






Autoestima, transtornos mentais comuns e estilo de vida de trabalhadores de uma universidade pública

Self-esteem, common mental disorders and lifestyle of workers at a public university
Autoestima, trastornos mentales comunes y estilo de vida de los trabajadores de una universidad pública

Fernanda Jorge Guimarães¹ , Nayra Neres Silva¹ , Juliana Lourenço de Araújo Veras¹ , Jaqueline Galdino Albuquerque Perrelli² , Zailde Carvalho dos Santos¹ 

Autor correspondente:

Fernanda Jorge

Guimarães

E-mail:

fernanda.guimaraes@ufpe.br

¹Universidade Federal de Pernambuco. Vitória de Santo Antão, Pernambuco, Brasil.

²Universidade Federal de Pernambuco. Recife, Pernambuco, Brasil.

Resumo

Objetivo: analisar as condições de trabalho, a autoestima, os quadros sugestivos de Transtornos Mentais Comuns (TMC) e o estilo de vida de trabalhadores de uma universidade pública. **Métodos:** estudo transversal, com abordagem quantitativa, realizado com docentes e técnicos administrativos que atuam em uma universidade pública federal. **Resultados:** quanto à avaliação da autoestima, observou-se que os participantes apresentaram média elevada (34,36%). Em relação ao estilo de vida, verificou-se que 46,3% apresentaram estilo de vida muito bom, 33,1% apresentaram estilo bom, 17,4% estilo excelente, e apenas 3,3% foram classificados com estilo regular. Os quadros sugestivos de TMC estiveram presentes em 32,2% dos profissionais. **Conclusão:** os docentes e técnicos administrativos da instituição apresentaram bons níveis de autoestima e de estilo de vida, o que influenciou positivamente nos resultados relacionados à saúde mental dos participantes.

Descritores

Estilo de vida. Saúde mental. Categorias de trabalhadores. Universidades.



Como citar este artigo:

Guimarães FJ, Silva NN, Veras JLA, Perrelli JGA, Santos ZC. Autoestima, transtornos mentais comuns e estilo de vida de trabalhadores de uma universidade pública. Rev. enferm. UFPI. [internet] 2026[citado em: dia mês abreviado ano];15:e6836. DOI: 10.26694/reufpi.v15i1.6836

O que se sabe?

Transtornos mentais constituem uma das principais causas de afastamento no trabalho, tanto no setor público quanto privado. Há poucos estudos que investigam a correlação entre transtornos mentais, estilo de vida e autoestima.

O que o estudo adiciona?

O estudo identificou quadros sugestivos de transtornos mentais comuns entre os participantes, embora estes apresentassem autoestima elevada e estilo de vida classificado como muito bom.

Abstract

Objective: to analyze the working conditions, self-esteem, suggestive symptoms of Common Mental Disorders (CMD), and lifestyle of workers at a public university. **Methods:** a cross-sectional study with a quantitative approach was conducted with faculty members and administrative staff working at a federal public university. **Results:** regarding self-esteem, participants showed a high average (34.36%). In relation to lifestyle, 46.3% presented a very good lifestyle, 33.1% a good lifestyle, 17.4% an excellent lifestyle, and only 3.3% were classified as

having a regular lifestyle. Suggestive symptoms of CMD were present in 32.2% of the professionals. **Conclusion:** the faculty members and administrative staff of the institution presented good levels of self-esteem and lifestyle, which positively influenced the results related to the participants' mental health.

Descriptors:

Lifestyle. Mental health. Occupational groups. Universities.

Resumen

Objetivo: analizar las condiciones laborales, la autoestima, los síntomas sugestivos de Trastornos Mentales Comunes (TMC) y el estilo de vida de los trabajadores de una universidad pública. **Método:** se realizó un estudio transversal con un enfoque cuantitativo con personal docente y administrativo de una universidad pública federal. **Resultados:** en cuanto a la autoestima, los participantes mostraron un promedio alto (34,36%). En cuanto al estilo de vida, el 46,3% presentó un estilo de vida muy bueno, el 33,1% un estilo de vida bueno, el 17,4% un estilo de vida excelente y solo el 3,3% se clasificó como con un estilo de vida regular. El 32,2% de los profesionales presentó síntomas sugestivos de TMC. **Conclusión:** el personal docente y administrativo de la institución presentó buenos niveles de autoestima y estilo de vida, lo que influyó positivamente en los resultados relacionados con la salud mental de los participantes.

