

PROFESSORAS E AS MULTITAREFAS NO CONTEXTO DE PÓS-PANDEMIA

Data de aceite: 01/09/2023

Mariana Brunca de Oliveira

Acadêmica do 4º Ano do Curso de Graduação em Psicologia das Faculdades Integradas de Fernandópolis – FIFE-FEF, Fernandópolis-SP
<http://lattes.cnpq.br/8324349041544092>

Gabriela Angelo de Menezes

Acadêmica do 4º Ano do Curso de Graduação em Psicologia das Faculdades Integradas de Fernandópolis – FIFE-FEF, Fernandópolis-SP
<http://lattes.cnpq.br/5001753673184389>

Aleandra Marton Polegati Santos

Psicóloga, Mestre em Psicologia e Saúde (FAMERP), Professora do Curso de Graduação em Psicologia das Faculdades Integradas de Fernandópolis – FIFE-FEF, Fernandópolis-SP.
<http://lattes.cnpq.br/6891014968880518>

RESUMO: Diante do cenário da COVID-19, a jornada de trabalho da mulher aumentou devido ao isolamento social, e por isso as professoras não conseguiram separar o tempo livre do horário de trabalho. Dessa forma, sobrecarregar-se traz mais prejuízos à qualidade de vida. Este trabalho teve como objetivo apresentar

uma pesquisa transversal, utilizando o questionário qualitativo SF-36, realizada para avaliar a qualidade de vida e saúde geral de professoras e suas multitarefas no contexto de pós-pandemia na cidade de Fernandópolis, localizada na região Noroeste do estado de São Paulo. Em relação à qualidade de vida, de 40 docentes, 22,5% tiveram dificuldades no domínio “limitações por aspectos físicos” e 90% não tiveram dificuldades na dimensão “aspectos sociais”; em relação à saúde geral, 55% das avaliadas relataram que está quase a mesma de um ano atrás. Há a necessidade da realização de mais pesquisas e estudos sobre o tema para que, assim, possa haver cada vez mais melhorias na vida das professoras e, conseqüentemente, das mulheres no geral.

PALAVRAS-CHAVE: Professoras, multitarefas, qualidade de vida, pós-pandemia.

ABSTRACT: In front of the scenario of COVID-19, the woman's workday increased due to social isolation, and therefore the teachers couldn't separate their free time from their work time. In this way, overloading themselves to brings more damage to the quality of life. This work aimed to present a

cross-sectional research, using the SF-36 qualitative questionnaire, carried out to assess the quality of life and general health of teachers and their multitasking in the post-pandemic context in the city of Fernandópolis, located in the northwest region in the state of São Paulo. Regarding the quality of life, of 40 professors, 22.5% had difficulties in the “limitations due to physical aspects” domain, and 90% had no problem in the “social aspects” dimension; about general health, 55% of those evaluated reported that it is almost the same as a year ago. There is a need to carry out more research and studies on the subject so that there can be more and more improvements in the lives of teachers and, consequently, of women in general.

KEYWORDS:

Teachers, multitasking, quality of life, post-pandemic.

1 | INTRODUÇÃO

Por questões culturais vindas de uma visão patriarcal, a mulher era responsável exclusivamente pelos serviços domésticos e cuidados com os filhos, sendo colocada em uma posição de submissão e inferioridade (ZART, 2019). Antes da Revolução Industrial, somente homens podiam estudar, e conseqüentemente, pelo fato de serem alfabetizados, poderiam se tornar professores, sendo essa profissão exercida majoritariamente por eles. Através de lutas para conquistarem direitos, as mulheres começaram a adentrar o mercado de trabalho e um desses espaços foi o escolar, tomando, assim, lugar no magistério no século XX (PENAFIEL; SILVA; ZIBETTI, 2019).

