

ASPECTOS PSICOSSOCIAIS RELACIONADOS AO TRABALHO E QUALIDADE DE VIDA: COMPARAÇÃO ENTRE DOCENTES COM E SEM LOMBALGIA

Maria Isabel Triches, Universidade Federal de São Carlos - UFSCar, São Carlos, São Paulo, Brasil, maria.isabel@estudante.ufscar.br

Renata Gonçalves Mendes, Universidade Federal de São Carlos - UFSCar, São Carlos, São Paulo, Brasil, renatamendes@ufscar.br

Lorena Caligiuri Lemes, Universidade Federal de São Carlos - UFSCar, São Carlos, São Paulo, Brasil, lorenaledes@estudante.ufscar.br

Helen Mami Masuda, Universidade Federal de São Carlos - UFSCar, São Carlos, São Paulo, Brasil, helenmami@estudante.ufscar.br

Beatriz Medeiros Cardoso, Universidade Federal de São Carlos - UFSCar, São Carlos, São Paulo, Brasil, beatriz.cardoso@estudante.ufscar.br

Tatiana de Oliveira Sato, Universidade Federal de São Carlos - UFSCar, São Carlos, São Paulo, Brasil, tatisato@ufscar.br

Resumo

Introdução: A profissão de docente de ensino superior é caracterizada por alta demanda mental para as atividades de ensino, pesquisa e extensão. Esses aspectos já foram associados ao estresse em docentes, podendo desencadear problemas de saúde, como dores nas costas e *burnout*, e impactar a qualidade de vida. Este estudo objetiva investigar a relação entre aspectos psicossociais do trabalho e qualidade de vida de docentes com e sem lombalgia. **Metodologia:** Participaram 372 docentes de instituições públicas de ensino superior, de acordo com os critérios de elegibilidade estabelecidos, divididos em dois grupos: com e sem lombalgia. Esses dados fazem parte da linha de base da coorte RESPIRA. Utilizou-se questionários de qualidade de vida (WHOQOL-bref) e o COPSOQ II-BR para avaliar os sintomas de estresse e *burnout*. Foram realizadas análises descritivas e comparativas (Qui-quadrado e Mann-Whitney), com um nível de significância de 5%. **Resultados:** Houve associação dos grupos com os sintomas de estresse e *burnout*, sendo que o grupo com lombalgia apresentou maior proporção para estresse (73,3%) e *burnout* (70,3%). Diferenças significativas foram encontradas nos domínios físico, psicológico e meio ambiente da qualidade de vida, com piores desfechos para o grupo com lombalgia. O domínio das relações sociais não apresentou diferença significativa entre os grupos. **Conclusões:** Este estudo contribui para aprofundar o conhecimento da influência da lombalgia em piores desfechos para sintomas de estresse, *burnout* e qualidade de vida dos docentes. Espera-se incentivar políticas de saúde ocupacional para melhores condições de trabalho, manejo do estresse e práticas ergonômicas, promovendo saúde e bem-estar.

Palavras-chave: Docentes; Educação Superior; Impacto Psicossocial; Saúde Mental; Saúde Ocupacional.

1. Introdução

Em 2020, a dor lombar já era registrada como uma das principais causas de concessão de benefícios de auxílio-doença (Brasil, 2023). Em 2023, a lombalgia ocupou a segunda posição no ranking de doenças que mais geraram benefícios por incapacidade temporária no Brasil com 46,9 mil trabalhadores afastados, sendo a primeira posição ocupada pela hérnia de disco, principal causa dos afastamentos (G1, 2024).

Características da profissão docente, como produção científica, ensino de pós-graduação, atividades administrativas, trabalho nos finais de semana e carga horária letiva, foram associados ao estresse em docentes, o que pode desencadear dores nas costas e diversos outros problemas de saúde. Ao passo que os docentes da educação superior acumulam muitas tarefas a carga horária de trabalho parece não ser suficiente, aumentando o estresse e o risco de adoecimento físico e mental (Soares, Mafra, de Faria, 2020).

Por sua vez, os fatores psicossociais podem ser entendidos como as características das condições de trabalho e da organização que afetam a saúde dos trabalhadores, por meio de mecanismos psicofisiológicos (Collado et al., 2016). O estresse enfraquece o sistema de defesa do corpo e ativa mecanismos que desencadeiam a inflamação (Soares, Mafra, de Faria, 2020), provocando o esgotamento corporal e mental quando essa situação se prolonga (Puertas-Molero, 2018).