Descriptores:

Estilo de vida. Salud mental. Grupos profesionales. Universidades.

INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT) reconhece o trabalho como um dos principais determinantes do processo saúde-doença e tem como finalidade assegurar a atenção integral à saúde da população trabalhadora, com foco na promoção, na proteção e na redução da morbimortalidade decorrente dos modelos produtivos, por meio de ações de vigilância em saúde do trabalhador⁽¹⁾. À luz do princípio da integralidade previsto na PNSTT, compreender os conceitos de estilo de vida, autoestima e saúde mental torna-se essencial para a análise desse processo⁽¹⁾.

O estilo de vida é entendido como o conjunto de padrões comportamentais adotados pelos indivíduos, que podem representar ameaça ou proteção à saúde e influenciam, diretamente o risco de doenças crônicas. Esse conceito articula-se com os Determinantes Sociais da Saúde (DSS), uma vez que as escolhas e os comportamentos individuais são moldados pelas condições estruturais, políticas, econômicas e laborais que configuram o contexto de vida⁽²⁾. Evidências recentes também demonstram que fatores relacionados ao trabalho, como carga horária, demandas ocupacionais e contexto institucional, estão associados aos comportamentos de saúde e podem afetar a capacidade dos trabalhadores de manter hábitos saudáveis⁽³⁾.

Quando essas relações resultam em sofrimento psíquico, os trabalhadores podem apresentar sintomas característicos de Transtornos Mentais Comuns (TMC), incluindo tristeza persistente, ansiedade, dificuldades de concentração e memória, perda do foco, insônia, fadiga, irritabilidade e queixas somáticas. Embora considerados quadros de menor gravidade quando comparados a outros transtornos mentais, os TMC têm se tornado cada vez mais frequentes, configurando um relevante problema de saúde pública⁽⁴⁻⁵⁾.

Entre os docentes universitários, uma pesquisa realizada com professores de Enfermagem, Medicina e Educação Física identificou que, embora nenhum participante estivesse na fase grave da Síndrome de *Burnout*, a maioria se encontrava em fases iniciais ou moderadas, evidenciando um cenário que exige atenção preventiva e institucional⁽⁶⁾. Outro estudo com docentes de universidades públicas mostrou que cerca da metade não avaliou sua qualidade de vida como satisfatória, resultado associado à baixa autoestima, ao insuficiente apoio social e às relações interpessoais fragilizadas⁽⁷⁾.

No caso dos técnicos administrativos, observou-se a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos, estresse, insônia, alimentação inadequada, dificuldades de concentração, ideação suicida, uso

abusivo de álcool, labilidade emocional, cansaço frequente e dificuldades na realização das atividades laborais. Alguns estudos também apontaram elevadas taxas de transtornos mentais nessa população, relacionadas tanto aos fatores pessoais quanto ocupacionais, com impactos negativos sobre a autoestima, a qualidade de vida, a eficiência e a satisfação no trabalho⁽⁸⁻⁹⁾.

Diante desse panorama, torna-se evidente a importância de analisar as condições laborais, a autoestima, os quadros sugestivos de TMC e o estilo de vida de trabalhadores de universidades públicas. A escassez de estudos nacionais que abordem, de forma integrada, esses aspectos entre docentes e técnicos administrativos reforça a necessidade de aprofundar essa agenda de pesquisa. Produzir evidências sobre a saúde mental no contexto universitário contribui para a identificação de potenciais situações de adoecimento relacionadas ao trabalho, para o aprimoramento da compreensão do processo saúde-doença e para o desenvolvimento de políticas de prevenção e promoção da saúde capazes de melhorar a qualidade de vida no ambiente acadêmico. Portanto, o objetivo desta pesquisa foi analisar as condições de trabalho, a autoestima, os quadros sugestivos de TMC e o estilo de vida de trabalhadores de uma universidade pública.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, com abordagem quantitativa, norteado pela estratégia *Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology* (STROBE). A pesquisa foi realizada de forma on-line, por meio do *Google Forms*. O período de coleta dos dados ocorreu de setembro de 2020 a fevereiro de 2022.

