

Qualidade de vida de uma comunidade universitária em trabalho remoto durante a pandemia do COVID-19

Quality of life of a university community in remote work during the COVID-19 pandemic

Calidad de vida de una comunidad universitaria en trabajo remoto durante la pandemia del COVID-19

Recebido: 17/12/2021 | Revisado: 26/12/2021 | Aceito: 25/01/2022 | Publicado: 26/01/2022

Isabely Karoline da Silva Ribeiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0732-7631>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: isabelykaroline@hotmail.com

Fabricio Rodrigues dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5100-1036>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: fabriciorosan@hotmail.com

Gylce Eloisa Cabreira Panitz Cruz

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6624-1235>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: gylcepanitz@ufsj.edu.br

Helen Cristiny Teodoro Couto Ribeiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9365-7228>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: helen.cristiny@ufsj.edu.br

Hosana Ferreira Rates

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2907-827X>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: hosana@ufsj.edu.br

Kellen Rosa Coelho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8629-8367>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: kellencoelho@ufsj.edu.br

Liliane de Lourdes Teixeira Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3429-3310>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: lilanets@ufsj.edu.br

Thalyta Cristina Mansano Schlosser

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4487-1639>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: mansanothalyta@ufsj.edu.br

Renata Cristina da Penha Silveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5804-7931>
Universidade Federal de São João del-Rei, Brasil
E-mail: renatasilveira@ufsj.edu.br

Resumo

Objetivo: avaliar a qualidade de vida de docentes, discentes e técnicos administrativos de uma universidade federal em trabalho remoto durante a pandemia. Método: estudo observacional, quantitativo, realizado com 203 docentes, discentes e técnicos administrativos de uma universidade federal do interior de Minas Gerais. Coleta de dados ocorreu entre agosto e setembro de 2020, por meio de formulário online com questionários sobre perfil sociodemográfico/econômico e de condições de saúde e sobre QV. Realizou-se análise descritiva e inferencial. Resultados: De modo geral, ter companheiro, maior escolaridade e renda, acesso à internet por celular, não ter doença crônica e dificuldade para dormir e auto avaliar a saúde positivamente fizeram com que a QV fosse melhor. Observou-se melhor QV entre os docentes em detrimento dos discentes. Conclusão: elucidada a necessidade de após o diagnóstico levantado com dificuldades na QV, serão necessárias medidas de apoio psicológico e emocional no retorno da comunidade acadêmica, sendo eles discentes docentes e técnicos.

Palavras-chave: Universidade; Trabalho; Qualidade de vida; COVID-19.

Abstract

Objective: to assess the quality of life of professors, students and administrative technicians at a federal university working remotely during the pandemic. **Method:** observational, quantitative study, carried out with 203 professors, students and administrative technicians from a federal university in the interior of Minas Gerais. Data collection took place between August and September 2020, through an online form with questionnaires on sociodemographic/economic profile and health conditions and on QoL. Descriptive and inferential analysis was performed. **Results:** In general, having a partner, higher education and income, access to the internet by cell phone, not having a chronic illness and difficulty sleeping and positive self-assessment of health made the QoL better. A better QoL was observed among professors at the expense of students. **Conclusion:** it elucidates the need after the diagnosis raised with difficulties in QOL, psychological and emotional support measures will be necessary in the return of the academic community, with students, professors and technicians.

Keywords: University; Work; Quality of life; COVID-19.

Resumen

Objetivo: evaluar la calidad de vida de profesores, estudiantes y técnicos administrativos de una universidad federal que trabajan de forma remota durante la pandemia. **Método:** estudio observacional, cuantitativo, realizado con 203 profesores, estudiantes y técnicos administrativos de una universidad federal del interior de Minas Gerais. La recogida de datos se realizó entre agosto y septiembre de 2020, a través de un formulario online con cuestionarios sobre perfil sociodemográfico/ económico y condiciones de salud y sobre CV. Se realizó análisis descriptivo e inferencial. **Resultados:** En general, tener pareja, estudios superiores e ingresos, acceso a internet por teléfono celular, no tener una enfermedad crónica y dificultad para dormir y una autoevaluación positiva de la salud mejoraron la CV. Se observó una mejor calidad de vida entre los profesores a expensas de los estudiantes. **Conclusión:** se dilucida la necesidad luego del diagnóstico planteado con dificultades en la CV, serán necesarias medidas de apoyo psicológico y emocional en el retorno de la comunidad académica, con estudiantes, profesores y técnicos.

Palabras clave: Universidad; Trabajo; Calidad de vida; COVID-19.

1. Introdução

A pandemia da Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), causada pelo novo coronavírus denominado como Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2), alterou bruscamente o cotidiano de toda população mundial desde janeiro de 2020, quando a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou estado emergencial em todo o mundo. Tais mudanças veem impactando diretamente as esferas políticas, sociais e sanitárias de todos os países, levando os líderes globais a tomarem medidas rigorosas para garantir o isolamento social da população e, assim, conter a disseminação do vírus (Gallasch et al., 2020; Monteiro et al., 2020).

