



e-ISSN 2446-8118

BEM-ESTAR DE DOCENTES UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

156

WELFARE OF UNIVERSITY TEACHERS: INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

DOCENTES BIENESTAR: REVISIÓN INTEGRADA DE LA LITERATURA

Júlia Trevisan Martins¹
Renata Perfeito Ribeiro²
Benedita Gonçalves de Assis Ribeiro³
Maria Lucia do Carmo Cruz Robazzi⁴
Eugenia Velludo Veiga⁵

RESUMO

Objetivo: analisar as produções científicas sobre a temática bem-estar entre docentes universitários. **Materiais e métodos:** revisão integrativa da literatura na qual a busca dos estudos primários foi realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, *US National Library of Medicine National Institutes of Health*, *Cochrane Library* e *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature*, envolvendo estudos publicados entre 2000 a 2015. **Resultados:** a amostra final foi composta por três estudos, incluindo os transversais publicados em periódicos brasileiros. Nos estudos analisados, identificou-se o nível seis de evidência científica, tendo como abordagem o bem-estar subjetivo, psicológico e o bem-estar no trabalho. **Conclusão:** há estudos escassos e com baixo nível de evidência científica. A satisfação no trabalho propicia o bem-estar e a qualidade de vida dos docentes, tanto na vida pessoal como na profissional.

Descritores: Docentes; Universidades; Qualidade de vida.

ABSTRACT

Objective: To analyze the scientific production on welfare issues among teachers. **Materials and method:** literature integrative review in which the search of primary studies were performed in databases Latin American and Caribbean Health Sciences, *US National Library of Medicine National Institutes of Health*, *Cochrane Library* e *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature*, involving studies published between 2000 and 2015. **Results:** the final sample consisted of three primary studies, including cross-sectional studies and published in Brazilian

¹ Enfermeira. Professora Associada do Curso de Enfermagem de Universidade Estadual de Londrina – Paraná.

² Doutora em Ciências pela Escola de Enfermagem da USP de Ribeirão Preto. Docente Adjunto da Universidade Estadual de Londrina/PR. Coordenadora do Núcleo de Estudos em Saúde do Trabalhador da Universidade Estadual de Londrina (NUSTUEL)

³ Enfermeira. Professora Adjunta do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina – Paraná.

⁴ Enfermeira. Professora Titular da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo.

⁵ Enfermeira em Saúde Pública pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. Professora Associada do Departamento de Enfermagem Geral e Especializada – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo.

journals. In the analyzed studies, identified the six level of scientific evidence, with the approach subjective well-being, psychological and welfare at work. **Conclusion:** there are few studies with low level of scientific evidence. The job satisfaction promotes the well-being and quality of life of teachers, both in personal and professional life.

Descriptors: Faculty; Universities; Qualit of Life.

RESUMEN

Objetivo: analizar la producción científica sobre cuestiones de bienestar entre los docentes. **Materiales e métodos:** revisión de la literatura integrador en el que la búsqueda de los estudios se realizaron en las bases América Latina y el Caribe Ciencias de la Salud, *US National Library of Medicine National Institutes of Health, Cochrane Library e Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature*, con estudios publicados entre 2000 y 2015. **Resultados:** la muestra final consistió en tres estudios primarios, incluidos los estudios transversales y publicado en revistas brasileñas. En los estudios analizados, identificado el nivel seis de evidencia científica, direccionamiento bienestar subjetivo, psicológico y el bienestar en el trabajo. **Conclusión:** Hay pocos estudios con bajo nivel de evidencia científica. La satisfacción en el trabajo promueve el bienestar y la calidad de vida de los docentes, tanto en la vida personal y profesional.

Descriptores: Docentes; Universidades; Calidad de vida.