O *burnout* pode ser definido como um estado de exaustão emocional crônica, que desencadeia consequências físicas, psicológicas e sociais (Silva et al., 2021). No contexto dos docentes, a exaustão emocional é um fenômeno multidimensional que associa fatores individuais e o ambiente de trabalho (Araújo-leite et al., 2020). A gravidade da síndrome de *burnout* em professores tem sido maior que a dos profissionais de saúde, o que também interfere no ambiente educacional em relação aos objetivos pedagógicos e na qualidade da educação (Silva et al., 2021).

No estudo de Araújo-leite et al. (2020) foi identificada uma alta prevalência de *burnout* em professores universitários brasileiros (62%). Infelizmente, a síndrome de *burnout* tornou-se comum nesses profissionais, já que o ambiente educacional apresenta estímulos estressantes sustentados (Redondo-Flórez et al., 2020). O estresse ocupacional é gerado pelo desequilíbrio entre as demandas, recursos do trabalho (Fonseca et al., 2023), capacidades e necessidades do trabalhador (Carrillo-Gonzalez et al., 2021). Quando não controlado, o estresse ocupacional pode gerar um acometimento da saúde física e mental, além de comprometer a qualidade de vida do trabalhador (Fonseca et al., 2023; Carrillo-Gonzalez et al., 2021).

O conceito de qualidade de vida (QV) mais aceito atualmente é descrito como uma percepção do indivíduo em relação a sua posição na vida, contexto cultural e sistemas de valores nos quais está inserido, incluindo seus objetivos, expectativas e preocupações, sendo ainda afetado por fatores complexos como relações sociais, meio ambiente, estado psicológico e saúde física (WHO, 2012). Segundo uma revisão sistemática, estudos indicam uma percepção negativa a respeito da QV presente em uma quantidade significativa de docentes brasileiros (Davoglio, Lettnin, Baldissera, 2015).

A qualidade de vida relacionada à saúde em casos de lombalgia é um tópico importante, uma vez que essa condição pode acarretar perda da autonomia, ansiedade e até mesmo incapacidade para realizar as tarefas da vida diária (Coluccia et al., 2020). Os efeitos negativos dos sintomas de lombalgia na QV já foram demonstrados (Járomi et al., 2021).

A dor lombar foi uma das principais causas de anos vividos com incapacidade em 1990 e 2016 no Brasil (GBD, 2018), o que fomenta maiores investigações na área da saúde ocupacional. Além disso, a alta prevalência de *burnout* em docentes vem ganhando destaque em produções científicas (Silva et al., 2021; Araújo Leite et al., 2020; Moueleu Ngalagou et al., 2019), apoiando a necessidade de avaliar melhor esse fenômeno na comunidade acadêmica, os fatores de risco e estressores que podem desenvolvê-lo (Araújo Leite et al., 2020; Sestili et al., 2018).

Estudo sugere ainda a inclusão de variáveis da QV e a reprodução da investigação do estresse em outras instituições e com amostras maiores (Soares, Mafra, de Faria, 2020). Desse modo, mais pesquisas devem concentrar-se na prevalência do esgotamento entre docentes e consequências no seu bem-estar e desempenho (Sestili et al., 2018). Assim, este estudo transversal possui como objetivo comparar aspectos psicossociais relacionados ao trabalho e a qualidade de vida de docentes com e sem lombalgia. A hipótese é de que a lombalgia está associada a piores desfechos em relação aos sintomas de estresse, *burnout* e qualidade de vida.

2. Materiais e Métodos

Para este trabalho foram utilizados dados da linha de base da coorte RESPIRA, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE:56582322.7.0000.5504). Participaram docentes vinculados a instituições públicas brasileiras de ensino superior e com dedicação exclusiva de 40 horas semanais (n=954). Neste estudo, foram excluídos aqueles com diagnósticos médicos de cervicalgia (n=89), além de respostas em branco sobre os diagnósticos de lombalgia e cervicalgia (n=21). Os docentes (n=844) foram divididos em grupos com lombalgia (n=91) e

sem lombalgia. Para o grupo sem lombalgia (n=753) foram excluídos aqueles com outros diagnósticos médicos (n=472).