Neste contexto, tendo em vista as recomendações das autoridades sanitárias nacionais e internacionais, todas as atividades acadêmicas laborais e estudantis presenciais das Universidades foram suspensas, para garantir a proteção e a manutenção da saúde da comunidade acadêmica. Com esta suspensão, docentes, técnicos administrativos e discentes foram orientados a desenvolver suas atividades de forma remota em casa (Silva, Souza & Menezes, 2020; Arruda, 2020). Seguindo essa linha, o Ministério da Educação (MEC), com a tentativa de minimizar os impactos na educação durante a crise provocada pela pandemia, autorizou o ensino remoto em caráter excepcional (Brasil, 2020).

Destarte, em meio a tantas mudanças provocadas pela pandemia, sobretudo pelo distanciamento social, docentes, discentes e técnicos das Universidades continuam exercendo suas funções, porém de maneira até então não vivenciada, com uso de tecnologias novas e diferentes modos de trabalho. Esta nova perspectiva pode trazer outros desdobramentos de ordem de saúde mental, como ansiedade, angústia, depressão e estresse (Maia, Dias; 2020; Santos, Silva & Belmonte; 2021). Ademais, as questões próprias do isolamento social e a necessidade da manutenção da produção fora do ambiente de trabalho fazem com que muitas vezes estes indivíduos com trabalho remoto se preocupem ao mesmo tempo com outras atividades, como por exemplo as tarefas de casa e com filhos (Siqueira et al., 2020).

Assim, diante deste novo cenário de atuação, há uma confusão entre o que é trabalho e o que é o ambiente domiciliar, que por vezes pode impactar na qualidade de vida (QV) de todos. Dentre os quesitos de QV que podem ser alterados no momento de pandemia encontram-se as modificações nos padrões relacionados ao estilo de vida, autorrealização e sono.

De fato, mesmo antes da pandemia, a relação entre o ambiente laboral e as tarefas organizacionais e suas consequências já possibilitavam um novo olhar sobre as questões da saúde e doença no trabalho, uma vez que condições laborais precárias acabam trazendo uma baixa QV, que repercute negativamente na saúde e leva ao adoecimento físico e mental (Quintana-Zavala et al., 2016). Nos últimos anos, a QV tem sido um constructo de estudo em saúde ocupacional, com a avaliação da relação entre doenças e QV (Bragard et al., 2015). A QV em ambientes de trabalho está, relativamente, relacionada a vários fatores como educação, atividade, longevidade, saúde, satisfação, condição socioeconômica, produtividade, continuidade de papéis familiares e ocupacionais, manutenção da rede de amizades, dentre outros (Fradelos et al., 2014).

Diante dos diversos desafios inerentes às mudanças na rotina do trabalho e de estudo impostos pelo distanciamento social da pandemia COVID-19, sobretudo sobre as possíveis consequências em relação à QV dos docentes, discentes e técnicos administrativos, questiona-se: Como está a QV deste público durante a pandemia?

Neste contexto, torna-se relevante investigar estes aspectos entre os membros da comunidade universitária durante o distanciamento social e adaptação dos mesmos frente às novas rotinas de trabalho e de estudo devido à pandemia de COVID-19. As informações advindas desta investigação podem colaborar na elucidação e elaboração de estratégias prioritárias no momento atual, para incentivar/melhorar a QV de docentes, discentes e técnicos administrativos neste período remoto. Ressalta-se, ainda, que esta investigação poderá favorecer subsídios para futuras capacitações em saúde e melhorias no retorno às atividades presenciais.

Deste modo, o presente estudo tem como objetivo avaliar a QV de docentes, discentes e técnicos administrativos de uma universidade federal em trabalho remoto durante a pandemia.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo observacional, de abordagem quantitativa (Gil, 2010), desenvolvido por meio online com docentes, discentes e técnicos administrativos de um campus de uma universidade federal do interior de Minas Gerais, que possui quatro cursos de graduação na área da saúde: Enfermagem, Medicina, Farmácia e Bioquímica. O intuito deste estudo foi investigar a QV desta população durante a pandemia da COVID-19.

Toda a comunidade acadêmica foi convidada a participar do estudo, ou seja, todos os docentes, discentes (graduação e pós-graduação) e técnicos administrativos, totalizando 3500 indivíduos. Os critérios de inclusão dos participantes foram: ter idade superior a 18 anos e estar em trabalho ou estudos remotos em casa durante a quarentena da pandemia do COVID-19. O critério de exclusão foi: inacessibilidade aos formulários online. Os participantes que atenderam aos critérios mencionados e que responderam ao formulário fizeram parte da amostra do estudo, resultando em 203 indivíduos. Dessa forma, o tamanho amostral foi por conveniência. Como forma de recrutamento, os participantes foram contactados e convidados por meio dos respectivos endereços eletrônicos (e-mails), por até três vezes, com intervalo de uma semana entre cada contato.

