

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA-
CAMPUS PATOS**

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SEGURANÇA NO TRABALHO

GELCIVAN DE SOUSA HENRIQUE DOS ANJOS

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PROFESSORES DO ENSINO
FUNDAMENTAL EM ESCOLAS PÚBLICAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

PATOS - PB

2025

GELCIVAN DE SOUSA HENRIQUE DOS ANJOS

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PROFESSORES DO ENSINO
FUNDAMENTAL EM ESCOLAS PÚBLICAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Trabalho de Conclusão do Curso Tecnólogo em
Segurança do Trabalho do Instituto Federal de
Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba –
Campus Patos, como requisito parcial à obtenção do
título de Tecnólogo em Segurança no Trabalho.

Orientador: Prof. Me. Lavoisier Morais de
Medeiros

PATOS - PB

2025

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA CAMPUS PATOS/IFPB

A599q Anjos, Gelcivan de Sousa Henrique dos.

Qualidade de vida no trabalho de professores do ensino fundamental em escolas públicas: uma revisão bibliográfica / Gelcivan de Sousa Henrique dos Anjos. - Patos, 2025
36 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Curso Superior em Segurança do Trabalho)-Instituto Federal da Paraíba,Campus Patos-PB, 2025.

Orientador(a): Prof. Me. Lavoisier Morais de Medeiros.

1. Qualidade de vida no trabalho-Docentes 2. Saúde ocupacional 3. Riscos psicossociais. 4. Saúde Mental no Trabalho
I. Título II. Medeiros, Lavoisier Morais de III. Instituto Federal da Paraíba.

CDU – 331.101.3

GELCIVAN DE SOUSA HENRIQUE DOS ANJOS

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PROFESSORES DO ENSINO
FUNDAMENTAL EM ESCOLAS PÚBLICAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Trabalho de Conclusão de Curso Tecnólogo em
Segurança do Trabalho do Instituto Federal de
Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba –
Campus Patos, como requisito parcial à obtenção
do título de Tecnólogo em Segurança no Trabalho.

APROVADO EM: 25 /09 2025

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 **LAVOISIER MORAIS DE MEDEIROS**
Data: 27/10/2025 12:07:04-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Me. Lavoisier Morais de Medeiros - Orientador
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba

Documento assinado digitalmente
 **KARLA NAYALLE DE SOUZA ROCHA**
Data: 24/10/2025 17:29:41-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.^a Karla Nayalle de Souza Rocha - Examinadora Instituto Federal
de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba

Documento assinado digitalmente
 **ERIKA DO NASCIMENTO FERNANDES PINTO**
Data: 25/10/2025 00:14:01-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.^a Erika do Nascimento Fernandes Pinto - Examinadora Instituto
Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, pela força e resiliência em cada etapa deste trabalho, permitindo-me enfrentar os desafios com coragem e persistência.

Ao Professor Mestre Lavoisier, meu orientador, pela dedicação, paciência e orientação técnica indispensável para a realização desta pesquisa. Sua experiência e conhecimentos foram essenciais para o desenvolvimento deste estudo e, acima de tudo, para o meu crescimento pessoal e acadêmico.

Aos meus colegas e amigos, pela troca de experiências e apoio incondicional nos momentos mais desafiadores. Compartilhar esta jornada com vocês que fizeram toda a diferença e me proporcionaram aprendizado e incentivo ao longo do caminho.

Ao Coordenador do Curso de Tecnologia em Segurança do Trabalho, por acreditar no meu potencial e por me oferecer suporte em diversas ocasiões, permitindo que este trabalho fosse possível.

À minha família, pelo amor incondicional e por sempre acreditar em mim. Sem o apoio emocional e incentivo constante, seria impossível alcançar esta etapa.

Agradeço também a todos os professores e colaboradores do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba - *Campus* Patos, que contribuíram direta ou indiretamente para a realização deste trabalho, por todo o aprendizado e apoio durante minha trajetória acadêmica.

RESUMO

A atividade docente, especialmente no contexto do ensino fundamental em escolas públicas, exige um comprometimento constante com o processo educativo, enfrentando uma série de desafios relacionados às condições de trabalho. Dessa forma, o presente Trabalho de Conclusão de Curso tem como objetivo analisar de que maneira a Qualidade de Vida no Trabalho vivenciadas pelos docentes impactam diretamente seu bem-estar físico e mental. Foi realizada uma análise de literatura, em pesquisas e 12 artigos acadêmicos da base SciELO, abordando temas como qualidade de vida no trabalho (QVT) e desafios enfrentados pelos docentes. Os artigos foram selecionados com base na análise do contexto, verificando se o tema abordado era o mesmo deste artigo. Os resultados obtidos revelaram que constatou-se a influência do ambiente escolar nas condições laborais dos professores, além da ocorrência de riscos psicossociais associados ao exercício da docência, como também a necessidade de propostas de intervenções para reduzir os impactos à saúde já existentes nos educadores. A metodologia utilizada foi qualitativa e inclui seleção e análise de fontes que apontam os efeitos de fatores como sobrecarga de trabalho, estrutura física inadequada e baixa remuneração na saúde e na motivação dos docentes. Os resultados indicam que esses fatores afetam a qualidade de vida dos professores, atingindo sua motivação e produtividade. Dessa forma, é necessário medidas efetivas e apoio institucional a fim de melhorar o ambiente de trabalho docente, beneficiando tanto os profissionais quanto a qualidade educacional. O papel dos tecnólogos de segurança no trabalho é essencial para o aperfeiçoamento da qualidade de vida dos professores.

Palavras-chave: Qualidade de vida no trabalho; professores; ensino fundamental; escolas públicas; riscos psicossociais.

ABSTRACT

The teaching profession, especially in the context of elementary education in public schools, requires constant commitment to the educational process, facing a series of challenges related to working conditions. Thus, this Final Undergraduate Project aims to analyze how the Quality of Work Life experienced by teachers directly impacts their physical and mental well-being. A literature review was conducted, based on research and 12 academic articles from the SciELO database, addressing topics such as quality of work life (QWL) and the challenges faced by teachers. The articles were selected through contextual analysis, verifying whether their subject matter aligned with that of this study. The results revealed that the school environment significantly influences teachers' working conditions and that psychosocial risks are associated with the teaching profession. Moreover, the findings highlight the need for intervention strategies to reduce the health impacts already experienced by educators. The methodology used was qualitative and included the selection and analysis of sources pointing to the effects of factors such as work overload, inadequate physical infrastructure, and low salaries on teachers' health and motivation. The results indicate that these factors affect teachers' quality of life, impacting their motivation and productivity. Therefore, effective measures and institutional support are necessary to improve the teaching work environment, benefiting both professionals and educational quality. The role of occupational safety technologists is essential for improving teachers' quality of life.

Keywords: Quality of work life; teachers; elementary education; public schools; psychosocial risks.

LISTA DE SIGLAS

CAT - Comunicação de Acidente de Trabalho

PCMSO - Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional

QV - Qualidade de Vida

QVT - Qualidade de Vida no Trabalho

SUS - Sistema Único de Saúde

PAE- Programa de Assistência ao Empregado

AET - Análise Ergonômico do Trabalho

CIPA - Comissão Interna de Prevenção de Acidentes

SIPAT - Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
1.1 OBJETIVOS	10
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	11
2.1 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO	11
2.2 PROFESSORES NO AMBIENTE ESCOLAR	12
2.3 RISCOS OCUPACIONAIS NO TRABALHO DOCENTE	13
2.4 MEDIDAS PREVENTIVAS AOS FATORES DE RISCOS AMBIENTAIS	15
3 MÉTODOS	18
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	20
4.1 FORMAS DE ATENUAÇÃO DOS DISTÚRBIOS FÍSICOS E MENTAIS ENCONTRADOS NOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO BÁSICA	26
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	29
REFERÊNCIAS	32

1 INTRODUÇÃO

A atividade laboral teve origem quando os primeiros indivíduos humanos iniciaram a confecção de instrumentos com o intuito de suprir suas necessidades. Desse modo, podemos concebê-la como todo empenho que o ser humano, ao empregar sua capacidade física e mental, empreendeu para atingir seus propósitos (Benaglia, 2012).

A qualidade de vida, em termos amplos, pôde ser compreendida como a sensação de satisfação com a própria vida. Trata-se de uma construção social e cultural caracterizada por uma organização com vários fatores determinantes. Essa percepção varia de pessoa para pessoa, dependendo do ambiente e contexto em que cada indivíduo está inserido, mesmo quando compartilham um contexto similar. No caso dos professores, pode-se afirmar que diz respeito a uma categoria profissional que enfrenta grandes desafios psicossociais (Pereira; Teixeira; Lopes, 2013).

