEUCH; HAUFE; SEIBT, 2015). Como exemplos, cita-se a síndrome de *burnout* em professores considerada como um problema social relevante (HAN et al., 2019; SOUZA et al., 2017), bem como o trabalho excessivo e trabalho compulsivo denominado de *workaholism* (DE ALMEIDA et al., 2020; AMARO; DUMITH, 2018; NIE; SUN, 2016).

O termo *burnout* possui origem inglesa que significa “queimar-se por completo”. Constitui-se da junção de *burn* (queima) e *out* (exterior), representando um conjunto de sinais e sintomas de esgotamento do indivíduo resultante de estressores emocionais interpessoais crônicos no trabalho. Estima-se que em a cada 10 trabalhadores podem sofrer estresse crônico, ansiedade, síndrome de *burnout* ou depressão (PUERTAS-MOLERO et al., 2018).

O *burnout* representa um problema social a partir dos fatores estruturais e funcionais dos ambientes de trabalho onde, na inexistência do reconhecimento conjunto do lado humano, natureza do trabalho e das pessoas, pode aumentar o risco de esgotamento profissional. De acordo com o referencial teórico metodológico mais adotado globalmente, sob a perspectiva social-psicológica, a síndrome evidencia-se por um modelo tridimensional: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (MASLACH; LEITER, 2016).

A dimensão exaustão emocional corresponde a uma resposta identificada a partir da redução de recursos físicos e emocionais do trabalhador caracterizada pelo sentimento de sobrecarga, esgotamento emocional, sensação de fadiga crônica, falta de energia para a realização das atividades do trabalho, irritabilidade excessiva, incapacidade de relaxamento e de recuperação do equilíbrio homeostático

(MASLACH; LEITER, 2016). Essa dimensão refere-se à primeira fase e o fator principal da síndrome de *burnout* (CAO; SHANG; MENG, 2020).

A dimensão despersonalização representa os desajustes relacionados ao contexto interpessoal do *burnout* e quando presente, os trabalhadores referem insensibilidade em suas relações interpessoais, desapego excessivo e distanciamento a vários aspectos relacionados ao trabalho, adoção de comportamentos e atitudes insensíveis, frieza nos relacionamentos do trabalho e redução no desempenho das atividades ocupacionais (MASLACH; LEITER, 2016).

A dimensão baixa realização profissional, também denominada ineficácia profissional, corresponde ao componente de autoavaliação do *burnout* uma vez que o fenômeno inclui variáveis cognitivas-atitudeis como a diminuição da realização pessoal no trabalho (MASLACH; LEITER, 2016). Nessa dimensão o trabalhador apresenta uma tendência de se autoavaliar negativamente apresentando baixa autoestima, infelicidade, insuficiência, insatisfação com as atividades que realiza, frustração pessoal e profissional (DIEHL; CARLOTTO, 2020).

Ressalta-se que o desenvolvimento do *burnout* e níveis apresentados, em professores, varia conforme o nível de ensino e tipo de instituição em que estes atuam (DIEHL; CARLOTTO, 2020) e pode ser ocasionado por fatores com influência negativa na vida e adoecimento físico e mental de trabalhadores como o *workaholism*.

O *workaholism* é considerado um fenômeno crescente de vício ou dependência psicológica de um indivíduo ao seu trabalho, com desenvolvimento crônico, constituído por duas dimensões denominadas de trabalho excessivo e trabalho compulsivo associadas à variáveis ocupacionais e individuais (CARLOTTO et al., 2014; AZEVEDO; MATHIAS, 2017; SPAGNOLI et al., 2019). Quando presente, o trabalhador apresenta uma preocupação excessiva com o trabalho, incentivado por uma motivação sem controle, maior tempo e esforço investidos nas atividades laborais (ANDREASSEN; PALLESEN; TORSHEIM, 2018; LICHTENSTEIN et al., 2019).

No caso do trabalho docente, ressalta-se que o *workaholism* e os altos níveis de exigências frente às complexas atividades desempenhadas pelos educadores, podem favorecer o desenvolvimento da síndrome de *burnout* (HAMIDIZADEH;

KOOLIVAND; HAJKARIMI, 2014; HELYINNANEN; TOLVANEN; SALMELA-ARO, 2014).

A partir dos conceitos apresentados, considerando que a saúde mental e as dimensões psicoafetiva e cognitiva foram identificadas como condições essenciais para o bom desempenho do trabalho docente (SOUZA et al., 2017), observou-se uma lacuna de conhecimento em relação à síndrome de *burnout*, *workaholism*, fatores associados e associação entre estas condições de saúde, sobretudo em docentes de cursos de mestrado e doutorado, alinhada à Agenda Nacional de Prioridades de Pesquisa do Ministério da Saúde, no eixo denominado “Ambiente, trabalho e saúde” (BRASIL, 2018).

Diante do exposto, o interesse em pesquisar sobre as condições de trabalho e saúde de docentes vinculados aos PPG na área de Letras e Linguística originou dos estudos realizados pelos membros do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Gerenciamento de Serviços de Enfermagem (NEPGESE) a partir do projeto de pesquisa intitulado “As condições de saúde e trabalho de docentes de mestrado e doutorado”, Parecer nº. 2.347.839, CAAE: 79006017.0.0000.5231 (Anexo A).

A partir dos resultados e repercussões das respectivas investigações, os coordenadores da Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Letras e Linguística (ANPOLL) entraram em contato com a coordenação do NEPGESE apresentando a necessidade de pesquisar as condições de trabalho e de saúde dos docentes que atuam nos 155 PPG em Letras e Linguística do Brasil reconhecidos pela CAPES.

Destaca-se nesta oportunidade, a responsabilidade da enfermagem no desenvolvimento de investigações que envolvam profissionais de diferentes campos de atuação e área de conhecimento, condições de trabalho e saúde apresentadas por estes trabalhadores.

Após firmado o apoio entre os pesquisadores do NEPGESE e a ANPOLL, o desenvolvimento da presente Tese ocorreu a partir das seguintes perguntas de investigação:

- Quais os fatores associados à síndrome de *burnout* em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística?
- Qual a associação entre a síndrome de *burnout* e o *workaholism* entre docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística?

Em busca à resposta destes questionamentos, defendeu-se as seguintes hipóteses:

- H1: A síndrome de *burnout* está associada às variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida dos docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística.
- H2: Os maiores níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo estão diretamente associados à síndrome de *burnout* entre docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística.

Para responder às perguntas de pesquisa, os resultados desta investigação foram apresentados em três estudos, mostrados no quadro 01.

Quadro 1 – Descrição dos estudos desenvolvidos a partir da investigação denominada Síndrome de *burnout* e *workaholism* entre docentes de mestrado e doutorado de Letras e Linguística. Londrina, Paraná, Brasil, 2020.

Estudos	Objetivo
Estudo 1 Condições de trabalho e saúde de docentes de pós-graduação <i>stricto sensu</i> de Letras e Linguística*	Investigar as condições de trabalho e saúde de docentes de pós-graduação <i>stricto sensu</i> de Letras e Linguística do Brasil.
Estudo 2 Fatores associados ao esgotamento profissional em docentes de pós-graduação <i>stricto sensu</i> em Letras e Linguística	Analisar os fatores associados às dimensões da síndrome de <i>burnout</i> em docentes de pós-graduação <i>stricto sensu</i> em Letras e Linguística do Brasil.
Estudo 3 <i>Workaholism</i> e esgotamento profissional entre docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil	Analisar a associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com as dimensões da síndrome de <i>burnout</i> em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil.

* Publicado em dezembro de 2019 na Revista da Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Letras e Linguística (DOI: <https://doi.org/10.18309/anp.v1i51.1334>) (Anexo B).

2 MÉTODOS

2 MÉTODOS

2.1 TIPO E LOCAL DE PESQUISA

Pesquisa transversal, com abordagem quantitativa realizado com docentes vinculados à 155 Programas de Pós-Graduação Stricto Sensu em Letras e Linguística do Brasil reconhecidos pela CAPES.

2.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA DE ESTUDO

A população do estudo foi constituída por docentes colaboradores e permanentes dos cursos de mestrado e/ou doutorado ofertados pelos PPGLL das cinco regiões brasileiras. Considerou-se como critério de inclusão ser docente vinculado à pelo menos um dos PPGLL no ano de 2018. Definiu-se como critério de exclusão a existência de afastamento do docente por licenças de qualquer natureza no ano de 2018.

Para a identificação dos docentes pertencentes aos 155 PPGLL, foi realizado uma busca manual entre os meses janeiro e abril de 2019 na Plataforma Sucupira, ferramenta para coletar informações, realizar análises e avaliações e uma base de referência do Sistema Nacional de Pós-Graduação do Brasil (BRASIL, 2020a).

Para a coleta das informações referentes aos e-mails de contato de cada docente, realizou-se a busca manual nas páginas eletrônicas de cada programa e foram encaminhados e-mails aos coordenadores dos cursos solicitando as informações que não estavam disponíveis em suas páginas, de forma a complementar as disponíveis nas páginas eletrônicas. Assim, identificou-se um total de 2.270 docentes pertencentes aos PPGLL no ano de 2018.

Para a definição da amostra de estudo, utilizou-se a fórmula $n \geq 50 + (8xm)$ (m: número de variáveis independentes) para testar múltiplas associações (TABACHNICK; FIDELL, 2012). Por meio do cálculo encontrou-se o número mínimo de 370 participantes ($50 + (8 \times 40)$) a partir dos 38 fatores sociodemográficos, relacionados ao trabalho e de hábitos de vida, e às duas dimensões do *workaholism*.

2.3 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

O questionário semiestruturado (GALDINO, 2019) utilizado para a pesquisa possuía variáveis sociodemográficas e ocupacionais para a caracterização dos

participantes (Anexo C). Quanto às escalas utilizadas para identificar a síndrome de *burnout* em potencial, optou-se pelo uso da *Maslach Burnout Inventory*TM - *Human Services Survey* (MBITM-HSS), uma escala de origem americana elaborada por Christina Maslach e Susan Jackson (MASLACH; JACKSON, 1981).

A escala em sua versão original apresenta consistência interna satisfatória em suas três dimensões, apresentando alfa de Cronbach de 0,71 até 0,90 e os coeficientes de teste-reteste de 0,60 a 0,80 (MASLACH; JACKSON, 1981). A tradução para o português do Brasil e adaptação desta escala foram realizadas por Benevides-Pereira (2001), apresentando coeficiente alfa de Cronbach de 0,65 a 0,94 e, a validação de construto e fidedignidade realizada por Carlotto e Câmara (2007) em diferentes grupos profissionais, como por exemplo, professores, apresentando propriedades psicométricas satisfatórias.

A MBITM-HSS é constituída por 22 itens distribuídas em suas dimensões: exaustão emocional (nove itens), despersonalização (cinco itens) e baixa realização profissional (oito itens). As respostas podem ser mensuradas em uma escala do tipo Likert de sete pontos, variando de 0 a 6.

Para a análise das respostas obtidas, as três dimensões devem ser analisadas e igualmente consideradas como um construto, com o objetivo de identificar a síndrome em potencialidade de desenvolvimento e não como um diagnóstico (MASLACH; JACKSON, 1986). Assim, quando uma pessoa apresenta simultaneamente altas pontuações em exaustão emocional e despersonalização e baixas pontuações em realização profissional, pode apresentar chances maiores para o desenvolvimento da síndrome de *burnout* (MASLACH, 2017).

Para a identificação do *workaholism*, optou-se pelo uso da versão reduzida da *Dutch Work Addiction Scale* (DUWAS), escala de origem holandesa, em suas duas dimensões denominadas de trabalho excessivo e trabalho compulsivo (CARLOTTO; MIRALLES, 2010; SCHAUFELI; SHIMAZU; TARIS; 2009).

A DUWAS na versão reduzida é constituída de 10 itens distribuídos em suas duas dimensões independentes e não produzem uma pontuação composta. As respostas podem ser mensuradas em uma escala do tipo Likert de quatro pontos, variando de 0 a 3. Os maiores escores em cada dimensão indicam níveis mais altos de trabalho compulsivo e excessivo, respectivamente (CARLOTTO; MIRALLES, 2010; SCHAUFELI; SHIMAZU; TARIS; 2009). Para tanto, os dados foram dicotomizados em alto ou baixo a partir do percentil 75.

2.4 PROCEDIMENTOS

Os docentes vinculados aos PPGLL foram convidados individualmente, via e-mail, para participar do estudo. Com o objetivo de sensibilizar e informar os docentes sobre a realização da pesquisa, bem como a importância de conhecer as condições de trabalho e saúde desta população, foi desenvolvido um vídeo em parceria com a ANPOLL, sendo disponibilizado a todos os coordenadores de PPGLL por meio do *link* <<https://www.youtube.com/watch?v=tUF2pINGSVA&feature=youtu.be>>.

Para a disponibilização dos questionários e realização da coleta de dados a ANPOLL contratou dois profissionais da área de Tecnologia da Informação que desenvolveram uma plataforma na *internet* denominada *Mubble Forms* para abrigar os instrumentos de coleta de dados, os quais permaneceram disponíveis para preenchimento por um período de seis meses.

A plataforma foi desenvolvida utilizando ferramentas tecnológicas como as linguagens de programação *JavaScript* para o desenvolvimento do *frontend* (telas do sistema) e PHP para a construção do *backend* (telas e operações que ocorrem no servidor) do sistema, em conjunto com o sistema de gerenciamento de banco de dados MySQL. A plataforma exibia em tempo real as chaves de acesso dos participantes da pesquisa, a página do termo de consentimento (Anexo D) , o número de pessoas que estavam respondendo ao formulário e o número de erros de acesso, com a finalidade de acompanhar o preenchimento e atualização das respostas. Acrescenta-se que os profissionais contratados estiveram disponíveis para adequar a plataforma durante todo o período em que os instrumentos de pesquisa estavam ativos.

A plataforma foi programada para que os docentes recebessem o convite para participar da pesquisa por e-mail de uma até três vezes a cada 15 dias, individualmente, contendo os esclarecimentos sobre o estudo e o *link* de acesso ao questionário virtual. Todos os itens compostos no questionário possuíam registro obrigatório afim de minimizar as falhas no preenchimento.

2.5 PROCESSAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Após a coleta de dados, foi elaborado um banco de dados para a realização da análise das informações por meio do programa *Statistical Package of Social Sciences* (SPSS), versão 20.0. Os níveis das dimensões da síndrome de Burnout,

desfechos dos estudos 2 e 3, foram classificadas de acordo com os pontos de corte recomendados pelos autores (LEITER; MASLACH, 2016). Para estes estudos, optou-se por trabalhar com as respostas de todos os professores permanentes para assegurar uma uniformização dos dados.

No estudo 2 utilizou-se análises univariadas afim de verificar a relação entre as variáveis dependentes (exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional) e fatores associados, identificados por modelos múltiplos de regressão logística e independentes (características sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida). O método *stepwise forward* também foi utilizado para a elaboração dos modelos múltiplos, sendo as variáveis independentes inseridas individualmente conforme ordem estabelecida pelos pesquisadores, isto é, valores decrescentes de significância.

Os modelos finais apresentaram as variáveis com significância estatística de $p < 0,05$, conforme o teste de Wald e ajustados pelas variáveis sexo e idade (MASLACH; JACKSON, 1981), e anos de docência em nível superior e ser professor sênior, por serem considerados possíveis fatores de confusão para a análise de dados. A variação explicada quanto aos desfechos foi verificada pelo teste de Nagelkerke R Square. Os resultados foram apresentados em *odds ratio* (OR) brutos e ajustados com intervalos de confiança de 95%.

No estudo 3, a análise de regressão logística múltipla examinou a influência das dimensões do workaholism sobre as dimensões do burnout. A associação entre a síndrome de *burnout* (variável dependente), trabalho excessivo e trabalho compulsivo (variáveis independentes) foi verificada por meio de modelos múltiplos de regressão logística considerando as variáveis de ajuste: sexo, faixa etária, ser professor sênior e anos de atuação no mestrado e doutorado. Os resultados foram apresentados em OR brutos e ajustados com intervalos de confiança de 95%.

2.6 PROCEDIMENTOS ÉTICOS NA PESQUISA

A pesquisa foi desenvolvida a partir das normas de ética em pesquisa nacionais e internacionais, incluindo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina (UEL), conforme Parecer nº. 2.347.839, CAAE: 79006017.0.0000.5231.

3 ESTUDO 1

3 ESTUDO 1

CONDIÇÕES DE TRABALHO E SAÚDE DE DOCENTES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE LETRAS E LINGUÍSTICA

3.1 RESUMO

A pesquisa objetiva investigar as condições de trabalho e saúde de docentes de pós-graduação stricto sensu de Letras e Linguística do Brasil. Trata-se de um estudo transversal desenvolvido com docentes vinculados a cursos de 155 Programas de Pós-Graduação de Letras e Linguística do Brasil, reconhecidos ou recomendados pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Fizeram parte do estudo 654 docentes, com participação proporcional de cada região do Brasil. Os dados foram analisados por estatística descritiva. Os resultados demonstraram que, quanto às condições de trabalho, 80% referiram estarem satisfeitos com o trabalho na pós-graduação, apesar de considerarem que o ritmo e a intensidade do trabalho docente interferem negativamente em suas vidas (65,7%). Em relação às condições de saúde, verificamos que 52,2% dos docentes apresentam-se satisfeitos com a sua saúde e afirmaram ter uma boa qualidade de vida (61,2%). Em contrapartida, afirmaram não estarem satisfeitos com o sono (56,6%) e se sentirem exaustos emocionalmente (31,9%). Esses resultados demonstram uma dualidade entre as condições de trabalho e a saúde, apresentando uma demanda em relação ao desenvolvimento de estratégias individuais e organizacionais para o aprimoramento do trabalho docente.

3.2 APRESENTAÇÃO

O estudo 1 (Anexo B), produto inicial da Tese, foi desenvolvido com o objetivo de investigar as condições de trabalho e saúde de docentes de Programas de Pós-graduação em Letras e Linguística (PPGLL) do Brasil e foi publicado em dezembro de 2019 na Revista da Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Letras e Linguística.

Os resultados apresentados mostraram de uma forma geral as condições de trabalho e saúde dos docentes que atuam nos PPGLL e a dualidade entre os sentimentos de prazer e sofrimento no trabalho. Os autores também propuseram

estratégias que podem ser implantadas e realizadas em nível individual e organizacional para melhorar as condições de trabalho e saúde dos docentes destes programas.

4 ESTUDO 2

FATORES ASSOCIADOS AO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL EM DOCENTES DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU* EM LETRAS E LINGUÍSTICA

RESUMO

Objetivo: analisar os fatores associados às dimensões do *burnout* em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística do Brasil. **Métodos:** estudo transversal realizado com 585 docentes. A coleta dos dados ocorreu entre fevereiro a agosto de 2019 por meio de um questionário online. Os desfechos foram as dimensões do *burnout* - exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional e os fatores associados, identificados por modelos múltiplos de regressão logística. **Resultados:** Docentes com chance aumentada para exaustão emocional e despersonalização referiram usar medicamentos em razão da atividade laboral. A influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, o pensamento em deixar o programa e possuir mais ou igual a três artigos científicos em elaboração apresentaram chances aumentadas para a exaustão emocional e, realizar mais de nove horas semanais na graduação à baixa realização profissional. Possuir relacionamento conjugal, satisfação com a saúde e trabalho, possuir pós-doutorado, autonomia e bom relacionamento interpessoal com os docentes do programa apresentaram chances reduzidas de exaustão emocional. Chances reduzidas de despersonalização ocorreu com os que referiram estar satisfeito com o trabalho, possuir bom relacionamento interpessoal com orientandos e docentes e receber bolsa produtividade. Estar satisfeito com o trabalho e programa de atuação, bom relacionamento com orientandos e docentes e apresentar mais de três livros e/ou capítulos publicados no último ano reduziram os níveis de baixa realização profissional. **Conclusão:** foram identificados os fatores sociodemográficos, de saúde e ocupacionais associados às dimensões do *burnout*.

Descritores: Esgotamento psicológico; Esgotamento Profissional; Docentes; Educação de Pós-graduação.

ABSTRACT

Aim: analyze the factors associated with the dimensions of the burnout syndrome in faculty members of stricto sensu postgraduate program in Languages and Linguistic of Brazil. **Method:** this is a cross-sectional study conducted with 585 faculty members. The data collection took place from february to august of 2019 through online questionnaire. The results were the dimensions of burnout - emotional exhaustion, depersonalization, and low professional achievement and their factors associated, identified by multiple logistic regression models. **Results:** using medications in virtue of labor activity increased the chance of emotional exhaustion and depersonalization. The negative influence of pace and intensity of work in personal life, the thought of leaving the program and having to elaborate three of more scientific papers led to higher chances of emotional exhaustion and execute more than nine hours per week in the program led to low levels of professional achievement. Having conjugal relationship, satisfaction with health and work, getting a post-doctorate, autonomy, and good interpersonal relationship with faculty members of the program resulted in lower chances of emotional exhaustion. Reduced chances of depersonalization occurred with those referred as being satisfied with work, having good interpersonal relationship with research students and faculty members of the program, and receiving productivity grants. Being

satisfied with work and program, good relationship with research students and faculty members, and having more than three books and/or chapters published within the last year reduced the levels of low professional achievement. **Conclusion:** sociodemographic, health and occupational factors associated with the dimensions of burnout were identified.

Descriptors: Burnout, Psychological; Burnout, Professional; Faculty; Education, Graduate.

4.1 INTRODUÇÃO

O trabalho, definido como atividade essencial e constituidora da identidade do ser humano, e as condições estressantes inerentes ao labor têm sido relacionados à desequilíbrios e fenômenos psicossociais como o desenvolvimento da síndrome de *burnout* enquanto consequência das transformações, demandas e intensificação do processo de trabalho de diversas categorias profissionais e organizações (GALDINO et al., 2020; HAN et al., 2019; OLIVEIRA; PEREIRA; LIMA, 2017).

A síndrome de *burnout* é definida como um fenômeno caracterizado por um conjunto de sinais e sintomas, decorrente de uma resposta crônica aos estressores emocionais interpessoais no trabalho que implica em exaustão ou esgotamento do trabalhador (MASLACH, 2017; MASLACH; LEITER, 2016).

