

## Fatores Associados ao Alto Nível de Estresse em Professores Universitários durante a Pandemia da Covid-19

### Factors Associated with High Levels of Stress in University Professors during the COVID-19 Pandemic

### Factores Asociados a Altos Niveles de Estrés en Profesores Universitarios durante la Pandemia de COVID-19

*Érica Baggio*

*Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT)*

*Mariano Martinez Espinosa*

*Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT)*

*Vagner Ferreira do Nascimento*

*Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT)*

*Sandra Cristina Pillon*

*Universidade de São Paulo (USP)*

*Ana Cláudia Pereira Terças Trettel*

*Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT)*

*Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT)*

#### Resumo

Introdução: A pandemia da covid-19 pode ter intensificado o nível de estresse entre professores universitários, agravando os desafios no ambiente de trabalho. Objetivo: Analisar a prevalência e os fatores demográficos, de estilo de vida, trabalho e saúde mental associados a altos níveis de estresse entre professores universitários durante a pandemia da covid-19. Método: Estudo observacional, transversal e quantitativo, com 607 professores de instituições públicas de Mato Grosso. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais. Resultados: 51,56% dos professores apresentavam alto nível de estresse no trabalho. No modelo final, permaneceram associadas as variáveis: impacto do trabalho na saúde mental ( $p<0,001$ ); falta de recursos físicos e materiais ( $p=0,001$ ); insatisfação no relacionamento com colegas ( $p=0,022$ ); falta de engajamento profissional ( $p=0,022$ ); depressão ( $p<0,001$ ) e; distúrbios do sono ( $p=0,002$ ). O contrato temporário ( $p=0,023$ ) foi um fator protetor. Discussão: O alto nível de estresse relatado pode ter impactos prejudiciais à saúde e à qualidade do ensino. Conclusão: Os achados fornecem um diagnóstico situacional que pode subsidiar políticas e estratégias voltadas à promoção do bem-estar no ambiente universitário nacional.

*Palavras-chave:* saúde mental, estresse ocupacional, docentes, ensino superior, pandemia

#### Abstract

Introduction: The COVID-19 pandemic may have heightened stress levels among university professors, exacerbating workplace challenges. Objective: To analyze the prevalence and the demographic, lifestyle, work-related, and mental health factors associated with high stress levels among university professors during the COVID-19 pandemic. Method: An observational, cross-sectional, and quantitative study was conducted with 607 professors from public institutions in Mato Grosso. Descriptive and inferential analyses were performed. Results: A total of 51.56% of professors reported high levels of work-related stress. In the final model, the following variables remained significantly associated: the impact of work on mental health ( $p<0.001$ ), lack of physical and material resources ( $p=0.001$ ), dissatisfaction in relationships with colleagues ( $p=0.022$ ), lack of professional engagement ( $p=0.022$ ), depression ( $p<0.001$ ), and sleep disorders ( $p=0.002$ ). A temporary employment contract ( $p=0.023$ ) was identified as a protective factor. Discussion: The high stress levels reported may have adverse effects on both health and teaching quality. Conclusion: These findings provide a situational overview that can inform policies and strategies aimed at promoting well-being in the university environment at the national level.

*Keywords:* mental health, occupational stress, professors, higher education, pandemic

#### Resumen

Introducción: La pandemia de COVID-19 pudo haber intensificado los niveles de estrés entre los profesores universitarios, agravando los desafíos en el entorno laboral. Objetivo: Analizar la prevalencia y los factores

demográficos, de estilo de vida, laborales y de salud mental asociados a los altos niveles de estrés en profesores universitarios durante la pandemia de COVID-19. Método: Estudio observacional, transversal y cuantitativo, realizado con 607 docentes de instituciones públicas de Mato Grosso. Se llevaron a cabo análisis descriptivos e inferenciales. Resultados: El 51,56% de los docentes presentó niveles elevados de estrés laboral. En el modelo final, las variables que permanecieron significativamente asociadas fueron: impacto del trabajo en la salud mental ( $p < 0,001$ ), falta de recursos físicos y materiales ( $p = 0,001$ ), insatisfacción en las relaciones con los compañeros ( $p = 0,022$ ), falta de compromiso profesional ( $p = 0,022$ ), depresión ( $p < 0,001$ ) y trastornos del sueño ( $p = 0,002$ ). El contrato temporal ( $p = 0,023$ ) se identificó como un factor protector. Discusión: El elevado nivel de estrés reportado puede tener efectos adversos en la salud y en la calidad educativa. Conclusión: Estos hallazgos proporcionan un diagnóstico situacional que puede servir de base para la formulación de políticas y estrategias orientadas a promover el bienestar en el ámbito universitario a nivel nacional.

*Palabras clave:* salud mental, estrés laboral, docentes, educación superior, pandemia

## Introdução

A pandemia da covid-19 desencadeou uma crise global que ultrapassou as questões de saúde física, impactando significativamente a saúde mental dos trabalhadores, especialmente em setores como o educacional (Witteveen et al., 2023; Marinoni & Land, 2020). Nesse contexto, as mudanças organizacionais abruptas e sem precedentes na rotina de trabalho dos professores universitários impuseram desafios adicionais, intensificando os estressores ocupacionais e, conseqüentemente, contribuindo para níveis elevados de estresse nessa categoria profissional (Marinoni & Land, 2022).

Uma pesquisa conduzida pelo *Chronicle of Higher Education*, nos Estados Unidos, em 2020, analisou os efeitos dessa crise sanitária sobre o bem-estar dos professores universitários, evidenciando níveis elevados de estresse, desesperança, raiva e tristeza. Além disso, verificou-se um aumento da carga de trabalho, comprometimento do equilíbrio entre vida profissional e pessoal e ausência de suporte institucional adequado, gerando desconfiança em relação às medidas adotadas no âmbito acadêmico pela gestão (Tugend, 2020).

O estresse no trabalho é caracterizado pela percepção de demandas laborais como estressores, os quais, quando enfrentados, podem desencadear respostas negativas (Paschoal & Tamayo, 2004). Entre os principais estressores, destacam-se a falta de autonomia, a sobrecarga laboral (qualitativa e quantitativa), os conflitos interpessoais, a competição e a ambigüidade de papéis. A instabilidade no emprego, associada ao receio da demissão ou da obsolescência tecnológica, também se configura como um fator relevante (Johari, 2020; Paschoal & Tamayo, 2004).

No ambiente acadêmico, a exposição prolongada ao estresse ocupacional pode gerar impactos adversos significativos, sendo um determinante importante ao desenvolvimento de transtornos mentais. Além disso, pode comprometer a satisfação no trabalho, reduzir a eficácia no ensino e contribuir para o esgotamento profissional, manifestando-se em afastamentos do trabalho, presenteísmo e absentéismo (Vieira et al., 2023). Tais efeitos resultam do desequilíbrio entre demandas e recursos no ambiente laboral, podendo ser minimizados por fatores organizacionais que favoreçam condições de trabalho mais adequadas e o desenvolvimento de mecanismos defensivos pelos trabalhadores (Seligmann-Silva, 2022).