Os dados foram coletados entre agosto e setembro de 2020, por meio da utilização da plataforma online Google Formulário. Foram usados os questionários: Perfil sociodemográfico e de condições de saúde e de trabalho/estudo (elaboração própria) e o Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - versão abreviada (WHOQOL-Bref) (FLECK, 1999) para indicadores da QV. Cada participante recebeu em seu e-mail o convite da pesquisa com link para a leitura e aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e para o preenchimento dos questionários supracitados, que durava em média 10 minutos.

A organização e análise dos dados foram realizadas no programa Statistical Package for the Social Sciences – SPSS. Para a análise descritiva, calculou-se as frequências absolutas e relativas com o intuito de caracterizar os participantes, bem como as medianas e quartis (Q1 e Q3) para descrever as respostas de QV entre os domínios. Para as análises inferenciais, para

comparar os resultados da QV e as demais variáveis sociodemográficas e de condições de saúde e de trabalho/estudo foram utilizados os testes de Mann Whitney e Kruskal Wallis. O nível de significância adotado foi de 5% ($p \leq 0,05$). O teste de normalidade (Shapiro Wilk) foi aplicado em todos os domínios relacionados a todas as variáveis.

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da instituição proponente, sob o parecer de número 4.122.541 e Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) de número 33496620.2.0000.5545. Vale ressaltar que todos os princípios éticos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) foram respeitados e que todos os participantes concordaram com o TCLE e autorizaram a participação.

3. Resultados

Participaram do estudo 203 membros da comunidade acadêmica, dentre este total 159 (78,3%) eram discentes, 33 (16,3%) docentes e 11 (5,4%) técnicos administrativos.

De acordo com a Tabela 1, a caracterização demográfica e socioeconômica destes participantes era composta, em sua maioria, por mulheres (76,4%), de cor autodeclarada branca (61,6%), com estado civil sem companheiro (77,8%), ensino superior incompleto (58,6%), religião católica (55,2%) e renda mensal ausente (66,0%).

Em relação à QV destes indivíduos quando correlacionada com as variáveis mencionadas na caracterização supracitada, observou-se que aqueles que possuíam companheiros obtiveram maior mediana dos escores de QV nos domínios psicológico e de meio ambiente (valores de p 0,003 e 0,026 respectivamente) em detrimento daqueles indivíduos com estado civil sem companheiro. Quanto à escolaridade, no domínio psicológico, a titulação de doutorado apresentou melhor escore para QV (valor de p 0,008). Sobre a condição econômica, medida pela renda mensal em salário mínimo, aqueles participantes que possuíam renda igual ou acima de 6 salários mínimos obtiveram melhores escores de QV quando comparados com aqueles que mencionaram não ter renda, sendo esta correlação estatisticamente significativa nos domínios psicológico e meio ambiente, com valor de p 0,000 e 0,001, respectivamente (Tabela 1).

Tabela 1: Frequência absoluta e relativa, mediana e quartis (Q1 e Q3) dos escores da qualidade de vida, de acordo com WHOQOL-Bref por domínios, segundo as características demográficas e socioeconômicas. Minas Gerais, 2020.

Variáveis	n (%)	Domínios - Qualidade de Vida			
		Físico	Psicológico	Relações Sociais	Meio Ambiente
Gênero					
Mulher Cisgênero	155 (76,4)	67,9 (50 - 75)	54,2 (45,8 - 66,7)	66,7 (50 - 75)	65,6 (56,3 - 78,1)
Homem Cisgênero	48 (23,6)	66,1 (57,1 - 78,6)	60,4 (45,8 - 66,7)	58,3 (50 - 75)	64,1 (56,3 - 74,2)
<i>p-valor*</i>		0,568	0,321	0,91	0,648
Raça/Cor					
Branca	125 (61,6)	67,9 (53,6 - 78,6)	58,3 (45,8 - 66,7)	66,7 (50 - 75)	65,6 (56,3 - 78,1)
Parda e outras	78 (38,4)	64,3 (50 - 75)	58,3 (45,8 - 66,7)	58,3 (47,9 - 75)	62,5 (50 - 75)
<i>p-valor*</i>		0,582	0,993	0,62	0,143
Estado Civil					
Sem companheiro	158 (77,8)	64,3 (50 - 75)	54,2 (45,8 - 62,5)	58,3 (50 - 75)	62,5 (53,1 - 75)
Com companheiro	45 (22,2)	71,4 (57,1 - 78,6)	62,5 (54,2 - 70,8)	66,7 (50 - 75)	71,9 (57,8 - 81,3)
<i>p-valor*</i>		0,23	0,003	0,329	0,026
Escolaridade					
Ensino Médio Completo	35 (17,2)	64,3 (50 - 78,6)	50 (37,5 - 62,5)a	58,3 (50 - 75)	62,5 (53,1 - 75)