Sendo assim, o labor teve uma função intrínseca no que se refere à avaliação da qualidade de vida. No referente aos professores, tal categoria profissional enfrenta uma rotina de trabalho que pode causar desgaste psicológico intenso. Isso ocorre, sobretudo, devido a fatores e condições adversas no ambiente de trabalho, bem como à má organização do sistema educacional nas escolas. Além disso, trabalhadores da área de serviços, incluindo os profissionais de educação, estavam particularmente vulneráveis ao esgotamento mental devido ao contato frequente e intenso com outras pessoas. Essa realidade ressalta o merecimento de abordagens que promovam o bem-estar e a saúde mental desses profissionais (Pereira *et al.*, 2014).

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) pode ser entendida como a avaliação subjetiva que um indivíduo fez de sua posição na vida, considerando o contexto cultural e os sistemas de valores nos quais estava inserido. Essa percepção esteve relacionada aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. A QVT, além do âmbito profissional, também se relaciona com a vida em todo o seu aspecto. Reconhecendo o valor desse conceito, motivou-se ações de promoção da saúde (Santos; Espinosa; Marcon, 2020).

Considerando a relevância da educação para o progresso do país, uma abordagem viável para enfrentar esses desafios seria priorizar a promoção da qualidade de vida no ambiente de trabalho dos professores. Dito isto, é necessário criar um ambiente saudável e motivador, reduzindo os riscos à saúde e promovendo um equilíbrio entre a vida profissional e pessoal do trabalhador. Além disso, é indispensável que os educadores reconheçam sua magnitude, dedicando a devida atenção à sua saúde física e mental (Gomes *et al.*, 2016).

Atualmente, percebeu-se uma crescente preocupação governamental em proporcionar uma educação de excelência. No entanto, é impossível discutir a qualidade educacional sem

considerar a valorização dos professores como seres humanos. Embora os estudos sobre a saúde e a qualidade de vida dos docentes ainda sejam recentes e limitados, diversas pesquisas revelam associações entre as condições de trabalho e inúmeras doenças, como *burnout*, transtornos mentais e problemas físicos. Essas condições podem levar ao abandono da carreira docente e até mesmo à evasão da rede pública de ensino. Nesse sentido, é válido que sejam adotadas medidas para preservar o bem-estar dos professores em todos os níveis e garantir um ambiente de trabalho saudável e sustentável (Rocha; Fernandes, 2007).

Em um estudo realizado com professores do ensino fundamental da rede pública municipal da capital do Estado de Mato Grosso, Cuiabá, foram analisados os dados de 326 professores, com média de idade de 43,01 anos, sendo 87,12% do sexo feminino. revelando que os domínios de qualidade de vida (QV) dos professores foram influenciados por características socioeconômicas, de trabalho e, principalmente, pelas alterações na saúde, como distúrbios de voz, transtornos mentais comuns e queixas de sintomas osteomusculares (Santos; Espinosa; Marcon, 2020).

Com base no Plano Nacional de Educação (Lei nº 13.005/2014), afirmou-se que a qualidade da educação está intrinsecamente ligada ao nível de motivação e satisfação dos docentes. Portanto, é preciso dedicar atenção especial aos professores, uma vez que a insatisfação pode levar ao desenvolvimento de doenças físicas e psicológicas, além de afetar diretamente o desempenho e a produtividade no trabalho. Conforme destaca Silva Marchi (1997), a implementação de um programa de qualidade de vida no trabalho pode contribuir para melhorar o relacionamento pessoal, reduzir os índices de morbidade e minimizar os fatores que impactam a qualidade de vida dos professores.

Diante disso, compreendeu-se aprofundar o conhecimento sobre a qualidade de vida no ambiente de trabalho dos professores do ensino fundamental em escolas públicas. A justificativa para essa investigação é clara: faz-se necessário entender os fatores que afetam a qualidade de vida desses profissionais, bem como identificar estratégias eficazes para melhorá-la. A pergunta: “Qual a qualidade de vida no ambiente de trabalho dos professores do ensino fundamental de escolas públicas?” Para responder a essa questão, foi necessário realizar uma revisão de literatura aprofundada na temática abordada, identificando estudos, pesquisas e artigos que abordaram especificamente esse assunto. Assim, este estudo mostra-se relevante por trazer reflexões que auxiliam na compreensão dos fatores que afetam a qualidade de vida dos professores do ensino fundamental em escolas públicas, contribuindo para o debate acadêmico e social sobre a valorização docente e para a construção de ambientes de trabalho mais saudáveis, e também para a promoção da segurança do trabalho, prevenindo riscos ocupacionais e favorecendo ambientes laborais mais saudáveis.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Geral

- Analisar, com base na produção científica já publicada, a qualidade de vida no trabalho de professores do ensino fundamental em escolas públicas brasileiras.

1.1.2 Específicos

- Identificar os riscos ocupacionais inerentes à atuação profissional de professores em escolas de Ensino Fundamental.
- Propor medidas que melhorem a qualidade de vida no trabalho dos professores de rede públicas de ensino fundamental.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

A influência da remuneração e dos benefícios na qualidade de vida (QV) dos professores é um tema relevante. Diversos estudos apontam que fatores como salários baixos podem levar os docentes a aumentarem sua carga horária ou buscar outras profissões para complementar a renda, resultando em pouco tempo livre para o lazer (Valle, 2025). Além disso, pesquisas indicam que uma maior renda está diretamente associada a uma percepção mais positiva da QV em geral e dos diferentes domínios da vida. Portanto, a valorização salarial e a melhoria das condições de trabalho são fatores essenciais para promover uma QV satisfatória entre os professores (Rabello *et al*, 2021).

Como podemos perceber ao longo dos anos, as instituições buscaram investir, cada vez mais, em seus colaboradores, pois acreditaram que, ao fazer isso, teriam menos prejuízos e desgastes, já que o colaborador que trabalhou bem e se sentiu bem em seu local de trabalho teve mais rendimento e produtividade, prestou mais atenção em seu serviço e, com isso, reduziu-se consideravelmente os acidentes e incidentes de trabalho (Wilhelm, 2015).

Desde a existência humana, a qualidade de vida no trabalho tem sido uma preocupação do ser humano, embora sob outros títulos e em outros contextos, mas sempre voltada para facilitar ou trazer satisfação e bem-estar para os colaboradores da organização (Calvosa, 2022). De acordo com Rodrigues (1994), a qualidade de vida no trabalho teve início na Inglaterra, quando colaboradores estudaram um modelo para dar ênfase às questões de trabalho e organização.

Assim, tornou-se necessário refletir sobre que lugar o trabalho ocupou na vida das pessoas, bem como na vida de qualquer trabalhador. A importância do trabalho para o ser humano, além do valor econômico para sua subsistência e de seus familiares, proporciona a realização profissional e, conseqüentemente, se trata de um instrumento transformador do ambiente ao seu redor (Moreira, 2010).

Considerando que as pessoas passam cerca de oito horas por dia no ambiente de trabalho, durante pelo menos 35 anos de suas vidas; funcionários motivados, capacitados e bem remunerados apresentam um desempenho acima da média, além de redução de custos, oferecem melhores soluções aos clientes e geram, como desdobramento, maior vitalidade financeira, o que pode ser um fator vital para a sobrevivência da empresa. A qualidade de vida no trabalho resulta em maior probabilidade de se obter qualidade de vida pessoal, familiar e social (Moreira, 2010).

A motivação de comportamentos saudáveis e produtivos é provocada por meio do ambiente organizacional, sendo uma característica relevante para o tema. O Clima

Organizacional tem grande importância no que diz respeito à influência sobre a motivação das pessoas, seu desempenho e sua satisfação no trabalho. Sendo assim, a satisfação no trabalho é considerada um fenômeno complexo e de difícil definição, em parte devido ao seu estado subjetivo, em que a satisfação com uma situação pode variar de indivíduo para indivíduo, de circunstância para circunstância e, até mesmo, de tempo em tempo para a mesma pessoa, estando sujeita às influências de forças internas e externas do ambiente de trabalho (Oliveira; Carvalho; Rosa, 2012).