INTRODUÇÃO

As Instituições de Ensino Superior (IES) ao longo do tempo vêm desempenhando importantes papéis para a sociedade, exercendo tanto uma função social, quanto política. Estas instituições vêm sendo construídas historicamente e se consolidaram e adquiriram legitimidade como instituições capazes de transmitir e produzir conhecimentos, tendo como base científica o princípio da indissociabilidade entre o ensino, pesquisa e extensão¹⁻².

As referidas instituições são caracterizadas como complexas, pois nelas estão envolvidas questões relacionadas à gestão, organização e à forma de tratamento dos aspectos técnico-científicos e culturais³.

As exigências nas IES são muitas, principalmente em relação aos docentes no meio acadêmico, que convivem com jornadas de trabalho extenuantes, pois além de ministrar aulas na graduação, realizam orientações de discentes e desenvolvem projetos de pesquisa⁴.

Ressalta-se que o docente/pesquisador, além de todas as funções na graduação, extensão e pós-graduação, tem que conviver com uma

concorrência e competitividade desenfreada entre seus pares, visto que, vem sendo submetido às cobranças em relação aos artigos publicados em periódicos indexados, participações em eventos científicos, busca por financiamentos, dentre outras⁵.

A realidade vivida pelos docentes/pesquisadores tem contribuído para desencadear sentimentos de angústia, sofrimento, pressão, estresse, ou seja, fatores que podem provocar agravos à saúde física, mental e social⁵. As alterações na saúde, hábitos não saudáveis e a exposição aos fatores de riscos têm sido identificados, tanto no âmbito nacional como no internacional entre discentes, docentes e trabalhadores técnico-administrativos de universidades, interferindo direta e indiretamente no bem-estar individual e coletivo destes trabalhadores⁶⁻⁷.

O bem-estar tem sido alvo de investigações há anos e constitui-se em um tema complexo por ser um construto que se apoia em concepções singulares do ser humano. Porém, duas são as formas mais tradicionais de abordá-lo, o bem-estar subjetivo e o bem-estar psicológico. O primeiro está relacionado às avaliações de satisfação com a vida em um balanço entre

afetos positivos e negativos que revelam felicidade. Porém, as concepções teóricas do bem-estar psicológico são construídas sobre formulações psicológicas baseadas no desenvolvimento do ser humano e dimensionadas em capacidades para enfrentar os desafios da vida⁸.

O bem-estar no trabalho é entendido como um conceito que envolve essencialmente três componentes: satisfação laboral, envolvimento com o trabalho e comprometimento organizacional afetivo. Portanto, caracteriza-se como um construto psicológico multidimensional integrado por vínculos afetivos positivos com o trabalho e com a organização⁸.

Diante do exposto, este estudo teve a seguinte questão norteadora: “Qual o panorama da produção científica nacional e internacional acerca do tema bem-estar entre docentes de IES”? Para responder a esta indagação, tem-se como objetivo analisar as produções científicas sobre a temática bem-estar entre docentes universitários.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, a qual permite a inclusão de diversos delineamentos de pesquisa e a compreensão completa de um fenômeno a ser analisado. O desenvolvimento desta revisão seguiu seis etapas: identificação do problema ou questionamento, estabelecimento de critérios de inclusão/exclusão de artigos (seleção da amostra), análise das informações, interpretação dos resultados e apresentação da revisão⁹.

A busca ocorreu nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *US National Library of Medicine National Institutes of Health* (PubMed), *Cochrane Library* e *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL).

A busca dos estudos nas bases mencionadas foi realizada conforme os critérios e manuais de cada base de dados. Utilizaram-se descritores controlados (*Medical Subject Headings* e Descritores em

Ciências da Saúde) – docentes e *teachers*; e os descritores não-controlados (palavras-chave) – bem-estar, *wellbeing*, *welfare*, combinados com os operadores booleanos *AND* e *OR*.