Ensino Superior Incompleto	119 (58,6)	64,3 (50 - 75)	54,2 (45,8 - 66,7) ^a	66,7 (41,7 - 75)	62,5 (50 - 71,9)
Ensino Superior Completo	13 (6,4)	71,4 (58,9 - 76,8)	58,3 (45,8-68,8) ^{a,b}	58,3 (45,8 - 75)	65,6 (59,4 - 81,3)
Mestrado	6 (3,0)	76,8 (63,4 - 83)	62,5 (58,3-69,8) ^{a,b}	66,7 (52,1 -79,2)	81,3 (61,7 - 88,3)
Doutorado	21 (10,3)	71,4 (53,6 - 75)	66,7 (58,3 - 70,8) ^b	66,7 (58,3 - 75)	71,9 (59,4 - 79,7)
Pós-Doutorado	9 (4,4)	78,6 (53,6 - 85,7)	66,7 (52,1-72,9) ^{a,b}	66,7 (50 - 75)	68,8 (60,9 - 85,9)
<i>p-valor**</i>		0,504	0,008	0,97	0,062
Religião					
Católico	112 (55,2)	67,9 (54,5 - 78,6)	58,3 (50 - 66,7)	66,7 (58,3 - 75)	65,6 (56,3 - 78,1)
Espírita	27 (13,3)	67,9 (53,6 - 78,6)	54,2 (37,5 - 66,7)	66,7 (41,7 - 75)	62,5 (50 - 81,3)
Evangélico	15 (7,4)	64,3 (50 - 75)	58,3 (45,8 - 66,7)	58,3 (41,7 - 75)	65,6 (62,5 - 71,9)
Ateu	14 (6,9)	50 (46,4 - 66,1)	47,9 (36,5 - 59,4)	66,7 (50 - 83,3)	67,2 (48,4 - 76,6)
Outra	35 (17,2)	64,3 (53,6 - 75)	54,2 (41,7 - 62,5)	50 (33,3 - 75)	62,5 (53,1 - 71,9)
<i>p-valor**</i>		0,237	0,181	0,096	0,648
Renda mensal bruta (em salário mínimo)					
Não tem renda	134 (66,0)	64,3 (50 - 75)	54,2 (41,7 - 62,5) ^a	58,3 (41,7 - 75)	62,5 (50 -71,9) ^a
≤ 1	14 (6,9)	64,3 (50 - 85,7)	56,3 (44,8-63,5) ^{a,b}	66,7 (47,9 -83,3)	65,6 (54,7-82) ^{a,b}
Entre 1 a 6	18 (8,9)	66,1 (53,6 - 75)	56,3 (44,8-71,9) ^{a,b}	58,3 (59,4 -78,1)	65,6 (59,4-78,1) ^{a,b}
≥ a 6	37 (18,2)	75 (58,9 - 78,6)	66,7 (56,3 - 70,8) ^b	66,7 (58,3 - 75)	75 (64,1-84,4) ^b
<i>p-valor**</i>		0,191	0,000	0,24	0,001

Nota: *Teste *Mann Whitney*; **Teste *Kruskal Wallis*; Letras iguais representam grupos estatisticamente iguais. Fonte: Elaborado pelos autores.

No concernente às condições de moradia e relações familiares durante a pandemia, a maioria relatou que residiam no mesmo domicílio com outras pessoas ou a família (93,1%), que observaram mudanças nas relações entre os membros da família (64,0%) e que possuíam acesso à internet em ambos dispositivos, celular e computador (79,3%). Quando comparados os escores da QV entre os participantes no que diz respeito ao dispositivo de acesso à internet, aqueles que usavam apenas o celular apresentou maiores escores no domínio físico, em detrimento dos que utilizavam o computador (valor de p 0,001). Ainda nesta mesma comparação de uso da internet nos dispositivos e a QV, no domínio meio ambiente observou-se que os participantes que utilizavam tanto o celular, quanto o computador, apresentaram melhor QV quando comparados com aqueles que utilizavam apenas um dos dispositivos (valor de p 0,000) (Tabela 2).

Em relação às condições de saúde, a maioria relatou não possuir doença crônica (76,8%), não ter dificuldade para dormir (59,1%) e auto avaliaram a saúde como muito boa ou boa (72,4%). Melhores escores de QV no domínio físico foram observados entre os participantes que não possuíam doença crônica (valor de p 0,008). Quando investigado a QV e a dificuldade para dormir no período do trabalho/estudo remoto durante a pandemia, em todos os domínios a QV dos participantes que não possuíam esta dificuldade foram melhores em comparação aos que relataram dificuldade para dormir, todas estas correlações foram estatisticamente significativas com valores de p nos domínios físico, psicológico e relações sociais igual a 0,000 e valor de p no domínio meio ambiente igual a 0,050. A QV dos participantes que auto avaliaram a saúde como muito boa ou boa foi melhor em todos os domínios em detrimento daqueles que auto avaliaram como regular ou ruim, com valores de p estatisticamente significativos (domínios físico, psicológico e meio ambiente 0,000 e domínio relações sociais 0,006) (Tabela 2).

Tabela 2: Frequência absoluta e relativa, mediana e quartis (Q1 e Q3) dos escores da qualidade de vida, de acordo com WHOQOL-Bref por domínios, segundo as condições de moradia e de saúde. Minas Gerais, 2020.