A síndrome é compreendida enquanto resultado da interação de aspectos do ambiente de trabalho mais as características pessoais de um indivíduo, a partir do conceito adotado por Maslach (MASLACH; 2017) os quais apontam o fenômeno enquanto um problema que atinge principalmente trabalhadores que possuem suas atividades laborais em contato direto com outras pessoas, como os professores.

Considera-se o *burnout* enquanto um fenômeno ocupacional singular na área da saúde do trabalhador pois se refere especificamente ao contexto ocupacional não devendo ser aplicado para descrever experiências em outras áreas da vida, conforme definição a qual será incluída na nova Classificação Internacional de Doenças (CID-11), que entrará em vigor em 1 de janeiro de 2022 (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2019).

O *burnout* acomete trabalhadores à medida que os recursos emocionais destes indivíduos estão reduzidos e apresentam sinais e sintomas relacionados à exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (MASLACH, 2017; MASLACH; LEITER, 2016).

A exaustão emocional é uma resposta caracterizada pelo empobrecimento de recursos físicos e emocionais do trabalhador e, geralmente, inclui os primeiros sinais

e sintomas relacionados ao *burnout*, como por exemplo, sensação de fadiga crônica e desgaste emocional. Quando presente, os trabalhadores possuem baixos recursos físico e emocional e podem sentir energia insuficiente para enfrentar novos problemas ou demandas relacionadas ao trabalho (MASLACH; LEITER, 2016).

A despersonalização representa os desajustes relacionados ao contexto interpessoal do *burnout* e quando presente, os trabalhadores referem insensibilidade em suas relações interpessoais e desapego excessivo a vários aspectos relacionados ao trabalho. Já a baixa realização profissional refere-se ao componente de autoavaliação do *burnout* uma vez que o fenômeno inclui variáveis cognitivas-atitudinais como a diminuição da realização pessoal no trabalho (MASLACH; LEITER, 2016).

Em termos de organização, destaca-se que o *burnout* também resulta em alto custo para as organizações e empregadores. Assim, entende-se a necessidade de compreender a complexidade entre o eu do trabalhador e o contexto do trabalho pois, quanto maior a diferença, ou incompatibilidade, entre a pessoa e o trabalho, maior a probabilidade de desgaste e esgotamento emocional (MASLACH; LEITER, 2016).

No caso do trabalho docente, os fatores relacionados ao ambiente, condições e organização do trabalho são considerados como possíveis causadores de desequilíbrios na saúde física e psíquica de professores que atuam em cursos de graduação (LUZ et al., 2019; OLIVEIRA; PEREIRA.; LIMA, 2017; CORTEZ et al., 2017) e pós-graduação (SOUZA et al., 2017). No entanto, não foram identificados estudos sobre *burnout* e fatores associados em professores de Programas de Pós-graduação (PPG) *stricto sensu* em Letras e Linguística no Brasil, caracterizando o ineditismo desta investigação.

Uma vez que o fenômeno do estudo pode ser evitado e/ou reduzido os seus sinais e sintomas (MASLACH; LEITER, 2016), conhecer os fatores associados ao *burnout* possibilita a identificação das condições de trabalho nas instituições em que professores de pós-graduação atuam, as suas condições de saúde e apoiar o desenvolvimento de estratégias e intervenções assertivas no contexto organizacional.

Diante do exposto, este estudo teve como pergunta de pesquisa “Quais são os fatores associados às dimensões do *burnout* em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística do Brasil?”. Para tanto, teve por objetivo

analisar os fatores associados às dimensões do *burnout* em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística do Brasil.

4.2 MÉTODOS

Estudo transversal desenvolvido com 585 docentes de PPG em Letras e Linguística (PPGLL) reconhecidos pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoas de Nível Superior (CAPES). Os critérios de inclusão foram ser docente permanente credenciado aos PPGLL no ano de 2018. Foram excluídos do estudo docentes que estavam em licença de qualquer natureza no ano de 2018.

Para a identificação dos docentes, foi realizado uma busca manual entre os meses janeiro e abril de 2019 na Plataforma Sucupira (BRASIL, 2020). Para a coleta das informações referentes aos e-mails de contato de cada docente, utilizou-se as informações disponíveis nas páginas eletrônicas de cada programa e e-mails recebidos dos coordenadores dos cursos.

A obtenção dos dados ocorreu entre fevereiro a agosto de 2019 em uma plataforma virtual, denominada *Mubble*, desenvolvida especificamente para coletar os dados deste estudo. Esta plataforma continha um questionário semiestruturado (GALDINO, 2019) que incluíam variáveis sociodemográficas, de saúde, hábitos de vida e ocupacionais especialmente elementos característicos do processo de trabalho docente. Todas as questões exigiam uma resposta obrigatória dos participantes com o objetivo de minimizar as possíveis perdas ou falhas na coleta de dados.

A síndrome de *burnout*, desfecho deste estudo, foi avaliada por meio da *Maslach Burnout Inventory*TM - *Human Services Survey* (MBITM-HSS). Trata-se de uma escala de origem americana elaborada por Christina Maslach e Susan Jackson. A escala é constituída por 22 itens distribuídas em três dimensões: exaustão emocional (nove itens), despersonalização (cinco itens) e baixa realização profissional (oito itens). As respostas podem ser mensuradas em uma escala do tipo Likert de sete pontos, variando de 0 a 6.

Para a análise das respostas obtidas, as três dimensões devem ser analisadas e igualmente consideradas como um construto, com o objetivo de identificar a síndrome em potencialidade de desenvolvimento e não como um diagnóstico (MASLACH; JACKSON, 1986). Dessa forma, quando um indivíduo apresenta simultaneamente altas pontuações em exaustão emocional e

despersonalização e baixas pontuações em realização profissional, pode apresentar chances maiores para o desenvolvimento da síndrome de *burnout* (MASLACH, 2017).

As informações coletadas foram importadas para um banco de dados possibilitando as análises estatísticas das variáveis detalhadas a seguir: situação conjugal (não ou sim), satisfação com a saúde (não ou sim), uso de medicamentos relacionado à atividade laboral (não ou sim), possuir pós-doutorado (não ou sim), tempo de trabalho na graduação (em anos), autonomia no trabalho (não ou sim), satisfação com o trabalho (não ou sim), influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida (não ou sim), pensamento de deixar o PPGLL (não ou às vezes/com frequência), artigos em elaboração (≤ 2 ou ≥ 3), relacionamento com os docentes dos PPGLL em que atua (ruim/regular ou excelente/bom), possuir bolsa produtividade (não ou sim), horas de atuação na graduação, número de livros e/ou capítulos publicados no último ano (≤ 2 ou ≥ 3), relacionamento com os orientandos (ruim/regular ou excelente/bom).

Para a etapa de análise dos dados, utilizou-se o *Statistical Package of Social Sciences* (SPSS), versão 20.0. Os desfechos deste estudo foram as dimensões de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional do MBITM-HSS e fatores associados, identificados por modelos múltiplos de regressão logística. Para esta etapa, utilizou-se análises univariadas a fim de verificar a relação entre as variáveis dependentes e independentes (características sociodemográficas, condições de saúde e ocupacionais).

O método *stepwise forward* também foi utilizado para a elaboração dos modelos múltiplos, sendo as variáveis independentes inseridas individualmente conforme ordem estabelecida pelos pesquisadores, isto é, valores decrescentes de significância. Os modelos finais das regressões realizadas apresentaram as variáveis com significância estatística de $p < 0,05$ conforme o teste de Wald e ajustados pelas variáveis sexo e idade considerando que a literatura indica como aspectos a serem controlados (MASLACH; JACKSON, 1981), bem como anos de docência em nível superior e ser professor sênior, por serem possíveis fatores de confusão para a análise de dados.

A variação explicada quanto aos desfechos foi verificada pelo teste de Nagelkerke R Square. Os resultados foram apresentados em *odds ratio* (OR) brutos e ajustados com intervalos de confiança de 95%.

O desenvolvimento do estudo atendeu às normas de ética em pesquisa nacionais e internacionais, incluindo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa conforme Parecer n°. 2.347.839, CAAE: 79006017.0.0000.5231.

4.3 RESULTADOS

Dos 585 participantes, 396 (67,69%) possuíam relacionamento conjugal. No que se refere à satisfação com a saúde, 209 (35,73%) não estavam satisfeitos e 278 (47,52%) referiram ter utilizado medicamentos por conta de sintomas que acreditavam ser relacionados a sua atividade laboral.

Quanto ao perfil de formação e atuação docente, 339 (57,95%) docentes possuíam pós-doutorado e 85 (14,58%) recebiam bolsa produtividade, 508 (86,84%) referiram autonomia profissional, 490 (83,76%) satisfação com o seu trabalho e 467 (79,93%) satisfação com a sua atuação nos PPG. No entanto, 345 (58,95%) referiram já ter pensado em deixar as atividades relacionadas no PPG.

Sobre o relacionamento interpessoal, 106 (18,12%) referiram não possuir um relacionamento bom com os colegas de trabalho e, 392 (67,01%) acreditavam que o ritmo e a intensidade do seu trabalho influenciavam em sua vida negativamente.

Os participantes que informaram ter usado medicamentos em razão de sua atividade laboral, influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, pensamento em deixar o PPG e possuir mais ou igual a três artigos científicos em elaboração, apresentaram chances aumentadas para a exaustão emocional. Chances reduzidas de exaustão emocional ocorreram com os docentes com relacionamento conjugal, satisfeitos com a saúde, com pós-doutorado, com autonomia e satisfeitos com o trabalho e com bom relacionamento interpessoal com os docentes do programa, conforme mostra a tabela 1.

Tabela 1 - Modelo múltiplo com os fatores associados à exaustão emocional em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística. Brasil, 2020.

Modelo múltiplo	p-value	Odds ratio^{bruto} (Intervalo de Confiança 95%)	p-value	Odds ratio^{ajustado*} (Intervalo de Confiança 95%)
Situação conjugal (não x sim)	0,011	1 0,524(0,319-0,861)	0,013	1 0,533(0,325-0,877)
Satisfação com a saúde (insatisfeito x satisfeito)	0,001	1 0,411(0,256-0,660)	0,001	1 0,419(0,261-0,675)
Uso de medicamentos relacionado à atividade laboral (não x sim)	0,001	1 2,189(1,403- 3,416)	0,001	1 2,278(1,448-3,585)
Pós-doutorado (não x sim)	0,020	1 0,584(0,371- 0,919)	0,030	1 0,598(0,376-0,951)
Autonomia no trabalho (não x sim)	0,014	1 0,519(0,308-0,875)	0,016	1 0,526(0,312-0,887)
Satisfação com o trabalho (não x sim)	0,001	1 0,365(0,223-0,599)	0,001	1 0,363(0,221-0,596)
Influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida (não x sim)	0,001	1 9,416(5,432-16,320)	0,001	1 8,406(4,737-14,914)
Pensamento de deixar o PPG (não x sim)	0,002	1 2,054(1,297-3,252)	0,003	1 2,047(1,284-3,264)
Artigos em elaboração (≤2 x ≥3)	0,001	1 2,146(1,371-3,361)	0,001	1 2,082(1,326-3,269)
Relacionamento com a maioria docentes do programa (ruim/regular ou excelente/bom)	0,049	1 0,671(0,469-0,960)	0,030	1 0,672(0,469-0,963)

* ajustado por sexo, idade, ser docente sênior, anos de atuação docente em nível superior; Nagelkerke R Square: 0,553.

Docentes que referiram uso de medicamentos relacionados à sua atividade laboral apresentaram chance aumentada de alta despersonalização. Por outro lado, o que referiram estar satisfeito com o trabalho, possuir bom relacionamento interpessoal com os orientandos e os docentes e receber bolsa produtividade apresentaram chances diminuídas para os níveis de despersonalização (tabela 2).

Tabela 2- Modelo múltiplo com os fatores associados à despersonalização em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística. Brasil, 2020.

Modelo múltiplo	<i>p-value</i>	<i>Odds ratio</i> ^{bruto} (Intervalo de Confiança 95%)	<i>p-value</i>	<i>Odds ratio</i> ^{ajustado*} (Intervalo de Confiança 95%)
Uso de medicamentos relacionado à atividade laboral (não x sim)	0,011	1 2,033(1,173-3,525)	0,011	1 2,066(1,179-3,622)
Satisfação com o trabalho (não x sim)	0,004	1 0,425(0,239-0,756)	0,005	1 0,434(0,243-0,774)
Relacionamento com a maioria dos orientandos (ruim/regular ou excelente/bom)	0,001	1 0,312(0,184-0,530)	0,001	1 0,321(0,189-0,547)
Receber bolsa de produtividade (não x sim)	0,022	1 0,312(0,115-0,845)	0,052	1 0,365(0,132-1,011)
Relacionamento com a maioria docentes do programa (ruim/regular ou excelente/bom)	0,001	1 0,455(0,3040,679)	0,001	1 0,452(0,302-0,675)

* ajustado por ajustado por sexo, idade, ser docente sênior, anos de atuação docente em nível superior; Nagelkerke R *Square*: 0,296.

Quanto à baixa realização profissional, a tabela 3 mostra que a satisfação com o trabalho e com o PPG, bom relacionamento com os orientandos e docentes, bem como apresentar mais de três livros e/ou capítulos publicados no último ano reduziram os níveis de baixa realização profissional. Docentes que realizavam mais de nove horas semanais na graduação apresentaram associação à maiores chances para a baixa realização profissional.

Tabela 3- Modelo múltiplo com os fatores associados à baixa realização profissional em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística. Brasil, 2020.

Modelo múltiplo	p-value	Odds ratio^{bruto} (Intervalo de Confiança 95%)	p-value	Odds ratio^{ajustado*} (Intervalo de Confiança 95%)
Satisfação com o trabalho (não x sim)	0,001	1 0,337(0,201-0,565)	0,001	1 0,341(0,203-0,572)
Horas de atuação na graduação (≤8 x ≥9)	0,006	1 1,872(1,196-2,929)	0,005	1 1,907(1,209-3,007)
Relacionamento com a maioria dos orientandos (ruim/regular ou excelente/bom)	0,007	1 0,560(0,366-0,855)	0,008	1 0,561(0,366-0,861)
Satisfação com o PPG (não x sim)	0,001	1 0,381(0,222-0,657)	0,001	1 0,374(0,215-0,648)
Número de livros e/ou capítulos publicados no último ano (≤2 x ≥3)	0,008	1 0,507(0,306-0,840)	0,015	1 0,533(0,321-0,885)
Relacionamento com a maioria docentes do programa (ruim/regular ou excelente/bom)	0,001	1 0,577(0,411-0,810)	0,001	1 0,566(0,402-0,796)

* ajustado por sexo, idade, ser docente sênior, anos de atuação docente em nível superior; Nagelkerke R Square: 0,334.

4.4 DISCUSSÃO

A caracterização dos participantes mostrou uma prevalência de docentes com relacionamento conjugal em que este fator esteve associado à menores níveis de exaustão emocional. Embora o *burnout* seja identificado forte e significativamente associado à fatores situacionais e ocupacionais, identificar as características individuais dos trabalhadores também são importantes e se apresentam como essenciais para compreender o desenvolvimento da síndrome (SANCHEZ et al., 2019; RICHARDS; HEMPHILL; TEMPLIN, 2018; MASLACH, 2017; SANTANA; PEIXOTO, 2017; ZYSBERG et al., 2017).

Quanto às dimensões do *burnout* e fatores associados, observou-se neste estudo que os docentes que referiram ter usado medicamentos relacionados à sua atividade laboral, influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, pensamento de deixar o programa, e possuir mais de três artigos científicos em elaboração apresentaram chances aumentadas ($p < 0,05$) para a exaustão emocional.

Em grande parte, a exaustão emocional, em professores, ocorre a partir das responsabilidades, funções e atividades realizadas em que a sobrecarga de trabalho é aumentada a partir da necessidade de garantir uma educação de qualidade na formação de profissionais (CAO; SHANG; MENG, 2020). Também se associa à realização e participação contínua em pesquisas, gerenciamento e relações interpessoais no ambiente de trabalho e resulta em baixa capacidade e/ou baixos recursos internos de inteligência emocional, empatia, atitudes oriundas de cinismo, despersonalização, ineficácia profissional, insônia e outros desequilíbrios de saúde (PUERTAS-MOLERO et al., 2018), o que pode justificar os fatores identificados.

Na maioria das vezes, os docentes suportam as situações desfavoráveis em seu ambiente de trabalho em razão de suas defesas individuais e/ou coletivas, afim de evitar o adoecimento e continuar trabalhando (TUNDIS et al., 2018). No caso da atuação docente em programas de pós-graduação, Bosi (2019) reflete sobre hipóteses que devem ser discutidas à respeito do trabalho e as condições de saúde de professores. Uma delas é que o trabalho docente na pós-graduação e suas atividades correlatas como orientações, relatórios, administração de revistas, bancas e seminários quando, intensificado, pode prejudicar a saúde do trabalhador.

As demais hipóteses referem-se à submissão de trabalhos e a uma ética de produtividade como possível causa de adoecimento, bem como a uma visão social sobre a incapacidade para o trabalho docente como um problema pessoal, sendo um dos fatores que agrava ainda mais as condições de saúde (BOSI, 2019), física e mental.

Ressalta-se que entre as atividades docentes recomendadas pelas CAPES a um professor de pós-graduação *stricto sensu* estão as relacionadas à ministração de aulas nas disciplinas dos programas, o desenvolvimento de pesquisas e captação de recursos nas agências de fomento, lideranças de grupo de pesquisa, orientação de doutorados e/ou mestrados, a participação de estudantes de outros níveis de formação em trabalhos de conclusão de curso e iniciação científica; elaboração de

artigos científicos, emissão de pareceres a periódicos científicos em que é revisor, atuação em atividades administrativas e de ensino na graduação, entre outras atividades (BRASIL, 2016).

Estudo realizado com 550 professores universitários no norte da Itália identificou que a sobrecarga de trabalho, conflitos entre colegas e alunos estiveram positivamente associados ($p < 0,005$) a exaustão emocional. Além disso, apresentou que a demanda excessiva pelos alunos foi considerada fator de estresse para os professores (MARTINI et al., 2019).

Quanto à influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, o ritmo intenso de trabalho é um dos fatores a que os docentes estão expostos e quando associados a um alto nível de estresse apresentam alterações na qualidade de vida e desequilíbrio na saúde (FERNANDES; VANDENBERGUE, 2018).

Como exemplo de desequilíbrios relacionados à saúde, destacam-se que sinais e sintomas relacionados a fatores ocupacionais, como o *burnout*, podem afetar os sistemas psicoafetivo, musculoesquelético, nervoso, digestivo, dermatológico, cardiovascular e urogenital (MOUELEU NGALAGOU et al., 2019). Em professores, os sintomas como a fadiga vocal em decorrência do uso extensivo da voz, rouquidão, disfonia e dor musculoesquelética são considerados problemas de saúde resultantes do processo de trabalho docente (LUZ et al., 2019), podendo justificar o uso de medicamentos relacionados a atividade laboral. Neste estudo, os docentes que referiram ter usado medicamentos relacionados à atividade laboral também apresentaram 2,066 mais chances ($p = 0,011$) para despersonalização que de acordo com Maslach (2016) isto ocorre a partir da exaustão e sobrecarga emocional.

Sobre o pensamento de deixar o PPGLL em que atuam, estudo (DIEHL; CARLOTTO, 2020) afirmam que quando professores apresentam um quadro crescente de desmotivação e desgaste emocional, podem possuir intenção de afastar-se de suas atividades, revelando a necessidade de gestores organizacionais pensarem em ações e estratégias capazes de identificar os níveis de esgotamentos de seus trabalhadores (MASLACH; LEITER, 2016) tais como foi identificado no presente estudo.

Entre as possíveis causas do afastamento da profissão e/ou atividades docentes, está o agravo da saúde física e mental do professor. Assim, é essencial

concentrar esforços em trabalhadores que geralmente estão assintomáticos e saudáveis (MASLACH; LEITER, 2016), melhorando a capacidade para o trabalho destes (LUZ et al., 2019). Nesse aspecto, a adoção de programas de intervenção para o *burnout* podem apresentar-se enquanto estratégias capazes de prevenir e/ou reduzir os sinais e sintomas da síndrome e ampliar seus efeitos nos PPGLL em nível individual, coletivo e organizacional com potencialidade de proporcionar mudanças no ambiente de trabalho.

No que concerne ao número de artigos em elaboração enquanto fator de risco para a exaustão emocional, destaca-se que o Brasil, país de desenvolvimento do estudo, publicou mais da metade da produção científica registrada em 2018 na América Latina e apresenta padrões de produtividade alterados continuamente por metas de produção acadêmicas relacionado principalmente em nível de pós-graduação (BOSI, 2019).

O modelo de avaliação do trabalho docente e sua produção, em sua maioria, está associado ao modelo histórico capitalista que permeia as instituições de ensino superior. Para Costa (2016), o desgaste físico e emocional relacionado à produção docente ocorre a partir da avaliação numérica de aspectos não mensuráveis, como a qualidade das atividades realizadas. Observa-se ainda que os fatores ocupacionais como as demandas quantitativas, carga de trabalho, número de horas trabalhadas, baixa autonomia no processo de trabalho e ausência de suporte social estão fortemente relacionados ao desgaste e à exaustão emocional em resposta ao estresse (DALCIN; CARLOTTO, 2017; MASLACH; SCHAUFELI; LEITER, 2001).

Por outro lado, possuir situação conjugal com relacionamento, estar satisfeito com a saúde e com o trabalho, possuir autonomia no trabalho e relacionamento bom com a maioria dos docentes do programa foram fatores de proteção ($p < 0,05$) para a exaustão emocional neste estudo.

Destaca-se que os níveis de bem-estar de um trabalhador possuem influência na qualidade do trabalho realizado. Nesse sentido, o significado que um trabalhador recebe pelas atividades profissionais que realiza, as relações interpessoais benéficas no ambiente do trabalho e suporte social são fatores que contribuem para o reconhecimento da identidade do trabalhador, motivação, satisfação e eficácia profissional (COSTA, 2016), minimizando a exaustão emocional e o risco para o *burnout*, o que potencializa o engajamento no trabalho (MARTINI et al., 2019).