Foram incluídos estudos que respondessem à questão norteadora do estudo; publicados no período de janeiro de 2000 a março 2015; nos idiomas português, inglês ou espanhol; e com as seguintes classificações: ensaio clínico controlado randomizado, ensaio clínico sem randomização, estudo de coorte, estudo caso-controle, pesquisa quase-experimental ou pesquisa não experimental/transversal. Os critérios de exclusão foram: revisão sistemática, revisão integrativa de literatura, revisão narrativa/revisão tradicional de literatura, opinião de especialista, carta-resposta e/ou editorial.

A etapa de estratégia de busca ocorreu nos meses de junho a julho de 2015 e o corte temporal estabelecido, ou seja, o período selecionado está relacionado a fatos relevantes que podem ter influenciado negativamente na vida dos docentes e por sua vez, ao bem-estar físico, mental e social desta categoria profissional, tais como: maior flexibilização, intensificação, desemprego, sobrecarga, falta de incentivo para capacitação, desvalorização, competitividade, perda da autonomia, greves, número insuficiente de docentes, perda do poder aquisitivo e aumento de contratos temporários¹⁰.

Os estudos foram classificados conforme os níveis de evidência, os quais variam de 1 a 7, sendo: nível 1 – meta-análise ou revisões sistemáticas; nível 2 – ensaio clínico randomizado controlado; nível 3 – ensaio clínico sem randomização; nível 4 – estudos de coorte e de caso-controle; nível 5 – revisões sistemáticas de estudos descritivos e qualitativos; nível 6 – estudos descritivos ou qualitativos; e nível 7 – opiniões de especialistas¹¹.

Após a busca, obtiveram-se 143 estudos na base de dados LILACS, 278 na PubMed, 12 na *Cochrane Library* e 99 na CINAHL, totalizando 532 estudos encontrados. Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados seis estudos na

base de dados LILACS. Após a leitura na íntegra, foram selecionados três estudos que contemplaram os critérios de inclusão e constituíram os estudos primários da amostra desta revisão integrativa da literatura.

Conforme Figura 1, estão apresentados os estudos encontrados, incluídos e selecionados, segundo base eletrônica consultada.

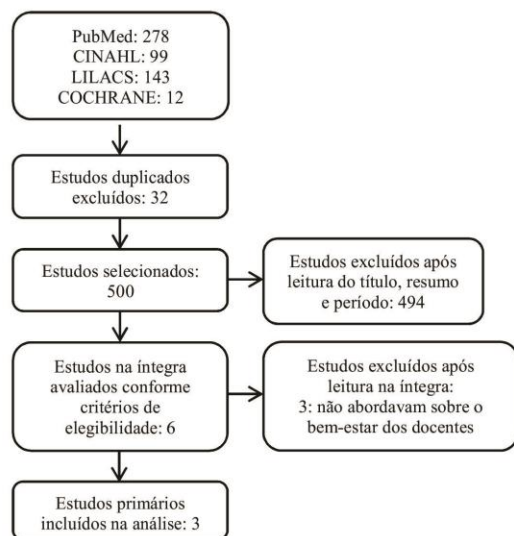


Figura 1: Fluxograma de identificação, seleção e inclusão dos estudos da revisão integrativa. Londrina, PR, Brasil, 2016

O processo de seleção e metodologia de concordância dos estudos foi desenvolvido por dois revisores de forma independente os quais selecionaram os estudos, conforme os critérios de elegibilidade e inclusão.

Para a extração dos dados, síntese dos artigos e posterior análise foi utilizado um instrumento adaptado de coleta de dados proposto e validado¹². A classificação da metodologia dos estudos utilizou referencial bibliográfico na área da Enfermagem¹³. Para a identificação dos estudos selecionados, cada artigo recebeu um código denominado pela letra E (estudo). A apresentação dos resultados e discussão dos dados obtidos foi realizada de forma descritiva, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão elaborada, a fim de atingir o objetivo desse método.