A QVT tornou-se uma preocupação para as empresas, devido à ligação entre as condições adequadas para a realização de um trabalho e a produtividade. Ou seja, se a empresa não oferece boas condições de trabalho para os funcionários, desenvolve-se um clima de desmotivação, e, como consequência, a organização não consegue atingir os objetivos por ela estabelecidos. Com o crescimento do fenômeno da globalização nas últimas décadas, bem como a acentuação da competitividade entre as empresas no mercado de trabalho, as condições de trabalho foram sendo modificadas e aperfeiçoadas, em conformidade com o avanço da legislação laboral. Devido a esses fatores, juntamente com o avanço tecnológico, foram necessárias mudanças na organização e na natureza do trabalho (Silva; Diehl, 2013).

Assim, a QVT está relacionada às práticas organizacionais e aos efeitos das condições do ambiente da organização sobre a saúde e o bem-estar dos trabalhadores. Ademais, o bem-estar no trabalho pôde ser auferido por meio da análise das avaliações positivas e negativas sobre as características e peculiaridades do ambiente de trabalho, considerando-se também fatores como motivação, comportamento e cognição de cada indivíduo (Bowditch; Buono, 2002).

O bem-estar acontece quando os trabalhadores tiverem suas necessidades e desejos satisfeitos, levando em consideração o aspecto organizacional do trabalho e seu desenvolvimento. Ou seja, o ambiente de trabalho dentro da empresa exerce bastante influência na satisfação e no contentamento dos profissionais subordinados, não apenas no sentido profissional objetivo, mas, sobretudo, no bem-estar físico, mental e social dos funcionários (Dessen; Paz, 2010).

2.2 PROFESSORES NO AMBIENTE ESCOLAR

A formação inicial do professor, sob essa perspectiva, tem como foco central um indivíduo que molda outros seres humanos. Sua atividade principal é a educação, entendida como um processo de humanização. Nesse contexto, o docente reconhece a dimensão social e histórica da formação humana, baseada em relações sociais objetivas e no processo de apropriação e objetivação, mediado por outros sujeitos sociais (Tozoni-Reis; Campos, 2014).

A formação de professores, então, foi entendida como a formação de trabalhadores, e a educação foi compreendida como um processo de humanização, com a escola sendo o local

especialmente dedicado a essa humanização por meio da socialização de saberes sistematizados. (Domingues, 2022). O currículo é visto como o conjunto de atividades nucleares dedicadas a esses saberes, e o professor é o sujeito social que favoreceu esse processo de humanização de sujeitos menos experientes. Diante disso, é necessário um novo projeto de formação inicial dos docentes, em relação aos que estavam postos nos documentos analisados. Um projeto que teve como objetivos garantir uma sólida formação teórica, competência técnico-política e compromisso técnico-político com o processo de humanização dos sujeitos educandos e com a transformação da sociedade (Tozoni-Reis; Campos, 2014).

Seguindo, o docente desempenha um papel de extrema importância para a sociedade. Sua atuação na formação intelectual é de destaque, pois está inserido no processo de ensino-aprendizagem; além disso, é responsável por criar vínculos sociais, estimular a autonomia e o compromisso por meio de atividades teóricas, práticas e administrativas; auxiliando para modificação da realidade da sociedade e do meio ambiente (Koetz, 2011).

Por outro lado, a realidade brasileira aponta para um dado alarmante. De acordo com Silva (2019), muitos docentes costumam realizar atividades relacionadas à sua atuação escolar em casa, usando o tempo de descanso para trabalho, pois as jornadas de trabalho exaustivas de 40 horas semanais não são suficientes para o planejamento das aulas, atividades, correções, etc.

Para que os colaboradores se sintam bem e de forma mais produtiva, é necessário que o ambiente de trabalho esteja bem estruturado para recebê-los, com iluminação e temperatura adequadas, pausas e descansos merecidos, alimentação necessária, bom relacionamento com colegas de trabalho e com seus chefes. (Wilhelm, 2015).

2.3 RISCOS OCUPACIONAIS NO AMBIENTE ESCOLAR

O bem-estar no ambiente de trabalho é um conceito central quando se discute a QVT. Ele abrange diversas dimensões, tanto cognitivas quanto afetivas. Afetos (Emoções e Humores): os sentimentos e estados emocionais dos colaboradores foram relevantes para entender o bem-estar nas organizações. Perguntas como “Como me senti no meu trabalho?” levaram os profissionais a refletirem sobre suas emoções e estados de espírito. O bem-estar no trabalho está intrinsecamente ligado à saúde física e mental dos colaboradores (Paschoal *et al.*, 2022).

O fato é que os professores enfrentam, ao longo da história, diversos fatores que afetaram negativamente sua saúde física e emocional. Alguns desses fatores incluíram cansaço físico e emocional, fadiga, estresse, carga horária excessiva, ambiente de trabalho inadequado, iluminação e ventilação precárias, falta de materiais adequados para a realização de suas tarefas diárias, entre outros (Wilhelm, 2015).

Diversos desafios e percalços relacionados ao exercício da docência impactam negativamente a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) dos professores. Esses desafios

incluíam: condições físicas e instalações deficitárias, falta de recursos didáticos, excesso de funções burocráticas, normas e procedimentos administrativos inadequados, interrupções durante as aulas, remuneração insuficiente, longas jornadas de trabalho, falta de reconhecimento e desvalorização profissional, ausência de plano de carreira, entre outros. (Scudeler, 2024). Vale ressaltar que a remuneração adequada é considerada aquela necessária para que o trabalhador viva dignamente dentro de suas necessidades pessoais, tendo em vista os contextos cultural, social e econômico em que esse indivíduo estava inserido (Gomes *et al.*, 2017).

Em qualquer contexto, seja natural ou artificial, os riscos estão sempre presentes e têm origens específicas. Essas fontes geram agentes nocivos que podem afetar a saúde humana de diferentes maneiras. Esses agentes foram classificados em quatro categorias principais: químicos, físicos, biológicos e ergonômicos (Ferreira, 2008).

O estudo empregou medidas com o objetivo de identificar os riscos ocupacionais e seus agentes nocivos. Isso não apenas visou compreender a probabilidade de adoecimento dos professores, mas também buscou promover a igualdade de direitos em relação a outras categorias profissionais que já tiveram esses riscos devidamente analisados. Essas ações resultaram em medidas legais compensatórias (Souto, 2004).

Risco de acidente foi definido como qualquer fator que colocou o trabalhador em situação vulnerável e pode afetar sua integridade e seu bem-estar físico e psíquico. Exemplos de risco de acidente incluíam: máquinas e equipamentos sem proteção, probabilidade de incêndio e explosão, arranjo físico inadequado e armazenamento inadequado. Assim, quando ocorre um acidente de trabalho, ele deve ser comunicado logo após sua ocorrência por meio da emissão da Comunicação de Acidente de Trabalho (CAT), que deveria ser encaminhada à Previdência Social, ao acidentado, ao sindicato da categoria, ao Sistema Único de Saúde (SUS) e ao Ministério do Trabalho (Marziale; Rodrigues, 2002)

O risco ergonômico diz respeito a qualquer fator que pode afetar as características psicofisiológicas do trabalhador, causando desconforto ou prejudicando sua saúde. Exemplos de risco ergonômico abarca levantamento de peso, ritmo de trabalho excessivo, monotonia, repetitividade e postura inadequada. Um aspecto relevante está relacionado ao processo gerador de saúde-doença, ao qual os trabalhadores estejam sujeitos, englobando diversos riscos e fatores predisponentes ao desequilíbrio biopsicossocial. Esses riscos e fatores, em grande parte, não eram tratados com a seriedade necessária (Guimarães *et al.*, 2005).

Baseado nos princípios da ergonomia, o autor argumenta que o mal-estar dos professores resultava do desajuste entre o trabalho pedagógico real e o prescrito. Além disso, o estresse e a síndrome de *burnout* surgem desse ambiente conflitante. Para o autor, a dissociação entre o que era exigido/prescrito e o que era realmente desejado e realizado com prazer representa uma fonte clara de estresse (Levy; Sobrinho; Souza, 2009).

Considera-se agentes de risco físico as diversas formas de energia às quais os

trabalhadores estavam expostos, como: ruído, calor, frio, pressão, umidade, radiações ionizantes e não ionizantes, além de vibrações (Araruma; Posso, 2014).

Os agentes de risco químico incluem substâncias, compostos ou produtos que podem entrar no organismo do trabalhador pela via respiratória, na forma de poeiras, fumos, gases, neblinas, névoas ou vapores, ou que era gerado pela natureza da atividade de exposição (Araruma; Posso, 2014).