Fatores individuais como estado civil, motivação e auto eficácia também devem ser considerados enquanto potencializadores ou protetores para o estresse e fenômenos que podem ser desencadeados por este fator como o *burnout*. Assim, ao identificar os aspectos ocupacionais positivos, ter relações satisfatórias com colegas, flexibilidade de horário para a atuação docente, convivência e compartilhamento de experiência com alunos, autonomia docente, ampliação e construção de conhecimento são fatores que potencializam o sentimento de prazer e satisfação com o trabalho (TUNDIS et al., 2018) e minimizar os sinais e sintomas da síndrome.

Estar satisfeito com o trabalho, possuir relacionamento bom com a maioria dos docentes do programa e orientandos e receber bolsa produtividade associaram-se ($p < 0,05$) à menores níveis de despersonalização. Destaca-se que a satisfação docente varia de acordo com as condições e organização do trabalho (LUZ et al., 2019).

Quanto à baixa realização profissional, apresentaram chances aumentadas ($p < 0,005$) para o seu desenvolvimento os docentes que referiram possuir mais de nove horas de atuação na graduação. A partir deste resultado, defende-se que a carga horária elevada está entre os principais fatores de influência negativa na vida profissional dos docentes que atuam nos PPGLL por apresentarem também uma intensa jornada de trabalho nos cursos de graduação, validando o apontamento de que desempenhar as atividades docentes muitas vezes é desafiadora. Ademais, o trabalho docente não se constitui a partir de uma carga horária superior à nove horas para que as demandas e atividades sejam desempenhadas, podendo resultar em baixa realização profissional.

O número de horas trabalhadas, sobretudo em excesso, é considerado um fator que apresenta influência na fadiga, no risco de lesões e interfere na motivação e auto avaliação da realização profissional de trabalhadores. Quando há um baixo senso de realização profissional, falta de recursos institucionais, pouco apoio social e oportunidades para se desenvolver profissionalmente podem intensificar as percepções acerca de sua identidade e competência profissional, produtividade, horas destinadas ao trabalho e conquista (MASLACH; LEITER, 2016).

Estudo realizado sobre as condições de trabalho e saúde em docentes universitários e de ensino médio em Mendonza, na Argentina, apresentou que docentes com maior qualificação profissional, apresentaram maior desgaste físico e emocional como efeito da resposta às exigências e condições que possuem para

exercer o trabalho (COLLADO, 2016). Por outro lado, destaca-se que estar satisfeito com o trabalho no PPGLL, possuir relacionamento bom com a maioria dos docentes e possuir mais ou igual a três livros e/ou capítulos publicados no último ano foram fatores de proteção para a realização profissional baixa.

Assim, destaca-se que o *burnout* possui como possíveis consequências implicações nos relacionamentos pessoais e interpessoais de trabalhadores e colegas de trabalho, na sua saúde física, em problemas familiares, no aumento do uso de substâncias e no alto risco para depressão e ideação suicida (MASLACH; LEITER, 2016).

Quando presente, além do desenvolvimento dos sentimentos e percepções negativas como angústia pessoal (ALVIM et al., 2019), os trabalhadores podem referir insatisfação com suas realizações laborais (CAMPOS; VÉRAS; ARAÚJO, 2020), exaustão física, insônia e dificuldade com suas relações familiares e interpessoais (SANCHEZ et al., 2019). Isso ocorre a partir do desequilíbrio de uma ou mais área da vida profissional que envolve as relações centrais com o *burnout* como a carga de trabalho, controle, recompensa, comunidade, justiça e valores (MASLACH, 2017).

Para finalizar, observou-se que pelo ineditismo da pesquisa realizada, os estudos que não apresentaram diferenciação do nível de ensino em que os docentes atuavam constituíram-se em uma limitação para embasar a discussão dos resultados encontrados, bem como o delineamento transversal do estudo por permitir identificar os fatores associados mas não onexo causal entre estes e os altos níveis das dimensões do *burnout*. Ademais, as licenças por qualquer natureza também foram consideradas como limitações pois conhecer as condições de saúde e trabalho dos docentes que estavam afastados por licença médica poderia potencializar a presente investigação. No entanto, destaca-se o avanço do conhecimento por meio do estudo do fenômeno em um grupo de trabalhadores pouco explorado.

Os resultados mostrados podem subsidiar a implementação de estratégias individuais e organizacionais para prevenção e/ou redução de sintomas relacionados às três dimensões do *burnout* em diferentes PPG do Brasil. Como exemplo, destaca-se a realização da Oficina “Estratégias para prevenir e reduzir o estresse no trabalho” ministrada no XXV Encontro Nacional da ANPOLL, em 1ª de julho de 2019

com os coordenadores dos PPGLL, em que foi possível abordar sobre as principais consequências do estresse ocupacional crônico, como a síndrome de *burnout*.

A partir da realização dessa ação e do desenvolvimento do presente estudo observou-se a necessidade dos docentes reconhecerem as dificuldades enfrentadas em seu processo de trabalho, o estabelecimento de acordos de convivência entre docentes e orientandos, a flexibilização do horário de trabalho, o reconhecimento e a divulgação do bom desempenho do trabalho docente pelos programas e organizações em que atuam, afim de alinhar estruturas, processos organizacionais, bem como as aspirações dos trabalhadores e principais fontes de desgaste ou engajamento profissional. Ainda, incentivos para mitigar os fatores negativos e estimular os docentes em relação à recompensa, valorização e incentivo de suas atividades e desenvolvimento de centros de apoio para a pós-graduação.

4.5 CONCLUSÃO

Neste estudo, foram identificados os fatores sociodemográficos, de saúde e ocupacionais associados às dimensões do *burnout*. Apresentou chance aumentada para exaustão emocional e despersonalização docentes que referiram usar medicamentos em razão da atividade laboral. A influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, o pensamento em deixar o programa e possuir mais ou igual a três artigos científicos em elaboração, foram as variáveis que apresentaram chances aumentadas para a exaustão emocional. Realizar mais de nove horas semanais na graduação associou-se à maiores chances para a baixa realização profissional. Chances reduzidas de docentes com exaustão emocional ocorreram entre os participantes com relacionamento conjugal, satisfeitos com a saúde, pós-doutorado, autonomia e satisfeitos com o trabalho e bom relacionamento interpessoal com os docentes do programa. Chances reduzidas de docentes com despersonalização ocorreu com os que referiram estar satisfeito com o trabalho, possuir bom relacionamento interpessoal com orientandos e docentes e receber bolsa produtividade. Estar satisfeito com o trabalho e programa de atuação, bom relacionamento com orientandos e docentes, bem como apresentar mais de três livros e/ou capítulos publicados no último ano associaram-se aos níveis de baixa realização profissional.

REFERÊNCIAS

- ALVIM, A. L.; FERRAREZI, J. A. S.; SILVA, L. M.; FLORIANO, L. F.; ROCHA, R. L. P. Stress in higher education. **Brazilian Journal of Development**, v. 5, n. 12, p. 32547-58, 2019. Disponível em: <<http://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/5677>> Acesso em: 06 abr 2020.
- BOSI, A. P. Saúde, trabalho docente e pós-graduação no Brasil 1980-2017. **Revista da O**, v. 1, n. 50, p. 243-51, 2019. Disponível em: <<https://revistadaanpoll.emnuvens.com.br/revista/article/view/1314>> Acesso em: 17 abr 2020.
- BRASIL. COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR (CAPES). **Documento de área 2016: Letras e Linguística**. Brasília: CAPES, 2016. Disponível em: <http://capes.gov.br/images/documentos/Documentos_de_area_2017/41_LETR_docarea_2016.pdf>. Acesso em: 01 abr 2020.
- BRASIL. COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR (CAPES). **Plataforma Sucupira**. Brasília, DF: CAPES, 2020. Disponível em: <<https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/>> Acesso em: 02 jan 2019.
- CAMPOS, R. T.; VÉRAS, R. M.; ARAÚJO, T. M. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. **Revista Docência em Ensino Superior**, v. 10, e015193, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/rdes/article/view/15193/16327>> Acesso em: 06 abr 2020.
- CAO, C.; SHANG, L.; MENG, Q. Applying the Job Demands-Resources Model to exploring predictors of innovative teaching among university teachers. **Teaching and Teacher Education**, v. 89, 103009, 2020. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0742051X19310364>> Acesso em: 17 abr 2020.
- COLLADO, P. A.; SORIA, C. B.; CANAFOGLIA, E.; COLLADO, A. Condiciones de trabajo y salud em docentes universitarios y de enseñanza media de Mendoza, Argentina: entre el compromiso y el desgaste emocional. **Salud Colectiva**, v. 12, n.2, p. 203-20, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/scol/2016.v12n2/203-220/>>. Acesso em: 15 abr 2020.
- CORTEZ, P. A.; SOUZA, M. V. R. ; AMARAL, L. O. ; SILVA, L. C. A. A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 25, n. 1, p. 113-22, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1414-462X2017000100113&lng=en&nrm=iso&tlng=pt> Acesso em: 10 dez 2019.
- COSTA, A. C. As injunções aos docentes na universidade pública: de intelectuais a trabalhadores polivalentes. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 14, supl. 1, p. 175-95, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462016000400175&lng=pt&tlng=pt> Acesso em: 17 abr 2020.

DALCIN, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de *burnout* em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. **Psicologia em Revista**, v. 23, n. 2, p. 745-771, 2017. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682017000200013> Acesso em: 17 abr 2020.

DIEHL, I.; CARLOTTO, M. S. Burnout Syndrome in teachers: differences in education levels. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 5, e62952623, 2020. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i5.2623>> Acesso em: 17 abr 2020.

FERNANDES, G. C. P. S.; VANDERBEG, L. O estresse, o professor e o trabalho docente. **Revista Labor**, v. 1, n. 19, p. 75-86, 2018. Disponível em:

<<http://www.periodicos.ufc.br/labor/article/view/39549>> Acesso em: 17 abr 2020.

GALDINO, M. J. Q. **Síndrome de burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de mestrado e doutorado em enfermagem**. 2019. 140f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, Paraná, 2019.

GALDINO, M. J.; MARTINS, J. T.; ROBAZZI, M. L.; PELLOSO, S. M.; BARRETO, M. F.; HADDAD, M. C. Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, 2020. (No prelo)

HAN, J.; YIN, H.; WANG, J.; ZHANG, J. Job demands and resources as antecedents of university teachers' exhaustion, engagement and job satisfaction. **Educational Psychology**, v. 1, n.1, p. 1-18, 2019. Disponível em:

<<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01443410.2019.1674249?af=R&journalCode=cedp20>>. Acesso em: 01 abr 2020.

LUZ, J.G.; PESSA, S.L.R.; LUZ, R.P.; SCHENATTO, F.J.A. Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 12, p. 4621-4632, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019001204621>. Acesso em: 01 abr 2020.

MARTINI, M.; GUIDETTI, G.; VIOTTI, S.; LOERA, B.; CONVERSO, D. Sometimes it drains, sometimes it sustains: the dual role of the relationship with students for University Professors. **Biomed Research International**, v.1, n.1, p. 1-8, 2019.

Disponível em: <<https://www.hindawi.com/journals/bmri/2019/9875090/>>. Acesso em: 15 abr 2020.

MASLACH, C. Finding solutions to the problem of Burnout. **Consulting Psychology Journal: Practice and Research**, v. 69, n. 2, p. 143-52, 2017. Disponível em:

<<https://www.anesthesiac.com/images/eAlertsSource/Finding-solutions-to-burnout-Maslach-CPJ-2017-3.pdf>> Acesso em: 06 abr 2020.

- MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **Maslach burnout inventory (2nd ed.)**. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1986.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Organizational Behavior**, v. 2, p. 99–113, 1981. Disponível em: <https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/documents/faculty_staff_docs/TheMeasurementofExperiencedBurnout.pdf>. Acesso em: 01 abr 2020.
- MASLACH, C.; LEITER, M. P. New insights into burnout and health care: strategies for improving civility and alleviating burnout. **Medical Teacher**, v. 39, n. 2, p. 160-3, 2016. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27841065>>. Acesso em: 01 abr 2020.
- MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. Job burnout. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 397–422, 2001. Disponível em: <<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>>. Acesso em: 01 abr 2020.
- MOUELEU NGALAGOU, P. T.; ASSOMO-NDEMBA, P. B.; OWONA MANGA, L. J. et al. Burnout syndrome and associated factors among university teaching staff in Cameroon: effect of the practice of sport and physical activities and leisures. **L'Encéphale**, v. 45, n.2, p. 101-106, 2019. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30314672>>. Acesso em: 15 abr 2020.
- OLIVEIRA, A. S. D.; PEREIRA, M. S.; LIMA, L. M. Trabalho, produtividade e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n. 3, p. 609-619, 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pee/v21n3/2175-3539-pee-21-03-609.pdf>>. Acesso em: 01 abr 2020.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **CID: Burnout é um fenômeno ocupacional**. 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5949:cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional&Itemid=875> Acesso em: 28 set 2020.
- PUERTAS-MOLERO, P.; ZURITA-ORTEGA, F.; CHACÓN-CUBEROS, R.; MARTÍNEZ-MARTÍNEZ, A.; CASTRO-SÁNCHEZ, M.; GONZÁLEZ-VALERO, G. An explanatory model of emotional intelligence and its association with stress, burnout syndrome, and non-verbal communication in the university teachers. **Journal of Clinical Medicine**. v. 7, n. 524, p. 1-12, 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30544532> >. Acesso em: 15 abr 2020.
- RICHARDS, K. A. R.; HEMPHILL, M. A.; TEMPLIN, T. J. Personal and contextual factors related to teachers' experience with stress and burnout. **Teachers and Teaching: theory and practice**, v. 24, n. 7, p. 768-787, 2018. Disponível em: <<https://experts.illinois.edu/en/publications/personal-and-contextual-factors-related-to-teachers-experience-wi>> Acesso em: 20 jun 2020.
- SANCHEZ, H. M.; SANCHEZ, E. G. M.; BARBOSA, M. A.; GUIMARÃES, E. C.; PORTO, C. C. Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.

24, n. 11, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232019001104111&script=sci_arttext> Acesso em: 20 jun 2020.

SANTANA, J. O.; PEIXOTO, S. V. Inatividade física e comportamentos adversos para a saúde entre professores universitários. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 23, n. 2, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/rbme/v23n2/1517-8692-rbme-23-02-00103.pdf>> Acesso em: 20 jun 2020.

SOUZA, K. R.; MENDONÇA, A. L. O.; RODRIGUES, A. M. S. et al. A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 11, p. 3667-3676, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017021103667>. Acesso em: 01 abr 2020.

TUNDIS, A. G. O.; MONTEIRO, J. K.; SANTOS, A. S.; DALENOGARE, F. S. Estratégias de mediação no trabalho docente: um estudo em uma universidade pública na Amazônia. **Educação em Revista**, v. 34, e172435, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-46982018000100163&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 17 abr 2020.

ZYSBERG, I.; ORENSHTEIN, C.; GIMMON, E.; ROBINSON, R. Emotional intelligence, personality, stress, and burnout among educators. **International Journal of Stress Management**, v. 24, n. 1, p. 122-136, 2017. Disponível em: <<https://psycnet.apa.org/record/2016-17688-001>> Acesso em: 10 jun 2020.

5 ESTUDO 3

WORKAHOLISM E ESGOTAMENTO PROFISSIONAL ENTRE DOCENTES DE MESTRADO E DOUTORADO EM LETRAS E LINGUÍSTICA DO BRASIL

RESUMO

Objetivo: analisar a associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com as dimensões da síndrome de *burnout* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. **Métodos:** estudo transversal realizado com 585 docentes permanentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística do Brasil. A obtenção dos dados ocorreu entre fevereiro a agosto de 2019 por meio de um questionário *online*. Os desfechos deste estudo foram as dimensões trabalho compulsivo e trabalho excessivo da escala *Dutch Work Addiction Scale*, as dimensões da *Maslach Burnout Inventory™* e seus fatores associados, identificados por modelos múltiplos de regressão logística. **Resultados:** docentes com alto nível de trabalho excessivo (29,40%) apresentaram 2,754 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,076 vezes a chance de despersonalização alta. Quanto aos docentes com alto nível de trabalho compulsivo (8,03%), estes apresentaram 4,876 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,972 vezes a chance de despersonalização alta. Não foi identificada associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com a baixa realização profissional. **Conclusão:** os resultados mostraram que existe uma associação estatisticamente significativa entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com exaustão emocional alta e despersonalização alta, possibilitando aos gestores e docentes refletirem os critérios que norteiam seus processos laborais, afim de adotarem modelos de gestão, políticas reguladoras institucionais e estratégias adequadas para melhorar as condições de trabalho e saúde dos docentes.

Descritores: Esgotamento Psicológico; Esgotamento Profissional; Saúde Mental; Docentes.

Palavras-chave: Workaholism; Trabalho Excessivo; Trabalho Compulsivo.

ABSTRACT

Aim: analyze the association between excessive work and compulsive work of workaholism with the dimensions of the burnout syndrome in faculty members of master's and doctoral programs in Languages and Linguistic. **Method:** This is a cross-sectional study conducted with 585 permanent faculty members of master's and doctoral programs in Languages and Linguistic in Brazil. The data collection took place from february to august of 2019 through an online questionnaire. The results of this study were the dimensions excessive work and compulsive work of the Dutch Work Addiction Scale, the dimensions of the Maslach Burnout Inventory™ - Human Services Survey and their factors associated, identified by multiple models of logistic regression. **Results:** Faculty members with high level of excessive work (29,40%) presented 2.754 times ($p=0.001$) the chance of high emotional exhaustion and 2.076 times ($p=0.003$) the chance of high depersonalization. The faculty members with high levels of compulsive work (8,03%) presented 4.876 times ($p=0.001$) the chance of high emotional exhaustion and 2.972 times the chance of high depersonalization ($p=0.003$). It was not identified an association between excessive work and compulsive work with lower levels of professional achievement. **Conclusion:** the results showed that there is a statistically significant association between excessive work and compulsive work with high emotional exhaustion and high

depersonalization, allowing managers and teachers to reflect the criteria that guide their work processes, in order to adopt management models, institutional regulatory policies and appropriate strategies to improve teachers' working and health conditions.

Descriptors: Burnout, Psychological; Burnout, Professional; Mental Health; Faculty.

Key Words: Workaholism; Excessive Work; Compulsive Work.

5.1 INTRODUÇÃO

O *workaholism*, considerado um fenômeno crescente de vício ou dependência comportamental no labor, com desenvolvimento progressivo, caracteriza-se pelas dimensões denominadas trabalho excessivo e trabalho compulsivo em trabalhadores a partir da associação de aspectos ocupacionais e individuais (CARLOTTO et al., 2014; AZEVEDO; MATHIAS, 2017; SPAGNOLI et al., 2019).

Este fenômeno está entre as principais causas de influência negativa na vida e adoecimento físico e mental em trabalhadores (DE ALMEIDA et al., 2020; ANDREASSEN; PALLESEN; TORSHEIM, 2018; BROWN; PASHNIAK, 2018), a partir de uma preocupação excessiva com o trabalho, estimulado por uma motivação incontrolável, maior tempo e esforço investidos em suas atividades laborais (ANDREASSEN; PALLESEN; TORSHEIM, 2018; LICHTENSTEIN et al., 2019).

Denomina-se de *workaholic* ou “viciados em trabalho” indivíduos que apresentam comportamento de trabalho excessivo em relação às horas de sua vida e esforço dedicados ao trabalho (CHEUNG et al., 2018).

Quanto ao desenvolvimento do *workaholism* em docentes universitários, destacam-se os aspectos ocupacionais, em que são necessárias muitas horas de dedicação com intenso esforço mental, físico e emocional para a realização de suas atividades caracterizado, muitas vezes, por uma carga horária excessiva e alterações no comportamento relacionado a uma compulsão por trabalho para conciliar e obter êxito em suas atividades laborais (NIE; SUN, 2016; AMARO; DUMITH, 2018).

O *workaholism* também pode prejudicar as relações interpessoais dos trabalhadores, influenciar em suas condições de saúde (CARLOTTO et al., 2014; ATROSZKO; DEMETROVICS; GRIFFITHS, 2020) e apresentar-se como um fenômeno correlacionado positivamente com outras doenças ocupacionais como a depressão e a síndrome de *burnout* (GALDINO et al., 2020; NIE; SUN, 2016).

A síndrome de *burnout* ou esgotamento profissional, ocorre a partir de uma resposta prolongada aos fatores interpessoais crônicos e o ambiente de trabalho (MASLACH; LEITER, 2016). Estima-se que a síndrome está entre as condições de saúde que acomete um a cada dez trabalhadores em diferentes grupos ocupacionais (PUERTAS-MOLERO et al., 2018) e apresenta alta prevalência entre profissionais da educação (WOJDYLO; KARLSSON; BAUMANN, 2016) como os docentes universitários (NGALAGOU et al., 2018).

O *burnout* é caracterizado a partir de três dimensões denominadas exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (MASLACH; LEITER, 2016). Em relação aos aspectos que predizem o *burnout*, destacam-se os fatores individuais, sociais e organizacionais (DURAK; SARITEPECI, 2018).

A partir da definição do *workaholism* e, considerando os aspectos ocupacionais e individuais, o trabalho de docentes que atuam em Programas de Pós-Graduação (PPG) no qual desempenham um papel fundamental estratégico na produção e consolidação da informação nas áreas de conhecimento enquanto ciência e tecnologia (BRASIL, 2016; VIANA FILHO et al., 2019).

O processo de trabalho do docente de pós-graduação e as suas condições de trabalho podem resultar em insatisfações do professor e em problemas de saúde (SOUZA et al., 2017), uma vez que as atividades desempenhadas possuem uma complexidade própria, devido as especificidades do processo laboral do docente como a carga horária elevada (DE ALMEIDA et al., 2020; VIANA FILHO et al., 2019).