Os docentes foram convidados para participarem da pesquisa via e-mail, anúncios em rádios, sites da mídia e redes sociais. Foram utilizados os e-mails divulgados nos sites das instituições de ensino superior públicas e enviados individualmente para docentes residentes em todos os estados brasileiros.

A coleta de dados ocorreu de maio a dezembro de 2022, sendo utilizado um formulário eletrônico, estruturado com questões sociodemográficas, ocupacionais e de saúde, além de questionários validados para uso no Brasil. Os aspectos psicossociais foram avaliados pela versão curta e em português brasileiro do Copenhagen Psychosocial Questionnaire II (COPSOQ II-BR) (Gonçalves et al., 2021). Para este estudo, selecionamos duas dimensões deste instrumento: estresse e sintomas de *burnout* e os resultados foram dicotomizados em sem risco (seguro e atenção) e com risco (risco psicossocial). Os domínios físico, psicológico, meio ambiente e relações sociais da qualidade de vida foram avaliados pela versão em português do WHOQOL-bref (Fleck et al., 2000). Os resultados dos domínios variam de 0 a 100%, sendo que pontuações mais altas representam maior qualidade de vida (Skevington et al., 2004).

O diagnóstico médico de lombalgia foi coletado por meio da questão: “Você possui algum diagnóstico médico de outra condição de saúde?”. Dentre as opções de resposta que podiam ser selecionadas, havia: lombalgia (dor na lombar). Os dados foram analisados de forma descritiva e os grupos com e sem lombalgia foram comparados por meio do teste de associação Qui-quadrado para as variáveis qualitativas e Mann-Whitney para variáveis quantitativas. As análises foram conduzidas com o auxílio do software estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). O nível de significância adotado foi de 5%.

3. Resultados

3.1.Participantes

Incluiu-se 372 docentes, com média de idade de 47,5 (9,5) anos, sendo que 281 (75,5%) docentes compõem o grupo sem lombalgia. A maioria dos docentes (n=372) eram homens (57,5%), brancos (72,6%), casados ou em união estável (71,2%), com filhos (63,4%), com título de doutor (89,3%), com renda maior que 12 salários-mínimos (46,6%), credenciados na pós-graduação (61,3%) e trabalhando há mais de 15 anos na instituição de ensino superior atual (32,3%). Houve participação de docentes em todos os estados brasileiros, mas a maioria residia no estado de São Paulo (25,8%).

3.2.Aspectos Psicossociais e Qualidade de Vida

Houve associação entre os grupos, com maior proporção na categoria de risco para estresse e *burnout* no grupo com lombalgia (Tabela 1). A associação entre *burnout* e dor pode estar relacionada à ativação do sistema medular simpático-adrenal em resposta ao estresse, o qual aumenta a atividade muscular e induz alterações adversas no sistema imunológico/inflamatório (Armon et al, 2010).

Outra hipótese é de que carga mental elevada durante a jornada de trabalho, comum entre docentes, pode aumentar a tensão muscular e reduzir as micropausas na atividade muscular, levando à fadiga. Além disso, o estresse no trabalho pode reduzir a capacidade de relaxamento nos momentos de intervalo e depois do trabalho, o que dificulta a ativação fisiológica ao estado de repouso e influencia negativamente na recuperação física (Melamed, 2009) e consequentemente na qualidade de vida.

Tabela 1 – Comparação dos Aspectos Psicossociais entre os Grupos

Dimensões	SEM LOMBALGIA [281 (75,5)] n (%)	COM LOMBALGIA [91 (24,5)] n (%)	p
Sintomas de Estresse*			0,011
Sem Risco	117 (41,6)	24 (26,7)	
Com Risco	164 (58,4)	66 (73,3)	
Sintomas de Burnout			0,002
Sem Risco	136 (48,4)	27 (29,7)	
Com Risco	145 (51,6)	64 (70,3)	

* um dado faltante

Fonte: Autoria própria, 2024

Houve diferença significativa entre os grupos nos domínios físico, psicológico e meio ambiente, sendo que o grupo sem lombalgia apresentou médias maiores de qualidade de vida (Tabela 2). Em relação ao domínio físico, a dor lombar é uma das principais causas de dor e incapacidade, possuindo como critérios de diagnóstico a presença de dor forte o suficiente para limitar as atividades de vida diária ou alterar a rotina, o que pode levar a uma diminuição da autoeficácia, sendo o motivo mais comum para uma licença do trabalho (Wettstein et al., 2019; Coluccia et al., 2020; Járomi et al., 2021). A lombalgia está associada não só ao comprometimento físico, mas também a níveis mais elevados de ansiedade, depressão e risco

de transtornos afetivos (Wettstein et al., 2019), o que pode explicar a menor média do grupo acometido no domínio psicológico.