Os participantes do estudo foram os trabalhadores - docentes e técnicos administrativos, que atuam em um dos campi de uma universidade pública federal do interior do estado de Pernambuco. Foram utilizados como critérios de inclusão: trabalhadores de ambos os sexos, que possuíam vínculo efetivo ou substituto na universidade; e, como critérios de exclusão: trabalhadores com vínculo visitante, trabalhadores em estágio de pós-doutorado e trabalhadores afastados de suas atividades.

Para o cálculo amostral, foi utilizada a fórmula para população finita, com os seguintes parâmetros: coeficiente de confiança ($Z\alpha$) = 95%; erro amostral (e) = 6,8%; estimativa do evento (p) = 50%. Quanto ao número total da população, havia 294 profissionais; portanto, estimou-se uma amostra com $n=121$ participantes. Foi adotado o processo de amostragem por conveniência.

Para a coleta dos dados, foram utilizados os instrumentos: questionário de identificação, questionário "Estilo de vida fantástico", questionário "Escala de avaliação de autoestima de Rosenberg"; e questionário *Self Reporting Questionnaire* (SRQ - 20). O questionário de identificação tem formato semiestruturado e abordou as seguintes variáveis: dados sociodemográficos (idade, sexo, renda familiar mensal, escolaridade, religião, estado civil), e informações laborais (função, vínculo institucional, regime de trabalho, turno, setor de atuação, atividades desenvolvidas, outro emprego, afastamento do trabalho devido à doença).

O questionário "Estilo de vida fantástico" tem como objetivo relacionar o estilo de vida com as condições de saúde do participante no último mês. O formulário segue o modelo de escala Likert, com 25 questões, sendo 23 questões com cinco alternativas (0 a 4 pontos) e duas questões dicotômicas (0 e 4 pontos), distribuídas em nove domínios: "família e amigos", "atividade física", "nutrição", "cigarro e drogas", "álcool", "sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro", "tipo de comportamento", "introspecção", "trabalho". Na análise do resultado do instrumento, é possível classificar o estilo de vida do indivíduo em: "excelente" (85-100 pontos), "muito bom" (70-84 pontos), "bom" (55-69 pontos), "regular" (35-54 pontos) e "necessita melhorar" (0-34 pontos). A confiabilidade do instrumento foi de 0,69⁽¹⁰⁾.

A "Escala de avaliação de autoestima de Rosenberg" é um instrumento que tem como objetivo avaliar a autoestima do participante. Ela possui 10 questões com frases que se referem à autoestima e à autoaceitação. Cada questão contém quatro alternativas, tipo Likert, totalizando até quatro pontos por questão, com as seguintes opções: "discordo totalmente", "discordo", "concordo" e "concordo totalmente". O escore total pode variar de 10 a 40 pontos. Em relação à interpretação dos resultados, sabe-se que, quanto menor for a pontuação, maiores são as chances de apresentar baixa autoestima. Para essa escala não foi estipulada uma padronização quanto aos valores dos escores para distinguir alta autoestima e baixa autoestima. O coeficiente de Alfa de *Cronbach* foi 0,90 para esse instrumento⁽¹¹⁾.

O SRQ - 20 investiga a detecção de possíveis transtornos mentais não psicóticos entre os participantes. O instrumento possui 20 itens com possibilidade de resposta "sim" e "não". Respostas do tipo "sim" recebem um ponto, e "não" pontua como zero⁽¹²⁾. Adotou-se ponto de corte de oito ou mais,

para considerar indicativo de quadros de TMC⁽¹³⁾. O coeficiente de consistência interna geral, definido pelo Alfa de *Cronbach*, foi de 0,80⁽¹²⁾. Vale ressaltar que os questionários utilizados como instrumentos para coleta de dados são validados para a realidade brasileira.