RESULTADOS

A partir dos três estudos primários selecionados, um (33,3%) foi publicado no ano de 2010, um (33,3%) em 2011 e um (33,3%) em 2014. Identificou-se que os autores dos estudos são pedagogos, fonoaudiólogos e psicólogos.

Quanto à origem das publicações, os três estudos selecionados foram publicados em periódicos brasileiros, sendo um no idioma inglês (33,3%) e dois (66,7%) em português. Tratando-se do delineamento metodológico, concluiu-se que a totalidade dos artigos é do tipo transversal, sendo um com abordagem quanti-qualitativa e dois qualitativos. Portanto, têm-se o nível 6 como evidência científica.

Conforme Quadro 1, consta a síntese dos estudos primários segundo o ano, delineamento, nível de evidência científica, objetivos e resultados

Quadro 1: Síntese dos estudos primários segundo ano, delineamento, nível de evidência científica, objetivos e resultados (2000-2015). Londrina, PR, Brasil, 2016

Estudo	Ano/ País	Delineamento	Nível de evidência	Objetivos	Resultados
E1 ¹⁴	2014/ Brasil	Transversal Quantitativo e Qualitativo	6	Analisar o bem-estar subjetivo, as estratégias para uso do tempo e a satisfação com o uso do tempo em professores doutores com e sem bolsa produtividade pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico.	Não houve diferença no bem-estar subjetivo e na satisfação com uso do tempo entre docentes com ou sem bolsa produtividade.
E2 ¹⁵	2011/ Brasil	Tranversal Qualitativo	6	Investigar a importância dada ao bem-estar vocal na formação dos professores.	Destacaram sobre a importância do bem-estar vocal na formação dos professores como importante instrumento de trabalho.
E3 ¹⁶	2010/ Brasil	Tranversal Qualitativo	6	Conhecer a repercussão do processo de ensino-aprendizagem na qualidade de vida e saúde de docentes.	O processo de ensino-aprendizagem na área da saúde é considerado como fonte de sofrimento e prazer ou bem-estar.

Os objetivos e os resultados apresentados no quadro 1, revelam que os três artigos desta revisão integrativa referem-se ao bem-estar subjetivo, psicológico, e principalmente, ao bem-estar no trabalho, amplamente discutido em cada um deles.

DISCUSSÃO

Como foi pontuado na introdução, a temática bem-estar é relevante para a qualidade de vida dos docentes universitários, entretanto são escassos os estudos nacionais e internacionais relacionados ao bem-estar deste trabalhador, bem como seus facilitadores e dificultadores.

O estudo E1, realizado com professores doutores, constatou uma correlação significativa entre o bem-estar subjetivo e o nível de satisfação no uso do tempo, ou seja, quanto maior a satisfação com a vida, maior será a satisfação com o uso do tempo nas diversas áreas da vida¹⁴. A satisfação com o tempo está relacionada ao prazer em realizar o trabalho e o equilíbrio na realização das atividades laborais e

personais, enquanto que a insatisfação com o uso do tempo relaciona-se com o excesso de trabalho, falta de apoio institucional, baixo salário e falta de dinheiro para o lazer¹⁴.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT), já na década de 1980, declarou que a docência é uma ocupação considerada de alto risco físico e mental para os trabalhadores que a exercem¹⁷. Portanto, vale destacar o impacto do ambiente universitário na saúde dos docentes, visto que a satisfação no trabalho é fundamental para o bem-estar.

Autores⁸ afirmam o nível elevado de bem-estar no trabalho é percebido pelos docentes quando os mesmos se envolvem com as tarefas que organizam o trabalho, e conseqüentemente criam um vínculo afetivo com a organização empregadora.

Estudos nacionais têm identificado que condições adversas como a alta demanda de trabalho, baixa participação nas decisões administrativas, pouco tempo para realização de atividades, ruídos excessivos, número inadequado de alunos por docente, desprestígio social, violência, relação com os colegas e a baixa remuneração são fatores responsáveis pela diminuição nos índices de

bem-estar psicológico desses trabalhadores¹⁸⁻²¹.