Os agentes de risco biológico envolvem bactérias, vírus, fungos e parasitas. Os sistemas de saúde pública do país precisam estar preparados para lidar com os surtos provocados pelos mais diversos tipos de agentes biológicos (Rambauske; Cardoso; Navarro, 2014).

Quando um risco é identificado no ambiente de trabalho, a instituição deve agir imediatamente para eliminá-lo ou reduzi-lo. Essas ações são comumente denominadas medidas de controle ou preventivas. De acordo com Okamura (2014), o primeiro passo é adotar medidas coletivas, acompanhadas de treinamentos para os colaboradores. Assim, eles compreendem a importância dessas medidas e podem realizar suas atividades de acordo com as diretrizes estabelecidas.

2.4 MEDIDAS PREVENTIVAS AOS RISCOS OCUPACIONAIS NO TRABALHO DOCENTE

Dentro das instituições de ensino, assim como em empresas, havia uma dinâmica que envolvia clientes. Na escola, esses clientes eram os alunos, e era pensando neles que os professores exerciam sua profissão com dedicação e comprometimento. Para atender às necessidades do cliente (aluno), a "empresa" (escola) deveria, antes de tudo, cuidar de seus funcionários, que eram os responsáveis por oferecer o serviço educacional (Wilhelm, 2015).

Penna (2008), em uma pesquisa envolvendo professoras do Ensino Fundamental em duas escolas paulistas, constatou que, devido às condições de trabalho, a função docente não era socialmente prestigiada. As dificuldades relatadas incluíam a falta de autonomia para conduzir o trabalho, espaço físico inadequado na sala dos professores, ausência de biblioteca, falta de limpeza e, principalmente, a indisciplina por parte das crianças e a falta de apoio dos pais.

No contexto contemporâneo, a experiência humana era marcada pelo aumento das incertezas e pela sensação de fragilidade diante dos fatores de risco e vulnerabilidade aos quais todas as pessoas estavam sujeitas, direta ou indiretamente. Essas características também se refletiam no ambiente de trabalho, onde o trabalho desempenha um papel fundamental na estruturação da vida humana. Nas práticas laborais, as questões relacionadas a risco e vulnerabilidade eram ainda mais proeminentes. Profissionais enfrentam rotineiramente múltiplos e variados riscos, abrangendo aspectos como ergonomia, agentes físicos, biológicos e psicossociais. Essa exposição constante exigia atenção e a implementação de medidas eficazes

para preservar a saúde e o bem-estar dos trabalhadores (Santos *et al.*, 2012).

Para uma compreensão mais profunda do conceito de percepção de risco, é necessário revisitar os princípios básicos relacionados às sensações. O contato que os seres humanos estabeleciam com o mundo exterior ocorria por meio dos seus sentidos: tato, olfato, audição, visão e paladar. Esses sentidos permitem que os dados da realidade fossem captados e adquirissem significado. O processo de receber e converter estímulos externos é denominado sensação, enquanto a atribuição de sentido à informação recebida é chamada de percepção (Soares; Filho, 2015).

A compreensão da percepção de risco no ambiente de trabalho está diretamente ligada à maneira como esses estímulos sensoriais são processados. Quando os profissionais são expostos a ambientes com condições adversas, a forma como interpretam os sinais do entorno influenciam diretamente suas ações e decisões. Assim, é fundamental que as instituições promovam uma cultura de prevenção e segurança, que inclua a educação e conscientização dos trabalhadores sobre os riscos a que estão sujeitos, proporcionando um ambiente mais seguro e saudável. A melhoria das condições de trabalho e do ambiente laboral exige uma análise detalhada e abrangente da organização. Isso envolve avaliar diversos aspectos, como o conteúdo das tarefas, o ritmo e a intensidade do trabalho, os fatores mecânicos, as condições físicas do local de trabalho, os sistemas de turnos, os fatores psicossociais e as relações interpessoais entre colegas de trabalho (Fischer *et al.*, 2005).

Em quadros nos quais os danos à saúde eram evidentes, havia pouca atenção ao controle da carga de trabalho. Além disso, as medidas de prevenção e eliminação de riscos frequentemente não consideravam a progressividade do desgaste humano, que se acumulava lentamente e não se limitava apenas ao aspecto físico. Embora tivessem ocorrido avanços na identificação, caracterização, diagnóstico e tratamento de acidentes e doenças relacionados à saúde ocupacional, existia outra face dessa realidade: o passivo de trabalhadores afastados do meio produtivo devido à perda de capacidade laboral (Mendes; Wunsch, 2007).

Sob as considerações de Bley (2004), compreendia-se que os métodos tradicionais de conscientização e prevenção em segurança muitas vezes eram percebidos como meras formalidades. Embora fossem apresentados como ações educativas, nem sempre conseguem atingir o resultado desejado. Em algumas situações, esses mecanismos priorizavam a imposição de regras e ordens, em vez de promover um verdadeiro entendimento e mudança de comportamento.

A implementação de intervenções em segurança comportamental exige um planejamento minucioso por parte dos gestores, profissionais de segurança do trabalho e demais envolvidos. Esse processo requer um período para a aplicação dos procedimentos, que pode variar de algumas semanas a meses, dependendo da dimensão e complexidade da intervenção. De acordo com os autores dessa abordagem, baseada em um modelo científico, as intervenções em

segurança têm o potencial de gerar resultados significativos e sustentáveis, desde que determinadas condições sejam estabelecidas (Soares; Filho, 2015).

Prosseguindo, foi possível adotar uma abordagem centrada em orientações que incentivassem a mudança de comportamento das pessoas. Nesse sentido, o Ministério da Educação, visando à saúde e segurança de seus colaboradores, deveria eliminar ou, ao menos, minimizar as situações que pudessem expô-los a riscos de acidentes. Isso foi alcançado por meio de ações como manutenção preventiva e a promoção de comportamentos mais seguros. A avaliação feita indicou a necessidade de revisões na organização do trabalho e de estudos ergonômicos para melhorar continuamente a forma como as atividades eram realizadas (Soares; Filho, 2015).

Dessa forma, a prevenção de acidentes no local de trabalho foi considerada essencial para assegurar a proteção e o bem-estar dos funcionários. Ela abrange um conjunto de ações, como a eliminação de situações de risco, através do mapeamento de áreas perigosas, análise de incidentes, manutenção regular de equipamentos, além de esforços para reduzir comportamentos inseguros, com a ajuda de treinamentos, discussões, diminuição da carga horária, programas ergonômicos, cartazes informativos e palestras (Wilhelm, 2015).

3 MÉTODOS

A pesquisa de revisão bibliográfica do tipo narrativa foi baseada em dados indexados, considerando que utiliza fontes constituídas por material já elaborado, que se mostram relevantes para a produção deste estudo. A pesquisa bibliográfica compreendeu fases, preconizadas por Gil (2022).

Inicialmente, conforme o autor explana, a escolha do tema deve estar relacionada com o interesse do aluno, desde que tenha algum conhecimento prévio sobre o assunto. Assim, o autor deste tcc desenvolveu, ao longo do curso de Tecnologia em Segurança do Trabalho, um especial interesse sobre os riscos ocupacionais e como tornar o ambiente de trabalho mais seguro, direcionando o trabalho para abordar especificamente os fatores ambientais que interferem na qualidade de vida no trabalho dos professores do ensino fundamental.

Logo após, foi feito um levantamento preliminar para a formulação do problema, reunindo principalmente artigos que oferecessem uma visão geral das pesquisas e achados relacionados ao assunto.

A partir disso, foi formulado o problema de maneira clara, precisa e objetiva. O problema da pesquisa que se pretende abordar foi: Qual a qualidade de vida no ambiente de trabalho dos professores do ensino fundamental em escolas públicas? Essa formulação do problema direcionou a pesquisa para compreender os embates ligados à QVT dos professores.

Com isso, definiu-se a estrutura lógica do trabalho por meio da apresentação ordenada de suas partes, como se fosse um sumário prévio. Contudo, não foi possível, naturalmente, elaborar de início um plano definitivo.

Já para a etapa da identificação das utilizou-se das seguintes fontes bibliográficas disponíveis na internet: Livros e artigos originais na base de dados online, como a SciELO, para encontrar artigos utilizando filtros de 2008 a 2025, sobre a qualidade de vida dos professores de escolas públicas.