No Brasil, as desigualdades estruturais do sistema educacional público podem ter intensificado os impactos da pandemia sobre as condições de trabalho dos professores universitários, ressaltando a necessidade de investigar os fatores associados ao estresse nessa

população (Araujo et al., 2023). No estado de Mato Grosso, especificidades regionais, como dificuldades estruturais e logísticas, dispersão populacional e limitações no acesso a tecnologias, incluindo a conectividade à internet, podem ter representado obstáculos adicionais ao ensino remoto (Benfica, 2019).

É relevante destacar que o aumento do adoecimento mental entre professores universitários já era observado antes da pandemia, tanto no contexto brasileiro (Leite & Oliveira Rodrigues, 2023; Pereira et al., 2022) quanto no internacional (Luz et al., 2019; Teles et al., 2020). Assim, os desafios e as incertezas do período pandêmico podem não apenas ter exacerbado condições psíquicas preexistentes, mas também contribuído para o surgimento de novos sintomas de transtornos mentais (Tausch et al., 2022).

Diante do exposto, compreender os impactos do estresse ocupacional entre professores universitários em períodos de crise torna-se essencial para o desenvolvimento de estratégias que previnam ou mitiguem seus efeitos em cenário pós-pandêmico. Assim, o objetivo deste estudo foi analisar a prevalência e os fatores demográficos, de estilo de vida, trabalho e saúde mental associados a altos níveis de estresse entre professores universitários durante a pandemia da covid-19.

### Métodos

Estudo observacional, transversal e quantitativo, seguindo os critérios do *Reporting of Observational Studies in Epidemiology* (STROBE) (Von Elm et al., 2008) e norteado pelo *Checklist for Reporting Results of Internet E-Surveys* (CHERRIES) (Eysenbach, 2004). Os dados foram coletados entre março a julho de 2022, por questionário em formato digital, por meio do *Google Forms*<sup>®</sup>, aplicado via *online*.

O estudo foi realizado em todas as universidades públicas de Mato Grosso, Brasil. De acordo com a Sinopse Estatística da Educação Superior 2019, do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP, 2020), o estado contava, no período do estudo, com três instituições federais: a Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), a Universidade Federal de Rondonópolis (UFR), e o Instituto Federal de Mato Grosso (IFMT), além de uma instituição estadual, a Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT).

A amostra foi composta por professores universitários das instituições federais e estaduais que oferecem cursos em todas as áreas do conhecimento. No período do estudo, as instituições contavam com 4.564 professores ativos, sendo 3.300 lotados nas três instituições federais e 1.264 na instituição estadual (INEP, 2020).

Para a determinação da amostra, utilizou-se o cálculo amostral do tipo probabilístico simples, considerando-se o total de professores vinculados às instituições de ensino superior (IES) públicas mato-grossenses (N=4.564), uma proporção de 50%, erro amostral de 5%, nível de confiança de 95%, taxa mínima de resposta estimada igual a 85% (Espinosa et al., 2019) e acréscimo de 45% para possíveis perdas. Estimou-se, assim, uma amostra de 607 participantes.

Foram incluídos no estudo todos os professores universitários que estavam há pelo menos 12 meses nessa função e instituição, sendo excluídos aqueles em afastamento temporário, desvio de função ou exercendo exclusivamente atividades administrativas. Os critérios de elegibilidade foram apresentados antes dos itens do questionário, e os professores que os atenderam e completaram o questionário compuseram a amostra final de participantes da pesquisa.

- Utilizou-se um questionário estruturado autoaplicável contendo:
- Informações demográficas, estilo de vida e trabalho (relacionadas a caracterização, organização e condições do trabalho durante a pandemia da covid-19), composto por 30 itens elaborados pelos pesquisadores deste estudo.
  - Escala de Estresse no Trabalho (EET), que foi utilizada para avaliar os níveis de estresse no trabalho. A EET está composta por 23 itens, com estrutura unifatorial, e as respostas compõem uma escala do tipo *Likert* de cinco pontos, variando de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente). Os escores relacionados ao estresse de cada participante são obtidos pela somatória dos itens da escala, variando de um mínimo de 23 até um máximo de 115 pontos. Assim, a sua pontuação final representa que quanto maior o valor, maior o estresse vivenciado no âmbito do trabalho (Paschoal & Tamayo, 2004).
  - Escala Transversal de Sintomas de Nível 1 Autoaplicável do DSM-5, de domínio público, traduzida para o português do Brasil e disponibilizada no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), em sua 5ª edição (APA, 2014), foi utilizada para avaliar a saúde mental. Está composto por 23 itens, divididos em 13 domínios. Cada item avalia o quanto e/ou com que frequência o indivíduo tem sido incomodado por determinado sintoma nas últimas duas semanas que antecedem a data da coleta de dados, sendo sua resposta disposta em uma escala tipo *Likert* de 5 pontos, variando de 0 (nada ou de modo algum) a 4 (grave ou quase todos os dias) (APA, 2014). Cada domínio tem seu próprio limiar, com escores que variam de leve a grave. Neste estudo, todos os itens foram recodificados como escores negativos (nenhum ou sintomas muito leves = não apresenta o sintoma) ou positivos (leve, moderado ou grave = sim, apresenta o sintoma) (Trettel., 2022).

O recrutamento e a coleta de dados foram realizados via *online*, por meio de e-mail e utilizando a plataforma *Google Forms*®. A pesquisa foi amplamente divulgada e enviada à população de estudo, utilizando uma lista de contatos a partir de dados públicos coletados nos *sites* das IES, garantindo, assim, o cumprimento da Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais. O convite por e-mail e um *link* de acesso aos instrumentos de coleta de dados foram enviados em quatro ocasiões, com um intervalo de 20 dias entre cada uma, excluindo da lista de contatos aqueles que já haviam registrado uma resposta. O *link* para o formulário também foi divulgado no *WhatsApp*, *Facebook* e *Instagram* dos pesquisadores.

Neste estudo, optou-se por incluir apenas as variáveis com significância estatística na análise bivariada e no modelo final, devido à ampla quantidade de variáveis investigadas. A variável dependente foi o nível de estresse no trabalho (alto/baixo).

As variáveis independentes, abrangendo aspectos demográficos, de estilo de vida e trabalho, foram: sexo (masculino/feminino), faixa etária em anos (18 a 29; 30 a 39; 40 a 49; 50 a 59; ≥60 anos), estado conjugal (com/sem companheiro), raça (branca/não branca), prática de exercício físico (150 a 300 min; não realiza ou <150 min; >300 min), grande área de atuação profissional (Ciências da Saúde; Ciências Biológicas; Ciências Humanas; Ciências Sociais Aplicadas; Engenharias; Ciências Agrárias; Ciências Exatas e da Terra; Linguística, Letras e Artes; Multidisciplinar), maior qualificação profissional (graduação; especialização; mestrado; doutorado; pós-doutorado), mais de um vínculo profissional (sim/não), tempo de docência no ensino superior (1 a 3; 4 a 6; 7 a 9; 10 a 12; >12 anos), tipo de instituição em que trabalha (federal/estadual), natureza do vínculo na IES (efetivo; contrato temporário; contrato indeterminado; outro) e modalidade de trabalho (remota, híbrida ou presencial).