O segundo artigo desta revisão integrativa, E2, relatou sobre a importância do bem-estar da voz como instrumento de trabalho do docente¹⁵. A voz e a fala diária constante constituem-se como elementos essenciais para o desempenho adequado do docente em seu ambiente laboral²².

A OIT considera os docentes como a categoria de maior risco de contrair doenças ocupacionais relacionadas à voz, pois o tipo de voz mais propenso a causar danos aos órgãos vocais é a "voz projetada" a qual é utilizada para exercer influência sobre outras pessoas, chamar atenção, persuadir e conseguir a audiência²³. Portanto, a voz está relacionada ao bem-estar do docente e ao seu desempenho no trabalho.

A prevenção torna-se de fundamental importância para que agravos e/ou doenças relacionados à voz sejam evitados, incluindo a rouquidão, cansaço ao falar, perda da voz e irritação na garganta. Além disso, é necessário que haja treinamento e preparação para o uso adequado da voz aos docentes²².

O estudo E3¹⁶, desenvolvido com docentes dos cursos de graduação da área da saúde e de áreas afins, enfatizou sobre as repercussões do processo de ensino-aprendizagem na qualidade de vida destes trabalhadores, incluindo os fatores que promovem ou limitam o bem-estar. Como fatores limitantes têm-se as situações de conflito entre aluno-professor, aluno-coordenação e aluno-aluno; a presença excessiva de alunos nos estágios; a necessidade de reprovar os alunos; a falta de tempo e falta de convívio com a família e amigos relacionados às exigências inerentes ao trabalho; e o baixo salário. Essas situações promovem estresse, ansiedade e perda de sono, gerando cansaço e fadiga geral¹⁶. A carga excessiva de trabalho e a dificuldade em lidar com os problemas institucionais também foram apontadas, assim como no estudo E1¹⁴.

Os docentes do estudo E3 também enfatizaram que o processo de ensino-aprendizagem promove a qualidade de vida quando a relação entre professor e aluno

gera felicidade, ou seja, quando esta relação se torna prazerosa, tranquila, harmoniosa e construtiva. Em relação à coordenação do curso, os docentes deste estudo relataram que a qualidade de vida é alcançada quando a coordenação oferece atenção aos docentes, demonstra sua liderança e não se deixa envolver por "queixas ou fofocas" dos alunos¹⁶.

No estudo E3 também foi possível identificar a presença do conceito bem-estar psicológico, uma vez que se caracteriza como um construto multidimensional que reflete as características relativas ao funcionamento psicológico positivo ou ótimo, e que a capacidade de enfrentar os conflitos presentes durante o trabalho e a satisfação no mesmo corroboram para o bem-estar psicológico²⁴.

Neste contexto, estudos²⁵⁻²⁷ mostram que a docência e as suas condições adversas são múltiplas e contribuem para altos índices de estresse ocupacional e *burnout*.

Quanto às formas de buscar o bem-estar no trabalho, enfatizados nos estudos E1,¹⁴ E2,¹⁵ e E3,¹⁶ autores apontam que o sorriso, a felicidade e o relaxamento corporal podem ser usados pelas pessoas a fim de alcançar nível alto de satisfação, visto que, essas estratégias são capazes de produzir respostas de enfrentamento mais efetivas do que pessoas mal-humoradas e que só visualizam os aspectos negativos da situação no seu cotidiano laboral ou na vida privada²⁸.

Além disso, a forma como as características do trabalho repercutem no profissional modifica tanto de contexto, quanto de pessoa, ou seja, cada ser humano é singular. Portanto, é fundamental conhecer o sentido da vida, quer na vida privada ou profissional, visto que auxilia no enfrentamento de situações consideradas adversas e potencializa os níveis de bem-estar subjetivo e psicológico, e também na qualidade de vida dos indivíduos²⁹.