A pesquisa seguiu estas etapas: definição de palavras-chave como "qualidade de vida" e "professores no ensino fundamental", "qualidade de vida dos professores" e acesso à base de dados SciELO e a plataforma Google Acadêmico para localizar materiais relevantes, haja visto que essas pesquisas bibliográficas foram realizadas no período compreendido entre dezembro de 2023 e meados de 2025.

A pesquisa bibliográfica foi orientada pelo problema proposto, com leituras direcionadas e seleção de materiais com base em títulos e resumos. Foram incluídos artigos originais, dissertações e teses, publicados entre 2008 e 2025, que tratassem da saúde, bem-estar e condições de trabalho de professores do ensino fundamental público. A seleção ocorreu em três etapas: triagem inicial, leitura integral e escolha final de 12 estudos, cujos dados foram organizados em um quadro-síntese para análise e discussão.

Dito isto, os critérios de inclusão adotados foram delineados a partir da análise e seleção de artigos originais e de revisão bibliográfica que abordassem a temática da saúde, bem-estar e condições de trabalho de professores do ensino fundamental da rede pública, artigos preferencialmente em língua portuguesa, publicados entre os anos de 2008 a 2025, a fim de garantir uma análise da produção científica relativamente recente.

Por outro lado, foram adotados alguns critérios de exclusão, como artigos em língua estrangeira, ou que não condiziam com o tema do trabalho, após leitura do resumo e análise do sumário de cada artigo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando toda a análise de dados produzidas por essa pesquisa, chegou-se aos seguintes resultados, que foram sintetizados e adaptados em forma de quadro para facilitar a compreensão do tema discutido.

Primeiramente, foi percebida e confirmada a problemática dos transtornos de saúde mental enfrentados pelos docentes ao lidarem com sérias dificuldades no ambiente de trabalho, que afetam diretamente a qualidade de vida no trabalho deles. As pesquisas demonstram que a classe dos professores é a mais afetada quando se fala em agravamento do quadro de saúde física e mental decorrente de condições de trabalho adversas.

Os artigos apresentados perpassam por quase duas décadas e mostram que persistem os sinais de complicações na saúde dos profissionais de educação do ensino fundamental, como distúrbios de voz, síndrome de *burnout* e problemas de articulação. Percebe-se que desde o artigo mais antigo utilizado na presente pesquisa, datado de 2008, até o mais recente, os problemas foram praticamente os mesmos, evidenciando a necessidade de intervenções que realmente sejam efetivas para a melhoria da QVT dos professores.

Quadro - Levantamento de trabalhos na literatura sobre qualidade de vida de professores do ensino fundamental em escolas públicas: uma revisão literária, entre os anos de 2008 a 2024.

AUTORES (ANO)	DELINEAMENTO	OBJETIVOS	RESULTADOS
Rocha e Fernandes (2008)	Pesquisa com base quantitativa foi realizada com uma amostra aleatória constituída por 91 professores.	Avaliar a qualidade de vida dos professores do ensino fundamental do município de Jequié-BA.	Todos os domínios do SF-36 apresentaram-se prejudicados com destaque para vitalidade (46,26) e dor (53), como os de menor escore, e capacidade funcional (65,71) e limitação por aspectos emocionais (62,63), como os de maior escore.

Levy; Nunes-Sobrinho; Souza (2009)	Em pesquisa quantitativa, os instrumentos de medida consistiram no CBP-R.	Avaliar o prejuízo na saúde mental em 119 professores da rede pública do ensino fundamental.	O estudo mostrou que 70,13% dos participantes tinham <i>Burnout</i> ; 85% se sentiam ameaçados em sala, 44% trabalhavam mais de 60 horas semanais, e 70% tinham menos de 51 anos. <i>Burnout</i> se relacionou com ameaça, carga horária e idade.
Pereira; Teixeira; Lopes (2013)	Foram realizadas análises descritivas quantitativas.	Investigar alguns fatores relacionados com a qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil, considerando as características do trabalho docente.	Professores da rede estadual, com maior carga horária e mais tempo de serviço, apresentam menor qualidade de vida, especialmente nos domínios físico e social. Já aqueles em cargos de direção têm melhor qualidade de vida no domínio ambiental.

Markus; Lisboa (2015)	Base em revisão bibliográfica.	Apresenta uma reflexão sobre a importância de práticas terapêuticas relacionadas ao contexto do trabalho e ambiente organizacional.	Os resultados das pesquisas evidenciam que a prática de <i>mindfulness</i> pode contribuir para satisfação e desempenho no trabalho, regulação emocional, redução de exaustão emocional e <i>burnout</i> , envolvimento no trabalho e melhora nos vínculos pessoais.
Facci, Urt e Barros (2018)	Estudo qualitativo e descritivo com 20 professores readaptados, da educação básica.	Discutir a relação estabelecida entre a precarização do trabalho e o adoecimento do professor readaptado tendo como fundamento os pressupostos da Psicologia Histórico-Cultural.	Os autores destacam que as condições de trabalho têm levado muitos professores ao adoecimento, acompanhado de sofrimento, e que o adoecimento, a partir da perspectiva da Psicologia Histórico-cultural seria uma forma de resistência à precariedade do trabalho.

Tostes <i>et al</i> , (2018)	Estudo quantitativo transversal do sofrimento mental com 1.021 professores do ensino público do Paraná.	Conhecer a prevalência de sofrimento mental nos professores de rede estadual (ensino fundamental) do Paraná e sua associação com alguns aspectos do trabalho docente no estado.	Foi encontrada uma prevalência de 75% de Distúrbios Psíquicos Menores na amostra, sendo que 9,73% dos professores relataram alguma forma de adoecimento mental, sintomas depressivos em 44,04%, sendo destes 25,06% com depressão leve (disforia) e 18,98% moderada ou grave. 29,89% apresentavam níveis mínimos de ansiedade. Observou-se maior sofrimento psíquico nas mulheres, sendo também associado ao elevado número de turmas, levar trabalho para a casa e trabalhar a maior tempo de trabalho.
Santos; Espinosa; Marcon (2020)	Foram realizadas estatísticas descritivas de frequência, tendência central e dispersão e análises inferenciais com testes de Wilcoxon, Mann-Whitney e Kruskal-Wallis.	Avaliar a qualidade de vida de professores do ensino fundamental e comparar com fatores sociodemográficos, situação funcional, distúrbios de voz, transtornos mentais comuns e sintomas osteomusculares.	O estudo com 326 professores (87,12% mulheres, idade média de 43,01 anos) identificou que a qualidade de vida foi mais baixa no domínio "meio ambiente". Diferenças significativas surgiram entre grupos conforme características pessoais e profissionais. Distúrbios de voz e transtornos mentais afetam negativamente todos os domínios da qualidade de vida.

Paschoal <i>et al.</i> (2022)	Uma amostra de 184 professores responderam ao questionário de forma qualitativa.	Esta pesquisa testou os impactos de percepções de qualidade de vida no teletrabalho e do redesenho do trabalho no bem-estar no trabalho de professores da rede pública de ensino.	O diagnóstico caracteriza as vivências dos professores em trabalho remoto durante a pandemia, evidenciando como diferentes variáveis influenciaram sua adaptação e bem-estar nesse novo modelo de ensino.
Sá e Silva (2022)	Estudo quantitativo, com participação de 14 professores da educação básica.	O presente trabalho tem como objetivo tratar acerca da saúde mental do professor de ensino fundamental.	Pode-se concluir sobre a importância de espaços de escuta e acolhimento aos docentes como fator de prevenção e de como o trabalho em grupos tornou-se significativo à promoção da saúde mental, reverberando em suas atuações profissionais.
Santos e Queiroz (2023)	Com base na metodologia de pesquisa qualitativa.	Busca-se identificar as demandas e os casos de adoecimento psicológico entre os professores da Fundação no período de 2017 a 2021, decorrentes das más condições ambientais.	Os resultados enfatizam a importância de implementar políticas institucionais que abordam a saúde mental dos professores como um tópico de destaque nas agendas das escolas.

SCUDELER, Renata Pinheiro, (2024)	Delineamento descritivo.	Identificação e análise da saúde mental e qualidade de vida no desenvolvimento dos professores do ensino fundamental.	Os resultados evidenciaram o adoecimento dos docentes, manifesta a partir da identificação da excessiva carga de trabalho, da considerável perda de autonomia, e da extensão da jornada de trabalho, com indicativos de precarização e a intensificação do trabalho.
Lima; Vieira; Leal (2024)	Qualitativo com base em pesquisa bibliográfica.	Necessidade imperativa de qualificação e valorização docente no contexto educacional do século XXI. Em face das rápidas mudanças sociais e tecnológicas.	Destaca a urgência de políticas públicas e práticas institucionais que deem prioridade à qualificação e valorização dos professores, visando uma educação de excelência adaptada às demandas do século XXI.