Também foram consideradas variáveis relacionadas à organização e às condições de trabalho, incluindo dificuldade em planejar ou administrar aulas (sim/não), desejo de abandonar a IES (sim/não), mudanças na qualidade e na satisfação das relações interpessoais com alunos, colegas, coordenação e equipe administrativa (sim/não), engajamento e entusiasmo com o trabalho (sim/não), falta de recursos físicos e materiais para o exercício da função (sim/não) e impacto do trabalho na saúde mental (sim/não). Já as variáveis de saúde mental foram: depressão (sim/não), ansiedade (sim/não), ideação suicida (sim/não), distúrbios do sono (sim/não), uso de substâncias (sim/não) e piora no estado de saúde durante a pandemia (sim/não).

Os dados foram analisados no *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS)<sup>®</sup>, versão 24.0. Para categorizar os resultados da EET, foi avaliada a distribuição de normalidade dos dados. Como os dados não apresentaram simetria, não se adequaram a um modelo linear (Draper & Smith, 2014; Espinosa et al., 2019). Nessas situações, a média pode não ser um indicador representativo da tendência central, pois é sensível a valores extremos. Assim, optou-se pelo uso da mediana como ponto de corte, uma vez que essa medida é mais robusta para descrever distribuições assimétricas, permitindo uma categorização mais adequada dos níveis de estresse (Espinosa et al., 2019). Neste estudo, foram considerados escores iguais ou superiores à mediana ( $\geq 41$  pontos) como alto nível de estresse laboral, enquanto escores inferiores à mediana ( $< 41$  pontos) como baixo nível de estresse laboral.

Na análise descritiva das variáveis, foram calculadas as frequências absolutas, relativas e prevalências. Para a análise inferencial, foi utilizada a razão de prevalência bruta (RPb) e o teste Qui-quadrado de Pearson, com nível de significância menor que 0,05 ( $p < 0,05$ ) e seus respectivos intervalos de confiança de 95%.

Para análise múltipla, as variáveis que apresentaram associação com valores de  $p$  menor que 0,20 ( $p < 0,20$ ), pelo teste qui-quadrado, foram selecionadas para compor o modelo de regressão de Poisson múltiplo com variância robusta, permanecendo no modelo final somente aquelas variáveis independentes que apresentaram valores de  $p$  menores que 0,05 ( $p < 0,05$ ). A adequação deste modelo ajustado foi verificada pelo teste da razão de verossimilhança ( $p < 0,001$ ) (Barros & Hirakata, 2003; Draper & Smith, 2014).

A pesquisa faz parte do projeto matricial “Ensino, práticas e tecnologias inovadoras na saúde e educação”, que foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT). Processo número 28214720.9.0000.5166.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi disponibilizado de forma *online*, mediante concordância em participar do estudo clicando na caixa de diálogo correspondente a “sim”, além de cadastrar um endereço eletrônico válido na intenção de evitar duplicidades.

## Resultados

Participaram do estudo 607 professores universitários, sendo 316 vinculados a IES federais e 291 a uma instituição estadual. A prevalência de alto nível de estresse no trabalho foi de 51,56%, segundo a EET.

A Tabela 1 apresenta as associações das variáveis demográficas, de estilo de vida e características de trabalho com o alto nível de estresse no trabalho. Observa-se que professores universitários com idade  $\geq 60$  anos apresentaram menor prevalência de alto nível de estresse no trabalho em relação aos professores universitários de faixas etárias inferiores ( $< 60$  anos)

( $RP=0,45$ ;  $IC:0,25$ ;  $0,80$ ;  $p=0,001$ ). Evidencia-se que a presença do alto nível de estresse no trabalho foi significativamente associada a professores universitários que não tinham companheiro ( $p=0,021$ ), não praticavam exercício físico ( $p=0,004$ ), atuavam na área de Ciências Biológicas ( $p=0,049$ ), tinham doutorado ou pós-doutorado ( $p=0,024$  e  $p=0,030$ , respectivamente) e trabalhavam em IES federal ( $p=0,006$ ).

Ter mais de um vínculo profissional ( $p=0,029$ ) e atuar com contrato temporário ou outros tipos de contrato ( $p=0,018$  e  $p=0,015$ , respectivamente) mostraram-se fatores protetores.

**Tabela 1**

*Associação entre Variáveis Demográficas, de Estilo de Vida e Características de Trabalho com o Alto Nível de Estresse em Professores Universitários. Brasil, Mato Grosso, 2022*

Variável	Nível de Estresse no Trabalho				
	Alto n (%)	Baixo n (%)	RP <sub>b</sub>	IC95%	p-valor
<b>Sexo</b>					
Masculino	129 (21,25)	137 (22,57)	0,90	(0,77; 1,05)	0,181
Feminino	184 (30,31)	157 (25,87)	1,00	-	-
<b>Faixa etária (anos)</b>					
18- 29	20 (3,29)	18 (2,96)	0,99	(0,71; 1,37)	0,954
30- 39	113 (18,62)	105 (17,30)	0,98	(0,81; 1,17)	0,788
40- 49	110 (18,13)	97 (15,98)	1,00	-	-
50- 59	61 (10,05)	45 (7,41)	1,08	(0,88; 1,33)	0,459
≥60	9 (1,48)	29 (4,78)	0,45	(0,25; 0,80)	0,001*
<b>Estado conjugal</b>					
Sem companheiro	125 (20,59)	91 (15,00)	1,20	(1,03; 1,40)	0,021*
Com companheiro	188 (30,97)	203 (33,44)	1,00	-	-
<b>Raça</b>					
Não branca	108 (17,79)	120 (19,77)	0,88	(0,74; 1,03)	0,109
Branca	205 (33,77)	174 (28,67)	1,00	-	-
<b>Exercício físico</b>					
Não realiza ou <150	188 (30,97)	145 (23,89)	1,30	(1,08; 1,56)	0,004*
150 a 300 min.	84 (13,84)	109 (17,96)	1,00	-	-
>300 min.	41 (6,75)	40 (6,59)	1,16	(0,89; 1,52)	0,282
<b>Grande área de atuação profissional</b>					
Ciências Biológicas	25 (4,12)	16 (2,64)	1,39	(1,03; 1,88)	0,049*
Linguística, Letras e Artes	14 (2,31)	10 (1,65)	1,33	(0,91; 1,95)	0,183
Ciências Sociais Aplicadas	58 (9,55)	47 (7,74)	1,26	(0,99; 1,61)	0,068
Ciências Agrárias	39 (6,42)	34 (5,60)	1,22	(0,92; 1,61)	0,172
Ciências Exatas e da Terra	40 (6,59)	36 (5,93)	1,20	(0,91; 1,58)	0,204
Ciências Humanas	50 (8,24)	48 (7,90)	1,16	(0,90; 1,51)	0,260
Engenharias	10 (1,65)	10 (1,65)	1,14	(0,71; 1,83)	0,600
Multidisciplinar	6 (0,99)	2 (0,33)	1,71	(1,11; 2,65)	0,143EF**
Ciências da Saúde	71 (11,70)	91 (14,99)	1,00	-	-
<b>Maior qualificação profissional</b>					
Graduação	4 (0,66)	3 (0,49)	1,28	(0,66; 2,49)	0,703EF**
Especialização	15 (2,47)	22 (3,62)	0,91	(0,60; 1,39)	0,658
Mestrado	81 (13,34)	101 (16,64)	1,00	-	-