Embora os fatores intrínsecos pessoais possam influenciar nas longas horas de trabalho, faz-se necessário conhecer o efeito de fatores extrínsecos, como a cultura organizacional, as alterações de papéis no trabalho ou a intensificação do trabalho sobre os comportamentos e desempenho cognitivo de trabalhadores (CHEUNG et al., 2018).

Defende-se a hipótese que dentre as profissões que estão pré-dispostas a desenvolver *burnout* e *workaholism*, têm-se os docentes de PPG, visto que há altas exigências para produção científica, atividades fragmentadas como aula em graduação, atividades externas associadas a pós-graduação, dentre outras características ocupacionais que podem potencializar o desenvolvimento destes fenômenos e sua associação.

Portanto, conhecer os aspectos associados ao *workaholism*, ao *burnout* e analisar a associação entre suas dimensões, em docentes que atuam em PPG

stricto sensu em Letras e Linguística (PPGLL), é fundamental para fornecer evidências científicas sobre a saúde mental destes trabalhadores, considerando que no Brasil, estudos sobre o *burnout* em professores, por exemplo, apresenta-se em fase de consolidação (DALCIN et al., 2017).

Diante do exposto, este estudo teve como pergunta de pesquisa “Existe associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo sobre as dimensões da síndrome de burnout em docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística do Brasil?”. Para tanto, o objetivo deste estudo foi analisar a associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo sobre as dimensões da síndrome de *burnout* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil.

5.2 MÉTODOS

Estudo transversal realizado com docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Fizeram parte do estudo 585 docentes credenciados aos PPGLL. Foram incluídos os docentes com vínculo permanente nos PPGLL. Foi utilizado como critério de exclusão os docentes que apresentavam licença de qualquer natureza no ano de 2018.

Para a identificação dos docentes pertencentes aos 155 PPGLL, foi realizado uma busca manual entre os meses janeiro e abril de 2019 na Plataforma Sucupira, ferramenta para coletar informações, realizar análises e avaliações e uma base de referência do Sistema Nacional de Pós-Graduação do Brasil (BRASIL, 2020). Para a coleta das informações referentes aos e-mails de contato de cada docente, realizou-se a busca manual nas páginas eletrônicas de cada programa e foram encaminhados e-mails aos coordenadores dos cursos solicitando as informações que não estavam disponíveis em suas páginas, de forma a complementar as disponíveis nas páginas eletrônicas.

A coleta de dados ocorreu entre fevereiro a agosto de 2019. Para essa etapa, foi desenvolvida uma plataforma virtual, denominada *Mubble*, contendo um questionário semiestruturado (GALDINO, 2019) com variáveis sociodemográficas, de saúde, hábitos de vida e ocupacionais. Com o objetivo de minimizar as falhas na coleta de informações, todas as questões possuíam resposta obrigatória.

A síndrome de *burnout*, desfecho do estudo, foi avaliada pelo *Maslach Burnout Inventory*TM - *Human Services Survey* (MBITM-HSS) em sua versão

traduzida para o português (BENEVIDES-PEREIRA, 2001) e validada para uso no Brasil (CARLOTTO; CÂMARA, 2007). Trata-se de uma escala elaborada por Maslach e Jackson em 1981 (MASLACH; JACKSON, 1981) constituída por 22 itens distribuídos em suas três dimensões: exaustão emocional (nove itens), despersonalização (cinco itens) e baixa realização profissional (oito itens). As respostas podem ser mensuradas em uma escala do tipo Likert de sete pontos, variando de 0 a 6.

Para a análise das respostas obtidas, as três dimensões devem ser analisadas e igualmente consideradas como um construto, com o objetivo de considerar a síndrome em potencialidade de desenvolvimento e não como um diagnóstico (MASLACH; JACKSON, 1986). Dessa forma, quando um indivíduo apresenta simultaneamente altas pontuações em exaustão emocional e despersonalização e baixas pontuações em realização profissional, pode apresentar chances maiores para o desenvolvimento da síndrome de *burnout* (MASLACH, 2017).

Em relação ao *workaholism*, utilizou-se a *Dutch Work Addiction Scale (DUWAS)* em suas duas dimensões denominadas de trabalho excessivo e trabalho compulsivo (CARLOTTO; MIRALLES, 2010; SCHAUFELI; SHIMAZU; TARIS; 2009). Para tanto, os dados foram dicotomizados em alto ou baixo a partir do percentil 75.

A partir do banco de dados realizou-se as análises estatísticas com as seguintes variáveis: sexo (masculino ou feminino), faixa etária (29-49 anos ou 50-78 anos), localização geográfica da universidade (Centro Oeste, Norte, Nordeste, Sul ou Sudeste), qualidade de vida (ruim ou boa), oportunidades de lazer (poucas ou muitas), padrão de sono (ruim ou bom), ativo fisicamente (não ou sim), tipo de instituição (pública ou privada), dois vínculos em PPGLL (não ou sim), orienta mestrado e doutorado (não ou sim), tempo de atuação em PPGLL (≤ 09 anos ou ≥ 10 anos), número de orientandos (≤ 05 alunos ou ≥ 06 alunos), conceito Capes (3-5 ou 6-7).

Para a análise dos dados, utilizou-se o *Statistical Package of Social Sciences (SPSS)*, versão 20.0. O desfecho deste estudo foram as dimensões exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional do MBITM-HSS e as dimensões trabalho excessivo e trabalho compulsivo do DUWAS realizando análise bivariada e o cálculo das frequências absolutas e relativas.

A associação entre a síndrome de *burnout* (variável dependente), trabalho excessivo e trabalho compulsivo (variáveis independentes) foi verificada por meio de modelos múltiplos de regressão logística considerando as variáveis de ajuste: sexo, faixa etária, ser professor sênior e anos de atuação no mestrado e doutorado. Os resultados foram apresentados em *odds ratio* (OR) brutos e ajustados com intervalos de confiança de 95%.

O desenvolvimento do estudo atendeu às normas de ética em pesquisa nacionais e internacionais, incluindo aprovação conforme Parecer n°. 2.347.839, CAAE: 79006017.0.0000.5231.

5.3 RESULTADOS

Dos 585 participantes, a maioria era mulher (372; 63,59%), sendo que 298 (50,94%) docentes apresentavam idade entre 29 e 49 anos. Quanto às condições de saúde, 423 (72,31%) não eram ativos fisicamente, 434 (74,19%) consideravam sua qualidade de vida boa. No entanto, 341 (58,29%) responderam possuir padrão de sono ruim e 459 (78,46%) mencionaram não possuir oportunidade para lazer.

Quanto à participação geográfica dos PPGLL, 204 (34,87%) docentes eram vinculados a programas da região sudeste, 165 (28,21%) da região Sul, 121 (20,68%) da região Nordeste, 62 (10,60%) da região Centro-Oeste e, 33 (5,64%) de programas da região Norte.

A alta exaustão emocional associou-se à faixa etária ($p=0,001$), qualidade de vida ($p=0,001$), oportunidades de lazer ($p=0,001$), padrão de sono ($p=0,001$), ser ativo fisicamente ($p=0,001$) e tempo de atuação nos PPGLL ($p=0,001$). A alta despersonalização associou-se à faixa etária ($p=0,002$), localização geográfica da universidade ($p=0,034$), qualidade de vida ($p=0,016$), padrão de sono ($p=0,008$), tempo de atuação nos PPGLL ($p=0,009$) e conceito CAPES ($p=0,009$). A baixa realização profissional associou-se à faixa etária ($p=0,017$), localização geográfica da universidade ($p=0,005$), qualidade de vida ($p=0,001$), oportunidades de lazer ($p=0,001$), padrão de sono ($p=0,001$), tempo de atuação nos PPGLL ($p=0,001$), e número de orientandos (0,025) (tabela 1).

O trabalho em nível excessivo alto associou-se à faixa etária ($p=0,001$), qualidade de vida ($p=0,001$), oportunidades de lazer ($p=0,001$), padrão de sono ($p=0,001$), ser ativo fisicamente ($p=0,002$) e ao tempo de atuação nos PPGLL

($p=0,004$). Já o trabalho em nível compulsivo alto associou-se às variáveis qualidade de vida ($p=0,001$), oportunidades de lazer ($p=0,001$), padrão de sono ($p=0,001$) e ser ativo fisicamente (0,030) (tabela 2).

Tabela 1 – Associação das variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida com as dimensões da síndrome de *burnout* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020.

Variável de análise	Exaustão emocional alta			Despersonalização alta			Realização profissional baixa		
	Não n(%)	Sim n(%)	<i>p</i> - <i>value</i>	Não n(%)	Sim n(%)	<i>p</i> - <i>value</i>	Não n(%)	Sim n(%)	<i>p</i> - <i>value</i>
Sexo									
Masculino	112 (52,6)	101 (47,4)	0,773	180 (84,5)	33 (15,5)	0,386	151 (70,9)	62 (29,1)	0,148
Feminino	191 (51,3)	181 (48,7)		324 (87,1)	48 (12,9)		284 (76,3)	88 (23,7)	
Faixa etária									
29-49 anos	126 (42,3)	172 (57,7)	0,001	244 (81,9)	54 (18,1)	0,002	209 (70,1)	89 (29,9)	0,017
50-78 anos	177 (61,7)	110 (38,3)		260 (90,6)	27 (9,4)		226 (78,7)	61 (21,3)	
Localização geográfica da universidade									
Centro Oeste	31 (50)	31 (50)	0,197	50 (80,6)	12 (19,4)	0,034	51 (82,3)	11 (17,7)	0,005
Norte	13 (39,4)	20 (60,6)		24 (72,7)	9 (27,3)		20 (60,6)	13 (39,4)	
Nordeste	73 (60,3)	48 (39,7)		109 (90,1)	12 (9,9)		101 (83,5)	20 (16,5)	
Sul	82 (49,7)	83 (50,3)		138 (83,6)	27 (16,4)		111 (67,3)	54 (32,7)	
Sudeste	104 (51)	100 (49)		183 (89,7)	21 (10,3)		152 (74,5)	52 (25,5)	
Qualidade de vida									
Ruim	39 (25,8)	112 (74,2)	0,001	121 (80,1)	30 (19,9)	0,016	92 (60,9)	59 (39,1)	0,001
Boa	264 (60,8)	170 (39,2)		383 (88,2)	51 (11,8)		343 (79)	91 (21)	
Oportunidades de lazer									
Poucas	207 (45,1)	252 (54,9)	0,001	390 (85)	69 (15)	0,100	327 (71,2)	132 (28,8)	0,001
Muitas	96 (76,2)	30 (23,8)		114 (90,5)	12 (9,5)		108 (85,7)	18 (14,3)	
Padrão de sono									
Ruim	135 (39,6)	206 (60,4)	0,001	283 (83)	58 (17)	0,008	235 (68,9)	106 (31,1)	0,001
Bom	168 (68,9)	76 (31,1)		221 (90,6)	23 (9,4)		200 (82)	44 (18)	

Tabela 1 – Associação das variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida com as dimensões da síndrome de *burnout* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020.

(Continuação)

Variável de análise	Exaustão emocional alta		p-value	Despersonalização alta		p-value	Realização profissional baixa		p-value
	Não n(%)	Sim n(%)		Não n(%)	Sim n(%)		Não n(%)	Sim n(%)	
Ativo fisicamente									
Não	201 (47,5)	222 (52,5)	0,001	359 (84,9)	64 (15,1)	0,137	307 (72,6)	116 (27,4)	0,106
Sim	102 (63)	60 (37)		145 (89,5)	17 (10,5)		128 (79)	34 (21)	
Tipo de instituição									
Pública	265 (51,4)	251 (48,6)	0,561	445 (86,2)	71 (13,8)	0,869	383 (74,2)	133 (25,8)	0,838
Privada	38 (55,1)	31 (44,9)		59 (85,5)	10 (14,5)		52 (75,4)	17 (24,6)	
Dois vínculos em PPGLL									
Não	235 (50,5)	230 (49,5)	0,230	403 (86,7)	62 (13,3)	0,486	342 (73,5)	123 (26,5)	0,372
Sim	68 (56,7)	52 (43,3)		101 (84,2)	19 (15,8)		93 (77,5)	27 (22,5)	
Orienta mestrado e doutorado									
Não	88 (47,6)	97 (52,4)	0,164	152 (82,2)	33 (17,8)	0,062	128 (69,2)	57 (30,8)	0,054
Sim	215 (53,8)	185 (46,3)		352 (88)	48 (12)		307 (76,8)	93 (23,3)	
Tempo de atuação nos PPGLL									
≤ 09 anos	153 (45,7)	182 (54,3)	0,001	278 (83)	57 (17)	0,009	232 (69,3)	103 (30,7)	0,001
≥ 10 anos	150 (60)	100 (40)		226 (90,4)	24 (9,6)		203 (81,2)	47 (18,8)	
Número de orientandos									
≤ 05 alunos	160 (50,5)	157 (49,5)	0,487	272 (85,8)	45 (14,2)	0,790	224 (70,7)	93 (29,3)	0,025
≥ 06 alunos	143 (53,4)	125 (46,6)		232 (86,6)	36 (13,4)		211 (78,7)	57 (21,3)	
Conceito CAPES									
03-05	222 (51,3)	211 (48,7)	0,668	364 (84,1)	69 (15,9)	0,009	321 (74,1)	112 (25,9)	0,833
06-07	81 (53,3)	71 (47,7)		140 (92,1)	12 (7,9)		114 (75)	38 (25)	

Tabela 2 – Associação das variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida com o trabalho excessivo e compulsivo em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020.

Variável de análise	Nível excessivo		<i>p-value</i>	Nível compulsivo		<i>p-value</i>
	Baixo n(%)	Alto n(%)		Baixo n(%)	Alto n(%)	
Sexo						
Masculino	157 (73,7)	56 (26,3)	0,209	200 (93,9)	13 (6,1)	0,185
Feminino	256 (68,8)	116 (31,2)		338 (90,9)	34 (9,1)	
Faixa etária						
29-49 anos	190 (63,8)	108 (36,2)	0,001	272 (91,3)	26 (8,7)	0,531
50-78 anos	223 (77,7)	64 (22,3)		266 (92,7)	21 (7,3)	
Localização geográfica da universidade						
Centro Oeste	40 (64,5)	22 (35,5)	0,178	56 (90,3)	6 (9,7)	0,960
Norte	22 (66,7)	11 (33,3)		32 (97)	1 (3)	
Nordeste	89 (73,6)	32 (26,4)		111 (91,7)	10 (8,3)	
Sul	108 (65,5)	57 (34,5)		151 (91,5)	14 (8,5)	
Sudeste	154 (75,5)	50 (24,5)		188 (92,2)	16 (7,8)	
Qualidade de vida						
Ruim	84 (55,6)	67 (44,4)	0,001	124 (82,1)	27 (17,9)	0,001
Boa	329 (75,8)	105 (24,2)		414 (95,4)	20 (4,6)	
Oportunidades de lazer						
Poucas	308 (67,1)	151 (32,9)	0,001	414 (90,2)	45 (9,8)	0,001
Muitas	105 (83,3)	21 (16,7)		124 (98,4)	2 (1,6)	
Padrão de sono						
Ruim	214 (62,8)	127 (37,2)	0,001	301 (88,3)	40 (11,7)	0,001
Bom	199 (81,6)	45 (18,4)		237 (97,1)	7 (2,9)	
Ativo fisicamente						
Não	284 (67,1)	139 (32,9)	0,002	383 (90,5)	40 (9,5)	0,030
Sim	129 (79,6)	33 (20,4)		155 (95,7)	7 (4,3)	

Tabela 2 – Associação das variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida com o trabalho excessivo e compulsivo em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020.

Variável de análise	Nível excessivo		<i>p-value</i>	Nível compulsivo		<i>p-value</i>
	Baixo n(%)	Alto n(%)		Baixo n(%)	Alto n(%)	
Tipo de instituição						
Pública	362 (70,2)	154 (29,8)	0,516	475 (92,1)	41 (7,9)	0,831
Privada	51 (73,9)	18 (26,1)		63 (91,3)	6 (8,7)	
Dois vínculos em PPGLL						
Não	325 (69,9)	140 (30,1)	0,458	429 (92,3)	36 (7,7)	0,614
Sim	88 (73,3)	32 (26,7)		109 (90,8)	11 (9,2)	
Orienta mestrado e doutorado						
Não	126 (68,1)	59 (31,9)	0,371	172 (93)	13 (7)	0,538
Sim	287 (71,8)	113 (28,2)		366 (91,5)	34 (8,5)	
Tempo de atuação nos PPGLL						
≤ 09 anos	221 (66)	114 (34)	0,004	307 (91,6)	28 (8,4)	0,738
≥ 10 anos	192 (76,8)	58 (23,2)		231 (92,4)	19 (7,6)	
Número de orientandos						
≤ 05 alunos	222 (70)	95 (30)	0,743	292 (92,1)	25 (7,9)	0,886
≥ 06 alunos	191 (71,3)	77 (28,7)		246 (91,8)	22 (8,2)	
Conceito CAPES						
03-05	302 (69,7)	131 (30,3)	0,443	399 (92,1)	34 (7,9)	0,786
06-07	111 (73)	41 (27)		139 (91,4)	13 (8,6)	

(Continuação)

A tabela 3 mostra que docentes com alto nível de trabalho excessivo apresentaram 2,754 vezes ($p=0,001$) a chance de exaustão emocional alta e 2,076 vezes ($p=0,003$) a chance de despersonalização alta. Quanto aos docentes que apresentaram alto nível de trabalho compulsivo, estes apresentaram 4,876 vezes ($p=0,001$) a chance de exaustão emocional e 2,972 vezes ($p=0,002$) a chance de despersonalização alta.

Tabela 3 – Associação entre as dimensões da síndrome de *burnout* e *workaholism* em docentes de mestrado e doutorado em Letras e Linguística do Brasil. Brasil, 2020.

Modelo Múltiplo	P-valor	Odds Ratio^{Bruto} (IC 95%)	P-valor	Odds Ratio^{Ajustado} (IC 95%)
Exaustão emocional alta				
Trabalho Excessivo	0,001	2,082(2,119-4,483)	0,001	2,754(1,876-4,043)
Trabalho Compulsivo	0,001	5,087(2,412-10,729)	0,001	4,876(2,291-10,377)
Despersonalização alta				
Trabalho Excessivo	0,001	2,298(1,423-3,713)	0,003	2,076(1,272-3,387)
Trabalho Compulsivo	0,002	2,982(1,518-5,860)	0,002	2,972(1,495-5,907)
Baixa realização profissional				
Trabalho Excessivo	0,065	1,451(0,977-2,155)	0,141	1,356(0,904-2,034)
Trabalho Compulsivo	0,741	1,119(0,574-2,183)	0,728	1,127(0,573-2,218)

*Ajustado por sexo, faixa etária, professor sênior e anos de atuação no mestrado e doutorado.

5.4 DISCUSSÃO

A análise da associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com as dimensões exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional da síndrome de *burnout* mostrou que os docentes com altos níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo apresentaram chances aumentadas de exaustão emocional e despersonalização. No entanto, observou-se que o trabalho excessivo e trabalho compulsivo não foram significativamente associados à baixa realização profissional.

Estudo realizado por Clark et al. (2016), mostrou por meio da realização de uma metanálise uma relação positiva entre *workaholism* e *burnout*. Os resultados do estudo apresentaram correlações maiores com as dimensões de exaustão emocional ($p=0,42$) e despersonalização ($p=0,29$) em relação à baixa realização profissional. Outro estudo (CHEUNG et al., 2018) realizado com o objetivo de

comparar o *workaholism* enquanto preditor para o *burnout* em grupos ocupacionais da China e dos Estados Unidos mostrou o *workaholism* positivamente correlacionado com exaustão emocional e despersonalização. Os resultados de ambas investigações corroboram com os achados do presente estudo.

Em relação ao trabalho docente, sobretudo em cursos de mestrado e doutorado, considera-se que a intensificação das atividades laborais desenvolvidas pode ser um fator que potencializa o trabalho excessivo, o trabalho compulsivo e, conseqüentemente, a exaustão emocional e despersonalização. Este fator refere-se ao aumento da carga de trabalho esperada de um trabalhador, aumentando o número de tarefas a serem realizadas ou diminuindo o tempo permitido para concluir demandas exigidas (CHEUNG et al., 2018).

Pressupõe-se que o trabalho docente resulta em um intenso desgaste cognitivo em que os professores enfrentam mais de 40 horas de trabalho por semana, além de disporem de tempo para participar de atividades extraclasse, atividades burocráticas e estarem inseridos no desenvolvimento de pesquisas. Assim, com um aumento de funções e atividades delegadas, trabalhadores passam mais horas para cumprir os seus prazos e funções de modo que mais horas de trabalho podem levar a maior fadiga, estresse no trabalho e desequilíbrio na vida profissional (CHEUNG et al., 2018).

Importante estudo (BENTLEY; KYVI, 2012) realizado com docentes universitários de 13 países (Argentina, Austrália, Brasil, Canadá, China, Finlândia, Alemanha, Hong Kong, Itália, Malásia, Noruega, Reino Unido e Estados Unidos) mostrou que já em 2012 a média de horas trabalhadas por seus participantes foi de 48,4 horas por semana, e aproximadamente 20% deles relataram trabalhar mais de 60 horas entre segunda e sexta-feira.

Em relação às variáveis que podem ser associadas tanto ao *workaholism* como ao *burnout* em docentes universitários, sobretudo os que atuam em cursos de mestrado e doutorado, observa-se que a pressão para o desenvolvimento de pesquisas e publicação científica são os principais fatores de estresse ocupacional e que podem estar associados a altos níveis de exaustão emocional e despersonalização (DIEHL; CARLOTTO, 2020).

Destaca-se que a exaustão emocional aumenta conforme o trabalhador possui uma maior percepção de que a profissão é estressante, acredita que a profissão está interferindo na vida pessoal e/ou considera suas atividades de

trabalho menos interessante de quando começou. Já em relação à despersonalização, seus níveis podem aumentar com maior tempo de serviço, percepção das expectativas familiares, mau comportamento dos alunos, falta de autonomia, estabilidade e trabalho como espaço total de vida e menor satisfação com o crescimento profissional (DALCIN et al., 2017).