Variáveis	n (%)	Domínios - Qualidade de Vida			
		Físico	Psicológico	Relações Sociais	Meio Ambiente
Com quem mora					
Com outras pessoas ou família	189 (93,1)	67,9 (51,8 - 78,6)	58,3 (45,8 - 66,7)	58,3 (50 - 75)	65,6 (56,3 - 75)
Mora sozinho	14 (6,9)	66,1 (52,7 - 75,9)	58,3 (44,8 - 70,8)	58,3 (41,7 - 75)	60,9 (52,3 - 81,3)
<i>p-valor*</i>		0,833	0,298	0,67	0,804
Mudança nas relações familiares					
Não	73 (36,0)	71,4 (58,9 - 78,6)	58,3 (45,8 - 66,7)	66,7 (58,3 - 75)	65,6 (56,3 - 78,1)
Sim	134 (64,0)	64,3 (50 - 75)	54,2 (45,8 - 66,7)	58,3 (41,7 - 75)	64,1 (53,1 - 75)
<i>p-valor*</i>		0,147	0,640	0,069	0,381
Acesso à internet					
Computador	33 (16,3)	67,9 (50 - 75) ^a	58,3 (41,7 - 66,7)	58,3 (41,7 - 70,8)	59,4 (46,9 - 65,6) ^a
Celular	9 (4,4)	42,9 (35,7 - 50) ^b	41,7 (35,4 - 52,1)	58,3 (33,3 - 70,8)	53,1 (39,1 - 59,4) ^a
Ambos	161 (79,3)	67,9 (53,6 - 78,6) ^a	58,3 (45,8 - 66,7)	66,7 (50 - 75)	68,8 (56,3 - 81,3) ^b
<i>p-valor**</i>		0,001	0,051	0,055	0,000
Doença crônica					
Não	156 (76,8)	67,9 (57,1 - 78,6)	58,3 (45,8 - 66,7)	58,3 (50 - 75)	62,5 (56,3 - 75)
Sim	47 (23,2)	57,1 (46,4 - 75)	58,3 (41,7 - 66,7)	66,7 (50 - 75)	68,8 (50 - 81,3)
<i>p-valor*</i>		0,008	0,899	0,983	0,51
Dificuldade para dormir					
Não	120 (59,1)	71,4 (64,3 - 82,1)	62,5 (50 - 66,7)	66,7 (58,3 - 75)	65,6 (56,3 - 78,1)
Sim	83 (40,9)	53,6 (46,4 - 64,3)	50 (37,5 - 62,5)	58,3 (41,7 - 75)	62,5 (50 - 75)
<i>p-valor*</i>		0,000	0,000	0,000	0,050
Auto avaliação da saúde					
Muito boa ou Boa	147 (72,4)	71,4 (60,7 - 82,1) ^a	62,5 (50 - 66,7) ^a	66,7 (50 - 75) ^a	68,8 (59,4 - 81,3) ^a
Regular	52 (25,6)	50 (43,8 - 64,3) ^b	50 (37,5 - 58,3) ^b	58,3 (41,7 - 66,7) ^b	56,3 (50 - 68) ^b
Ruim	4 (2,0)	48,2 (25 - 52,7) ^b	35,4 (26 - 60,4) ^b	45,8 (22,9 - 62,5) ^b	54,7 (35,2 - 67,2) ^b
<i>p-valor**</i>		0,000	0,000	0,006	0,000

Nota: *Teste *Mann Whitney*; **Teste *Kruskal Wallis*; Letras iguais representam grupos estatisticamente iguais. Fonte: Elaborado pelos autores.

A Tabela 3 apresenta a correlação da QV entre as categorias profissionais e estudantil no período de trabalho/estudo remoto durante a pandemia de COVID-19. O teste de *Kruskal Wallis* constatou diferença estatisticamente significativa nos domínios psicológico e de meio ambiente, com valores de p 0,000 e 0,003, respectivamente. Este resultado evidenciou que a QV nestes domínios apresentou melhores escores entre os docentes quando comparado aos discentes.

Tabela 3: Mediana e quartis (Q1 e Q3) dos escores da qualidade de vida, de acordo com WHOQOL-Bref por domínios, da comunidade acadêmica por categoria profissional/estudantil. Minas Gerais, 2020.

Domínios – Qualidade de Vida	Comunidade acadêmica			valor p*
	Discente	Docente	Técnico	
Físico	64,3 (50-75) ^a	75 (58,9-80,4) ^a	71,4 (64,3-75) ^a	0,114
Psicológico	54,2 (41,7-62,5) ^a	66,7 (54,2-70,8) ^b	62,5 (54,2-75) ^{a,b}	0,000
Relações Sociais	58,3 (41,7-75) ^a	66,7(58,3-75) ^a	58,3 (58,3-75) ^a	0,447
Meio Ambiente	62,5 (50-75) ^a	71,9 (64,1-84,4) ^b	65,6 (59,4-78,1) ^{a,b}	0,003

Nota: *Teste *Kruskal Wallis*; Letras iguais representam grupos estatisticamente iguais. Fonte: Elaborado pelos autores.