Portanto, a partir da análise dos estudos desta revisão integrativa de nível 6 de evidência identificado, sugerem-se que outras pesquisas sejam realizadas para que hajam intervenções em relação aos problemas que afetam o bem-estar dos

docentes universitários melhorando, assim, a qualidade de vida.

Os estudos desta revisão integrativa também revelam que o bem-estar dos docentes, seja o subjetivo ou psicológico, é de fundamental importância para alcançar a qualidade de vida e satisfação tanto no trabalho, como na vida pessoal. Faz-se necessária a criação de espaços que promovam sensações de bem-estar na rotina desses trabalhadores e o cuidado de si pelos docentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos estudos apresentados nesta revisão integrativa da literatura pode-se afirmar que são baixas as evidências científicas sobre a temática bem-estar. A satisfação no trabalho, incluindo o relacionamento com os discentes e a instituição, está intimamente relacionada com o bem-estar no trabalho. Além disso, os estudos desta revisão revelam que o bem-estar dos docentes é de fundamental importância para a qualidade de vida e satisfação, tanto no trabalho, como na vida pessoal. Os docentes reconhecem a voz como instrumento importante para a sua profissão e para o bem-estar dos mesmos.

Como limitações deste estudo têm-se a escassez de estudos publicados sobre a temática bem-estar entre os docentes de ensino superior. Assim, sugere-se que novos estudos sejam desenvolvidos, incluindo os de intervenção abordando os fatores facilitadores do bem-estar dos docentes universitários, e consequentemente, a qualidade de vida da referida categoria.

REFERÊNCIAS

1. Wanderley LEW. O que é universidade? 9ª ed. São Paulo: Editora Brasiliense; 1988.
2. Magalhães AM. Os modelos emergentes de regulação política e a governação do ensino superior na Europa. In: Teodoro A, organizador. Coleção ciências da educação: série debates e perspectivas. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas; 2010. p 68.
3. Sampaio RM, Laniado RN. Uma experiência de mudança da gestão universitária: o percurso ambivalente entre proposições e realizações. *Rev Adm Pública*. [Internet] 2009;43(1) [acesso em 02 out 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-76122009000100008>
4. Witter GP. Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicol. Esc. Educ.* [Internet] 2003;7(1) [acesso em 02 out 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-85572003000100004>
5. Silva Junior JR. O professor pesquisador nas universidades públicas no contexto da internacionalização do capital: a produtividade do trabalho imaterial superqualificado. *Rev Port Educ.* [Internet] 2009;22(1) [acesso em 02 out 2015]. Disponível: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=37411987007>
6. Pereira MAS, Motta ED, Vaz AL, Pinto C, Bernardino O, Melo AC, *et al.* Sucesso e desenvolvimento psicológico no Ensino Superior: estratégias de intervenção. *Anál Psicol.* [Internet] 2006;1(24) [acesso em 01 ago 2015]. Disponível: <http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/152>
7. Kyriacou C. El estrés en la enseñanza. Revisión histórica y estado actual. In: García-Villamizar D, Freixas-Guinjoan T, coordinadores. *El estrés del profesorado: una perspectiva internacional*. Valencia: Promolibro; 2003. p. 39-59.
8. Siqueira MMM, Padovam VAR. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicol Teor Pesqui.* [Internet] 2008;24(2) [acesso em 01 ago 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722008000200010>.