O trabalho com remuneração fora do lar não as dispensava dos trabalhos domésticos, fazendo com que elas tivessem que se submeter a duplas jornadas de trabalho - ou seja, além de professoras, eram donas de casa, esposas dedicadas e mães zelosas. Apesar de todas as conquistas de equidade adquiridas até os tempos atuais, a mulher ainda vive em um patamar muito desigual em relação a gênero, e uma dessas desigualdades está bem visível na jornada de trabalho (PENAFIEL; SILVA; ZIBETTI, 2019; MOURA, 2018).

Assumir múltiplas responsabilidades pode comprometer a qualidade de vida, pois pode afetar o convívio familiar, social, o bem-estar físico e emocional. Ou seja, é necessário um planejamento da rotina para que possa ser desenvolvido um trabalho saudável que não afete as demais instâncias da vida. Para ter qualidade de vida, é necessário que a pessoa tenha tempo para si além da hora de emprego; afazeres domésticos e cuidados entram na somatória de ciclo de laboração junto com o momento de labor. Por conta da dupla jornada de ofícios, o período da mulher para lazer e cuidados consigo mesma fica prejudicado, acarretando, assim, um declínio na sua saúde e qualidade de vida (VICENTE, 2018).

No cenário da COVID-19, no qual muitas pessoas se encontraram frente a restrições em vários âmbitos, como social, escolar, entre outros, a jornada dupla de trabalho da mulher teve um aumento exacerbado, pois, antes da pandemia, ela conseguia separar o tempo de trabalho profissional, afazeres domésticos e cuidados, mas, diante da situação de isolamento, não conseguiu mais separar esse tempo, trabalhando de forma integral, sobrecarregando-se e prejudicando ainda mais sua qualidade de vida (RODRIGUES,

2020).

Nesse sentido, o presente trabalho teve como objetivo trazer informações sobre professoras e as multitarefas em contexto pós-pandemia em relação à qualidade de vida.

2 | METODOLOGIA

Para atingir o objetivo proposto, foi delineado o percurso metodológico envolvendo os sujeitos do estudo, material, procedimento e coleta dos dados, conforme seguem.

O presente trabalho se constitui numa pesquisa transversal, na qual a coleta foi realizada pela ferramenta de Formulário da plataforma *Google*. De 207 professoras do ensino fundamental atuantes no município de Fernandópolis, localizado no interior do estado de São Paulo, participaram deste estudo 40 docentes. Para avaliação, foi utilizado o questionário SF-36, composto por 11 questões e 36 itens que englobam oito componentes (domínios ou dimensões), representados por capacidade funcional (dez itens), aspectos físicos (quatro itens), dor (dois itens), estado geral da saúde (cinco itens), vitalidade (quatro itens), aspectos sociais (dois itens), aspectos emocionais (três itens), saúde mental (cinco itens) e uma questão comparativa sobre a percepção atual da saúde há um ano. O indivíduo recebe um escore em cada domínio, que varia de 0 a 100, sendo 0 o pior escore e 100 o melhor.

A aplicação do teste fora realizada mediante autorização da Secretaria de Educação do município e sob o consentimento e concordância das entrevistadas com o Termo de Esclarecimento, respeitando o anonimato e a não divulgação das informações pessoais das participantes. Gerou-se um *link* do formulário do teste, o qual fora enviado por e-mail para a Secretaria de Educação do município. Ao recebê-lo, o órgão enviou-o via *WhatsApp* para os grupos dos diretores das escolas, que ficaram responsáveis por compartilhá-lo com o grupo de professores, e cada professora poderia realizar o teste caso tivesse interesse de colaborar com a pesquisa. Os dados foram transferidos para um banco de dados específico para tabulação e análise.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na tabela 1, estão dispostos os resultados do teste *Short Form* (SF-36) de acordo com cada domínio de qualidade de vida do teste, apresentando os escores das participantes que não tiveram dificuldades nos domínios e os das participantes que apresentaram dificuldades. “Capacidade Funcional” vem em primeiro, com 17% das participantes com dificuldades e 82,5% sem dificuldades; seguem-se assim as outras dimensões, respectivamente. Em segundo, “Limitação por aspectos físicos”, com 22,5% e 77,5%. Terceiro, “dor”, com 17,5% e 82,5%. Quarto, “estado de saúde”, com 20% e 80%. Quinto, “vitalidade”, com 20% e 80%. Sexto, “aspectos sociais”, com 10% e 90%. Sétimo, “limitação por aspectos emocionais”,

com 32,5% e 67,5%. Por fim, “saúde mental”, com 30% e 70%.