Quanto aos fatores associados às dimensões do *workaholism* e *burnout* deste estudo, destaca-se que a porcentagem de docentes de até 49 anos com exaustão emocional alta, despersonalização alta, realização profissional baixa e nível de trabalho excessivo alto foi maior do que entre os docentes com mais de 50 anos de idade. Estes achados corroboram com a afirmativa de que o *workaholism* pode estar significativamente correlacionado com a faixa etária na qual indivíduos mais novos apresentam altos níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo em relação aos de idade mais elevada (KOVALCHUK et al., 2019).

Destaca-se que o *burnout* é comum em professores mais jovens (CARLOTTO, 2010). Já em relação às suas dimensões, a exaustão emocional diminui de acordo com a elevação da idade e a despersonalização pode elevar com o aumento da idade, sendo mais comum em faixa etária de 40 a 59 anos. No entanto, resultados relacionados à relação entre estas variáveis, em professores, ainda são incipientes (DALCIN et al., 2017), sobretudo em docentes que atuam em programas de pós-graduação.

Observou que na localização geográfica houve diferença significativa entre a região da universidade em que os participantes atuavam para a despersonalização e realização profissional baixa. Tal achado pode estar relacionado à desigualdade na construção e distribuição regional dos programas de pós-graduação no Brasil, em que se evidencia uma forte concentração nas regiões mais ricas do país (VIANA FILHO et al., 2019) e favorecimento das regiões Sudeste, Sul e o Distrito Federal, fundamentalmente para os estados do Rio de Janeiro e São Paulo (NAZARENO; HERBETTA, 2019).

Defende-se a hipótese de que a assimetria e desigualdades oriundas da construção da pós-graduação *stricto sensu* no Brasil apresentam uma influência no perfil dos PPGLL, exigências dos programas no desenvolvimento do trabalho docente, forma como os docentes se sentem e desempenham suas funções e, conseqüentemente nas condições de trabalho e saúde física e mental dos professores.

Os docentes do presente estudo que referiram possuir mais de dez anos de atuação em PPGLL apresentaram porcentagens menores de trabalho excessivo alto, exaustão emocional alta, despersonalização alta e realização profissional baixa, quando comparados aos docentes com menos de nove anos de atuação. No entanto, a porcentagem de realização profissional baixa foi menor entre docentes que referiram possuir mais de seis orientandos.

Destaca-se que não foram identificados estudos que pudessem amparar a discussão desses resultados, porém, supõe-se que os docentes que possuem mais de seis orientandos possuem um maior tempo de docência, apresentam suas carreiras consolidadas e uma maior estratégia de enfrentamento em relação aos aspectos ocupacionais dos seus processos de trabalho, contribuindo para maior satisfação profissional e prazer com o trabalho.

Docentes pertencentes a cursos com conceito CAPES 6 e 7 apresentaram porcentagem menor de despersonalização alta em relação aos cursos com notas 3 a 5. Embora as características do trabalho sejam diferentes em instituições privadas e públicas (OLIVEIRA; PEREIRA; LIMA, 2017), as exigências de avaliação em relação aos Programas de Pós-Graduação pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), órgão governamental regulador da pós-graduação no Brasil, são únicas para a área.

No entanto, presume-se que os PPGLL com conceitos 3 a 5 estão em busca da consolidação e excelência, bem como do reconhecimento de seus programas, manutenção e ampliação dos recursos para os cursos e, a partir das exigências apresentadas aos docentes e do modelo de avaliação adotado, em longo prazo, podem ser fatores associados à despersonalização destes profissionais.

Sobre o modelo de avaliação dos Programas de Pós-Graduação *stricto sensu* realizado pela CAPES, a competição que emerge a partir das exigências cobradas para o desempenho dos cursos de mestrado e doutorado, permanência ou desligamento destes programas, são fatores de questionamento por parte dos docentes em relação ao seu sentimento de pertencimento a estes programas (SOUZA et al., 2017).

Os docentes do presente estudo que referiram qualidade de vida boa apresentaram uma porcentagem menor de altos níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo, exaustão emocional alta, despersonalização alta e realização

profissional baixa, quando comparados aos docentes que referiram qualidade de vida ruim.

A qualidade de vida de um indivíduo constitui-se como um importante fator de saúde que pode ser afetado pelo *workaholism* pois, a partir do comportamento de trabalho excessivo e compulsivo, muitas vezes a fadiga do trabalhador não é reconhecida (LICHTENSTEIN et al., 2019).

Independente da cultura, o *workaholism* é prejudicial ao bem-estar dos trabalhadores por associar-se a altos níveis de tensão no trabalho e, conseqüentemente, altos níveis de exaustão emocional, baixa qualidade de vida e qualidade de sono comprometida (KOVALCHUK et al., 2019). Assim, tanto os indivíduos como as organizações de trabalho necessitam de estratégias de mudança (CHEUNG et al., 2018).

Neste estudo, os participantes que referiram possuir um padrão de sono bom apresentaram uma porcentagem menor de altos níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo, alta exaustão emocional, despersonalização alta e realização profissional baixa, quando comparados aos docentes que referiram possuir padrão de sono ruim. Acrescenta-se também que os docentes do presente estudo que referiram ser ativo fisicamente apresentou uma porcentagem menor de trabalho excessivo alto, trabalho compulsivo alto e exaustão emocional alta. A realização de atividade física e o sono são importantes para a recuperação do ser humano minimizando um processo de irritação ou extenuação no corpo e mente (AMARO; DUMITH, 2018).

Quanto à atividade física, a organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que as pessoas entre 18 a 64 anos pratiquem semanalmente pelo menos 150 minutos de atividade leve ou moderada ou, no mínimo, 75 minutos de atividade de maior intensidade (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018). Esta prática é considerada um fator de proteção para o *burnout* em docentes universitários (NGALAGOU et al., 2018).

No entanto, os achados de Amaro e Dumith (2018) a partir de estudo realizado com 270 docentes universitários, mostrou a falta de atividade física no tempo livre por quase um terço (29,6%) dos participantes, semelhante aos achados neste estudo. Pressupõe-se que o ritmo elevado de trabalho e outros fatores ocupacionais geram conseqüências para o professor tais como, a redução do tempo de lazer, dificuldade para dedicar-se a contento a determinados afazeres,

desequilíbrio psíquico-emocional, bem como a fragilização de vínculos afetivos (RUZA; SILVA, 2016).

O sono constitui-se como um importante fator de proteção, restauração física e equilíbrio de saúde para o ser humano desde que seja suficiente e de qualidade. No entanto, desequilíbrios neste fator podem afetar a performance cognitiva, mental e física do indivíduo e é considerado um sério problema na manutenção da saúde e de trabalhadores, sobretudo os *workaholics* (KOVALCHUK et al., 2019).

Desequilíbrios no padrão e na qualidade do sono são considerados fatores que constituem um dos resultados do trabalhador que apresenta vício de trabalho em diferentes grupos ocupacionais resultando em menor qualidade de vida (KOVALCHUK et al., 2019; ARIAPOORAN, 2019; ANDREASSEN; PALLESEN; TORSHEIM, 2018). Docentes universitários apresentam uma associação significativa entre a sonolência diurna excessiva e menores escores em itens como capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral da saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspecto emocional e saúde emocional (AMARO; DUMITH, 2018).

Destaca-se que o sofrimento vivenciado por trabalhadores em seu contexto ocupacional resulta em adoecimento mental e, geralmente, está associado às manifestações como sintomas psicossomáticos de ansiedade, desgaste físico e emocional, cansaço, fadiga, tensão, angústia, sonolência (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015) e insônia (LICHTENSTEIN et al., 2019).

Por outro lado, os docentes do presente estudo que referiram possuir muitas oportunidades de lazer apresentaram uma porcentagem menor de altos níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo, alta exaustão emocional e realização profissional baixa, quando comparados aos docentes que mencionaram possuir poucas oportunidades de lazer. Nesta perspectiva, trabalhadores com altos níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo devem investir seus recursos cognitivos, emocionais e físicos no processo de trabalho, mas nem sempre conseguem reabastecer seus recursos por meio de atividades restauradoras como o lazer (CHEUNG et al., 2018).

Ademais, o uso de tecnologias e meios de comunicação disponíveis 24 horas por dia, comumente utilizados no trabalho docente, faz com que os trabalhadores estejam cada vez mais disponíveis para o trabalho fora do ambiente próprio para executar e desempenhar suas atividades, assumindo mais responsabilidades e, muitas vezes, abdicando de momentos para o tempo de lazer (LICHTENSTEIN et

al., 2019). Essas funções desempenhadas via remota, com destaque para a participação em bancas de avaliação, o uso de aplicativos como o Whatsapp® para comunicação com alunos e colegas de trabalho, bem como a participação em reuniões virtuais podem intensificar a sobrecarga de trabalho docente e consequentemente influenciar nas condições de saúde do trabalhador, sobretudo na mental.

Para finalizar, observou-se que o delineamento de estudo não permitiu analisar as causas específicas dos fatores associados tanto do *workaholism* como para o *burnout*. No entanto, destaca-se que este estudo é pioneiro no estudo do *workaholism* e *burnout* em docentes que atuam em PPGLL e fornece evidências científicas para a construção do conhecimento em saúde, bem como para a elaboração de ações para a promoção da saúde mental dos docentes de mestrado e/ou doutorado de programas desta área do conhecimento.

5.5 CONCLUSÃO

Este estudo mostrou que houve uma associação estatisticamente significativa entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com exaustão emocional alta e despersonalização alta nos profissionais investigados. Docentes com alto nível de trabalho excessivo (n=172; 29,40%) apresentaram 2,754 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,076 vezes a chance de despersonalização alta. Quanto aos docentes que apresentaram alto nível de trabalho compulsivo (n=47; 8,03%), estes apresentaram 4,876 vezes a chance de exaustão emocional e 2,972 vezes a chance de despersonalização alta.

Os resultados encontrados permitem aos gestores e docentes refletirem os critérios que norteiam seus processos de trabalho, para que adotem modelos de gestão, políticas reguladoras institucionais e estratégias adequadas para garantirem melhores as condições de trabalho e saúde dos docentes. Como exemplos, destacam-se o desenvolvimento de grupos e avaliação da eficácia de estratégias como momentos de revisão e automonitoramento das habilidades sociais dos docentes, bem como a oferta de momentos e/ou atividades de lazer no contexto do trabalho.

REFERÊNCIAS

AMARO, J. M. R. S.; DUMITH, S. C. Sonolência diurna excessiva e qualidade de vida relacionada à saúde dos professores universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 2, p. 94-100, 2018. Disponível em:

<https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0047-20852018000200094&lng=en&nrm=iso&tlng=pt> Acesso em: 04 jun 2020.

ANDREASSEN, C. S.; PALLESEN, S.; TORSHEIM, T. Workaholism as a mediator between work-related stressors and health outcomes. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 15, n. 73, p. 1-12, 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5800172/>> Acesso em: 01 dez 2019.

ARIAPOORAN, S. Sleep problems and depression in Iranian nurses: The predictive role of workaholism. **Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research**, 2019, v. 24, n. 1, p. 30–37. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6298169/>> Acesso em: 04 jun 2020.

ATROSZKO, P. A.; DEMETROVICS, Z.; GRIFFITHS, M. D. Work-addiction, obsessive-compulsive personality disorder, burnout and global burden of disease: implications from the ICD-11. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 2, p. 660, 2020. Disponível em:

<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31968540/>> Acesso em: 30 mai 2020.

AZEVEDO, W. F.; MATHIAS, L. A. S. T. Adição ao trabalho e qualidade de vida: um estudo com médicos. **Einstein (São Paulo)**, v. 15, n. 2, p. 130-135, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/eins/v15n2/1679-4508-eins-15-02-0130.pdf>> Acesso em: 01 dez 2019.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. MBI – Maslach Burnout Inventory e suas adaptações para o Brasil. In: **Anais da 32ª Reunião Anual de Psicologia**, Rio de Janeiro, p. 84-85, 2001.

BENTLEY, P. J.; KYVIK, S. Academic work from a comparative perspective: a survey of faculty working time across 13 countries. **Higher Education**, v. 63, n. 4, p. 529-547, 2012. Disponível em: <<https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-011-9457-4>> Acesso em: 06 jun 2020.

BRASIL. COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. **Documento de área 2016: Letras e Linguística**. Brasília: CAPES, 2016. Disponível em:

<http://capes.gov.br/images/documentos/Documentos_de_area_2017/41_LETR_docarea_2016.pdf>. Acesso em: 14 ago 2018.

BRASIL. COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR (CAPES). **Plataforma Sucupira**. Brasília, DF: CAPES, 2020. Disponível em: <<https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/>> Acesso em: 02 jan 2019.

BROWN, C. A.; PASHNIAK, L. M. Psychological health and occupational therapists: Burnout, Engagement and Work Addiction. **Work**, v. 60, n. 4, p. 513-525, 2018.

Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30103359/>> Acesso em: 30 mai 2020.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout: diferenças segundo níveis de ensino. **Revista Psico**, v. 41, n. 4, p. 495-502, 2010. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/4881>> Acesso em: 30 mai 2020.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Propriedades psicométricas do *Maslach Burnout Inventory* em uma amostra multifuncional. **Estudos de Psicologia**, v. 24, n. 3, p. 325-332, 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v24n3/a04v24n3.pdf>> Acesso em: 10 jul 2019.

CARLOTTO, M. S.; MIRALLES, M. D. L. Tradução, adaptação e exploração de propriedades psicométricas da Escala de Adição ao Trabalho Dutch Work Addiction Scale (DUWAS). **Contextos Clínicos**, v. 3, n. 2, p. 141-50, 2010. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822010000200008> Acesso em: 30 mai 2020.

CARLOTTO, M. S.; WENDT, G. W.; LISBOA, C.; MORAES, M. A. Preditores da adição ao trabalho em trabalhadores que utilizam tecnologias de informação e comunicação. **Temas em Psicologia**, v. 22, n. 2, p. 377-387, 2014. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v22n2/v22n2a10.pdf>> Acesso em: 10 dez 2019.

CHEUNG, F.; TANG, C. S. K.; LIM, M. S. M.; KOH, J. M. Workaholism on Job Burnout: a comparison between American and Chinese employees. **Frontiers in Psychology**, v. 9, n. 1, p. 1-11, 2018. Disponível em: <<https://scholars.ln.edu.hk/en/publications/workaholism-on-job-burnout-a-comparison-between-american-and-chin>> Acesso em: 04 jun 2020.

CLARK, M. A.; MICHEL, J. S.; HDANOVA, L.; PUI, S. Y.; BALTES, B. B. All work and no play? A meta-analytic examination of the correlates and outcomes of workaholism. **Journal of Management**, v. 42, n. 1, p. 1836–1873, 2016. Disponível em: <<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0149206314522301>> Acesso em: 04 jun 2020.

DALCIN, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. **Psicologia em Revista**, v. 23, n. 2, p. 745-771, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682017000200013> Acesso em: 04 jun 2020.

DE ALMEIDA, L. P. B. M.; BARRETO, M.; MARTINS, J. T.; HADDAD, M. C. F. L.; GALDINO, M. J. Workaholism entre docentes de pós-graduação stricto sensu em enfermagem no Brasil. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, e3326, p. 1-8, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692020000100389&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt> Acesso em: 10 out 2020.

DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores: diferenças entre níveis de ensino. **Research, Society and Development**, v. 9, n.5, e62952623, 2020. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/340419876_Sindrome_de_Burnout_em_professores_diferencas_entre_niveis_de_ensino> Acesso em: 04 jun 2020.

DURAK, H. Y.; SARITEPECI, M. Occupational Burnout and cyberloafing among teachers: analysis of personality traits, individual and occupational status variables as predictors. **The Social Science Journal**, v. 56, n. 1, p. 69-87, 2019. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0362331918301526>> Acesso em: 30 mai 2020.

GALDINO, M. J. Q. **Síndrome de burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de mestrado e doutorado em enfermagem**. 2019. 140f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, Paraná, 2019.

GALDINO, M. J.; MARTINS, J. T.; ROBAZZI, M. L.; PELLOSO, S. M.; BARRETO, M. F.; HADDAD, M. C. Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, 2020. (No prelo)

GIONGO, C. R.; MONTEIRO, J. K.; SOBROSA. Psicodinâmica do trabalho no Brasil: revisão sistemática da literatura. **Temas em Psicologia**, v. 23, n. 4, p. 803-814, 2015. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2015000400002> Acesso em: 01 jun 2020.

KOVALCHUK, L. S.; BUONO, C.; INGUSCI, E.; MAIORANO, F.; CARLO, E.; MADARO, A. et al. Can work engagement be a resource for reducing workaholism's undesirable outcomes? A multiple mediating model including moderated mediation analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, 1402, p. 1-20, 2019. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6518144/>> Acesso em: 01 jun 2020.

LICHTENSTEIN, M. B.; MALKENES, M.; SIBBERSEN, C.; HINZE, C. J. Work addiction is associated with increased stress and reduced quality of life: validation of the Bergen Work Addiction Scale in Danish. **Scandinavian Journal of Psychology**, v. 60, n. 2, p. 145-151, 2019. Disponível em:

<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30615193/>> Acesso em: 02 jun 2020.

MASLACH, C. Finding solutions to the problem of Burnout. **Consulting Psychology Journal: Practice and Research**, v. 69, n. 2, p. 143-52, 2017.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **Maslach Burnout inventory (2nd ed.)**. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1986.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced Burnout. **Journal of Occupational Behaviour**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. New insights into Burnout and health care: strategies for improving civility and alleviating Burnout. **Medical Teacher**, v. 39, n. 2, p. 160-3,

2016. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27841065>>. Acesso em: 01 abr 2020.

NAZARENO, E.; HERBETTA, A. F. A pós-graduação brasileira: sua construção assimétrica e algumas tentativas de superação. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 24, n. 2, p. 103-112, 2019. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epsic/v24n2/a02v24n2.pdf>>. Acesso em: 29 set 2020.

NGALAGOU, P. T. M.; ASSOMO-NDEMBA, P. B.; MANGA, L. J. O.; EBOLO, H. O.; AYINA, C. N.; TANGA, M. Y. et al. Burnout syndrome and associated factors among university teaching staff in Cameroon: effect of the practice of sport and physical activities and leisures. **L'Encéphale**, v. 25, n. 2, p. 101-106, 2019. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30314672/>> Acesso em: 30 mai 2020.

NIE, Y.; SUN, H. Why do workaholics experience depression? A study with Chinese University teachers. **Journal of Health Psychology**, v. 21, n. 10, p. 2339-46, 2016.

OLIVEIRA, A. S. D.; PEREIRA, M. S.; LIMA, L. M. Trabalho, produtivismo e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n. 3, p. 609-619, 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pee/v21n3/2175-3539-pee-21-03-609.pdf>>. Acesso em: 01 abr 2020.

PUERTAS-MORELO, P.; ZURITA-ORTEGA, F.; CHACÓN-CUBEROS, R.; MARTÍNEZ-MARTÍNEZ, A.; CASTRO-SÁNCHEZ, M.; GONZÁLEZ-VALERO, G. An explanatory model of emotional intelligence and its association with stress, Burnout syndrome, and non-verbal communication in the university teachers. **Journal of Clinical Medicine**, v. 7, n. 524, p. 1-12, 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30544532> >. Acesso em: 15 abr 2020.

RUZA, F. M.; SILVA, E. P. As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? **Revista Subjetividades**, v. 16, n.1, p.91-103, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2359-07692016000100008&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 04 jun 2020.

SCHAUFELI, W. S.; SHIMAZU, A.; TARIS, T. W. Being driven to work excessively hard. **Cross-Cultural Research**, v. 43, n. 4, p. 320-348, 2009. Disponível em: <<https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/322a.pdf>> Acesso em: 01 dez 2019.

SOUZA, K. R.; MENDONÇA, A. L. O.; RODRIGUES, A. M. S. et al. A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 11, p. 3667-3676, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017021103667>. Acesso em: 01 abr 2020.

SPAGNOLI, P.; BALDUCCI, C.; FABBRI, M.; MOLINARO, D.; BARBATO, G. Workaholism, intensive smartphone use, and the sleep-wake cycle: a multiple

mediation analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, 3517, p. 1-13, 2019. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6801767/>> Acesso em: 01 fev 2020.

VIANA FILHO, M. V. C.; MATOS, T. G. R.; GALINDO, M. C. T.; SILVA, R.; VALE, S. F. O trabalho na pós-graduação no Brasil após a Lei N. 9394/1996. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 24, n. 1, p. 127-147, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-40772019000100127> Acesso em: 01 jun 2020.

WOJDYLO, K.; KARLSSON, W.; BAUMANN, N. Do I feel ill because I crave for work or do I crave for work because I feel ill? A longitudinal analysis of work craving, self-regulation, and health. **Journal of Behavioral Addictions**, v. 5, n. 1, p. 90-99, 2016. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28092192>> Acesso em: 10 jun 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Physical activity**. 2018. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>> Acesso em: 01 dez 2019.

6 CONCLUSÃO DA TESE

6 CONCLUSÃO DA TESE

O desenvolvimento da presente tese permitiu investigar as condições de saúde e trabalho de docentes de pós-graduação *stricto sensu* em Letras e Linguística, bem como concluir que a síndrome de burnout está associada às variáveis sociodemográficas, ocupacionais e de hábitos de vida dos docentes e os maiores níveis de trabalho excessivo e trabalho compulsivo do *workaholism* diretamente associados à exaustão emocional e despersonalização da síndrome de *burnout*.

Maiores níveis de exaustão emocional e despersonalização ocorreram em docentes que referiram usar medicamentos em razão da atividade laboral. Defende-se a hipótese de que docentes com altos níveis de exaustão e despersonalização fazem usos de medicamentos como analgésicos, ansiolíticos, antidepressivos, antibióticos, antiulcerosos, anti-inflamatórios ou corticoideis, bem como de relaxantes musculares.

A influência negativa do ritmo e intensidade do trabalho na vida pessoal, o pensamento em deixar o programa e possuir mais ou igual a três artigos científicos em elaboração apresentaram chances aumentadas para a exaustão emocional e, realizar mais de nove horas semanais na graduação à baixa realização profissional.