Além disso, as condições de trabalho podem interferir negativamente na qualidade de vida dos docentes, gerando uma percepção de lazer, descanso e interação social insuficientes (Davoglio, Lettnin, Baldissera, 2015), o que pode justificar os achados no domínio do meio ambiente. Embora a dor lombar persistente também possa levar a um isolamento social e dificultar as atividades regulares com amigos e/ou familiares (Rossen et al., 2021). Vale ressaltar que o estudo foi realizado durante a pandemia de COVID-19, o que pode explicar a diferença não significativa para o domínio das relações sociais, pois ambos os grupos se encontravam em isolamento social.

Tabela 2 – Comparação da Qualidade de Vida entre os Grupos

Dimensões	SEM LOMBALGIA [281 (75,5)] n (%)	COM LOMBALGIA [91 (24,5)] n (%)	p
Domínio Físico	76,15 (13,88)	63,14 (16,40)	<0,01
Domínio Psicológico	70,09 (14,97)	64,41 (16,05)	<0,01
Domínio Meio Ambiente	69,95 (13,15)	66,22 (13,10)	0,02
Domínio Relações Sociais	64,44 (18,71)	60,99 (17,69)	0,08

Fonte: Autoria própria, 2024

4. Conclusões

Este estudo comparou aspectos psicossociais relacionados ao trabalho e a qualidade de vida de docentes do ensino superior com e sem lombalgia. O grupo com lombalgia apresentou piores desfechos em relação aos sintomas de estresse, sintomas de *burnout* e aos domínios físico, psicológico e meio ambiente da qualidade de vida. O domínio das relações sociais apresentou as menores pontuações dentre os domínios e foi o único domínio da qualidade de vida sem diferença significativa entre os grupos, o que pode ser uma consequência das medidas de isolamento social durante a pandemia.

Assim, este estudo contribui para aprofundar o conhecimento da influência da lombalgia sobre fenômenos que interferem na saúde dos docentes brasileiros, como sintomas de estresse, *burnout* e, conseqüentemente, na qualidade de vida. Espera-se que nossos achados incentivem o desenvolvimento de políticas de saúde ocupacional, com foco na melhoria das condições de trabalho, na implementação de estratégias de manejo do estresse e na promoção de práticas ergonômicas, promovendo saúde e bem-estar.