Domínio da Qualidade de Vida	Dificuldade Domínio nº (%)	Sem Dificuldade Domínio nº (%)
Capacidade Funcional	7 (17,5%)	33 (82,5%)
Limitação por aspectos físicos	9 (22,5%)	31 (77,5%)
Dor	7 (17,5%)	33 (82,5%)
Estado de saúde	8 (20%)	32 (80%)
Vitalidade	8 (20%)	32 (80%)
Aspectos sociais	4 (10%)	36 (90%)
Lim. por aspectos emocionais	13 (32,5%)	27 (67,5%)
Saúde Mental	12 (30%)	28 (70%)

Tabela 1 - Resultado do Questionário SF-36 das professoras e as multitarefas no contexto de pós-pandemia de acordo com cada domínio da qualidade de vida.

Fonte: elaborado pelas autoras.

Na tabela 2 estão dispostos os resultados do teste *Short Form* (SF-36) de acordo com a classificação da saúde geral das participantes no contexto atual, em comparação com o contexto de um ano atrás. 2,5% das participantes relataram que a saúde geral continua “muito melhor” em comparação a um ano atrás; 22,5%, “um pouco melhor”; 55%, “quase a mesma”; 17,5%, “um pouco pior”; por fim, 2,5%, “muito pior”.

Classificação da saúde geral	Nº (%)
Muito Melhor	1 (2,5%)
Um Pouco Melhor	9 (22,5%)
Quase a Mesma	22 (55%)
Um Pouco Pior	7 (17,5%)
Muito Pior	1 (2,5%)

Tabela 2 - Classificação da saúde geral no contexto atual em comparação com o contexto de um ano atrás.

Fonte: elaborado pelas autoras.

Com base na observação de Moreira, Santino e Tomaz (2017), é citado que a “capacidade funcional” está relacionada à aptidão física, ou seja, a capacidade de realização de atividades diárias de um indivíduo que tem de resistir e superar desafios e o estresse. Para Rosa e Trindade (2018), a capacidade funcional obteve-se um dos scores mais altos, visto que o estudo apresentou dados em que ela está interligada com itens do cotidiano (por exemplo: tomar banho). Assim, conclui-se que as atividades que são feitas e repetidas

ao longo do tempo são um dos fatores que podem ter contribuído para que as entrevistadas não tivessem muitas dificuldades nesse domínio.

Ao se analisar “limitação por aspectos físicos”, verifica-se que há impacto em seus resultados de acordo com a frequência de atividades físicas. Dumith (2020) trouxe esse dado em sua pesquisa: os professores com um estilo de vida fisicamente ativo possuem mais qualidade de vida, e isso foi apresentado em vários domínios. Cita-se, também, no estudo de Rosa e Trindade (2018), que os participantes que praticavam exercícios físicos tiveram melhor resultado em “limitação por aspectos físicos”. Além disso, é ressaltado o bom aspecto financeiro que também influencia nesse domínio. Desse modo, a “limitação por aspectos físicos” possui alguns encadeamentos que ligam um ao outro, e, como resultado, possivelmente esclarecem o escore do presente estudo, que foi um dos mais altos.

Com relação ao domínio “dor” no estudo de Rocha e Martins (2018), esse se apresentou acima da média, ou seja, uma das dimensões menos prejudicadas, da mesma forma que o presente estudo. Assim, obtiveram-se escores similares em classificação, e, com isso, compreende-se que os indivíduos não sofreram grandes desequilíbrios.