Variável	Nível de Estresse no Trabalho				
	Alto n (%)	Baixo n (%)	RP <sub>b</sub>	IC95%	p-valor
Doutorado	169 (27,84)	138 (22,74)	1,24	(1,02; 1,50)	0,024*
Pós-doutorado	44 (7,25)	30 (4,95)	1,34	(1,04; 1,71)	0,030*
<b>Mais de um vínculo profissional</b>					
Sim	43 (7,08)	60 (9,89)	0,78	(0,61; 0,99)	0,029*
Não	270 (44,48)	234 (38,55)	1,00	-	-
<b>Tempo de docência no ensino superior</b>					
1- 3 anos	46 (7,58)	52 (8,56)	0,94	(0,73; 1,20)	0,610
4- 6 anos	38 (6,26)	48 (7,91)	0,88	(0,67; 1,16)	0,355
7- 9 anos	52 (8,56)	36 (5,93)	1,18	(0,95; 1,47)	0,145
10- 12 anos	58 (9,55)	39 (6,43)	1,20	(0,61; 1,06)	0,103
>12 anos	119 (19,61)	119 (19,61)	1,00	-	-
<b>Instituição em que trabalha</b>					
Federal	180 (29,65)	136 (22,41)	1,25	(1,06; 1,46)	0,006*
Estadual	133 (21,91)	158 (26,03)	1,00	-	-
<b>Natureza do vínculo na IES</b>					
Contrato temporário	57 (9,39)	75 (12,36)	0,79	(0,64; 0,97)	0,018*
Contrato indeterminado	8 (1,32)	5 (0,82)	1,12	(0,72; 1,74)	0,633
Outros	5 (0,82)	14 (2,31)	0,48	(0,22; 0,99)	0,015*
Efetivo	243 (40,03)	200 (32,95)	1,00	-	-
<b>Modalidade de trabalho</b>					
Remota	146 (24,05)	161 (26,52)	0,87	(0,73; 1,04)	0,128
Híbrida	57 (9,39)	41 (6,76)	1,07	(0,87; 1,32)	0,544
Presencial	110 (18,12)	92 (15,16)	1,00	-	-

Nota. RP<sub>b</sub> = Razão de Prevalência bruta; IC = Intervalo de Confiança; Valor de p<0,05 do Qui-quadrado de Pearson ( $\chi^2$ )\* e do Teste Exato de Fisher\*\*. (n=607)

A Tabela 2 apresenta as variáveis relacionadas à organização e às condições de trabalho que foram significativamente associadas a um alto nível de estresse ocupacional (p<0,001 para todas). Destacam-se dificuldades na organização e administração das aulas, desejo de abandonar a instituição, mudanças na qualidade das relações interpessoais (com alunos, colegas, coordenação e equipe administrativa) e falta de engajamento e entusiasmo no trabalho. Além disso, a escassez de recursos físicos e materiais também se mostrou um fator relevante. Professores universitários que relataram impactos do trabalho na saúde mental apresentaram maior prevalência de estresse elevado em comparação com aqueles que não relataram essa condição (RP=2,57; IC 95%=2,10; 3,14).

Tabela 2

Associação entre Aspectos Organizacionais e Condições de Trabalho com o Alto Nível de Estresse em Professores Universitários. Brasil, Mato Grosso, 2022

Variável	Nível de estresse no trabalho				
	Alto n (%)	Baixo n (%)	RP <sub>b</sub>	IC95%	p-valor
<b>Estou com dificuldade de planejar ou administrar aula após a pandemia covid-19</b>					
Sim	184 (30,32)	87 (14,33)	1,77	(1,51; 2,07)	<0,001*
Não	129 (21,25)	207 (34,10)	1,00	–	–
<b>Após a pandemia desejei abandonar a IES que trabalho</b>					
Sim	105 (17,30)	36 (5,93)	1,67	(1,45; 1,92)	<0,001*
Não	208 (34,27)	258 (42,50)	1,00	–	–
<b>A pandemia covid-19 mudou a qualidade da minha relação interpessoal com os alunos</b>					
Sim	254 (41,84)	193 (31,80)	1,54	(1,24; 1,92)	<0,001*
Não	59 (9,72)	101 (16,64)	1,00	–	–
<b>A pandemia covid-19 mudou a qualidade da minha relação interpessoal com os colegas de trabalho</b>					
Sim	255 (42,01)	177 (29,16)	1,78	(1,42; 2,23)	<0,001*
Não	58 (9,56)	117 (19,27)	1,00	–	–
<b>A pandemia covid-19 mudou a qualidade da minha relação interpessoal com a coordenação e equipe administrativa</b>					
Sim	231 (38,06)	157 (25,86)	1,59	(1,31; 1,92)	<0,001*
Não	82 (13,51)	137 (22,57)	1,00	–	–
<b>Eu me sinto satisfeito(a) com meu relacionamento com alunos</b>					
Não	185 (30,48)	115 (18,94)	1,48	(1,26; 1,73)	<0,001*
Sim	128 (21,09)	179 (29,49)	1,00	–	–
<b>Eu me sinto satisfeito(a) com meu relacionamento com colegas de trabalho</b>					
Não	195 (32,13)	112 (18,45)	1,61	(1,37; 1,90)	<0,001*
Sim	118 (19,44)	182 (29,98)	1,00	–	–
<b>Eu me sinto engajado(a) com o meu trabalho</b>					
Não	135 (22,24)	48 (7,91)	1,76	(1,53; 2,02)	<0,001*
Sim	178 (29,32)	246 (40,53)	1,00	–	–
<b>Estou entusiasmado(a) com o meu trabalho</b>					
Não	192 (31,63)	83 (13,68)	1,92	(1,63; 2,25)	<0,001*
Sim	121 (19,93)	211 (34,76)	1,00	–	–
<b>Faltam recursos físicos e materiais para exercer meu trabalho</b>					
Sim	250 (41,19)	176 (28,99)	1,69	(1,36; 2,09)	<0,001*
Não	63 (10,38)	118 (19,44)	1,00	–	–
<b>Meu trabalho está afetando a minha saúde mental</b>					
Sim	237 (39,05)	96 (15,81)	2,57	(2,10; 3,14)	<0,001*
Não	76 (12,52)	198 (32,62)	1,00	–	–

Nota. RP<sub>b</sub> = Razão de Prevalência bruta; IC = Intervalo de Confiança; Valor de p<0,05 do Qui-quadrado de Pearson ( $\chi^2$ )\* e do Teste Exato de Fisher\*\*. (N=607)

Na Tabela 3, observa-se que a presença de sintomas depressivos, ansiedade, ideação suicida, distúrbio do sono e uso de substância esteve significativamente associada ao alto nível de estresse no trabalho ( $p < 0,001$  para todas as variáveis). Além disso, professores universitários que relataram piora no estado geral de saúde durante a pandemia apresentaram maior prevalência de estresse elevado em comparação com aqueles que não perceberam essa piora (RP=2,06; IC:1,66; 2,55).