Referências bibliográficas

- ARMON, G. et al. Elevated burnout predicts the onset of musculoskeletal pain among apparently healthy employees. **Journal of Occupational Health Psychology**, v. 15, n. 4, p.399–408, 2010. DOI:10.1037/a0020726
- BRASIL. Ministério da Economia. Secretaria Especial de Previdência e Trabalho. **Informe de Previdência - Dezembro 2020: análises sobre concessão e cessação de auxílio-doença**. Brasília: Ministério da Economia, v. 32, n. 12, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/previdencia-social/informes-de-previdencia-social/2020>. Acesso em: 28 mai. 2024.
- CARRILLO-GONZALEZ, A.; CAMARGO-MENDOZA, M.; CANTOR-CUTIVA, L.C. Relationship Between Sleep Quality and Stress with Voice Functioning among College Professors: A Systematic Review and Meta-analysis. **Journal of Voice: official journal of the Voice Foundation**, v. 35, n. 3, p. 499.e13–499.e21, 2021. DOI: 10.1016/j.jvoice.2019.11.001
- COLLADO, P. A. et al. Condiciones de trabajo y salud en docentes universitarios y de enseñanza media de Mendoza, Argentina: entre el compromiso y el desgaste emocional. **Revista de Salud Colectiva**, v. 12, n. 2, p. 203–220, 2016. DOI: 10.18294/sc.2016.710
- COLUCCIA, A. et al. Do patients with chronic low-back pain experience a loss of health-related quality of life?: A protocol for a systematic review and meta-analysis. **BMJ open**, [s. l.], 2020. DOI 10.1136/bmjopen-2019-033396.
- DAVOGLIO, T. R.; LETTNIN, C. DA C.; BALDISSERA, C. G.. Avaliação da qualidade de vida em docentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Pro-Posições**, v. 26, n. 3, p. 145–166, 2015. DOI: 10.1590/0103-7307201507807
- DE ARAÚJO LEITE T.I. *et al.*, Prevalence and factors associated with burnout among university professors. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 2, p. 170–179, 2020. DOI: 10.5327/Z1679443520190385.
- FLECK, M. P. A. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. **Revista De Saúde Pública**, v. 34, n. 2, p. 178-183, 2000. DOI: 10.1590/S0034-89102000000200012.
- FONSECA, N. T. *et al.*, Assessment of stress and associated factors in employees of a public higher education institution. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 20, n. 3, p. 343–354, 2023. DOI: 10.47626/1679-4435-2022-700
- G1. Hérnia de disco e dor lombar lideram causas de afastamento do trabalho no Brasil; veja o ranking [Notícia]. **Trabalho e Carreira**. 12 jan. 2024. Disponível em: <https://g1.globo.com/trabalho-e-carreira/noticia/2024/01/12/hernia-de-disco-e-dor-lombar-lideram-causas-de-afastamento-do-trabalho-no-brasil-veja-o-ranking.ghtml>. Acesso em: 28 mai. 2024.
- GBD 2016 Brazil Collaborators. Burden of disease in Brazil, 1990-2016: a systematic subnational analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. **Lancet**, v. 392, n.10149, p. 760-775, 2018. DOI:10.1016/S0140-6736(18)31221-2
- GONÇALVES, J.S. *et al.* Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the short version of COPSOQ II-Brazil. **Revista De Saúde Pública**, v. 55, n. 69, 2021. DOI: 10.11606/s1518- 8787.2021055003123.
- JÁROMI, M. et al. Assessment of health-related quality of life and patient’s knowledge in chronic non-specific low back pain. **BMC Public Health**, [s. l.], 2021. DOI 10.1186/s12889-020-09506-7.

MELAMED, S. Burnout and risk of regional musculoskeletal pain-a prospective study of apparently healthy employed adults. **Stress and Health**, v. 25, n. 4, p. 313–321, 2009. DOI:10.1002/smi.1265

MOUELEU NGALAGOU, P. T., *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'Encephale**, v. 45, n. 2, p. 101–106, 2019. DOI: 10.1016/j.encep.2018.07.003

PUERTAS-MOLERO, P. *et al.* 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. 12, p. 524, 2018. DOI: 10.3390/jcm7120524

REDONDO-FLÓREZ, L. *et al.*, Gender Differences in Stress- and Burnout-Related Factors of University Professors. **BioMed research international**, v. 2020, p. 6687358, 2020. DOI: 10.1155/2020/6687358

ROSSEN, C. B. *et al.* Disrupted everyday life in the trajectory of low back pain: A longitudinal qualitative study of the cross-sectorial pathways of individuals with low back pain over time. **International journal of nursing studies advances**, [s. l.], 2021. DOI 10.1016/j.ijnsa.2021.100021.

SESTILI, C. *et al.* Reliability and Use of Copenhagen Burnout Inventory in Italian Sample of University Professors. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 15, n. 8, p. 1708, 2018. DOI: 10.3390/ijerph15081708.

SILVA, L. P. *et al.* Prevalence of burnout syndrome and associated factors in university professors working in Salvador, state of Bahia. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 19, n. 2, p. 151-156, 2021. DOI: 10.47626/1679-4435-2020-548

SKEVINGTON, S. M. *et al.* The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: psychometric properties and results of the international field trial. A report from the WHOQOL group. **Quality of life research**, v.13, n. 2, p. 299–310, 2004. DOI:10.1023/B:QURE.0000018486.91360.00.

SOARES, M. B.; MAFRA, S. C. T.; FARIA, E. R. Factors associated with perceived stress among professors at a federal public university. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 1, p. 90-98, 2019. DOI: 10.5327/Z1679443520190280

WETTSTEIN, M. *et al.* Pain Intensity, Disability, and Quality of Life in Patients with Chronic Low Back Pain: Does Age Matter?. **Pain medicine**, [s. l.], 2019. DOI: 10.1093/pm/pny062.

WHO. World Health Organization. **WHOQOL User Manual**. Division of mental health and prevention of substance abuse, [s. l.], 2012. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HIS-HSI-Rev.2012.03>. Acesso em: 4 jun. 2024.