Possuir relacionamento conjugal, satisfação com a saúde e trabalho, possuir pós-doutorado, autonomia e bom relacionamento interpessoal com os docentes do programa apresentaram chances reduzidas de exaustão emocional. Chances reduzidas de despersonalização ocorreu com os que referiram estar satisfeito com o trabalho, possuir bom relacionamento interpessoal com orientandos e docentes e receber bolsa produtividade. Estar satisfeito com o trabalho e programa de atuação, bom relacionamento com orientandos e docentes e apresentar mais de três livros e/ou capítulos publicados no último ano reduziram os níveis de baixa realização profissional.

Sobre o *workaholism*, docentes com alto nível de trabalho excessivo apresentaram 2,754 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,076 vezes a chance de despersonalização alta. Quanto aos docentes com alto nível de trabalho compulsivo, estes apresentaram 4,876 vezes a chance de exaustão emocional alta e 2,972 vezes a chance de despersonalização alta. Não foi identificada associação entre trabalho excessivo e trabalho compulsivo com a baixa realização profissional.

Os resultados desta pesquisa agrupam novos conhecimentos científicos que fornecem evidências científicas aos gestores e docentes com a finalidade de refletirem os critérios que norteiam seus processos de trabalho, adotem modelos de gestão, políticas reguladoras e estratégias individuais e coletivas adequadas para melhorar as condições de trabalho e saúde dos docentes, bem como humanizar o trabalho docente, destacando a responsabilidade da enfermagem no desenvolvimento de investigações que envolvam profissionais de diferentes campos de atuação e área de conhecimento, bem como os fenômenos investigados.

REFERÊNCIAS

REFERÊNCIAS

- AMARO, J. M. R. S.; DUMITH, S. C. Sonolência diurna excessiva e qualidade de vida relacionada à saúde dos professores universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 2, p. 94-100, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0047-20852018000200094&lng=en&nrm=iso&tlng=pt> Acesso em: 04 jun 2020.
- ANDREASSEN, C. S.; PALLESEN, S.; TORSHEIM, T. Workaholism as a mediator between work-related stressors and health outcomes. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 15, n. 73, p. 1-12, 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5800172/>> Acesso em: 01 dez 2019.
- AZEVEDO, W. F.; MATHIAS, L. A. S. T. Adição ao trabalho e qualidade de vida: um estudo com médicos. **Einstein (São Paulo)**, v. 15, n. 2, p. 130-135, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/eins/v15n2/1679-4508-eins-15-02-0130.pdf>> Acesso em: 01 dez 2019.
- BOSI, A. P. Saúde, trabalho docente e pós-graduação no Brasil 1980-2017. **Revista da Anpoll**, v.1, n 50, p. 243-251, 2019. Disponível em: <<https://revistadaanpoll.emnuvens.com.br/revista/article/view/1314>> Acesso em: 03 jan 2020.
- BRASIL. Coordenação de aperfeiçoamento de pessoal de nível superior (CAPES). **Plataforma Sucupira**. Brasília, DF: CAPES, 2020a. Disponível em: <<https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/>> Acesso em: 02 jan 2019.
- BRASIL. Coordenação de aperfeiçoamento de pessoal de nível superior (CAPES). **Linguística e Literatura**. Brasília, DF: CAPES, 2020b. Disponível em: <<https://www.gov.br/capes/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/avaliacao/sobre-a-avaliacao/areas-avaliacao/sobre-as-areas-de-avaliacao/colegio-de-humanidades/linguistica-letras-e-artes/linguistica-e-literatura>> Acesso em: 02 dez 2020.
- BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). **Documento de área: Letras e Linguística**. 2016. Disponível em: <https://www.capes.gov.br/images/documentos/Documentos_de_area_2017/41_LETR_docarea_2016.pdf> Acesso em: 06 jul 2019.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Agenda de prioridades de pesquisa do Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Ciência e Tecnologia. Brasília-DF, 2018. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/agenda_prioridades_pesquisa_ms.pdf> Acesso em: 08 out 2020.
- CAO, C.; SHANG, L.; MENG, Q. Applying the Job Demands-Resources Model to exploring predictors of innovative teaching among university teachers. **Teaching and Teacher Education**, v. 89, 103009, 2020. Disponível em:

<<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0742051X19310364>>
Acesso em: 17 abr 2020.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Propriedades psicométricas do *Maslach Burnout Inventory* em uma amostra multifuncional. **Estudos de Psicologia**, v. 24, n. 3, p. 325-332, 2007. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v24n3/a04v24n3.pdf>> Acesso em: 10 jul 2019.

CARLOTTO, M. S.; WENDT, G. W.; LISBOA, C.; MORAES, M. A. Preditores da adição ao trabalho em trabalhadores que utilizam tecnologias de informação e comunicação. **Temas em Psicologia**, v. 22, n. 2, p. 377-387, 2014. Disponível em:
<<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v22n2/v22n2a10.pdf>> Acesso em: 10 dez 2019.

CENTRO DE GESTÃO E ESTUDOS ESTRATÉGICOS. Ciência, Tecnologia e Inovação. **Diagnóstico das Ciências Humanas, Sociais Aplicadas, Linguística, Letras e Artes (CHSSALLA) no Brasil**. Brasília, DF: Centro de Gestão e Estudos Estratégicos, 2020. Disponível em:
<<https://www.cgее.org.br/documents/10195/734063/CGEE-2020CHSSALLA.pdf/11b5fc64-5554-42d4-baf0-46a73639b1a1?version=1.3>>
Acesso em 12 out 2020.

CHEUNG, F.; TANG, C. S. K.; LIM, M. S. M.; KOH, J. M. Workaholism on Job Burnout: a comparison between American and Chinese employees. **Frontiers in Psychology**, v. 9, n. 1, p. 1-11, 2018. Disponível em:
<<https://scholars.ln.edu.hk/en/publications/workaholism-on-job-burnout-a-comparison-between-american-and-chin>> Acesso em: 04 jun 2020.

COSTA, A. C. As injunções aos docentes na universidade pública: de intelectuais a trabalhadores polivalentes. **Trabalho, Educação e Saúde (Rio de Janeiro)**, v. 14, supl. 1, 0. 175-195, 2016. Disponível em:
<https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462016000400175&script=sci_abstract&lng=pt> Acesso em: 06 jul 2019.

DE ALMEIDA, L. P. B. M.; BARRETO, M.; MARTINS, J. T.; HADDAD, M. C. F. L.; GALDINO, M. J. Workaholism entre docentes de pós-graduação stricto sensu em enfermagem no Brasil. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, e3326, p. 1-8, 2020. Disponível em:
<https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692020000100389&lng=pt&nrm=iso&lng=pt> Acesso em: 10 out 2020.

DIEHL, I.; CARLOTTO, M. S. Burnout Syndrome in teachers: differences in education levels. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 5, e62952623, 2020. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i5.2623>> Acesso em: 17 abr 2020.

FERNANDES, F. A. G. Letras e Linguística no contexto da política científica: conhecer é humanizar. **Revista da Anpoll**, v. 51, n. 1, p.11-20, 2020. Disponível em:
<<https://revistadaanpoll.emnuvens.com.br/revista/article/view/1409>> Acesso em: 12 out 2020.

FERNANDES, G. C. P. S.; VANDERBEG, L. O estresse, o professor e o trabalho docente. **Revista Labor**, v. 1, n. 19, p. 75-86, 2018. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufc.br/labor/article/view/39549>> Acesso em: 17 abr 2020.

GALDINO, M. J. Q. **Síndrome de burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de mestrado e doutorado em enfermagem**. 2019. 140f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, Paraná, 2019.

GALDINO, M. J.; MARTINS, J. T.; ROBAZZI, M. L.; PELLOSO, S. M.; BARRETO, M. F.; HADDAD, M. C. Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. **Revista Acta Paulista de Enfermagem**, 2020. (No prelo)

HAMIDIZADEH, A.; KOOLIVAND, H.; HAJKARIMI, F. Is workaholism antecedent of burn out? **European Journal of Academic Essays**, v. 1, n. 8, p. 1-9, 2014. Disponível em: <<http://oaji.net/articles/2016/3667-1482249454.pdf>> Acesso em: 10 out 2020.

HAN, J.; YIN, H.; WANG, J.; ZHANG, J. Job demands and resources as antecedents of university teachers' exhaustion, engagement and job satisfaction. **Educational Psychology**, v. 1, n.1, p. 1-18, 2019. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01443410.2019.1674249?af=R&journalCode=cedp20>>. Acesso em: 01 abr 2020.

HELYINNANEN, H.; TOLVANEN, L.; SALMELA-ARO, K. Burnout, work engagement and workaholism among highly educated employees: profiles, antecedents and outcomes. **Burnout Research**, v. 1, n. 1, p. 38-49, jun. 2014. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/262880835_Burnout_work_engagement_and_workaholism_among_highly_educated_employees_Profiles_antecedents_and_outcomes> Acesso em: 10 out 2020.

LICHTENSTEIN, M. B.; MALKENES, M.; SIBBERSEN, C.; HINZE, C. J. Work addiction is associated with increased stress and reduced quality of life: validation of the Bergen Work Addiction Scale in Danish. **Scandinavian Journal of Psychology**, v. 60, n. 2, p. 145-151, 2019. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30615193/>> Acesso em: 02 jun 2020.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. New insights into Burnout and health care: strategies for improving civility and alleviating Burnout. **Medical Teacher**, v. 39, n. 2, p. 160-3, 2016. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27841065>>. Acesso em: 01 abr 2020.

NIE, Y.; SUN, H. Why do workaholics experience depression? A study with Chinese University teachers. **Journal of Health Psychology**, v. 21, n. 10, p. 2339-46, 2016.

OLIVEIRA, A. S. D.; PEREIRA, M. S.; LIMA, L. M. Trabalho, produtivismo e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n.3, p. 609-19, 2017. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/pdf/pee/v21n3/2175-3539-pee-21-03-609.pdf>> Acesso em: 06 dez 2019.

PARADA, C. G. L.; KANTORSKI, L. P.; NICHATA, L. Y.I. Novos rumos da avaliação da pós-graduação brasileira e os desafios da área de Enfermagem [editorial]. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 4, p. e20190359, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472020000200201&script=sci_arttext&tlng=pt> Acesso em: 04 jun 2020.

PIZZIO, A.; KLEIN, K. Qualidade de vida no trabalho e adoecimento no cotidiano de docentes no ensino superior. **Educação & Sociedade**, v. 36, n. 131, p. 493-513, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/es/v36n131/1678-4626-es-36-131-00493.pdf>> Acesso em: 05 jul 2019.

PUERTAS-MORELO, P.; ZURITA-ORTEGA, F.; CHACÓN-CUBEROS, R.; MARTÍNEZ-MARTÍNEZ, A.; CASTRO-SÁNCHEZ, M.; GONZÁLEZ-VALERO, G. An explanatory model of emotional intelligence and its association with stress, Burnout syndrome, and non-verbal communication in the university teachers. **Journal of Clinical Medicine**, v. 7, n. 524, p. 1-12, 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30544532>>. Acesso em: 15 abr 2020.

RIBEIRO, R. P.; MARZIALE, M. H. P.; MARTINS, J. T.; GALDINO, M. J. Q.; RIBEIRO, P. H. V. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 39, e65127, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/rgenf/v39/1983-1447-rgenf-39-e65127.pdf>> Acesso em: 20 jun 2020.

SCHEUCH, K.; HAUFE, E.; SEIBT, R. Teacher's Health. **Deutsches Ärzteblatt International**, v. 112, p. 347-56, 2015. Disponível em: <<https://www.aerzteblatt.de/int/archive/article/170603>> Acesso em: 07 jul 2020.

SILVA, E. C.; SANTOS, A. N. F. Profissionalização, trabalho e identidade docente na abordagem dialética. **Revista Com Censo: Estudos Educacionais do Distrito Federal**, v. 5, n. 4, 2018. Disponível em: <<http://www.periodicos.se.df.gov.br/index.php/comcenso/article/view/563>> Acesso em: 01 dez 2019.

SOUZA, K. R.; FERNANDEZ, V. S.; TEIXEIRA, L. R., et al. Cadernetas de saúde e trabalho: diários de professores de universidade pública. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, n. 3, n. e00037317, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2018000305011&script=sci_abstract&tlng=pt> Acesso em: 04 jan 2020.

SOUZA, K. R.; MENDONÇA, A. L. O.; RODRIGUES, A. M. S., et al. A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 11, p.3667-3676, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017021103667> Acesso em: 07 jul 2020.

SPAGNOLI, P.; BALDUCCI, C.; FABBRI, M.; MOLINARO, D.; BARBATO, G. Workaholism, intensive smartphone use, and the sleep-wake cycle: a multiple mediation analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, 3517, p. 1-13, 2019. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6801767/>> Acesso em: 01 fev 2020.

TUNDIS, A. G. O.; MONTEIRO, J. K.; SANTOS, A. S.; DALENOGARE, F. S. Estratégias de mediação no trabalho docente: um estudo em uma universidade pública na Amazônia. **Educação em Revista**, n. 34, p. e172435, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-46982018000100163&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 05 ago 2019.

VIEIRA, M. N.; ARRUDA, E. P. Estado capitalista, trabalho docente e educação a distância. **Revista @rquivo Brasileiro de Educação**, v. 4, n. 7, p. 1-15, 2016. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/arquivobrasileiroeducacao/article/view/P.2318-7344.2016v4n7p9>> Acesso em: 20 jun 2020.

ANEXOS

ANEXO A – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
LONDRINA - UEL



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: AS CONDIÇÕES DE SAÚDE E TRABALHO DE DOCENTES DE MESTRADO E DOUTORADO

Pesquisador: Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 79006017.0.0000.5231

Instituição Proponente: CCS - Departamento de Enfermagem - Mestrado em Enfermagem

Patrocinador Principal: Fundação Araucária

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.347.839

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um estudo transversal observacional sobre a qualidade de vida de professores de cursos de pós-graduação Strictu sensu. Sabe-se que os Programas de Pós-Graduação (PPG) estão cada vez mais empenhados em atingir padrões de excelência e precisam se submeter às diretrizes da CAPES e seus mecanismos de avaliação de desempenho dos docentes-pesquisadores. Para atender a essas demandas, os docentes desenvolvem em seu cotidiano numerosas atividades, tais como: ministrar aulas nas disciplinas do programa; desenvolver pesquisas e captar recursos nas agências de fomento; liderar grupo de pesquisa; orientar doutorandos e/ou mestrandos, estudantes de outros níveis de formação em trabalhos de conclusão de curso e iniciação científica; elaborar artigos científicos; emitir pareceres para periódicos científicos; atuar no ensino na graduação; entre outras atividades. Todas essas atividades demandam muitas horas diárias dedicadas a profissão e intenso esforço mental, físico e emocional, predispondo-o a trabalhar uma quantidade excessiva de tempo. Entretanto o trabalho excessivo pode prejudicar as relações familiares e sociais, como também pode levar a ansiedade, depressão, úlceras pépticas, cefaleia crônica, hipertensão arterial, apoplexia e até suicídio, impactando gravemente a saúde física, mental e social do indivíduo. Assim, a baixa qualidade de vida e do sono, o workaholism, e os altos níveis de exigências frente às complexas atividades desempenhadas pelo docente, podem favorecer o desenvolvimento da síndrome de burnout. Como consequência da síndrome tem-se a redução no desempenho laboral, deterioração nas relações interpessoais, no comprometimento

Endereço: LABESC - Sala 14

Bairro: Campus Universitário

UF: PR

Município: LONDRINA

CEP: 86.057-970

Telefone: (43)3371-5455

E-mail: cep268@uel.br



CONSELHO DE ÉTICA EM
PESQUISA ENVOLVENDO
SERES HUMANOS

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
LONDRINA - UEL



Continuação do Parecer: 2.347.839

organizacional e a um declínio na saúde, podendo ainda, levar a intenção de abandonar a profissão, a aposentadoria precoce, o uso de substâncias psicoativas e, até mesmo, o suicídio. Ademais pesquisas abordando especificamente os docentes de PPG, ainda são incipientes, tanto em nível nacional como internacional. Assim, compreender os diversos fatores que estão envolvidos no processo de trabalho dos docentes de PPG, possibilitará a elaboração de intervenções que favoreçam a qualidade de vida no trabalho e a saúde desses indivíduos, o que pode produzir um ambiente favorável ao aprendizado e à formação acadêmica de pesquisadores.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

- Avaliar as condições de trabalho e saúde de docentes de mestrado e doutorado.

Objetivos Secundários:

- Caracterizar a amostra em estudo quanto às atividades profissionais, situação socioeconômica e demográfica, condições de saúde física e mental e hábitos do estilo de vida.
- Identificar a produtividade autorreferida e os fatores associados na amostra em estudo;
- Investigar o workaholism e os fatores preditores na amostra em estudo;
- Verificar a qualidade do sono e os fatores associados na amostra em estudo;
- Verificar a qualidade de vida e os fatores associados na amostra em estudo;
- Identificar a síndrome de burnout e os fatores preditores na amostra em estudo;
- Averiguar as associações entre o workaholism, a qualidade do sono, a qualidade de vida e a síndrome de burnout na amostra em estudo.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: Para os especialistas a avaliação do questionário poderá expor os participantes a riscos mínimos, como cansaço e desconforto com o tempo despendido, além da possibilidade do mesmo se sentir desconfortável no caso de desconhecer algum tópico do instrumento que lhe foi confiado como perito no assunto. Para os docentes/participante, os riscos são mínimos, mas pode ocorrer desconforto por relembrar sensações vividas com situações desgastantes.

Benefícios: Para os especialistas: Não é esperado que o participante receba benefícios diretos pela participação neste estudo, entretanto a sua colaboração na validação dos instrumentos permitirá coletar informações pertinentes à temática para fornecer subsídios para a construção de conhecimento em saúde e enfermagem. Para os docente/participante, os benefícios esperados também serão indiretos, pois as informações coletadas fornecerão subsídios para a construção de conhecimento em saúde e Enfermagem.

Endereço: LABESC - Sala 14

Bairro: Campus Universitário

UF: PR

Município: LONDRINA

CEP: 86.057-970

Telefone: (43)3371-5455

E-mail: cep268@uel.br



Centro de Ética em
Pesquisa Envolvendo
Terceiros Irmãos

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
LONDRINA - UEL



Continuação do Parecer: 2.947.839

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de um projeto relevante para o conhecimento da qualidade de vida de docentes de PPG de universidades públicas de todo o país, o projeto será desenvolvido por meio da aplicação de seis questionários on line, em pesquisadores das áreas biológicas, exatas e humanas (1.000 cada área), os mesmos serão selecionados na plataforma Sucupira e o convite para participação será realizado por e-mail. Os questionários são: 1) Características sociodemográficas, ocupacionais e hábitos de vida dos docentes; 2) Caracterização ocupacional; 3) Dutch Work Addiction Scale (Duwas); 4) Pittsburgh Sleep Quality Index (Psq); 5) World Health Organization Quality Of Life Assessment Instrument – Bref (Whoqol-Bref); 6) Maslach Burnout Inventorytm - Human Services Survey (Mbi-Hss). A validação desses questionários será realizada por cinco especialistas.

Critérios de inclusão: (1) ser docente permanente da instituição; (2) estar vinculado à pelo menos um dos PPG em estudo no ano de 2017; (3) possuir regime de trabalho de dedicação exclusiva; e (4) não estar afastado por licenças de qualquer natureza.

Quanto ao orçamento

O projeto prevê um orçamento total de R\$ 46.966,00, porém recebeu financiamento da Chamada Pública 09/2016 "Programa Institucional de Pesquisa Básica e Aplicada da Fundação Araucária" no valor de R\$22.780,00 (vinte e dois mil, setecentos e oitenta reais). Os custos previstos não contemplados por esta chamada pública serão financiados pelos pesquisadores.

Quanto ao cronograma

Adequado.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

1. Apresentou folha de rosto assinado devidamente assinada pela Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem CCS/UEL
2. Apresentou os termos de consentimento livre e esclarecido (TCLE) redigidos na forma de convite, segundo a resolução CONEP 466/2012.

Recomendações:

No TCLE - retirar a frase "Caso sinta necessidade, procure ajuda profissional. O(a) senhor(a) pode encontrar atendimento psicológico gratuito em Clínicas-Escola de psicologia de universidades públicas e privadas. Ou ainda, o SUS disponibiliza atendimento psicológico e psiquiatra nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), também de forma gratuita" , deve apenas informar que

Endereço: LABESC - Sala 14

Bairro: Campus Universitário

UF: PR

Telefone: (43)3371-5455

Município: LONDRINA

CEP: 86.057-970

E-mail: cep268@uel.br



Comitê de Ética em
Pesquisa Envolvendo
Seres Humanos

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
LONDRINA - UEL



Continuação do Parecer: 2.347.830

caso sinta algum desconforto ao responder os questionários pode interromper e que os pesquisadores estarão disponíveis para esclarecimento de dúvidas.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Projeto sem conflito ético.

Considerações Finais a critério do CEP:

Prezado (a) Pesquisador (a),

Este é seu parecer final de aprovação, vinculado ao Comitê de Ética em Pesquisas Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina. É sua responsabilidade imprimi-lo para apresentação aos órgãos e/ou instituições pertinentes.