Fonte: Dados da pesquisa.

Dessa forma, como demonstrado no quadro acima, os riscos ocupacionais e seus agentes identificados são um problema real dos professores do ensino fundamental, especialmente de escolas públicas. Alguns riscos são físicos, como calor excessivo, falta de estrutura adequada, poluição sonora, e até mesmo perigo à integridade física do docente. Outros riscos são de ordem mental e psicológica, como o excesso de trabalho, sobrecarga de tarefas e situações de perda da autonomia do profissional, dentro e fora da sala de aula.

A partir dos estudos revisados, foi possível identificar uma série de fatores que influenciam diretamente a qualidade de vida e o bem-estar dos professores do ensino fundamental, tanto no que diz respeito às condições de trabalho quanto a aspectos individuais. Santos, Espinosa e Marcon (2020) apontam que o domínio "meio ambiente" foi o mais afetado em relação à qualidade de vida, com distúrbios de voz e transtornos mentais impactando negativamente todos os domínios avaliados. Em linha com esses achados, Rocha e Fernandes (2008) observaram escores baixos em vitalidade e dor, indicando a necessidade de intervenções que melhorem a saúde física e emocional dos docentes.

A questão do *burnout* também se destaca nos estudos. Levy, Sobrinho e Souza (2009) revelaram que 70,13% dos professores pesquisados apresentavam sinais da síndrome, associada

principalmente à carga horária excessiva e a situações de ameaça no ambiente escolar. Pereira, Teixeira e Lopes (2013) complementam essa discussão ao mostrar que professores com maior carga de trabalho tendem a ter uma qualidade de vida inferior, enquanto aqueles em cargos de direção apresentam melhores condições no domínio ambiental. Durante a pandemia, Paschoal *et al.* (2022) destacaram os desafios do teletrabalho, reforçando a importância de um suporte institucional adequado em momentos de mudança.

Estudos qualitativos, como os de Santos e Queiroz (2023) e Facci, Urt. e Barros (2018), trazem uma perspectiva mais profunda sobre a precarização do trabalho como causa do adoecimento psíquico dos professores. Sob a ótica da Psicologia Histórico-Cultural, o adoecimento é visto como uma forma de resistência às condições laborais adversas. Tostes *et al.* (2018) reforçam essa ideia ao identificar uma prevalência de 75% de sofrimento psíquico entre os professores, com mulheres e aqueles com carga de trabalho elevada sendo os mais afetados.

Além disso, Lima, Vieira e Leal (2024) chamam atenção para a necessidade de políticas de valorização e qualificação docente, especialmente diante das rápidas transformações tecnológicas e sociais do século XXI. Investir em formação continuada e suporte à saúde mental dos professores não é apenas uma questão de bem-estar individual, mas também um fator essencial para a melhoria da qualidade da educação.

4.1 FORMAS DE ATENUAÇÃO DOS DISTÚRBIOS FÍSICOS E MENTAIS ENCONTRADOS NOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Os Programas de Assistência ao Empregado (PAEs) são iniciativas implementadas por diversas instituições para oferecer suporte psicológico e emocional aos seus colaboradores. Geralmente, as atividades desenvolvidas pelos programas incluem serviços de aconselhamento e terapia, proporcionando uma linha de ajuda acessível e confidencial aos trabalhadores docentes. Segundo Paschoal *et al.* (2022), os PAEs têm se mostrado eficazes na redução dos sintomas de ansiedade e depressão, promovendo um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

A prática de *mindfulness* e meditação é outra técnica terapêutica eficiente para atenuar os distúrbios mentais entre os professores. Essas práticas visam aumentar a atenção plena e reduzir o estresse através de técnicas de respiração e meditação guiada. De acordo com Markus; Lisboa (2015), a implementação de programas de *mindfulness* nas escolas resultou em uma relevante diminuição nos níveis de estresse e *burnout*, melhorando a qualidade de vida dos educadores.

O desenvolvimento profissional contínuo, aliado a capacitações direcionadas ao gerenciamento do estresse e à promoção de práticas de autocuidado, configura-se como um ponto indispensável para a garantia do bem-estar docente. Estudos como o de Lima; Vieira; Leal (2024) mostram que educadores que participam de programas de desenvolvimento profissional

voltados para o bem-estar relatam menores níveis de estresse e maior satisfação no trabalho, além de uma melhoria na dinâmica escolar.

A implementação de redes de apoio social entre membros da equipe docente constitui um fator determinante para a formação de um ambiente colaborativo de compartilhamento e suporte recíproco, aspectos cruciais à preservação da saúde mental no contexto educacional. Conforme destacado por Sá e Silva (2022), a presença de suporte social no contexto laboral apresenta correlação significativa com a diminuição de sintomas associados a transtornos mentais, viabilizando um ambiente seguro para a troca de vivências e estratégias de enfrentamento de desafios cotidianos.

A construção de um ambiente laboral saudável configura-se como um elemento fundamental para a garantia do bem-estar dos profissionais da educação. Esse conceito abrange desde a infraestrutura física das instituições escolares até a adoção de políticas de gestão que fomentem um clima organizacional favorável. Pesquisas evidenciam que ambientes de trabalho que priorizam o conforto, a segurança e o suporte aos docentes estão associados a níveis reduzidos de estresse e de esgotamento profissional (Cancian *et al*, 2024). Conforme destacado pelo autor citado, a melhoria das condições laborais, como a disponibilização de salas de aula adequadamente equipadas e espaços de descanso apropriados, exerce um impacto positivo significativo na saúde mental dos educadores.

A implementação de políticas de prevenção e intervenção em saúde mental no ambiente escolar emerge como um fator crucial para a promoção de um ecossistema de trabalho mais saudável para os docentes. A literatura aponta para a necessidade de estratégias que englobam a identificação precoce de sintomas de sofrimento psíquico, o acesso facilitado a serviços especializados e a promoção de uma cultura organizacional que reconheça e responda prontamente às demandas de saúde mental dos professores segundo Sá e Silva (2022). Nesse sentido, a elaboração e implementação de protocolos bem definidos para a intervenção em casos de estresse e *burnout* podem contribuir significativamente para a mitigação dos impactos negativos desses distúrbios na saúde e no desempenho profissional dos educadores.

A participação ativa da comunidade escolar, abrangendo pais, alunos, configura-se como um recurso estratégico para o fortalecimento da saúde mental dos docentes. A literatura enfatiza que a construção de uma rede de apoio, estendendo-se para além do ambiente escolar, pode prover recursos complementares e fomentar um senso de pertencimento e apoio mútuo Markus; Lisboa (2015). A implementação de iniciativas como palestras informativas e atividades de integração comunitária contribui para a criação de um ambiente mais colaborativo e compreensivo, potencialmente atenuando a incidência de distúrbios mentais entre os educadores.

Em resumo, os estudos analisados destacam a importância de medidas que promovam melhores condições de trabalho, suporte psicossocial e valorização profissional. Essas ações são fundamentais para reduzir os impactos negativos na saúde e no bem-estar dos professores,

contribuindo para um ambiente educacional mais saudável e eficiente.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou investigar a qualidade de vida dos professores do ensino fundamental em escolas públicas, com foco nos impactos das condições de trabalho sobre o bem-estar físico e mental desses profissionais. A revisão literária realizada permitiu identificar que fatores como sobrecarga de trabalho, estrutura física inadequada, baixa remuneração e falta de reconhecimento profissional são determinantes para a deterioração da qualidade de vida dos docentes. Tais elementos, quando combinados, fazem surgir distúrbios psicossociais, como a síndrome de *burnout*, transtornos mentais comuns e problemas osteomusculares, que afetam diretamente a motivação e a produtividade dos professores.

A análise dos estudos evidenciou que a QVT está intrinsecamente ligada à capacidade dos docentes de desempenhar suas funções de forma satisfatória, destacando a necessidade de intervenções que promovam um ambiente laboral mais saudável e sustentável.