A pesquisa realizada por Cirilo (2022) constatou que os domínios mais prejudicados são “vitalidade”, “dor”, “saúde mental” e “estado geral de saúde”. Dessa maneira, destacou-se a influência dos fatores das condições de trabalho dos professores e má valorização profissional influenciando a saúde desses profissionais. Outros estudos, como o de Santos (2020), trouxeram também a narrativa de que quanto maiores as jornadas de trabalho, menor é o nível de saúde geral. Souza, Novaes e Zirpoli (2021) apontam a necessidade de adaptação dos educadores pelo aumento de carga, causado pelo ambiente físico e dificuldades em separar tarefas do trabalho e atribuições domésticas, isto é, aumento de carga horária no trabalho dos educadores. Além disso, o impacto na qualidade da saúde mental das pessoas é afetado, como mostram os dados da tabela 2, em que 22 das 40 participantes entrevistadas relataram que a saúde geral persiste a mesma pelo contexto de um ano atrás - logo, mais de 2/4 das professoras entrevistadas. Segundo a literatura e o resultado encontrado no trabalho atual, isso se dá pelo esforço físico e psicológico devido às condições apresentadas na profissão.

“Vitalidade”, no estudo de Dumith (2020), possui uma pontuação baixa em indivíduos menos ativos. Todavia, indivíduos fisicamente ativos atingiram maior pontuação, o que significa que aumentou a qualidade de vida com efeito desse domínio. Vale salientar a importância das atividades físicas entre os professores e sua qualidade de vida, que poderá repercutir em outros comportamentos saudáveis. Esses dados corroboram que o score apresenta dados que não foram relativamente altos, porém há o impasse de conciliar as atividades físicas e é primordial que se persista nesse campo, para diminuição dos 20% que apresentaram dificuldade nessa dimensão, pela narrativa que autor trouxe.

Amaro e Dumith (2018), em “aspectos sociais” e sobre o impacto da sonolência na qualidade de vida, apresentaram resultados baixos em sonolência excessiva para os

entrevistados que não apresentam dificuldades. O estudo corroborou, pois apresenta um dos resultados menos alarmantes.

O estudo de Ramos, Souza e Silva (2018) trouxe a pontuação do questionário antes e depois de realizar o tratamento de auriculoterapia; o resultado de antes é de 58,33% de 100%, ou seja, um dos domínios no qual está mais desfavorável o ponto qualidade vida em “aspectos emocionais”. O segundo domínio mais prejudicado na literatura e juntamente o mais afetado no contexto de pandemia. Para Souza, Novaes e Zirpoli (2021), a pandemia levou muitas consequências para mudanças e adaptações remotas, aumentando o estresse que também está ligado à carga emocional. Rosa e Trindade (2018) apresentam que as relações sociais estão conectadas com a vida pessoal, profissional e os conflitos que podem levar a mais estresse. Quanto às respostas das professoras, entre as observadas, foi o domínio mais prejudicado, já que o emocional se destacou, comparado aos demais domínios.

A literatura de Rosa e Trindade (2018) obteve a menor média em “saúde mental”, sendo o fator mais prejudicado. Além disso, em um outro estudo, Souza, Novaes e Zirpoli (2021) apontaram que, durante a pandemia, as dimensões do SF-36 com menores escores foram o “funcionamento social” e “saúde mental”. O resultado de saúde mental persiste sendo um dos mais preocupantes após o surto da COVID-19, ao considerarmos o presente trabalho, em que, de 40 professoras entrevistadas para coleta, 13 demonstraram dificuldades no domínio “limitações por aspectos emocionais” e 12 demonstraram dificuldades em “saúde mental”, como mostrado na tabela 1, ou seja, caracterizando mais de 1/4 das entrevistadas, um número consideravelmente relevante. Outrossim, para Souza, Novaes e Zirpoli (2021), em relação ao resultado da pandemia junto com a carga de trabalho dos professores desde antes, houve sobrecarga, estando os profissionais, assim, mais sujeitos a problemas de saúde mental.