Coordenação CEP/UEL

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMACOES_BASICAS_DO_PROJETO_1014143.pdf	17/10/2017 20:46:26		Aceito
Folha de Rosto	img005.pdf	17/10/2017 20:45:31	Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad	Aceito
Declaração do Patrocinador	PBA_2016_Financiamento.pdf	15/10/2017 12:22:37	Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle_especialistas.pdf	15/10/2017 12:17:30	Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle_docentes.pdf	15/10/2017 12:16:59	Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_CEP.pdf	15/10/2017 11:37:09	Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: LABESC - Sala 14

Bairro: Campus Universitário

UF: PR

Município: LONDRINA

Telefone: (43)3371-5455

CEP: 86.057-970

E-mail: cep268@uel.br



Conselho de Ética em
Psicologia Evoluendo
Seus Humanos

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
LONDRINA - UEL



Continuação do Parecer: 2.347.830

LONDRINA, 25 de Outubro de 2017

Assinado por:
Alexandrina Aparecida Maciel Cardelli
(Coordenador)

Endereço: LABESC - Sala 14

Bairro: Campus Universitário

UF: PR

Município: LONDRINA

CEP: 86.057-970

Telefone: (43)3371-5455

E-mail: cep268@uel.br

ANEXO B – ESTUDO 1 - CONDIÇÕES DE TRABALHO E SAÚDE DE DOCENTES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE LETRAS E LINGUÍSTICA

DOI: <http://dx.doi.org/10.18309/amp.v1i51.1334>

CONDIÇÕES DE TRABALHO E SAÚDE DE DOCENTES DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU DE LETRAS E LINGUÍSTICA

WORKING AND HEALTH CONDITIONS IN EDUCATORS OF STRICTO SENSU POSTGRADUATE PROGRAMS IN LETTERS AND LINGUISTICS

Maynara Fernanda Carvalho Barreto
Universidade Estadual de Londrina, Londrina, Paraná, Brasil
maynara_barreto@hotmail.com

Maria José Quina Galdino
Universidade Estadual do Norte do Paraná, Bandeirantes, Paraná, Brasil
mariagaldino@uenp.edu.br

Rosemeri Passos Baltazar Machado
Universidade Estadual de Londrina, Londrina, Paraná, Brasil
rosemeri@sercomtel.com.br

Frederico Augusto Garcia Fernandes
Universidade Estadual de Londrina, Londrina, Paraná, Brasil
fredericofernandes3@gmail.com

Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad
Universidade Estadual de Londrina, Londrina, Paraná, Brasil
carmohaddad@gmail.com

Resumo: A pesquisa objetiva investigar as condições de trabalho e saúde de docentes de pós-graduação *stricto sensu* de Letras e Linguística do Brasil. Trata-se de um estudo transversal desenvolvido com docentes vinculados a cursos de 155 Programas de Pós-Graduação de Letras e Linguística do Brasil, reconhecidos ou recomendados pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Fizeram parte do estudo 654 docentes, com participação proporcional de cada região do Brasil. Os dados foram analisados por estatística descritiva. Os resultados demonstraram que, quanto às condições de trabalho, 80% referiram estarem satisfeitos com o trabalho na pós-graduação, apesar de considerarem que o ritmo e a intensidade do trabalho docente interferem negativamente em suas vidas (65,7%). Em relação às condições de saúde, verificamos que 52,2% dos docentes apresentam-se satisfeitos com a sua saúde e afirmaram ter uma boa qualidade de vida (61,2%). Em contrapartida, afirmaram não estarem satisfeitos com o sono (56,6%) e se sentirem exaustos emocionalmente (31,9%). Esses resultados demonstram uma dualidade entre as condições de trabalho e a saúde, apresentando uma demanda em relação ao desenvolvimento de estratégias individuais e organizacionais para o aprimoramento do trabalho docente.

Palavras-chave: Docentes; Condições de Trabalho; Nível de Saúde; Programas de Pós-Graduação;

Letras e Linguística

Abstract: This study aims to investigate the working and health conditions in educators of stricto sensu postgraduate programs in Letters and Linguistics in Brazil. This study is a transversal study performed with educators of 155 programs recommended by Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior of Brazil. In this study, 654 educators accepted to answer the questions about their working and health conditions, with a proportional participation of each region of Brazil. Data were analyzed by descriptive statistics. The results about working conditions showed that 80% of educators reported being satisfied with their work in postgraduate program, although they consider that the pace and intensity of teaching work negatively interferes with their lives (65, 7%). About the health conditions, 52, 2% educators were satisfied with their health and with a good quality of life (61,2%). However, the participants reported not being satisfied with sleep (56.6%) and feeling emotionally exhausted (31.9%). These results shows a duality between working and health conditions, presenting a demand regarding the development of individual and organizational strategies for the improvement of teaching work.

Keywords: Faculty; Working Conditions; Health Status; Graduate Programs; Letters and Linguistics

Introdução

O trabalho docente, caracterizado pelo processo de ensino e aprendizagem, apresenta-se como essencial na promoção da educação, qualificação dos saberes e desenvolvimento de gerações. A atividade profissional e o processo de trabalho do docente implicam em formar profissionais que possam transformar os conhecimentos aprendidos, no ambiente em que estão inseridos, e fortalecer o processo de trabalho dos professores durante a sua formação (LEITE; NOGUEIRA, 2017; SCHEUCH; HAUFÉ; SEIBT, 2015).

No que se refere aos docentes universitários e atividades desempenhadas, destacam-se as relacionadas ao ensino, pesquisa e extensão demarcadas pela produção de textos, livros, orientações, participação em eventos com apresentação de trabalhos, organização de eventos, emissão de pareceres para as agências de fomento e revistas, participação em bancas de defesa e de concurso, as disciplinas ministradas na graduação e na pós-graduação e as atividades de orientação (Iniciação Científica, Mestrado e Doutorado). No entanto, professores vinculados a programas de pós-graduação apresentam um intenso ritmo de produção acadêmica, sobretudo em relação à publicação de artigos científicos, sob o risco de serem pouco valorizados ou até mesmo excluídos do quadro de docentes permanentes dos programas (SOUZA *et al.*, 2017).

Além disso, o processo de trabalho do docente de pós-graduação e as suas condições de trabalho podem resultar em insatisfações do professor e condições de saúde inadequadas (SOUZA *et al.*, 2017). Nesse sentido, surgem os problemas de saúde mental como as doenças psicossomáticas, sinais e sintomas como exaustão, fadiga, dor de cabeça, estresse ocasionado por fatores físicos, químicos ou ergonômicos (SCHEUCH; HAUFÉ; SEIBT, 2015), sociais, psicológicos, biológicos e do meio ambiente (BRASIL, 1999).

As condições de trabalho e a saúde docente constituem temas relevantes, uma vez que tem sido evidenciado o crescimento do adoecimento docente como resultado das condições de administração do trabalho e promoção de saúde insatisfatórias (CORTEZ *et al.*, 2017). Além disso, a organização do trabalho produz efeitos sobre a saúde mental dos trabalhadores e a identificação dos fatores preveníveis é fundamental para que sejam trabalhados no processo laboral (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015).

Aliada à importância de conhecer mais profundamente o fenômeno da saúde e sua relação com o trabalho docente, acrescenta-se a não identificação de estudos sobre as condições de trabalho e saúde de docentes de Programas de Pós-Graduação em Letras e Linguística (PPGLL) do Brasil. Dessa forma, esse estudo teve por objetivo investigar as

condições de trabalho e saúde de docentes de pós-graduação *stricto sensu* de Letras e Linguística do Brasil.

Método

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo transversal, com abordagem quantitativa, realizado com docentes de 95 universidades brasileiras, sendo 19 de instituições de ensino superior privadas e 76 públicas. A população de estudo foi constituída por 3.008 docentes vinculados aos 155 PPGLL, reconhecidos pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), conforme dados disponíveis na Plataforma Sucupira.

Em relação aos critérios de elegibilidade, foram convidados a participar do estudo os docentes vinculados a, pelo menos, um dos PPGLL, desde que seus e-mails estivessem disponíveis nos sites eletrônicos institucionais de cada Programa, dos quais 2.753 docentes foram convidados a participar da pesquisa e 654 (23,8%) aceitaram o convite, com participação proporcional de cada região do Brasil.

Para a obtenção dos dados, foi desenvolvida uma plataforma eletrônica de coleta de dados por meio de um site na internet, denominado *Mubble*, para abrigar um questionário semiestruturado contendo variáveis sociodemográficas e ocupacionais, especialmente elementos característicos do processo de trabalho docente. Para o desenvolvimento da plataforma, foram utilizadas ferramentas tecnológicas como as linguagens de programação *JavaScript* para o desenvolvimento das interfaces do sistema, e *Hypertext Preprocessor (PHP)* para a construção das operações relacionadas ao servidor do sistema, em conjunto com o sistema de gerenciamento de dados *MySQL*.

A partir do desenvolvimento da plataforma, ela foi configurada para enviar, via e-mail, o questionário de coleta de dados junto ao convite para participar da pesquisa. A coleta de dados foi realizada entre fevereiro e agosto de 2019 e, posteriormente, foi elaborado um banco de dados a fim de realizar as análises descritivas, com base em dados referentes à frequência e às porcentagens.

O desenvolvimento do estudo atendeu às normas de ética em pesquisas nacionais e internacionais, incluindo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina (UEL), conforme Parecer nº. 2.347.839, CAAE: 79006017.0.0000.5231. Todos os participantes foram consultados quanto ao aceite em participar do estudo por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Resultados

Dos 654 docentes que aceitaram participar da pesquisa, 414 (63,3%) eram mulheres, 443 (67,7%) casados, 74 (11,3%) separados, 117 (17,9%) solteiros e 20 (3%) viúvos. Em relação à faixa etária, 122 (18%) possuíam entre 29 a 40 anos, 249 (38%) entre 41 a 50 anos, 177 (27%) entre 51 a 59 anos e 106 (16%) acima de 60 anos.

Em relação à titulação dos participantes da pesquisa, destaca-se mais da metade (n=374; 57,2%) com pós-doutorado. Quanto à atuação nos PPGLL, 515 (78,7%) atuavam em um PPGLL, 129 (19,7%) em dois e 10 (1,6%) docentes em três programas.

Sobre o vínculo empregatício, 569 (87%) estavam vinculados à instituição de forma efetiva, 63 (9,63%) celetistas e 22 (3,37%) como visitantes. Quanto aos Programas e Universidades de atuação, 369 (56,4%) pertenciam a instituições federais, 214 (32,7%) a estaduais e 71 (10,9%) a instituições privadas. Em relação à localização geográfica dos Cursos, a região Sudeste (n=229; 35%) foi a mais representativa, seguida da região Sul (n=177; 27,1%), Nordeste (n=140; 21,4%), Norte (n=36; 5,5%) e Centro Oeste (n=72; 11%). Dos PPGLL, mais da metade dos programas (n=362; 55,4%) apresentam pontuação cinco a sete no conceito Capes.

Em relação à satisfação com o trabalho docente e condições de trabalho, os resultados indicaram que a maioria (n=523; 80%) referiram estar satisfeitos com o trabalho na pós-graduação. Em contrapartida, consideraram que o ritmo e a intensidade do trabalho docente exercem influências negativas em suas vidas (n=430; 65,7%).

Sobre os sentimentos e pensamentos dos docentes de deixarem os PPGLL, 275 (42%) afirmaram nunca terem pensado sobre essa possibilidade. Entretanto, 272 (41,6%) pensam com frequência e 107 (16,4%) referiram apresentar este sentimento às vezes. Ademais, 124 (18,9%) docentes referiram sentimentos de frustração com o trabalho.

No que concerne às condições de saúde e à qualidade de vida, a maioria dos docentes apresenta satisfação em relação a sua saúde (n=348; 53,2%) e com boa qualidade de vida (n=403; 61,2%). No entanto, 370 (56,6%) dos docentes não estão satisfeitos com o sono e muitos deles (n=307; 46,9%) já precisaram fazer uso de medicamentos em decorrência do processo de trabalho.

No que diz respeito à exaustão emocional, 209 (31,9%) dos docentes reconheceram sentir-se emocionalmente exaustos. Em relação à prática de atividade física, grande parte respondeu que pratica pelo menos uma vez por semana (n=481; 73,5%). No entanto, pontuaram terem poucas ou nenhuma oportunidade de atividades de lazer (n=508; 77,7%).

Discussão

Os PPGLL, no Brasil, desempenham um papel fundamental na produção e consolidação do conhecimento na área enquanto ciência e tecnologia (BRASIL, 2016). As características sociodemográficas dos docentes participantes deste estudo são semelhantes ao perfil apresentado em pesquisa sobre as condições de saúde de docentes de pós-graduação (CASSANDRE, 2011). Em relação à predominância do sexo feminino, destaca-se o empoderamento da mulher na carreira docente em busca de autonomia, sobretudo no gerenciamento de sua carreira (CEZAR; SCHERER; CORSO, 2017).

No que diz respeito à titulação dos participantes da pesquisa e vínculo com os PPGLL, acrescenta-se que o desenvolvimento da carreira docente é marcado por um longo percurso que somam anos de dedicação para o aprimoramento do conhecimento e qualificação profissional (ROWE; BASTOS; PINHO, 2011). Diante disso, o perfil apresentado pelos participantes corrobora com os critérios de avaliação da CAPES e características recomendadas para o corpo docente.

A CAPES recomenda e avalia o corpo docente dos PPGLL segundo estágio pós-doutoral, experiências e produção na área de atuação, projeção nacional e internacional, participação em comissões editoriais, de agências de fomento, em comissões científicas de eventos da área e se os docentes recebem bolsas de agência de fomento (BRASIL, 2016). Todavia, embora todos os docentes apresentem o Doutorado como formação máxima, as instituições de ensino público oferecem mais oportunidades de aprimoramento profissional (ROWE; BASTOS; PINHO, 2011).

Em relação à nota dos programas, tem-se a consolidação e liderança nacional dos PPGLL como resultado da capacidade de nucleação de grupos e centros de pesquisa (BRASIL, 2017), mostrando os Programas representados nesta pesquisa como centros formadores do conhecimento alinhados aos critérios e diretrizes da CAPES.

Entre as atividades docentes estão as relacionadas às aulas ministradas nas disciplinas dos Programas, o desenvolvimento de pesquisas e captação de recursos nas agências de fomento, lideranças de grupo de pesquisa, orientação de doutorandos e/ou mestrandos, a participação de estudantes de outros níveis de formação em trabalhos de conclusão de curso e iniciação científica; elaboração de artigos científicos, emissão de

pareceres a periódicos científicos, atuação em atividades administrativas e de ensino na graduação, entre outras atividades (BRASIL, 2016).

Como podemos observar, para a realização das atividades do docente, são necessárias muitas horas de dedicação com intenso esforço mental, físico e emocional, caracterizado, muitas vezes, por uma carga horária excessiva e alterações no comportamento do trabalhador relacionado a uma compulsão por trabalho para conciliar e obter êxito em suas atividades laborais (NIE; SUN, 2016). Essa compulsão por trabalho é definida como *workaholism* e caracteriza-se pela dependência psicológica de um indivíduo ao seu trabalho (ZHAO *et al.*, 2015). Tal condição pode prejudicar as relações interpessoais dos trabalhadores e influenciar as suas condições de saúde (AGOSTINI *et al.*, 2014; CLAUDE; HADJISTAVROPOULOS; FRIESEN, 2014; HE *et al.*, 2014).

Neste contexto, surgem os transtornos mentais como principais responsáveis pelo afastamento do trabalho por longos períodos de tempo e, até mesmo, a necessidade do uso de medicamentos. O surgimento das patologias mentais entre os docentes afeta diretamente o ambiente de trabalho e pode interferir nos objetivos pedagógicos, uma vez que os sinais e sintomas são manifestados em forma de alienação, desumanização, apatia, insônia, gastrite, cefaleia, hipertensão arterial e uso de drogas, levando ao aumento de absenteísmo e ao sentimento de querer deixar a carreira profissional (SANTOS *et al.*, 2016; ANDRADE; CARDOSO, 2012).

O estresse, enquanto uma das causas da exaustão emocional, é descrito por meio das reações físicas, mentais e emocionais resultantes das próprias necessidades laborais. No caso do trabalho docente, o ambiente laboral é caracterizado pela complexidade de atividades, tensão emocional, atribuições estratégicas e pedagógicas, cansaço físico e mental que podem interferir negativamente no ambiente educacional (SANTOS *et al.*, 2016).

Em relação aos resultados apresentados neste estudo sobre as condições de saúde dos docentes e qualidade de vida, é preciso compreender trabalho e saúde como uma relação possível de apresentar sofrimento. No entanto, conforme os resultados mostraram, a maneira como cada trabalhador reage e se comporta revela o potencial de utilizar recursos internos e externos capazes de transformar o sofrimento em prazer e realização, resultando em satisfação no trabalho ou, até mesmo, uma identidade profissional alinhada à sua atuação (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015).

Ademais, a identidade, caracterizada pelo comprometimento afetivo com a carreira, o apego emocional, o planejamento de carreira e resiliência são fatores que influenciam positivamente o esforço instrucional. No entanto, é importante destacar que estes fatores são diferenciados em docentes de carreira pública e privada. No caso da resiliência, por exemplo, enquanto comprometimento com a carreira, os investimentos na carreira e custos emocionais podem ser maiores em docentes do ensino privado em relação ao público, justificado pelo fator segurança e proteção ao trabalho que pode ser menor nas instituições de ensino privado ou, até mesmo, o vínculo horista para grande parte dos docentes (ROWE; BASTOS; PINHO, 2011).

Sobre a qualidade de vida, embora os docentes tenham relatado estarem satisfeitos, cabe salientar que situações que elevam o nível de estresse causam distúrbios à saúde e podem resultar no comprometimento da qualidade de vida e da produtividade dos docentes (LIMA JÚNIOR; SILVA, 2014).

Em relação à exaustão emocional, insatisfação com o sono e o uso de medicamentos, esses resultados podem estar associados à divisão de trabalho docente e às responsabilidades e à carga horária laboral. A rigidez no trabalho geralmente é proporcional ao estado da saúde mental atual dos trabalhadores, o que pode explicar a percepção dos respondentes acerca de sua saúde (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015).

Sobre a insatisfação com o sono dos participantes da pesquisa, destacam-se o trabalho docente e a demanda psicológica para as atividades acadêmicas sujeitos a condições de trabalho que geram sofrimento, tensão emocional e acarretam desajustes físicos como a insônia (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

O docente e a sua relação com a visão emocional e social apresentam-se em um conflito entre suportar as condições precárias de trabalho e avançar no conhecimento. No entanto, ao mesmo tempo em que relata a desvalorização profissional e desrespeito, possui prazer com o conhecimento tecido coletivamente em seu processo de trabalho e nos resultados obtidos. Geralmente, o prazer está relacionado às atividades de ensino, pesquisa, extensão e gestão, decorrentes do vigor no enfrentamento cotidiano oportunizado pela liberdade e autonomia que possui (SOUZA; OLIVEIRA, 2013).

Em relação às condições de trabalho e sentimentos autorreferidos pelos docentes de satisfação, a subjetividade do indivíduo e as suas experiências individuais, relacionadas com o sentimento de felicidade e satisfação, podem estar relacionadas à minimização do sofrimento no processo de trabalho (HE *et al.*, 2014; SOUZA; OLIVEIRA, 2013). Além disso, pontuam-se as relações sócio-profissionais positivas, a autonomia profissional para desenvolver as atividades laborais, a infraestrutura e recursos físicos adequados ao processo de trabalho e as relações interpessoais como influenciadores na subjetividade dos trabalhadores (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015).

O sentimento de deixar as atividades de pós-graduação, as dificuldades na permanência no contexto das universidades e a política de sucateamento da educação são elementos presentes e, sem dúvida, significativos, pois há um forte enfrentamento de uma sobrecarga de trabalho, de pressão por produtividade, de comprometimento com o processo de formação do estudante e de constantes incorporações de atividades (SOUZA; OLIVEIRA, 2013).

Estudo sobre a satisfação no trabalho docente e motivação para deixar a profissão docente mostrou aspectos como consonância de valor, apoio de supervisão, relações com colegas, pressão de tempo e problemas de disciplina como possíveis aspectos que interferem na tomada de decisão do docente sobre a sua permanência no trabalho, independentemente das diferenças em seu sistema educacional. Além disso, apresentou essas variáveis como preditivas de exaustão emocional e relacionadas ao sentimento de pertencimento docente (SKAALVIK; SKAALVIK, 2011).

Em relação ao sentimento de pertencimento do docente, há indicativos de que a luta constante na resistência às políticas reguladoras acadêmicas e à sustentabilidade das políticas institucionais são fatores que necessitam de redes de articulação entres os programas existentes, a fim de contribuir com a formação de profissionais e, conseqüentemente, com a valorização do trabalho docente (VASCONCELLOS; SORDI, 2016).

Em resposta aos problemas identificados, destacam-se como possíveis estratégias de promoção à saúde e qualidade de vida de docentes, desenvolver as esferas pessoais, sociais e institucionais, por meio de uma atuação conjunta que atenda às necessidades contemporâneas em saúde (LEITE; NOGUEIRA, 2017). Como um exemplo de estratégia institucional está a realização de avaliações individuais e de aconselhamento para os docentes e a importância das profissões de ensino possuem planos de ações organizacionais, serviços de atenção à saúde ocupacional, qualificados a partir de uma rede de profissionais da saúde como enfermeiros, psicólogos, psiquiatras e médicos especialistas (SCHEUCH; HAUFÉ; SEIBT, 2015).

Estudo sobre comportamentos de professores indicou a realização de intervenções preventivas como uma estratégia positiva nas crenças e percepções dos professores acerca de seu desempenho profissional e sentimento de pertencimento e valorização (DOMITROVICH *et al.*, 2016). Nesse sentido, no que concerne às responsabilidades dos trabalhadores e, neste caso dos docentes, é preciso compreender as relações de poder, as hierarquias, o comando, o

grau de autonomia nas atividades e as possibilidades de cooperação e comunicação como fatores possíveis de serem analisados na relação trabalho/saúde (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015).

Sobre a necessidade de enfrentamento do trabalhador ao adoecimento, destacam-se as estratégias e intervenções relacionadas aos fatores de prazer, sofrimento, estratégias defensivas e de mobilização subjetiva. Além disso, as necessidades dos trabalhadores identificarem qual é o sentido que encontram no trabalho com as suas atividades laborais, o motivo de estarem satisfeitos com as suas atividades docentes, a possibilidade de ajudar as pessoas e a influência que o trabalho possui nos seus hábitos de vida são fatores importantes para minimizar as complicações individuais e organizacionais (GIONGO; MONTEIRO; SOBROSA, 2015).