Foi enviado aos e-mails institucionais dos trabalhadores e aos e-mails dos setores da universidade, um texto contendo informações sobre a pesquisa e o *link* de acesso do Termo De Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e do formulário.

Para a análise dos dados, foi gerada uma planilha eletrônica pelo *Google Forms*. *A priori*. Inicialmente, foi realizada uma revisão no banco de dados para identificar os participantes com dupla entrada no estudo ou com respostas inválidas. Em seguida, houve a codificação dos dados com dois digitadores. Posteriormente, utilizou-se um *software* estatístico para a realização da análise estatística, com adoção das medidas de tendência central, desvio-padrão, frequências relativa e absoluta, além do teste de Kolmogorov- Smirnov para verificar a normalidade dos dados. Adotou-se nível de significância estatística de 5%.

A realização desta pesquisa obedeceu às normas da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). O projeto de pesquisa é um recorte do projeto intitulado PEER-CAV: validação de modelo de promoção da saúde em contexto universitário, o qual foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) (CAAE: 09213619.6.0000.5208, parecer n. 4.158.102).

RESULTADOS

Participaram do estudo 121 trabalhadores, com idade média de 40,8 anos de idade ($\pm 9,0$). A idade variou de 19 a 64 anos, com maior frequência de participantes na faixa etária de 30 a 39 anos ($n=49$; 40,5%). Observou-se maior frequência de mulheres ($n=79$; 65,3%), casadas ($n=71$; 58,7%), com filhos ($n=70$; 57,9%), com renda familiar entre cinco e oito salários-mínimos ($n=65$; 53,7%), que seguiam alguma religião ($n=100$; 82,6%) e que possuíam doutorado ($n=62$; 51,2%). Maiores detalhes estão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica dos profissionais. Vitória de Santo Antão (PE), Brasil, 2022.

Variável	n	%	Estatísticas descritivas
Sexo			
Homem	42	34,7	
Mulher	79	65,3	
Faixa etária			
19 a 24 anos	2	1,7	
25 a 29 anos	8	6,6	
30 a 39 anos	49	40,5	
40 a 49 anos	38	31,4	
50 a 59 anos	21	17,4	
60 a 64 anos	3	2,5	
Renda familiar			
<1 salário-mínimo	6	5,0	
1 a 3 salários-mínimos	18	14,9	
>3 a 5 salários-mínimos	32	26,4	
>5 a 8 salários-mínimos	65	53,7	
Escolaridade			
Ensino Médio completo	2	1,7	
Ensino Superior completo	8	6,6	
Especialização	20	16,5	
Mestrado	29	24,0	
Doutorado	62	51,2	
Religião			
Não	21	17,4	
Sim	100	82,6	
Estado civil			
Solteiro/viúva/divorciado	48	39,7	
casado	71	58,7	
Outro	2	1,7	
Filhos			
Não	51	42,1	
Sim	70	57,9	

Fonte: Dados da pesquisa.

No tocante às características laborais, os participantes eram, em sua maioria, docentes (n=75; 62,0%), com vínculo efetivo (n=107; 88,4%), regime de trabalho de 40 horas semanais (n=103; 85,1%), e turno de trabalho diurno (n=103; 85,1%). Quanto ao setor de trabalho, predominou a categoria “outro” (n=81; 66,9%), relacionada à categoria profissional dos docentes, os quais não atuam em setor específico na instituição. No que diz respeito às atividades desenvolvidas na instituição, houve predomínio da atividade de ensino (n=82; 67,8%). A maioria afirmou não possuir outro emprego (n=97; 80,2%) e não ter se afastado do trabalho por motivos de doença (n=107; 88,4%). Mais detalhes estão na Tabela 2.