**Tabela 3**

*Associação entre Saúde Mental e Alto Nível de Estresse em Professores Universitários. Brasil, Mato Grosso, 2022*

Variável	Nível de estresse no trabalho				
	Alto n (%)	Baixo n (%)	RP <sub>b</sub>	IC95%	p-valor
<b>Depressão</b>					
Sim	252 (41,52)	121 (19,93)	2,59	(2,06; 3,25)	<0,001*
Não	61 (10,05)	173 (28,50)	1,00	–	–
<b>Ansiedade</b>					
Sim	293 (48,27)	212 (34,93)	2,96	(1,98; 4,41)	<0,001*
Não	20 (3,29)	82 (13,51)	1,00	–	–
<b>Ideação suicida</b>					
Sim	77 (12,68)	25 (4,12)	1,61	(1,40; 1,87)	<0,001*
Não	236 (38,88)	269 (44,32)	1,00	–	–
<b>Distúrbio do sono</b>					
Sim	215 (35,42)	92 (15,16)	2,14	(1,79; 2,56)	<0,001*
Não	98 (16,14)	202 (33,28)	1,00	–	–
<b>Uso de substância</b>					
Sim	194 (31,96)	137 (22,57)	1,36	(1,15; 1,60)	<0,001*
Não	119 (19,61)	157 (25,86)	1,00	–	–
<b>Durante a pandemia, você percebeu uma piora no estado geral de saúde?</b>					
Sim	246 (40,53)	143 (23,56)	2,06	(1,66; 2,55)	<0,001*
Não	67 (11,03)	151 (24,88)	1,00	–	–

Nota: RP<sub>b</sub> = Razão de Prevalência bruta; IC = Intervalo de Confiança; Valor de  $p < 0,05$  do Qui-quadrado de Pearson ( $\chi^2$ )\*. (N=607)

A Tabela 4 apresenta as variáveis associadas ao alto nível de estresse no trabalho após a análise múltipla. Aplicando o Modelo de Regressão de Poisson com variância robusta, as variáveis que se mantiveram significativas foram: impacto do trabalho na saúde mental ( $p < 0,001$ ); falta de recursos físicos e materiais para exercer o trabalho ( $p = 0,001$ ); insatisfação com o relacionamento com os colegas de trabalho e falta de engajamento profissional ( $p = 0,022$ , respectivamente); e a presença de sintomas de depressão ( $p < 0,001$ ) e distúrbio do sono ( $p = 0,002$ ). O vínculo empregatício de contrato temporário ( $p = 0,023$ ) permaneceu como fator protetor.

**Tabela 4**

*Fatores Associados ao Alto Nível de Estresse no Trabalho em Professores Universitários. Brasil, Mato Grosso, 2022*

Variáveis	RP <sub>a</sub>	IC(95%)	p-valor
<b>Natureza do vínculo</b>			
Contrato temporário	0,81	(0,67; 0,97)	0,023*
Contrato indeterminado	1,19	(0,87; 1,63)	0,286
Outros	0,56	(0,31;1,03)	0,062
Efetivo	1,00	–	–
<b>Eu me sinto satisfeito(a) com meu relacionamento com colegas de trabalho</b>			
Não	1,19	(1,03; 1,38)	0,022*
Sim	1,00	–	–
<b>Eu me sinto engajado(a) com o meu trabalho</b>			
Não	1,17	(1,02; 1,34)	0,022*
Sim	1,00	–	–
<b>Faltam recursos físicos e materiais para exercer meu trabalho</b>			
Sim	1,38	(1,13; 1,67)	0,001*
Não	1,00	–	–
<b>Meu trabalho está afetando a minha saúde mental</b>			
Sim	1,57	(1,25; 1,98)	<0,001*
Não	1,00	–	–
<b>Depressão</b>			
Sim	1,61	(1,24; 2,08)	<0,001*
Não	1,00	–	–
<b>Distúrbio do sono</b>			
Sim	1,34	(1,11; 1,60)	0,002*
Não	1,00	–	–

Nota. RP<sub>a</sub> = Razão de Prevalência ajustada pelo modelo de regressão múltipla de Poisson com variância robusta; IC = Intervalo de confiança; Valor de p<0,05. (N=607)

## Discussão

### Estresse no Trabalho, Perfil Demográfico e Estilo de Vida

No presente estudo, foi evidenciada uma prevalência de alto nível de estresse de 51,56% (n=313) entre os professores universitários de Mato Grosso. Esses achados são superiores a realidade pré-pandêmica, no país, que variou de 9,1% a 49% (Moraes Filho et al., 2019; Pereira et al., 2022), e internacional, que variou de 14,8% a 31,3% (Manaf et al., 2021; Teles et al., 2020). Duas revisões sistemáticas, em 2020 e 2021, mostraram prevalência de estresse em professores variando de 12,6% a 12,7% (Silva et al., 2021) e 30% (Ozamiz-Etxebarria et al., 2021). Tal achado pode estar relacionado ao período da coleta de dados, que ocorreu aproximadamente dois anos após o início da pandemia da covid-19 no Brasil, quando algumas instituições de ensino superior já estavam retornando às atividades didático-pedagógicas presenciais.

A idade é um fator frequentemente associado ao sofrimento mental. Neste estudo, professores universitários mais velhos (≥60 anos) apresentaram menor prevalência de alto nível

de estresse em comparação com os mais jovens (<60 anos). Estudos anteriores corroboram esse achado (Akour et al., 2020; Evanoff et al., 2020; Pereira et al., 2022), indicando que docentes mais jovens são mais suscetíveis ao estresse ocupacional, possivelmente devido a menor experiência profissional e à necessidade de adaptação a mudanças impostas pela pandemia da covid-19.

A experiência acumulada ao longo da carreira tende a proporcionar mais estabilidade emocional e resiliência, reduzindo a percepção de situações estressoras como ameaçadoras. Além disso, docentes mais experientes geralmente desfrutam de maior estabilidade no emprego e autonomia na gestão de suas atividades, o que pode atenuar os impactos de mudanças abruptas na rotina de trabalho (Rodrigues & Tavares, 2021). Por outro lado, professores mais jovens, especialmente em estágios iniciais e intermediários da carreira, enfrentam maior pressão para consolidar sua trajetória acadêmica, lidando com demandas intensas de produtividade, publicações científicas e inserção no meio acadêmico, fatores que podem aumentar sua vulnerabilidade ao estresse (Hammoudi Halat et al., 2023).

Houve associação positiva entre alto nível de estresse no trabalho e estado conjugal sem companheiro, em concordância com outros estudos brasileiros (Donato et al., 2021; Freitas et al., 2021). Esse resultado pode estar relacionado ao distanciamento social e ao isolamento vivenciado durante a pandemia, particularmente para os indivíduos sem apoio social (Faro et al., 2020). Ter companheiro(a) pode ter funcionado como suporte emocional para atravessar esse período (Akour et al., 2020).

Neste estudo, professores universitários que tinham uma prática insuficiente de atividade física, segundo as recomendações da Organização Mundial da Saúde, apresentaram alto nível de estresse no trabalho, em comparação com aqueles que tinham uma vida ativa, resultado também observado em outras pesquisas com público-alvo semelhante (Ma et al., 2022; Soares et al., 2019).

A prática de atividade física tem sido apontada como um fator de proteção contra os transtornos mentais comuns, inclusive para o estresse no trabalho (Donato et al., 2021; Ma et al., 2022; Sanchez et al., 2019), sendo considerada uma estratégia de enfrentamento e promoção à saúde mental. Portanto, é recomendado que se mantenha um estilo de vida ativo em períodos e/ou momentos considerados críticos para o bem-estar físico e psicológico, resultando numa menor vulnerabilidade ao adoecimento mental e no melhoramento da qualidade de vida (Sanchez et al., 2019).