4. Discussão

Conhecer as características dos membros de uma comunidade acadêmica, bem como a QV desta população em trabalho/estudo remoto durante a pandemia, faz-se oportuno para detectar a real situação de vida de profissionais e estudantes universitários desenvolvendo suas atividades em um momento de grandes transformações de seus ambientes de trabalho e estudos, além de vislumbrar oportunidades de melhores condições para o retorno presencial. Por se tratar de um contexto bastante inusitado e caótico pelo qual todos da comunidade acadêmica vivenciam neste modelo de trabalho/estudo imposto pelas condições restritivas devido à pandemia, há de se considerar que aspectos sociais, econômicos, familiares, de moradia e de saúde interferiram na QV destes indivíduos.

Mesmo antes da pandemia, o aumento do ritmo e da demanda de atividades entre os membros de uma comunidade universitária já exigia polivalência e multifuncionalidade, além da capacidade de adaptação frente às pressões para atenderem a superprodução acadêmica (D'Oliveira *et al.*, 2020). A carreira de profissionais universitários, sobretudo docentes, se faz por grande empenho e comprometimento, todavia as peculiaridades inerentes ao contexto acadêmico podem interferir negativamente em aspectos ligados à saúde, com reflexo na QV (Sanchez *et al.*, 2019). Nesta perspectiva, o presente estudo traz à tona aspectos relevantes para a discussão do contexto de trabalho e estudo remotos em tempos de pandemia de profissionais e estudantes universitários.

Tendo em vista que a maioria dos participantes do estudo foram mulheres e, embora o gênero não apresentou relação estatisticamente significativa com a QV, ainda assim, é importante citar que a dupla jornada entre trabalho e família, predis põe as trabalhadoras a cargas intensas que conduzem ao esgotamento. Isto faz com que essas profissionais, por vezes, destinem menos horas ao sono diário, ao lazer e a atividade física, por exemplo, devido às numerosas atividades que precisam desempenhar em seu cotidiano (Jacques *et al.*, 2017).

De fato, além da inserção no mercado de trabalho externo ao domicílio, a mulher, em geral, acumula o trabalho familiar interno (cuidado geral de casa, dos filhos, das refeições etc.), circunstância pela qual as mulheres relatam maior estresse e desgaste físico relacionado ao trabalho, configurando-se uma questão de gênero importante (Souza & Brito, 2012).

Quando se leva em consideração a presença de um companheiro, a QV dos participantes do estudo foi melhor avaliada nos domínios psicológico e de meio ambiente com a presença deste indivíduo, talvez por se configurar como um fator de suporte para as questões emocionais, psicológicas e do meio em que estes trabalhadores e estudantes estão inseridos, sobretudo no contexto da pandemia. O estudo de Pedrolo e colaboradores (2021) também mostrou que a situação conjugal com a presença de companheiro interferiu em uma melhor QV de docentes de uma instituição de ensino federal da região sul do Brasil em trabalho remoto durante a pandemia. Neste estudo, os autores puderam inferir que a figura do companheiro pode estar associada com o conforto nas relações conjugais, além da existência de atividades físicas e de lazer no cotidiano do casal (Pedrolo *et al.*, 2021).

Contribui também para uma pior QV e QVT a má qualidade do sono, conforme revelado pelo atual estudo. A qualidade do sono foi avaliada na maioria como ruim em 119 participantes. Os professores com pior qualidade do sono apresentam menores índices de QV e QVT. Segundo Souza & Reimão (2004) a má qualidade do sono, ou a insônia, afeta a QV de seus portadores; afirmam ainda que, quando a insônia é crônica, geralmente reflete distúrbios psicológicos e comportamentais.

A associação entre saúde mental e qualidade do sono tem sido consistentemente reportada. Pesquisa desenvolvida em município brasileiro detectou que a presença de transtornos mentais comuns se associava a um aumento de 61% na prevalência de má qualidade do sono, mesmo após ajuste por variáveis sociodemográficas, comportamentais e de condição de saúde. (Barros *et al.*, 2019). Uma metanálise com 21 estudos longitudinais, desenvolvidos entre 1980 e 2010, confirmou a insônia como fator de risco para depressão, com razão de chances (*odds ratio*) de 2,10. (Yang *et al.*, 2020) e estudo internacional revelou a má qualidade do sono como agravante na tristeza e QV (Huang *et al.*, 2020).

Pesquisa multicêntrica brasileira com dados da pesquisa ‘ConVid – Pesquisa de Comportamentos’, desenvolvida por iniciativa da Fundação Instituto Oswaldo Cruz (Fiocruz), em parceria com a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e a Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), revelou que dos 45.161 respondentes, 40,4% (IC_{95%} 39,0;41,8) se sentiram frequentemente tristes ou deprimidos, e 52,6% frequentemente ansiosos ou nervosos; 43,5% relataram início de problemas de sono, e 48,0% problema de sono preexistente agravado. Tristeza, nervosismo frequentes e alterações do sono estiveram mais presentes entre adultos jovens, mulheres e pessoas com antecedente de depressão (Barros *et al.*, 2020)

Conhecer este panorama da QV de uma comunidade acadêmica neste momento extraordinário de trabalho/estudo remoto é de extrema relevância para todos os membros e ainda mais para os gestores universitários, mesmo que o estudo tenha sido realizado com docentes, discentes e técnicos administrativos de apenas um campus. Por isso, ressalta-se como limitação do estudo a amostra ter sido apenas de uma localidade e a coleta de dados por meio de formulário *online*, o que pode ter dificultado a adesão dos indivíduos convidados. Sugere-se para futuros estudos, ampliar para todos os campi da referida universidade ou até para outras universidades.