Já na tabela 2, o estudo de Souza, Novaes e Zirpoli (2021) analisou os impactos significativos da pandemia na saúde mental dos professores, dados os desafios que os educadores encontram e as demandas emocionais pelas quais passaram. Assim, apresentou que os níveis de qualidade de vida e stress se mantiveram os mesmos de antes da pandemia ou apresentaram piora. No domínio “um pouco pior”, na classificação de saúde houve mudança conforme a pandemia, porém, ao se fazer comparativo com o estudo de Moreira, Santino e Tomaz (2017) sobre o quadro de depressão entre os professores, foi realizado um estudo no qual 29,79% dos professores são propensos a esse cenário depressivo em relação à carga exaustiva do trabalho, levando a consequências para correlação dessa causa em sua qualidade de vida.

Os autores Dias e De Oliveira Nascimento (2020) descreveram a respeito das questões enfrentadas pela profissão, como as atividades do docente, condições de trabalho e interação interpessoal, e como estão interligadas à causa do desânimo dentro da prática profissional, pois o nível de empenho está relacionado ao nível de insatisfação e

satisfação. Dessa forma, o posicionamento das professoras de não adesão ao questionário leva a refletir sobre a possibilidade de o ânimo com a carreira estar impactado devido às condições oferecidas pela profissão. Contudo, será necessária a elaboração de novas pesquisas, a fim de que se possa ampliar os possíveis efeitos que tenham levado à falta de participação das educadoras em responder pesquisa.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se que, em resposta ao objetivo do presente artigo sobre professoras e as multitarefas em contexto de pós-pandemia em relação à qualidade de vida, houve um significativo abalo emocional e mental no período de um ano. A pandemia de COVID-19 trouxe turbulência na saúde geral, refletindo na satisfação das docentes que, se antes já tinham cargas de duplas jornadas, passaram a ter aumento em suas demandas, o que lhes trouxe prejuízos que se estenderam para o contexto pós-pandêmico, mesmo os resultados indicando leve melhora. Não houve a realização de outros estudos além da aplicação do teste SF-36 e revisão literária para realizar o presente artigo. Como obstáculo enfrentado, pôde-se observar a desmotivação das professoras em participar da pesquisa e responder ao questionário, pois uma pequena parcela se prontificou, ou seja, nota-se o desânimo das docentes e a desvalorização dessa profissão, que, conseqüentemente, acarreta a desesperança e a falta de motivação em participar de algo, por não acreditar que possa auxiliar na mudança da realidade de quem trabalha na carreira acadêmica. Por conseguinte, é viável sugerir a elaboração de novas pesquisas mais aprofundadas sobre o tema proposto neste estudo, pois há poucas em relação a esse assunto, e também por se tratar de uma necessidade atual, que precisa de mais atenção, para que se possa encontrar soluções com o foco na melhora do bem-estar e intento de trabalho das educadoras, conseqüentemente ajudando, também, as mulheres de uma maneira geral.

REFERÊNCIAS

1. AMARO, João Marcelo Ramachiotti Soares; DUMITH, Samuel Carvalho. Sonolência diurna excessiva e qualidade de vida relacionada à saúde dos professores universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, p. 94-100, 2018.
2. CIRILO, J. CD. M.; FERNANDES, E. V.; MACEDO, A. G. & DOS SANTOS, D. (2022). Influência do trabalho de docência no bem-estar individual, qualidade de vida, e (in) atividade física de professoras do ensino fundamental. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. e1511123919-e1511123919, 2022.
3. DUMITH, Samuel Carvalho. Atividade física e qualidade de vida de professores universitários. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 28, p. 438-446, 2020.