### **Consequências do Trabalho e Saúde Mental**

Com relação às características do trabalho, os professores da área de Ciências Biológicas apresentaram uma prevalência maior de alto nível de estresse. Uma possível explicação pode ser o distanciamento imposto pela pandemia e a dificuldade na condução das atividades didático-pedagógicas e avaliação da aprendizagem, muitas vezes mais facilmente desenvolvidas durante as aulas e os estágios presenciais (Vilela et al., 2022).

Evidenciou-se também que professores com doutorado ou pós-doutorado apresentaram níveis superiores de estresse no trabalho. Professores que possuem qualificações mais altas tendem a se envolver mais em atividades de pesquisa e gestão administrativa, assumindo um escopo de funções mais amplo. Além disso, a alta competitividade e exigência por níveis de produção científica para conseguir alcançar destaque na área do conhecimento, como

concorrer a editais de fomento e bolsa produtividade, podem intensificar o trabalho docente e contribuir para o adoecimento mental (Soares et al., 2019).

Este estudo também identificou uma associação entre trabalhar em uma instituição de ensino superior (IES) federal e a presença de altos níveis de estresse. A literatura tem destacado a precarização do trabalho docente no século XXI, impulsionada, em grande parte, pela redução dos recursos públicos destinados ao financiamento das universidades (Campos et al., 2020). Esse cenário tem afetado de maneira mais intensa as universidades federais, que, apesar de serem responsáveis por grande parte da produção científica no Brasil, enfrentam cortes orçamentários que impactam diretamente as condições de trabalho dos docentes. A sobrecarga administrativa, a exigência por alta produtividade acadêmica e a escassez de investimentos em infraestrutura e suporte institucional configuram fatores que podem contribuir para o aumento do estresse no trabalho nessa categoria (Hammoudi Halat et al., 2023).

Além disso, neste estudo, observou-se que trabalhar em mais de uma IES e ter contrato temporário foram fatores protetores contra altos níveis de estresse. Esse achado pode estar relacionado a maior segurança econômica proporcionada por múltiplos vínculos empregatícios, especialmente em um contexto de instabilidade agravado pela pandemia. A insegurança quanto à estabilidade no emprego e a necessidade de uma remuneração mais elevada frequentemente levam professores a buscarem múltiplos locais de trabalho, sobretudo aqueles com contrato temporário (Dias & Silva, 2020). Além disso, essa diferença pode estar associada a características específicas dos contratos temporários, como o menor envolvimento em demandas administrativas e de gestão, que, embora pouco discutido na literatura, representa um importante fator de estresse e adoecimento psíquico entre docentes (Soares et al., 2019; Hammoudi Halat et al., 2023).

A insatisfação no relacionamento com os colegas, a falta de engajamento profissional e a falta de recursos físicos e materiais para exercer o trabalho foram fortemente associadas ao alto nível de estresse no trabalho entre os professores universitários mato-grossenses, corroborando estudos em outros estados brasileiros (Campos et al., 2020; Santos et al., 2022).

Além disso, este estudo encontrou uma associação forte entre o alto nível de estresse e a percepção do trabalho como fonte estressora. Estudo (Converso et al., 2019) desenvolvido em uma IES pública italiana, com 291 professores, verificou que o significado atribuído ao trabalho e a recompensa correlacionam-se positivamente com o engajamento e a satisfação no trabalho, assim como o bem-estar psicológico, e evitam o desejo de sair da instituição e a exaustão emocional.

O engajamento no trabalho diz respeito ao envolvimento positivo do trabalhador relacionado ao vigor e à dedicação, e influencia várias dimensões do trabalho devido ao aumento da concentração na execução das atividades laborais. É um fator protetor ao estresse e à Síndrome de *Burnout*, pode ser melhor desenvolvido durante o trabalho em equipe e incentiva e eleva os índices de produtividade (Navajas-Romero et al., 2022). Por outro lado, o estresse no trabalho tem sido frequentemente associado aos relacionamentos interpessoais insatisfatórios, o que resulta em uma diminuição do rendimento acadêmico entre aluno-professor e menor percepção da qualidade de vida no trabalho (Sanchez et al., 2019; Vieira et al., 2023).

O estresse no trabalho está frequentemente associado a sintomas de transtornos mentais comuns (Donato et al., 2021; Pereira et al., 2022). No presente estudo, sintomas de

depressão e distúrbios do sono permaneceram no modelo final com forte associação ao alto nível de estresse. Além disso, representa um fator relevante que predispõe o desenvolvimento de transtornos mentais, como a depressão, uma das condições mais prevalentes entre professores e responsável por altas taxas de absenteísmo e licenças médicas (Vieira et al., 2023). Esses sintomas psicossomáticos levam muitos trabalhadores ao uso de medicamentos, especialmente psicotrópicos, que podem agravar distúrbios do sono (Donato et al., 2021). O sofrimento mental também está associado ao uso problemático de álcool, frequentemente empregado como mecanismo de enfrentamento emocional (Pereira et al., 2022).

É importante ressaltar que a pandemia da covid-19, por si só, gerou sentimentos nos indivíduos, como medo e preocupações, que podem levar a um aumento do estresse e sintomas depressivos (Ma et al., 2022). Todos esses fatores, somados às mudanças laborais, comprometem a qualidade de vida no trabalho e reduzem o desempenho profissional. Dessa forma, representam um desafio para a saúde pública e gestão universitária, especialmente no que se refere à saúde dos trabalhadores e à qualidade da educação no cenário pós-pandêmico.

### Limitações do Estudo

Este estudo apresenta algumas limitações, especialmente no que se refere às estratégias de amostragem adotadas. A coleta de dados *online* pode ter excluído professores com menor familiaridade com tecnologias digitais, caracterizando um viés de resposta. Além disso, o viés de autosseleção deve ser considerado, uma vez que docentes com níveis mais elevados de estresse ou insatisfação podem ter sido mais propensos a participar, influenciando a prevalência observada. Outra limitação refere-se ao delineamento transversal, que impede inferências causais sobre as associações identificadas.

Apesar dessas limitações, os achados deste estudo contribuem significativamente para a compreensão dos fatores associados ao alto nível de estresse no trabalho entre professores universitários, especialmente em um contexto de grandes transformações históricas e sociais, no qual pesquisas dessa amplitude, conduzidas de forma presencial, eram de difícil realização. Além disso, verifica-se na literatura que muitos estudos utilizam amostras heterogêneas, abrangendo não apenas docentes universitários, mas também membros da equipe administrativa, professores da educação básica e alunos, o que dificulta análises mais específicas sobre a saúde mental dessa população (Ma et al., 2022; Ozamiz-Etxebarria et al., 2021; Silva et al., 2021).

### Conclusões

A prevalência de alto nível de estresse no trabalho foi de 51,56%. No modelo ajustado, as variáveis associadas incluíram o impacto do trabalho na saúde mental, a falta de recursos físicos e materiais, a insatisfação nos relacionamentos com colegas, a falta de engajamento profissional e a presença de sintomas de depressão e distúrbios do sono. Por outro lado, a natureza do vínculo contratual temporário manteve-se como um fator protetor.