9. Whittemore R, Knafl K. The integrative review: update methodology. *J Adv Nurs*. [Internet] 2005;52(5) [acesso em 01 ago. 2015]. Disponível: [10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x](http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x)
10. Oliveira DA, Assunção AA. Condições de trabalho docente [CD-ROM]. In: Oliveira DA, Duarte AMC, Vieira LML, organizadores. Dicionário: trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, 2010.
11. Melnyk BM, Fineout-Overholt E. Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2005.
12. Ursi ES, Galvão MC. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. *Rev Latinoam Enferm*. [Internet] 2006;14(1) [acesso em 05 ago 2015]. Disponível: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n1/v14n1a17.pdf>
13. Polit DF, Beck CT, Hungler BP. Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização. 5ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2004.
14. Nunes MFO, Hutz CS, Pires JG, Oliveira CM. Subjective Well-Being and Time Use of Brazilian PhD Professors. *Paidéia*. [Internet] 2014;24(59) [acesso em 05 ago 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-43272459201412>
15. Fantini LA, Ferreira LP, Trenche MCB. O bem-estar vocal na formação de professores. *Distúrb Comum*. [Internet] 2011;23(2) [acesso em 08 ago 2015]. Disponível: <http://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/viewFile/8283/6158>
16. Silvério MR, Patrício ZM, Brodbeck IM, Grosseman S. O ensino na área da saúde e sua repercussão na qualidade de vida docente. *Rev. bras. educ. med.* [Internet] 2010;34(1) [acesso em 08 ago 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0100-55022010000100008>
17. Organisation International du Travail. *Emploi et conditions de Travail desenseignants*. Genève: Bureau International du Travail; 1981.
18. Damásio BF, Melo RLP, Silva JP. Sentido de vida, bem-estar psicológico e qualidade de vida em professores escolares. *Paidéia*. [Internet] 2013;23(54) [acesso em 08 ago 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-43272354201309>
19. Carlotto MS, Moraes MG. Síndrome de Burnout e fatores associados em professores de escolas públicas e privadas. *Bol Acad Paul Psicol*. [Internet] 2010;30(79) [acesso em 08 ago 2015]. Disponível: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=94615412008>
20. Sadir MA, Bignotto MM, Lipp MEN. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. *Paidéia*. [Internet] 2010;20(45) [acesso em 10 ago 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2010000100010>
21. Nunes Sobrinho FP. O stress do professor do ensino fundamental: o enfoque da ergonomia. In: Lipp MEN, organizador. *O stress do professor*. 4ª ed. Campinas: Papirus; 2006. p. 81-94.
22. Araújo TM, Reis EJFB, Carvalho FM, Porto LA, Reis IC, Andrade JM. Fatores associados a alterações vocais em professoras. *Cad Saúde Pública*. [Internet] 2008;24(6). [acesso em 10 ago 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008000600004>
23. Organización Internacional del Trabajo. *Empleo y condiciones de trabajo del personal docente*. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo; 1983.

24. Machado WL, Bandeira DR. Bem-estar psicológico: definição, avaliação e principais correlatos. *Estud Psicol.* [Internet] 2012;29(4) [acesso em 20 ago 2015]. Disponível:

<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2012000400013>.

25. Doménech BF, Gómez AA. Barriers perceived by teachers at work, coping strategies, self-efficacy and burnout. *Span J Psychol.* 2010;13(2): 637-54.

26. Kerr RA, Breen J, Delaney M, Kelly C, Miller K. A qualitative study of workplace stress and coping in secondary teachers in Ireland. *IJASS.* [Internet] 2011;11(1) [acesso em 20 ago 2015]. Disponível: <http://arrow.dit.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1158&context=ijass>

27. Kokkinos CM. Job stressors, personality and burnout in primary school teachers. *Br J Educ Psychol.* [Internet] 2007;77(1) [acesso em 20 ago 2015]. Disponível: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1348/00709905X90344/full>

28. Diener E, Seligman MEP. Very happy people. *Psychol Sci.* [Internet] 2002;13(1) [acesso em 02 set 2015]. Disponível: <http://pss.sagepub.com/content/13/1/81.abstract>

29. Ho MY, Cheung FM, Cheung SF. The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Pers Individ Dif.* [Internet] 2010;48(5) [acesso em 02 set 2015]. Disponível: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886910000267>

Recebido em: 08.08.2016
Aprovado em: 24.10.2016