4. DIAS, Marina Abreu; DE OLIVEIRA NASCIMENTO, Ruben. Autoestima do professor, satisfação/ insatisfação profissional e valorização/desvalorização docente. **Perspectivas em Diálogo: revista de educação e sociedade**, v. 7, n. 15, p. 74-93, 2020.
5. MOREIRA, Anne Samilly Gomes; SANTINO, Thayla Amorim; TOMAZ, Alecsandra Ferreira. Qualidade de Vida de Professores do Ensino Fundamental de uma Escola da Rede Pública. SeiELO. **Ciencia & Trabajo**. vol.19 no.58 Santiago abr. 2017. ISSN: 0718-2449. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100020>>. Acesso em: 24-10-2022.
5. MOURA, Reidy Rolim. Desigualdade social e de gênero: a inserção da mulher no trabalho e a dupla jornada frente ao processo de catadores no Brasil. **Caderno Espaço Feminino**, Uberlândia, MG. v.31, n.1, p. 226 – 242. jan./jun. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14393/CEF-v31n1-2018-12>.
6. PENAFIEL, Kelly Jessie Queiroz; SILVA, Claudiane Alencar da; ZIBETTI, Marli Lúcia Tonatto. **Reflexões de Professoras de Educação Infantil sobre a Condição Feminina na Docência**. Momento: diálogos em educação, E-ISSN 2316-3100, v. 28, n. 3, p. 65-86, set./dez., 2019.
7. RAMOS, Luana Laís Batista Cardoso; DE SOUZA, Maressa Pessoa; SILVA, Stephane Monique Moreira. Efeitos da auriculoterapia na qualidade de vida e estresse de professores universitários: ensaio clínico randomizado. **Repositório Institucional Unicambury**, v. 1, n. 1, 2018.
8. ROCHA, Simone Rodrigues; MARTINS, Maria do Carmo de Carvalho e. Qualidade de vida e condições de trabalho de professores do ensino básico. Form@re. **Revista do Plano Nacional de Formação de Professores da Educação Básica**. Universidade Federal do Piauí, v.6, n. 1, p.48-67, jan. / jun. 2018. ISSN: 2318-986X. Disponível em: <<https://ojs.ufpi.br/index.php/parfor/article/view/7106/0>>. Acesso em: 24-10-2022.
9. RODRIGUES, Natália Q. C. Trabalho Feminino em Tempos de Pandemia. **Rev. do Trib. Reg. Trab.** 10ª Região, Brasília, v. 24, n. 1, 2020. Disponível em: <https://revista.trt10.jus.br/index.php/revista10/article/view/394>
10. ROSA, Franciele Aparecida Vieira; DA TRINDADE, Ana Paula Nassif Tondato. Avaliação dos distúrbios osteomusculares e sua correlação com a qualidade de vida em professores do instituto de saúde de uma instituição de ensino superior. **Revista Evidência**, v. 14, n. 15, 2018.
11. SANTOS, Francelly Carvalho *et al.* Sono e fatores de estresse de professores do ensino superior da área da saúde. **Assobrafir Ciência**, v. 10, n. 1, p. 21-30, 2020.
12. SOUZA, Maria Eduarda Iglésias Berardo de; NOVAES, Nathaly Maria Ferreira; ZIRPOLI, Bianca Berardo Pessoa. **O Impacto da pandemia por Covid-19 na saúde mental dos professores: revisão sistemática da literatura**. 2021.
13. VICENTE, Teresa Aracena. **As mulheres e seus tempos: dupla jornada de trabalho, cuidado de si e lazer na promoção da saúde**. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, p. 1 – 229. 02 maio. 2018. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5137/tde-02082018-103012/publico/TeresaAracenaVicente.pdf>
14. ZART, Paulina Ely. **A dupla (ou múltipla) jornada de trabalho feminina e o princípio da igualdade: reflexão sobre a submissão da mulher e a divisão desigual do trabalho doméstico**. 2019. Monografia (Graduação em Direito) – Universidade do Vale do Taquari - Univates, Lajeado, 25 nov. 2019. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10737/2887>