Os resultados apontaram que a qualidade de vida dos professores é influenciada por uma série de variáveis, incluindo características socioeconômicas, condições de trabalho e aspectos relacionados à saúde. Distúrbios de voz, transtornos mentais e queixas osteomusculares foram identificados como fatores que impactam negativamente todos os domínios da qualidade de vida, especialmente no referente ao meio ambiente. Além disso, a carga horária excessiva e a falta de suporte institucional foram associadas a altos níveis de estresse e esgotamento profissional, evidenciando a urgência de políticas públicas que visem à redução desses agravos. A precarização do trabalho docente, aliada à falta de valorização profissional, foi apontada como uma das principais causas do adoecimento psíquico, reforçando a necessidade de medidas que promovam a saúde mental e o bem-estar dos educadores.

A pandemia de COVID-19 trouxe novos desafios para os professores, com a adoção do teletrabalho e a necessidade de adaptação a um modelo de ensino remoto. Estudos recentes destacaram que a falta de suporte durante esse período exacerbou os níveis de estresse e ansiedade entre os docentes, evidenciando a importância de políticas institucionais que ofereçam suporte psicossocial em momentos de crise. A implementação de práticas de *mindfulness* e atividades físicas foram sugeridas como estratégias eficazes para a redução dos sintomas de ansiedade e depressão, além de promover um ambiente de trabalho mais colaborativo e saudável. As medidas, quando aliadas a uma infraestrutura adequada e a políticas de valorização profissional, podem contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida dos professores.

O estudo também destacou a importância da formação continuada e da qualificação docente como elementos essenciais para a promoção de uma educação de excelência. A valorização dos professores, por meio de políticas que garantam melhores condições de trabalho, remuneração adequada e oportunidades de desenvolvimento profissional, é fundamental para

enfrentar os desafios impostos pelas rápidas transformações sociais e tecnológicas do século XXI. A implementação de programas de prevenção e intervenção em saúde mental, aliada à criação de redes de apoio social dentro das escolas, pode contribuir para a construção de um ambiente laboral mais seguro e acolhedor, beneficiando não apenas os docentes, mas também a qualidade do ensino oferecido aos alunos.

Por outro lado, o Tecnólogo em Segurança do Trabalho possui um papel importantíssimo e estratégico no combate aos riscos ocupacionais enfrentados pelos professores, visto que possui a competência técnica necessária para a resolução das causas dos problemas identificados, indo além da simples constatação dos riscos. Ainda, cabe ao tecnólogo realizar a Análise Ergonômica do Trabalho para avaliar e intervir na organização do trabalho, no ritmo, na carga mental e nas posturas adotadas pelos docentes, com o objetivo de mitigar o estresse, evitar a síndrome de *burnout*, assim como as lesões osteomusculares.

Ademais, outra atribuição do profissional da segurança do trabalho é mapear os riscos ambientais (físicos, químicos, biológicos e de acidentes) na infraestrutura escolar, sugerindo melhorias no mobiliário, acústica, iluminação e na ventilação, por meio da implementação e gestão de programas, como a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho. Destaque-se, ainda, que o tecnólogo aprimora e estimula o desenvolvimento de uma cultura de prevenção, buscando promover a saúde e segurança integralmente do docente, tornando-se um agente relevante para a efetivação da QVT no ambiente educacional.

Nesse sentido, conclui-se que a melhoria da QVT dos professores do ensino fundamental em escolas públicas requer uma abordagem ampla, que trabalhe com a participação ativa de gestores, instituições de ensino e políticas públicas. A promoção de um ambiente de trabalho saudável, a valorização profissional e o suporte psicossocial são elementos indispensáveis para garantir o bem-estar dos docentes e, consequentemente, a qualidade da educação. Este estudo reforça a necessidade de investimentos contínuos em pesquisas e intervenções que visem à melhoria das condições laborais dos professores, contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa e equitativa.

Diante do exposto, pode-se afirmar que os objetivos delineados no início deste estudo foram integralmente alcançados. O objetivo geral foi cumprido por meio da investigação e da sistematização da literatura, que permitiu um diagnóstico claro dos desafios enfrentados pelos professores. De forma complementar, os objetivos específicos foram atendidos à medida que o trabalho identificou os principais riscos ambientais e psicossociais, como a sobrecarga laboral e a síndrome de *burnout*, e, consequentemente, elaborou um conjunto de propostas preventivas e intervencionistas, como os programas de assistência, a promoção de redes de apoio e a valorização profissional. Dessa forma, a pesquisa não apenas realizou a análise crítica do cenário, mas também

apontou caminhos concretos para a melhoria da qualidade de vida dos educadores, concluindo o ciclo investigativo proposto.

REFERÊNCIAS

- ARARUMA, A. B. A; POSSO, M. B. S. Centro de material de esterilização: parâmetros espaciais e riscos físicos. **Revista SOBECC**, São Paulo, v.19, n.3, p.142-147, set. 2014.
- BENAGLIA, M. D. **A influência do ambiente de trabalho e do estilo de vida sobre a saúde do trabalhador**: Dissertação. Desenvolvimento Sustentável e Responsabilidade Social: As Contribuições da Engenharia de Produção. UNIP, Bento Gonçalves, 2012.
- BENEVIDES-SOARES, M. F. **BURNOUT: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- BLEY, J. Z. **Variáveis que caracterizam o processo de ensinar comportamentos seguros no trabalho**. Dissertação de mestrado. Centro de Filosofia e Ciências Humanas da UFSC. Florianópolis, 2004.
- BOWDITCH, J. L; BUONO, A. F. **Elementos de comportamento organizacional**. São Paulo, Thomson Pioneira, 2002.
- CALVOSA, Marcello Vinicius Doria. Relevância do trabalho e da qualidade de vida no trabalho para a sociedade. 2022.
- CIRILO, J. C; OLIVEIRA, D. M; FERNANDES, E. V; MACEDO, A. G; SANTOS, D. dos . Influence of teaching work on individual well-being, quality of life, and (in) physical activity of elementary teachers. **Research, Society and Development**, v.11, n.1, p.e1511123919, jan. 2022.
- DESSEN, M. C; PAZ, M. G. T. Bem-Estar Pessoal nas Organizações: O Impacto de Configurações de Poder e Características de Personalidade. **Revista Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.26, n.3, p.549-556, set. 2010.
- DOMINGUES, Jonathan Machado et al. Os saberes matemáticos sistematizados por Manoel Jairo Bezerra no acessório de ensino Blocofração, 1950-1970. 2022.
- FACCI, M. G. D; URT, S. C; BARROS, A. T. F. **Professor readaptado: a precarização do trabalho docente e o adoecimento**. *Psicologia Escolar e Educacional*, São Paulo, v. 22, nº 2, p. 281-290, 2019.
- FERREIRA, A. P. *et al.* revisão da literatura sobre os riscos do ambiente de trabalho quanto às condições laborais e o impacto na saúde do trabalhador. **Revista brasileira medicina trabalho**, Rio de janeiro, v.16, n.3, p.360-370. out. 2018.
- FERREIRA, N. S. **Avaliação dos Riscos Ocupacionais no Ambiente de Trabalho dos Professores do Ensino Fundamental, Médio e Superior**. Rio de janeiro, 2008. Programa de Pós-Graduação- Universidade do Estado do Rio de Janeiro. 2008.
- FISCHER, F. M. *et al.* A incapacidade para o trabalho em trabalhadores de enfermagem. **Revista brasileira medicina do Trabalho**, Belo Horizonte v.3, n.2, p.97-103, ago.2005.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2022.
- GIL-MONTE, P. R. **El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout): Una enfermedad**

laboral en la sociedad del bienestar. Madrid: Pirámide, 2005.

GOMES, K. K. *et al.* Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho em docentes da saúde de uma instituição de ensino superior. **Revista Brasileira Medicina Trabalho**, Rio de Janeiro, v.15, n.1, p.18-28, mar. 2017.

GUIMARAES, J. R. S; FOLLE, A; NASCIMENTO, R. K. Qualidade de vida de professores: análise da produção científica. **Revista Motriviv**, Florianópolis, vol.32, n.61, jan. 2020.

GUIMARÃES, R. M. *et al.* Fatores ergonômicos de risco e de proteção contra acidentes de trabalho: um estudo caso-controle. **Revista Brasileira Epidemiol.** Rio de Janeiro, V.8, N.3, P.282-94, 2005.

KOETZ L. C. E. **Qualidade de vida de professores de instituições de ensino superior comunitárias: relações entre ambiente e saúde** Dissertação. Centro Universitário UNIVATES, 2011.