Esses achados fornecem um diagnóstico situacional relevante sobre a saúde do trabalhador no contexto universitário, evidenciando a necessidade de reavaliação do modelo de gestão universitária. É fundamental que as instituições de ensino reconheçam o papel central do trabalho tanto na construção da identidade e na saúde mental dos indivíduos quanto

no desenvolvimento de estresse e transtornos mentais. Como estratégias estruturais para aprimorar o ambiente de trabalho, destacam-se a implementação de programas de apoio psicológico, o monitoramento de fatores estressores, treinamentos para o manejo do estresse e a revisão da organização e das condições laborais, incluindo carga de trabalho, disponibilidade de recursos e criação ou aprimoramento de espaços institucionais de fala, escuta e convivência.

Para pesquisas futuras, recomenda-se a realização de estudos longitudinais que acompanhem a evolução dos sintomas ao longo do tempo e investiguem estratégias institucionais de suporte psicossocial voltadas à prevenção do estresse ocupacional e à promoção da saúde mental acadêmica.

### Referências

- Akour, A., Al-Tammemi, A. B., Barakat, M., Kanj, R., Fakhouri, H. N., Malkawi, A., & Muselh, G. (2020). The Impact of the COVID-19 Pandemic and Emergency Distance Teaching on the Psychological Status of University Teachers: A Cross-Sectional Study in Jordan. *The American journal of tropical medicine and hygiene*, *103*(6), 2391–2399. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-0877>
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (5ª ed.). Artmed.
- Araujo, A. V., Vieira, F. D., & Manfroi, E. C. (2023). Panorama da literatura científica brasileira sobre saúde mental na universidade: Uma revisão sistemática. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior*, *28*, e023011. <https://doi.org/10.1590/S1414-40772023000100015>
- Barros, A. J., & Hirakata, V. N. (2003). Alternatives for logistic regression in cross-sectional studies: An empirical comparison of models that directly estimate the prevalence ratio. *BMC Medical Research Methodology*, *3*(21), 1–13. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-3-21>
- Benfica, T. A. H. (2019). História do ensino superior em Mato Grosso: Das iniciativas frustradas à criação de um sistema universitário. *Revista Brasileira de História da Educação*, *19*, e052. <https://doi.org/10.4025/rbhe.v19.2019.e052>
- Campos, T. C., Vêras, R. M., & Araújo, T. M. (2020). Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: Uma revisão bibliográfica. *Revista Docência do Ensino Superior*, *10*, e015193. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.15193>
- Converso, D.; Sottimano, I.; Molinengo, G.; & Loera, B. (2019). The Unbearable Lightness of the Academic Work: The Positive and Negative Sides of Heavy Work Investment in a Sample of Italian University Professors and Researchers. *Sustainability*, *11*(8), 2439. <https://doi.org/10.3390/su11082439>
- Dias, B. V. B., & Silva, P. S. S. (2020). Síndrome de Burnout em docentes: Revisão integrativa sobre as causas. *CuidArte Enfermagem*, *14*(1), 95–100. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1120510>
- Donato, G. D., Pereira, S. L. M., Pereira Júnior, A. D. C., Pillon, S. C., Vedana, K. G. G., & Miaso, A. I. (2021). Predictors of common mental disorders and psychiatric medication use among faculty members. *Perspectives in Psychiatric Care*, *58*(4), 1–9. <https://doi.org/10.1177/08980101211010101>

- org/10.1111/ppc.12993
- Draper, N. R., & Smith, H. (2014). *Applied regression analysis*. John Wiley Sons.
- Espinosa, M. M., Oliveira, N. L., Rodrigues, D. C., Alves, B. M. M., & Marcon, S. R. (2019). Comparação de modelos de regressão entre variáveis quantitativas e categóricas nos estudos de qualidade de vida de idosos. *Ciência e Natura*, 26(26), 1–13. <https://periodicos.ufsm.br/cienciaenatura/article/download/33827/pdf/187980>
- Evanoff, B. A., Strickland, J. R., Dale, A. M., Hayibor, L., Page, E., Duncan, J. G., Kannampallil, T., & Gray, D. L. (2020). Work-Related and Personal Factors Associated With Mental Well-Being During the COVID-19 Response: Survey of Health Care and Other Workers. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8), e21366. <https://doi.org/10.2196/21366>
- Eysenbach, G. (2004). Improving the quality of Web surveys: the Checklist for Reporting Results of Internet E-Surveys (CHERRIES). *Journal of Medical Internet Research*, 6(3), e34. <https://doi.org/10.2196/jmir.6.3.e34>
- Faro, A., Bahiano, M. A., Nakano, T. C., Reis, C., Silva, B. F. P., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: A emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia*, 37, e200074. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
- Freitas, R. F., Ramos, D. S., Freitas, T. F., Souza, G. R., Pereira, E. J., & Lessa, A. C. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da Covid-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(4), 283–292. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>
- Hammoudi Halat, D., Soltani, A., Dalli, R., Alsarraj, L., & Malki, A. (2023). Understanding and fostering mental health and well-being among university faculty: A narrative review. *Journal of Clinical Medicine*, 12(13), 4425. <https://doi.org/10.3390/jcm12134425>
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2020). *Sinopse Estatística da Educação Superior 2019*. INEP. <https://www.gov.br/inep/pt-br/aceso-a-informacao/dados-abertos/sinopses-estatisticas/educacao-superior-graduacao>
- Johari, F. S. (2020). Work-related stress and coping strategies: A systematic literature review. *International journal of academic research in business and social sciences*, 10(6), 1016–1032. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARBS/v10-i6/7469>
- Leite, G. L. S., & Oliveira Rodrigues, P. C. (2023). Prevalência da Síndrome de Burnout em docentes universitários da área da saúde. *Journal health NPEPS*, 8(2), e11358. <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/11358>
- Luz, J. G., Pessa, S. L. R., Luz, R. P., & Schenatto, F. J. A. (2019) Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: Uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(12), 4621-4632. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182412.26352017>
- Ma, K., Luyao, L., Muhammad, C., Sandy, N., Teguh, K., & Xuan Van, H. (2022). COVID-19 pandemic-related anxiety, stress and depression among teachers: A systematic review and meta-analysis. *Work*, 69(4), 1153–1161. <https://doi.org/10.3233/WOR-220062>
- Manaf, M. R. A., Shaharuddin, M. A., Nawi, A. M., Tauhid, N. M., Othman, H., Rahman, M. R. A., Yusoff, H. M., Safian, N., Ng, P. Y., Manaf, Z. A., Kadir, N. B. A., Yanasegaran, K., Basir, S. M. A., Ramakrishnappa, S., Ariff, M. I., & Ganasegaran, K. (2021). Perceived Symptoms of Depression, Anxiety and Stress amongst Staff in a Malaysian Public University: A Workers Survey. *International journal of environmental research and public health*, 18(22), 11874.