Embora as limitações do estudo existam, ainda assim, o presente estudo contribui para o conhecimento em saúde à medida que fornece subsídios para um melhor conhecimento da QV desta população, bem como para o melhor planejamento e discussões de estratégias que possam contribuir para amenizar os desafios vivenciados pelos discentes, docentes e técnicos durante o trabalho/estudo remoto na pandemia. Ademais, pode contribuir também para o planejamento do retorno presencial.

5. Conclusão

O presente estudo elucida a necessidade de após o diagnóstico levantado com dificuldades na QV, serão necessárias medidas de apoio psicológico e emocional no retorno da comunidade acadêmica, sendo eles discentes docentes e técnicos. Reforçando assim a necessidade de garantir a provisão de serviços de atenção à saúde mental, adaptados ao contexto pandêmico.

Dessa forma, sugere-se a continuidade de pesquisas que busquem avaliar o impacto que a pandemia teve na QV desse público e suas repercussões na formação e execução das atividades laborais futuras.

Referências

- Arruda, E. P. (2020). Educação remota emergencial: elementos para políticas públicas na educação brasileira em tempos de Covid-19. *Em Rede*, 7 (1): 257-75. <https://www.aunirede.org.br/revista/index.php/emrede/article/view/621>
- Barros, M. B. A., Lima, M. G., Ceolin, M. F., Zancanella, E., & Cardoso, T. A. M. O. (2019). Quality of sleep, health status and subjective well-being in a population-based study. *Rev Saúde Pública*, 53(82). doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001067.