LEVY, G. C. T. M; NUNES-SOBRINHO, F. P; SOUZA, C. A. A. Síndrome de Burnout em professores da rede pública. **Revista Produção**, Rio de Janeiro, v.19, n.3, p.458-465, dez. 2009.

LIMA, F. de A. S., VIEIRA, E. S., & LEAL, D. A. Qualificação e valorização docente: um caminho imperativo para a excelência educativa no século xxi. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação**, 10(5), 148–162. (2024).
<https://doi.org/10.51891/rease.v10i5.13776>

MARKUS, PATRICIA MARIA NESS; MACEDO LISBOA, Carolina Saraiva de. Mindfulness e seus benefícios nas atividades de trabalho e no ambiente organizacional. **Revista da graduação**, v. 8, n. 1, 2015.

MARZIALE, M. H. P; RODRIGUES, C. M. A. Produção científica sobre os acidentes de trabalho com material perfuro cortante entre trabalhadores de enfermagem. **Revista Latino Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v.12, n.1, p.571-577, jan./fev.2002.

MENDES, J. M. R; WUNSCH, D. S. elementos para uma nova cultura em segurança e saúde no trabalho. **Revista brasileira saúde ocupacional**, São Paulo, v.32, n.115, p.153-163, 2007.

MOREIRA, M. G. **Qualidade de Vida no Trabalho**: levantamento e análise de artigos publicados em periódicos e eventos (2010). Belo Horizonte, 2010. Especialização - UFMG 2010.

NASCIMENTO, K. B; SEIXAS, C. E. **O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas**. *Revista Educação Pública*, v. 20, nº 36, 22 de setembro de 2020.

OKAMURA, L. Análise da NR-5 e NR-6, **sua aplicação em uma empresa metalúrgica e suas implicações financeiras quando não cumprida**. 2013. 44 f. Monografia [Especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho] - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2013.

OLIVEIRA, D; CARVALHO, R. J; ROSA, A. C. M. **Clima Organizacional: Fator de Satisfação no Trabalho e Resultados Eficazes na Organização**. Guaratinguetá; Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia, 2012.

OLIVEIRA FILHO, A; NETTO-OLIVEIRA, E.R; OLIVEIRA, A. A. B. Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários. **Revista da Educação Física**, UEM, v.23, n.1, p.57-67, mar. 2012.

PASCHOAL, T. *et al.* Qualidade de vida no teletrabalho, redesenho do trabalho e bem-estar no trabalho de professores de ensino público no Distrito Federal. Contextus: **Revista Contemporânea de Economia e Gestão**, Fortaleza, v.20, n.1, p.1-12, jan. 2022.

PENNA, M. G. O. Exercício docente na escola: relações sociais, hierarquias e espaço escolar. **Educação e pesquisa**, São Paulo, v.34 n.3, p.557-569, dez. 2008.

PEREIRA, É. F; TEXEIRA, C. S, LOPES, A. S. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, **Brasil Ciência & Saúde Coletiva**, Santa Catarina, v.18.n.7, p.1963-1970, jul. 2013.

PEREIRA, É. F. *et al.* O trabalho docente e a qualidade de vida dos professores na educação básica. **Revista Salud pública**, Santa Catarina, V.16, n.2, p.221-231, mar. 2014.

RAMBAUSKE, D; CARDOSO, T. A. O; NAVARRO, M. B. M. A. Bioterrorismo, riscos biológicos e as medidas de biossegurança aplicáveis ao Brasil. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.24, n.4, p.1181-1205, set. 2014.

RABELO, Clauber Baldim et al. Qualidade de vida no trabalho: estudo com professores do sul de Minas Gerais. *Interação-Revista de Ensino, Pesquisa e Extensão*, v. 23, n. 2, p. 69-80, 2021.

ROCHA, V. M; FERNANDES, M. H. qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalho. **J bras. Psiquiatr.** Rio grande do Sul, v.57, n.1, p.23-27. 2008.

RODRIGUES, M. V. C. Qualidade de vida no trabalho – Evolução e Análise no nível gerencial. **Revista do Serviço Público**, Rio de Janeiro, v.118, n.2, p. 251- 252, jul.1994.

SÁ, R. C; SILVA, J Soares da. **Saúde mental importa: promovendo estratégias de preservação com professores da educação básica na pandemia. Epistemologia e Práxis Educativa - EPEDuc**, [S. l.], v. 5, n. 2, 2022.

SANTOS, E. C; ESPINOSA, M. M; MARCON, S. R. *Acta Paul Enferm.* **Qualidade de vida, saúde e trabalho de professores do ensino fundamental**. Mato grosso, 2020. Disponível em: Qualidade de vida, saúde e trabalho de professores do ensino fundamental | *Acta Paul. Enferm.* (Online);33: eAPE20180286, 2020. tab, graf | LILACS | BDENF (bvsalud.org). Acesso em: 2 mar. 2023.

SANTOS, R. B. R.; QUEIROZ, P. P. de. Oficinas pedagógicas: Promoção da saúde mental dos professores na escola. Plurais - **Revista Multidisciplinar**, Salvador, v. 7, n. 00, e023006. e-ISSN: 2177-5060. DOI: <https://doi.org/10.29378/plurais.v8i00.15430>

SCUDELER, Renata Pinheiro. do Trabalho: Saúde Mental e qualidade de vida de professores do ensino fundamental e as. ALCÂNTARA, 2024.

SILVA, C. A; FERREIRA, M. C. Dimensões e indicadores da qualidade de vida e do bem-estar no trabalho. **Psicologia: Teoria E Pesquisa**. Universidade Salgado de Oliveira, v.29, n.3, p.331-339, set. 2013.

SILVA, D. F. Jornada de trabalho, qualidade de vida e prática de atividades físicas de professores. **Revista Sítio Novo**. Tocantins, v.3 n1 p.83-90, jun. 2019.

SILVA, M. A. D; MARCHI, R. **Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho**. São Paulo: Best Seller, 1997.

SILVA, M; DIEHL, L. A relação entre cultura e clima organizacional em uma empresa do ramo alimentício do vale do Taquari/RS. **Revista Destaques Acadêmicos**, Rio Grande do Sul, V.5, N.1, 2013.

SOARES, E. V; CURI-FILHO, W. R. Olhares sobre a prevenção dos acidentes de trabalho. **Revista Produto & Produção**, Ouro Preto v.16, n.4, p. 84-103, dez. 2015.

SOUTO; DAPHNIS, F. **Saúde no trabalho: uma revolução em andamento**. Rio de Janeiro: Sesc Nacional, 2004.

TOSTES, M. V.; ALBUQUERQUE, G. S. C.; SILVA, M. J. S; PETTERLE, R. R. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, nº 116, p. 87-99, 2018.

TOZONI-REIS, M. F. C; CAMPOS, L. M. L. Educação ambiental escolar, formação humana e formação de professores: articulações necessárias. **Educar em Revista**, Curitiba, edição especial, n.3, p.145-162, out.2014.

VALLE, Leonardo. **Com salários defasados, professores buscam renda extra em outras atividades**. Instituto Claro, 2 out. 2025. Disponível em: <https://www.institutoclaro.org.br/educacao/nossas-novidades/reportagens/com-salarios-defasados-professores-buscam-renda-extra-em-outras-atividades/>. Acesso em: 06 out. 2025.

WILHELM, A. A. qualidade de vida no trabalho de professores. **Revista científica**, Mato Grosso, v.9, n.1, p.27, fev. 2015.

	INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA
	Campus Patos - Código INEP: 25281925
	Br 110, S/N, Alto da Tubiba, CEP 58700-000, Patos (PB)
	CNPJ: 10.783.898/0006-80 - Telefone: None

Documento Digitalizado Restrito

TCC Gelcivan de Sousa

Assunto:	TCC Gelcivan de Sousa
Assinado por:	Gelcivan Anjos
Tipo do Documento:	Projeto
Situação:	Finalizado
Nível de Acesso:	Restrito
Hipótese Legal:	Informação Pessoal (Art. 31 da Lei no 12.527/2011)
Tipo do Conferência:	Cópia Simples

Documento assinado eletronicamente por:

- Gelcivan de Sousa Henrique dos Anjos, DISCENTE (202116010008) DE TECNOLOGIA EM SEGURANÇA NO TRABALHO - PATOS, em 29/10/2025 19:28:16.

Este documento foi armazenado no SUAP em 29/10/2025. Para comprovar sua integridade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifpb.edu.br/verificar-documento-externo/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 1655439
Código de Autenticação: c6d15bd1b9