- <https://doi.org/10.3390/ijerph182211874>
- Marinoni, G., & Land, H. (2020). The impact of COVID-19 on global higher education. *International Higher Education*, (102), 7–9. <https://doi.org/10.36197/IHE.2020.102.03>
- Moraes Filho, I. M., Dias, C. C. S., Pinto, L. L., Santos, O. P., Félix, K. C., Proença, M. F. R., Cangussu, D. D. D., & Silva, R. M. (2019). Association of occupational stress and use of psychotropic drugs by health professors. *Revista Brasileira Promoção de Saúde*, 32(1), 1–9. <https://doi.org/10.5020/18061230.2019.9007>
- Navajas-Romero, V., Ceular-Villamandos, N., Pérez-Priego, M. A., & Caridad-López Del Río, L. (2022). Sustainable human resource management the mediating role between work engagement and teamwork performance. *PLoS One*, 17(8), e0271134. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271134>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Idoiaga Mondragon, N., Bueno-Notivol, J., Pérez-Moreno, M., & Santabárbara, J. (2021). Prevalence of Anxiety, Depression, and Stress among Teachers during the COVID-19 Pandemic: A Rapid Systematic Review with Meta-Analysis. *Brain sciences*, 11(9), 1172. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091172>
- Paschoal, T., & Tamayo, A. (2004). Validação da escala de estresse no trabalho. *Estudos de psicologia*, 9(1), 45–52. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2004000100006>
- Pereira, S. L. M., Donato, G. Pillon, S. C., Vedana, K. G. G., Pereira Jr., A. C., & Miasso, A. I. (2022). Predictors of job stress and alcohol consumption amongst university professors. *Archives of psychiatric nursing*, 40, 137–146. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.07.009>
- Rodrigues, F. R., & Tavares, D. M. S. (2021). Resilience in elderly people: Factors associated with sociodemographic and health conditions. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74, e20200171. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0171>
- Sanchez, H. M., Sanchez, E. G. M., Barbosa, M. A., Guimarães, E. C., & Porto, C. C. (2019). Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. *Ciência e Saúde Coletiva*, 24(11), 411122. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.28712017>
- Santos, J. T. T., Assunção-Luiz, A. V., Pereira, A. L. E., Luciano, A. R. M. B., Filho, I. F. P. C., Santos, M. J. S. F. L., & Garbin, M. C. (2022). Dificuldades enfrentadas por docentes do ensino superior frente ao contexto da pandemia de COVID-19. *Revista Iberoamericana de Educación*, 88(1), 111–126. <https://doi.org/10.35362/rie8814819>
- Seligmann-Silva, E. (2022). *Trabalho e desgaste mental: O direito de ser dono de si mesmo* (pp. 783). Cortez Editora.
- Silva, D. F. O., Cobucci, R. N., Lima, S. C. V. C., & de Andrade, F. B. (2021). Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic: A PRISMA-compliant systematic review. *Medicine*, 100(44), e27684. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000027684>
- Soares, M. B., Mafra, S. C. T., & Faria, E. R. (2019). Factors associated with perceived stress among professors at a federal public university. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 17(1), 90–98. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520190280>
- Tausch, A., E Souza, R. O., Viciania, C. M., Cayetano, C., Barbosa, J., & Hennis, A. J. (2022). Strengthening mental health responses to COVID-19 in the Americas: A health policy analysis and recommendations. *Lancet regional health. Americas*, 5, 100118. <https://doi.org/10.1016/j.lanreg.2022.100118>

- org/10.1016/j.lana.2021.100118
- Teles, R., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I., & Regueiro, B. (2020). Perceived Stress and Indicators of Burnout in Teachers at Portuguese Higher Education Institutions (HEI). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3248. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093248>
- Trettel, A. C. P. T., Muraro, A. P., Oliveira, E. C., Nascimento, V. F. D., Andrade, A. C. S., Santos, E. S. D., Espinosa, M. M., & Pillon, S. C. (2022). Factors associated with suicidal ideation during the COVID-19 pandemic in a population in the Brazilian Legal Amazon. *Ciência & Saúde Coletiva*, 27(8), 3157–3170. <https://doi.org/10.1590/1413-81232022278.04972022>
- Tugend, A. (2020). On the verge of Burnout: Covid-19's impact on faculty well-being and career plans. *The chronicle of higher education*, 1–23. [https://connect.chronicle.com/rs/931-EKA-218/images/Covid%26FacultyCareerPaths\\_Fidelity\\_ResearchBrief\\_v3%20%281%29.pdf](https://connect.chronicle.com/rs/931-EKA-218/images/Covid%26FacultyCareerPaths_Fidelity_ResearchBrief_v3%20%281%29.pdf)
- Vieira, C. A. L., Pinheiro, F. P. H. A., Furtado, N. R. X., Cunha, E. S., Aguiar, H. M. T., Escórcio, G. F., Alves, S. V., & Alcântara, V. P. (2023). Prevalência e Preditores de Transtornos Mentais Comuns entre Professores Universitários do Interior Cearense. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 23(1), 2373–2382. <https://doi.org/10.5935/rpot/2023.1.23038>
- Vilela, M. V. F., Mendes, M., & Soares, Z. M. P. (2022). O estágio na formação de professores de Ciências e Biologia: Experiências vivenciadas por docentes durante a pandemia de Covid-19. *Góndola*, 18(1), 36–52. <https://doi.org/10.14483/23464712.17831>
- Von Elm, E., Altman, D. G., Egger, M., Pocock, S. J., Gøtzsche, P. C., Vandenbroucke, J. P., & STROBE Initiative. (2008). The Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) statement: Guidelines for reporting observational studies. *Journal of Clinical Epidemiology*, 61(4), 344–349. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2007.11.008>
- Witteveen, A. B., Young, S. Y., Cuijpers, P., Ayuso-Mateos, J. L., Barbui, C., Bertolini, F., Cabello, M., Cadorin, C., Downes, N., Franco, D., Gasior, M., Gray, B., Melchior, M., Ommeren, M., Palantza, C., Purgato, M., Waerden, J., Wang, S., & Sijbrandij, M. (2023). COVID-19 and common mental health symptoms in the early phase of the pandemic: An umbrella review of the evidence. *PLoS Medicine*, 20(4), e1004206. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1004206>

Recebido em: 04/09/2024

Última revisão: 16/02/2025

Aceite final: 16/02/2025

#### Sobre os autores:

**Érica Baggio:** [Autora para contato]. Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Federal de Mato Grosso. Docente na Faculdade Indígena Intercultural, Universidade do Estado de Mato Grosso, campus Barra do Bugres, MT, Brasil. **E-mail:** erica.baggio@unemat.br, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-7895-5435>

**Mariano Martinez Espinosa:** Doutor em Ciências e Engenharia de Materiais pela Universidade de São Paulo. Docente na Universidade Federal de Mato Grosso, campus Cuiabá, MT, Brasil. **E-mail:** marianomphd@gmail.com, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-0461-5673>

**Vagner Ferreira do Nascimento:** Doutor em Bioética pelo Centro Universitário São Camilo. Docente na Faculdade Indígena Intercultural, Universidade do Estado de Mato Grosso, campus Barra do Bugres, MT, Brasil. **E-mail:** vagnernascimento@unemat.br, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-3355-163X>

**Sandra Cristina Pillon:** Doutora em Psiquiatria e Psicologia Médica pela Universidade Federal de São Paulo. Docente na Universidade de São Paulo, campus de Ribeirão Preto, SP, Brasil. **E-mail:** pillon@eerp.usp.br, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-8902-7549>

**Ana Cláudia Pereira Terças Trettel:** Doutora em Medicina Tropical pelo Instituto Oswaldo Cruz. Docente na Faculdade Indígena Intercultural, Universidade do Estado de Mato Grosso, campus Barra do Bugres é Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade Federal de Mato Grosso, MT, Brasil. **E-mail:** ana.claudia@unemat.br, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-8761-3325>