- Barros, M. B. A. et al. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29, e2020427, 2020. 10.1590/S1679-49742020000400018
- Bertolazi, A. N., Fagundes, S. C., Hoff, L. S., Dartora, E. G., da Silva Miozzo, I. C., de Barba, M. E. F., & Barreto, S. S. M. (2011). Validation of the Brazilian Portuguese version of the Pittsburgh sleep quality index. *Sleep medicine*, 12(1), 70-75. 10.1016/j.sleep.2010.04.020
- Bogaert, I., De Martelaer, K., Deforche, B., Clarys, P., & Zinzen E. (2014). Associations between different types of physical activity and teacher's perceived mental, physical, and work-related health. *BMC Public Health*, 14(534), 1-9. 10.1186/1471-2458-14-534
- Bragard, I., Dupuis, G., & Fleet, R. (2015). Quality of work life, burnout, and stress in emergency department physicians: a qualitative review. *Eur J Emerg Med*. 22(4), 227-34. 10.1097/MEJ.0000000000000194
- Buysse, D. J., Reynolds III, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry research*, 28(2), 193-213.
- Cardoso, J. P., Araujo, T. M., Carvalho, F. M., Oliveira, N. F., Reis, & E. J. F. B. (2021). Aspectos psicossociais do trabalho e dor musculoesquelética em professores. *Cad Saúde Pública*, 27(8), 1498-506. 10.1590/S0102-311X2011000800005
- Carvalho, J. F., Martins, E. P. T., Lúcio, L., & Papandréa, P. J. (2013). Qualidade de vida no trabalho e fatores motivacionais dos colaboradores nas organizações. *Educação em foco*, 9(7),21-31. https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/8qualidade_motivacao.pdf
- Delcor, N. S., Araújo, T. M., Reis, E. J. F. B., Porto, L. A., Carvalho, F. M., Silva, M. O., Barbalho, L., & Andrade, J. M. (2004). Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cad Saud Publica*, 20(1),187-196.
- D'Oliveira, C. A. F. B., Souza, N. V. D. O., Varella, T. C. M. O., & Almeida, P. F. (2020). Configurações do mundo do trabalho e o processo saúde-doença dos trabalhadores docentes de enfermagem. *Rev. enferm. UERJ*; 28, e33123. 10.12957/reuerj.2020.33123
- Fleck, M. P. A., Louzada, S., Xavier, M., Chachamovitch, E., Vieira, & G., Santos, L., et al. (1999). Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100). *Rev Saúde Pública*. 33(2),198-205.
- Fradelos, E., Tzitzikos, G., Giannouli, V., Argyrou, P., Vassilopoulou, C., & Theofilou, P. (2014). Assessment of burn-out and quality of life in nursing professionals: the contribution of perceived social support. *Health Psychol Res*, 2(1). 10.4081/hpr.2014.984
- Gil, A. C. (2010). *Como elaborar projetos de pesquisa*. (5a ed.) Atlas.
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288,112954. 10.1016/j.psychres.2020.112954.
- Jacques, J., Oussak, L., Scholze, A., Ribeiro, B., Martins, J., & Ribeiro, R. (2017). Personalidade hardiness e coping entre profissionais de enfermagem de centros cirúrgicos. *Rev de Enferm UFPE on line*, 1(11),4631-4637. 10.5205/ruol.11138-99362-1-SM.1111sup201712
- Kovess-Masféty, V., Sevilla-Dedieu, C., Rios-Seidel, C., Nèrrière, E., & Chan Chee C. (2006). Do teachers have more health problems? Results from a French cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 6(101),1-13.
- Lago, R. R., Cunha, B. S., & Borges, M. F. S. O. (2015). Percepção do trabalho docente em uma universidade da região norte do Brasil. *Trab. Educ. Saúde*, Rio de Janeiro. 13(2),429-50. doi.: 10.1590/1981-7746-sip00049
- Landis, C. A. (2011). *Sleep, pain, fibromyalgia, and chronic fatigue syndrome*. In Handbook of clinical neurology 98, 613-637. /10.1016/B978-0-444- 52006-7.00039-3.
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia*, 37, 1-5. doi.:10.1590/1982-0275202037e200067
- Pedrolo, E., et al. (2021). Impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida e no estresse de docentes de uma instituição federal. *Research, Society and Development*, 10(4), e43110414298. doi.:10.33448/rsd-v10i4.14298
- Pizolato, R. A., Rehder, M. I., Meneghim, M. C., Ambrosano, G. M., Mialhe, F. L., & Pereira, A. C. (2013). Impact on quality of life in teachers after educational actions for prevention of voice disorders: a longitudinal study. *Health Qual Life Outcomes*, 11(28). 10.1186/1477-7525-11-28
- Prata, J. A., Mello, A. S., Costa e Silva, F. V. & Faria, M. G. A. (2020). Mediações pedagógicas de ensino não formal da enfermagem durante a pandemia de COVID-19. *Rev. bras. enferm*; 73(supl.2), e20200499. doi.: 10.1590/0034-7167-2020-0499
- Qin, J., Liu, W., Zhu, J., Weng, W., Xu, J., & Ai, Z. (2014). Health Related Quality of Life and Influencing Factors among Welders. *PLoS One*, 9(7), e101982. 10.1371/journal.pone.0101982. eCollection 2014.
- Quintana-Zavala, M. O., Paravic-Klijn, T., & Saenz-Carrillo, K. L. (2016). Qualidade de vida no trabalho do pessoal de enfermagem de instituições públicas de saúde. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 24, e2713. doi.: 10.1590/1518-8345.1149.2713
- Rafael, R. M. R., Mercedes, N. M., Carvalho, M. B., Acioli, S., David, M. S. L., & Faria, M. G. A. (2020). Epidemiology, public policies and Covid-19 pandemics in Brazil: what can we expect? *Rev Enferm UERJ*, 28, e49570. 10.12957/reuerj.2020.49570.
- 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. *Ciênc. saúde coletiva* 24(11), 4111-4123. 10.1590/1413-812320182411.28712017.
- Santos, G. M. R. F. S., Silva, M. E., & Belmonte, B. R. (2021). COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *Rev. Bras. Saude Mater. Infant*. 21(1). doi.: 10.1590/1806-9304202100S100013

- Silva, A. A., & Fischer, F. M. (2012). Teacher's sick leave due to mental and behavioral disorders and return to work. *Work*, 41, 5815-5818. 10.3233/WOR-2012-0961-5815.
- Silva, A. C. O., Sousa, S. A., & Menezes, J. B. F. (2020). O ensino remoto na percepção discente: desafios e benefícios. *Dialogia*, 36, 298-315. <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/18383>
- Siqueira, L.T.D. et al. (2020). Vocal Self-Perception of Home Office Workers During the COVID-19 *Pandemic*. *Science Direct*, 31(20), 30407-0. 10.1016/j.jvoice.2020.10.016.
- Souza, K. R., & Brito, J. C. (2012). Sindicalismo, condições de trabalho e saúde: a perspectiva dos profissionais da educação do Rio de Janeiro. *Ciênc Saúde Colet*, 17(2), 379-88. doi.:10.1590/S1413-81232012000200012
- Souza, J. C., & Reimão, R. (2004). Epidemiologia da insônia. *Psicol Estud*, 9(1):3-7.
- Souza, J. C., Sousa, I. C., Belísio, A. S., & Azevedo, C. V. M. (2012). Sleep habits, daytime sleepiness and sleep quality of high school teachers. *Psychol Neurosci*, 5(2), 257-263. doi.:10.3922/j.psns.2012.2.17
- Teixeira, L. N., Rodrigues, A. L., Silva, F. M., & Silveira, R. C. P. (2015). As possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores. *Rev Enferm Cent-Oeste Min*, 5(2),1669–1683. doi.: 10.19175/recom.v0i0.876
- Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., Xiang, Y. T. (2020). Mental health services for older adults in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e19. 10.1016/S2215-0366(20)30079-1.