Em relação às estratégias de nível organizacional, é importante salientar que os fatores externos como o processo de expansão mercantil e organismos financeiros internacionais possuem influência nas mudanças no trabalho docente. Isto significa que tanto professores das universidades públicas como privadas estão alinhados à reconfiguração laboral que responda às exigências de trabalho flexíveis e ao mercado neoliberal. Assim, na área docente, tem-se a exigência por maior produtividade docente, o produtivismo acadêmico e as crescentes responsabilidades e necessidades geradas aos docentes exigem, obviamente, maior envolvimento desses profissionais. No entanto, paralelamente, têm-se os fenômenos de intensificação e precarização do trabalho com o surgimento de uma demanda de intervenções capazes de garantir melhores condições laborais (VÁSCONCELLOS; SORDI, 2016).

Considerações Finais

Os resultados apresentados mostram as condições de trabalho e saúde dos docentes que atuam nos PPGLL e a dualidade entre os sentimentos de prazer e sofrimento no trabalho. Diante dos resultados apresentados, os autores deste estudo propõem estratégias que podem ser implantadas e realizadas tanto em nível individual quanto organizacional para melhorar as condições de trabalho e saúde dos docentes.

Em relação às estratégias individuais, é proposto o autoconhecimento e automonitoramento das habilidades sociais, a realização de atividades físicas e mentais como pilates, meditação, terapias alternativas, apoio psicológico, identificar e reconhecer as dificuldades enfrentadas no trabalho docente e buscar estratégias para minimizá-las, bem como estabelecer acordos de convivência entre docentes e orientandos, tais como horário de estudo, participação em atividades científicas e pedagógicas comum a todos, prazos de cumprimento das atividades dos orientandos, entre outras.

Sobre as estratégias organizacionais, é proposto que as instituições ofereçam melhores condições laborais, busquem medidas de flexibilizar os horários de trabalho docente, reconheçam e divulguem o bom desempenho do trabalho docente, criem estratégias de apoio psicopedagógico aos docentes que possuem dificuldades com seus orientandos, utilizem os recursos de mídia com o objetivo de enviar informações sintéticas sobre a saúde física e mental do docente e promovam, semestralmente, momentos de reflexão com o objetivo do automonitoramento das habilidades sociais e oportunizem momentos e/ou atividades de lazer no contexto do trabalho.

Referências

Agostini, F.; et al. "Parental anxiety and stress before pediatric anesthesia: A pilot study on the effectiveness of preoperative clown intervention". *Journal of Health Psychology*, [s.l.], v. 19, n. 5, 2014, p. 587-601.

Andrade, P. S.; Cardoso, T. A. "O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout". *Saúde e Sociedade*, [s.l], v. 21, n. 1, 2012, p. 129-40.

BRASIL. COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. *Documento de área 2016: Letras e Linguística*. Brasília: CAPES, 2016. Disponível em: http://capes.gov.br/images/documentos/Documentos_de_area_2017/41_LETR_docarea_2016.pdf. Acesso em: 10 mai 2019.

BRASIL. COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. *Relatório da Avaliação Quadrienal 2017: Linguística e Literatura*. Brasília: CAPES, 2017. Disponível em: http://capes.gov.br/images/documentos/Relatorios_quadrienal_2017/20122017-letras_relatoriodeavalia%C3%A7%C3%A3o_quadrienal2017_final.pdf. Acesso em: 14 mai 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política nacional de saúde ambiental para o setor saúde*. Brasília: Secretaria de Políticas de Saúde, 1999.

Cassandre, M. P. "A saúde de docentes de pós-graduação em universidades públicas: os danos causados pelas imposições do processo avaliativo". *Revista Mal Estar e Subjetividade*, Fortaleza, v. 11, n. 2, 2011.

Cezar, B. G. S.; Scherer, L. A.; Corso, K. B. Empoderamento feminino na carreira de mulheres docentes: estudo em uma Universidade Federal do interior do Rio Grande do Sul. *Revista de Carreiras e Pessoas*, [s.l], v. 7, n. 1, 2017, p. 440-55.

Claude, J. A. J.; Hadjistavropoulos, H. D.; Friesen, L. "Exploration of health anxiety among individuals with diabetes: Prevalence and implications". *Journal of Health Psychology*, [s.l], v. 19, n. 2, 2014, p. 312-22.

Cortez, P. A. *et al.* "A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente". *Cadernos de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, 2017, p. 113-22.

Diehl, L.; Marin, A. H. "Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literature". *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 7, n. 2, 2016, p. 64-85.

Domitrovich, C. E. *et al.* "How Do School-Based Prevention Programs Impact Teachers? Findings from a Randomized Trial of an Integrated Classroom Management and Social-Emotional Program". *Prevention Science*, [s.l], v. 17, n. 3, 2016, p. 325-37.

Giongo, C. R.; Monteiro, J. K.; Sobrosa, G. M. R. "Psicodinâmica do trabalho no Brasil: revisão sistemática da literatura". *Temas em Psicologia*, Ribeirão Preto, v. 23, n. 4, 2015.

He, F.; Guan, H.; Kong, Y.; Cao, R.; Peng, J. "Some individual differences influencing the propensity to happiness: Insights from behavioral economics". *Social Indicators Research*, [s.l], v. 119, 2014, p. 897-908.

Leite, A. F.; Nogueira, J. A. D. "Fatores condicionantes de saúde relacionados ao trabalho de professores universitários da área da saúde: uma revisão integrativa". *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 42, n. 6, 2017, p. 1-15.

Lima Júnior, J. P.; Silva, T. F. A. "Analysis of musculoskeletal disorders symptoms in professors of the University of Pernambuco – Petrolina Campus". *Revista Dor*, São Paulo, v. 15, n. 4, 2014, p. 276-80.

Malik, N. A.; Bjorkqvist, K. "Occupational stress and mental and musculoskeletal health among university teachers". *Eurasian Journal of Medical Investigation*, Istanbul, v. 2, n. 3, 2018, p. 139-147.

Nie, Y.; Sun, H. "Why do workaholics experience depression? A study with Chinese University teachers". *Journal of Health Psychology*, [s.l], v. 21, n. 10, 2016, p. 2339-46.

Rowe, D. E. O.; Bastos, A. V. B.; Moreno, A. P. "Comprometimento e entrenchamento na carreira: um estudo de suas influências no esforço instrucional do docente do ensino superior". *Revista de Administração Contemporânea*, [s.l], v. 15, n. 6, 2011, p. 973-92.

Santos, N. P. S. *et al.* "Docência universitária e o estresse: estressores nos cursos de enfermagem e medicina". *Revista de Enfermagem da UFSM*, Santa Maria, v. 6, n. 1, 2016.

Scheuch, K.; Haufe, E.; Seibt, R. "Teacher's Health". *Deutsches Ärzteblatt International*, Berlin, v. 112, 2015, p. 347-56.

Skaalvik, E. M.; Skaalvik, S. "Teacher job satisfaction and motivation to leave the teaching profession: relations with school context, feeling of belonging, and emotional exhaustion". *Teaching and Teacher Education*, [s.l], v. 27, n. 6, 2011, p. 1029-1038.

Souto, B. L. C. *et al.* "O trabalho docente em pós-graduação: prazer e sofrimento". *Revista de Enfermagem da UFSM*, Santa Maria, v. 7, n. 1, 2017, p. 29-39.

Souza, A. S. S. *et al.* "Fatores associados à qualidade de vida no trabalho entre professores do ensino superior". *Arquivos de Ciência da Saúde*, São José do Rio Preto, v. 22, n. 4, 2015, p. 46-51.

Souza, K. R. *et al.* "A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes". *Ciências & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 11, 2017, p. 3667-76.

Souza, T. M. C.; Oliveira, C. A. H. L. "Trabalho docente: representações sociais em professores de uma universidade pública". *Psico*, Porto Alegre, PUCRS, v. 44, n. 4, 2013, p. 590-600.

Vasconcellos, M. M. M.; Sordi, M. R. L. "Formar professores universitários: tarefa (im)possível?". *Interface*, Botucatu, v. 20, n. 57, 2016, p. 403-14.

zhao, X. *et al.* "Dispositional optimism, self-framing and medical decision-making". *International Journal of Psychology*, [s.l], v. 50, n. 2, 2015, p. 121-7.

Recebido em: 20 de julho de 2019

Aceito em: 25 de outubro de 2019

Publicado em: Dezembro de 2019

**ANEXO C – QUESTIONÁRIO SOBRE AS CONDIÇÕES DE SAÚDE E
TRABALHO DE DOCENTES DE MESTRADO E DOUTORADO
(GALDINO, 2019)**

CARO(A) ENTREVISTADO(A)

Este questionário objetiva levantar informações sobre suas características sociodemográficas e aspectos relacionados aos seus hábitos de vida e ao seu trabalho.

1. Sexo

()Feminino

()Masculino

2. Idade _____ anos

3. Estado civil

()Solteiro(a)

()Casado(a) ou Vivendo Consensualmente

()Viúvo(a)

()Separado(a)

4. Número de filhos _____

5. Possui crença religiosa?

()Sim

()Não

6. Você pratica atividade física?

()Sim

()Não

Com que frequência semanal?

()Uma vez por semana

()Duas vezes por semana

()Três vezes por semana

()Quatro vezes por semana

()Cinco vezes por semana

()Seis vezes por semana

()Todos os dias da semana

Qual a duração total (em minutos) por semana? _____

7. Você fuma?

()Não, nunca fumei

()Sim, fumo

()Já fumei, mas parei

8. Como você avaliaria sua qualidade de vida?

- Muito ruim
- Ruim
- Nem ruim nem boa
- Boa
- Muito boa

9. Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?

- Muito insatisfeito
- Insatisfeito
- Nem satisfeito nem insatisfeito
- Satisfeito
- Muito satisfeito

10. Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?

- Nada
- Muito pouco
- Mais ou menos
- Bastante
- Extremamente

11. Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?

- Muito insatisfeito
- Insatisfeito
- Nem satisfeito nem insatisfeito
- Satisfeito
- Muito satisfeito

12. Qual a sua formação de graduação? (se for mais de uma indicar apenas a principal) _____

13. Selecione qual(is) da(s) titulação(ões) a seguir você possui:

- Doutorado
- Pós-Doutorado
- Livre-Docência
- Outra. Especifique:

14. A universidade em que trabalha pertence a qual esfera?

- Estadual
- Federal
- Privada

15. A universidade em que trabalha está localizada em que região brasileira?

- Centro-oeste
- Norte
- Nordeste
- Sul
- Sudeste

16. Qual é o seu vínculo de trabalho na universidade?

- Efetivo
- Celetista
- Visitante ou convidado

17. Qual é o seu regime de trabalho na universidade?

- Dedicção Exclusiva
- Tempo integral (40 horas semanais)
- Tempo parcial (menos que 40 horas semanais)
- Professor Sênior (aposentado, mas ainda é professor na pós-graduação)

18. Há quantos anos você é docente de nível superior? _____ anos

19. Há quantos anos é docente de mestrado e/ou doutorado? _____ anos

20. A quantos Programas de Pós-Graduação de nível mestrado e/ou doutorado está vinculado(a)?

- Um
- Dois
- Três

21. Qual o conceito Capes do Programa de Pós-Graduação a que está vinculado(a)?
[se for mais de um, indicar o maior conceito]

- Três
- Quatro
- Cinco
- Seis
- Sete

22. Em quais níveis de ensino você orienta pós-graduandos?

- Somente Mestrado
- Somente Doutorado
- Mestrado e Doutorado

23. Você é bolsista produtividade?

- Sim
- Não

Se sim, qual o nível?

- 1A
- 1B
- 1C
- 1D
- 2

24. Em média, quantas horas semanais dedicou ao ensino na graduação no último ano? _____hs

25. Em média, quantas horas semanais destinou à pós-graduação *stricto sensu* no último ano? _____hs

26. Em média, quantas horas semanais realiza atividades do trabalho além da carga horária que é contratado, incluindo noites e/ou finais de semana? _____hs

27. Quantos orientandos (em atividade de pesquisa) você possui atualmente?

_____doutorandos

_____mestrandos

_____alunos de iniciação científica

_____alunos de TCC

_____pós-graduação *latu sensu*

_____outros alunos

28. Quantos artigos publicados ou aceitos você possui no último ano? _____ artigos.

29. Quantos artigos em elaboração você possui atualmente? _____ artigos.

30. Quantos livros e/ou capítulos publicados no último ano? _____ textos.

31. Aproximadamente, quantos pareceres emitiu à periódicos ou às agências de fomento no último ano? _____ pareceres.

32. Como você avalia o seu relacionamento com a maioria dos professores dos programas de pós-graduação a que está vinculado(a)?

()Excelente

()Bom

()Regular

()Ruim

33. Como você avalia o seu relacionamento com a maioria dos seus orientandos da pós-graduação?

()Excelente

()Bom

()Regular

()Ruim

34. Como você avalia a sua remuneração em relação ao trabalho docente que realiza?

()Excelente

()Boa

()Regular

()Ruim

35. O ritmo e intensidade do seu trabalho influencia sua vida de que maneira?

()Não influencia

()Influencia positivamente

()Influencia negativamente

36. Quanto de autonomia você possui para executar suas atividades de trabalho? [considerando 0 pior possível e 10 melhor possível]

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

37. Quanto você está satisfeito com seu trabalho? [considerando 0 pior possível e 10 melhor possível]

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

38. Quanto você está satisfeito com seu trabalho na pós-graduação? [considerando 0 pior possível e 10 melhor possível]

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

39. Já pensou em deixar as atividades da pós-graduação *stricto sensu*?

Não

As vezes

Com frequência

40. Assinale qual(is) das opções abaixo representa(m) sua(s) preocupação(ões) ou dificuldade(s) em relação ao trabalho. [poderá assinalar mais de uma alternativa]

Dificuldade de compatibilizar o trabalho com a vida pessoal e familiar

Interferência da demanda do trabalho sobre outros aspectos de sua vida

Pressão do programa pelo bom desempenho profissional

Pressão para publicação científica

Publicação de artigos nos periódicos

Pressão para obter financiamento para o desenvolvimento da(s) pesquisa(s)

Ansiedade no desenvolvimento de suas atividades

Assédio Moral

Competitividade entre os docentes

Perspectiva de aposentadoria a curto prazo

Comprometimento dos pós-graduandos

Nenhuma preocupação

Outro. Especifique:

41. Você já precisou tomar alguma medicação por conta de sintomas que entendeu serem devido a sua atividade laboral?

Sim

Não

Se sim, a(s) medicação(ões) pertencia(m) a qual(is) classe(s) terapêutica(s)?

Analgésicos (para dor)

Ansiolíticos (para ansiedade)

Antidepressivos (para depressão)

Antibióticos (para infecções)

Antiulcerosos (para úlceras e gastrites)

Anti-hipertensivos (para pressão alta)

Anti-inflamatórios ou corticoides

Relaxantes musculares

Outros. Especifique: _____

**Maslach Burnout *Inventory*TM - *Human Services Survey* (MBITM-HSS)
(BENEVIDES-PEREIRA, 2001)**

As afirmações seguintes são referentes aos sentimentos/emoções de trabalhadores no contexto laboral. Leia cada afirmação e decida sobre a frequência com que sente.

42. Sinto-me emocionalmente exausto pelo meu trabalho.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

43. Quando termino minha jornada de trabalho sinto-me esgotado.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

44. Quando me levanto de manhã e me deparo com outra jornada de trabalho, já me sinto esgotado.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

45. Sinto que posso entender facilmente as pessoas que tenho que atender.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

46. Sinto que estou tratando algumas pessoas com as quais me relaciono no meu trabalho como se fossem objetos impessoais.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês

- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

47. Sinto que trabalhar todo o dia com pessoas me cansa.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

48. Sinto que trato com muita eficiência os problemas das pessoas as quais tenho que atender.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

49. Sinto que meu trabalho está me desgastando.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

50. Sinto que estou exercendo influência positiva na vida das pessoas por meio do meu trabalho.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

51. Sinto que me tornei mais insensível com as pessoas desde que comecei este trabalho.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana

- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

52. Sinto que este trabalho está me endurecendo emocionalmente.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

53. Sinto-me cheio de energia no meu trabalho.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

54. Sinto-me frustrado com meu trabalho.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

55. Sinto que estou trabalhando demais.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

56. Sinto que realmente não me importa o que ocorra com as pessoas as quais tenho que atender profissionalmente.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

57. Trabalhar diretamente com pessoas me estressa.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

58. Sinto que posso criar, com facilidade, um clima agradável em meu trabalho.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

59. Sinto-me estimulado depois de haver trabalhado diretamente com quem tenho que atender.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

60. Creio que consigo muitas coisas valiosas nesse trabalho.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

61. No meu trabalho, sinto como se estivesse no final do meu limite.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano
- () Uma vez por mês
- () Poucas vezes por mês
- () Uma vez por semana
- () Poucas vezes por semana
- () Todos os dias

62. No meu trabalho, eu lido com os problemas emocionais com calma.

- () Nenhuma vez
- () Poucas vezes por ano

- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

63. Parece-me que as pessoas que atendo me culpam por alguns de seus problemas.

- Nenhuma vez
- Poucas vezes por ano
- Uma vez por mês
- Poucas vezes por mês
- Uma vez por semana
- Poucas vezes por semana
- Todos os dias

Dutch Work Addiction Scale (DUWAS)

(CARLOTTO; MIRALLES, 2010)

64. Parece que estou numa corrida contra o relógio.

- Nunca
- As vezes
- Frequentemente
- Sempre

65. Muitas vezes me dou conta que estou trabalhando depois que meus companheiros já pararam de trabalhar.

- Nunca
- As vezes
- Frequentemente
- Sempre

66. Para mim é importante trabalhar duro, inclusive quando não desfruto do que estou fazendo.

- Nunca
- As vezes
- Frequentemente
- Sempre

67. Geralmente estou ocupado, tenho muitos assuntos sob meu controle.

- Nunca
- As vezes
- Frequentemente
- Sempre

68. Sinto que há algo dentro de mim que me impulsiona a trabalhar duro.

- Nunca
- As vezes
- Frequentemente
- Sempre

68. Dedico mais tempo ao trabalho do que estar com meus amigos, ter *hobbies* ou fazer atividades que me dão prazer.

-) Nunca
-) As vezes
-) Frequentemente
-) Sempre

69. Sinto-me culpado quando não estou trabalhando em alguma coisa.

-) Nunca
-) As vezes
-) Frequentemente
-) Sempre

70. Quando me dou conta, estou fazendo duas ou três coisas ao mesmo tempo, como comer, tomar notas e falar ao telefone.

-) Nunca
-) As vezes
-) Frequentemente
-) Sempre

71. Sinto-me culpado quando tenho um dia mais livre no trabalho.

-) Nunca
-) As vezes
-) Frequentemente
-) Sempre

72. É difícil relaxar quando não estou trabalhando.

-) Nunca
-) As vezes
-) Frequentemente
-) Sempre

Você gostaria de acrescentar algo mais sobre como você se relaciona com seu trabalho na pós-graduação?

Informe seu e-mail para receber o termo de consentimento livre e esclarecido:

ANEXO D – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA DOCENTES

Prezado(a) Senhor(a):

Gostaríamos de convidá-lo(a) para participar da pesquisa “**Condições de Saúde e Trabalho de Docentes de Mestrado e Doutorado**”, a ser realizada nas universidades do Brasil. O objetivo da pesquisa será avaliar as condições de trabalho e saúde de docentes de mestrado e doutorado. Sua participação é muito importante e ela consistirá no preenchimento deste questionário virtual, respondendo às perguntas formuladas sobre dados sociodemográficos, ocupacionais e de hábitos de vida, sua qualidade de vida e como se relaciona com seu trabalho.

Esclarecemos que sua participação é totalmente voluntária, podendo recusar-se a participar, ou mesmo desistir a qualquer momento, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo a sua pessoa. Esclarecemos, também, que suas informações serão utilizadas somente para os fins desta pesquisa e serão tratadas com o mais absoluto sigilo e confidencialidade, de modo a preservar a sua identidade.

Esclarecemos, ainda, que o(a) senhor(a) não pagará, nem será remunerado(a) por sua participação. Garantimos, no entanto, que todas as despesas decorrentes da pesquisa serão ressarcidas, quando devidas e decorrentes especificamente de sua participação na pesquisa.

Informamos que os instrumentos utilizados para a realização deste estudo são de uso exclusivo para pesquisa e, portanto, não se constituem em instrumentos de diagnóstico. Entretanto enviaremos os resultados obtidos com a amostra deste estudo para todos os convidados e, caso o(a) senhor(a) deseje receber os seus resultados individuais, basta informar seu e-mail em campo específico no questionário virtual.

Os benefícios esperados para os integrantes desta pesquisa serão indiretos, pois as informações coletadas fornecerão evidências científicas para a construção de conhecimento em saúde, bem como contribuirão para a elaboração de ações para a promoção da saúde mental dos docentes de mestrado e/ou doutorado da área da Letras e Linguística. O preenchimento deste questionário poderá expor os participantes a riscos mínimos como desconforto por relembrar sensações vividas

com situações desgastantes. Caso sinta algum desconforto ao responder os questionários, o(a) senhor(a) poderá interromper o preenchimento.

Caso o(a) senhor(a) tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos, em qualquer fase do estudo poderá entrar em contato com a pesquisadora responsável, Profa. Dra. Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad, no endereço Av. Robert Koch, 60 - Operária, Londrina - PR, 86038-440, pelo telefone (43)3025-2940, ou ainda pelo *e-mail* carmohaddad@gmail.com; ou com a pesquisadora Me. Maynara Fernanda Carvalho Barreto, no endereço Rua Maria Calsavara Gallo, 55 Vale dos Tucanos, Londrina-PR, CEP 86046-550, pelo telefone (44) 99923-0273, ou ainda pelo *e-mail* maynara_barreto@hotmail.com.

Caso queira esclarecer quaisquer dúvidas sobre os aspectos éticos desta pesquisa, pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina, situado junto ao LABESC – Laboratório Escola, no Campus Universitário, na Rodovia Celso Garcia Cid, km 380 (PR 445), telefone (43)3371-5455, *e-mail* cep268@uel.br.

Gostaríamos de informar também que a sua via deste termo de consentimento livre e esclarecido assinada pelos pesquisadores será encaminhada por e-mail.

Londrina, 21 de janeiro de 2019.

Dra. Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad

Doutoranda Maynara Fernanda Carvalho Barreto