Tabela 2. Caracterização laboral dos profissionais. Vitória de Santo Antão (PE), Brasil, 2022.

Variável	n	%
Função		
Docente	75	62,0
Técnico	46	38,0
Vínculo empregatício		
Efetivo	107	88,4
Temporário	14	11,6
Regime de trabalho		
20 horas semanais	4	3,3
30 horas semanais	14	11,6
40 horas semanais	103	85,1
Turno de trabalho		
Diurno	103	85,1
Noturno	18	14,9
Setor de trabalho		
Secretaria	7	5,8
NATI	1	0,8
Diretoria	6	5,0
Biblioteca	7	5,8
Laboratório	19	15,7
Outro	81	66,9
Possui outro emprego		
Não	97	80,2
Sim	24	19,8
Teve que se afastar do trabalho por motivo de doença		
Não	107	88,4
Sim	14	11,6
Atividades desenvolvidas na instituição		
Ensino	82	67,8
Pesquisa	70	57,9
Extensão	63	52,1
Administrativo	63	52,1
Apoio	19	15,7

*Outro: os docentes não se encontram alocados em setor específico.

Fonte: Dados da pesquisa.

Quanto à avaliação da autoestima, observou-se que os participantes apresentaram média elevada de 34,36 (DP± 4,262), com mínimo de 24 e máximo de 40. A pontuação não apresentou distribuição normal (p=0,008).

Em relação ao estilo de vida, observou-se que 46,3% dos participantes apresentaram um estilo de vida muito bom. Somente 3,3% mostraram estilo de vida regular. A pontuação total variou de 47 a 94 pontos, com média de 73,6. Outros detalhes estão apresentados na Tabela 3.

Tabela 3. Avaliação do estilo de vida dos profissionais. Vitória de Santo Antão (PE), Brasil, 2022.

Estilo de vida	n	%	Estatísticas descritivas	Valor de p*
Excelente	21	17,4	Média = 73,6 DP = ±10,7	0,167
Muito bom	56	46,3		
Bom	40	33,1		
Regular	4	3,3		

*Teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov.

Fonte: Dados da pesquisa.

Os quadros sugestivos de TMC estiveram presentes em 32,2% (n=39) entre docentes e técnicos administrativos. A pontuação total variou de 0 a 15 pontos, com média de 5,4 e DP±4,4. Ao analisar a associação entre as variáveis sociodemográficas, laborais, o estilo de vida, a autoestima e os TMC, observou-se que a variável afastamento do trabalho apresentou associação estatisticamente significativa com o quadro sugestivo de transtorno mental comum, como apresentado na Tabela 4.

Tabela 4. Associação entre afastamento do trabalho e quadro sugestivo de Transtorno Mental Comum. Vitória de Santo Antão (PE), Brasil, 2022.

Variáveis	TMC		OR*	IC 95%	Valor p**		
	Não	Sim					
Afastamento do trabalho	Não	77	30	4,620	1,431	14,912	0,006
	Sim	5	9				

*OR: Odds ratio/Razão de chances; **: Teste de qui-quadrado.

Fonte: Dados da pesquisa.

DISCUSSÃO

Neste estudo, predominou a participação de mulheres (65,3%), majoritariamente na faixa etária entre 30 e 39 anos (40,5%). Esse perfil é semelhante ao observado em pesquisas conduzidas com docentes de universidades públicas brasileiras, as quais também identificaram maior participação feminina entre os respondentes^(4,14). A prevalência desse perfil pode refletir a composição atual do corpo docente das instituições públicas de ensino superior no país, especialmente em áreas tradicionalmente mais ocupadas por mulheres.

Quanto à situação conjugal, 58,7% dos participantes se autodeclararam casados, o que diverge de um estudo desenvolvido na Região Sul, o qual apresentou 65,0% dos participantes com *status* conjugal de casados⁽¹⁴⁾. Uma pesquisa realizada com servidores técnicos administrativos de uma instituição federal de educação da Região Nordeste apresentou, em seus resultados, 64,0% dos respondentes como casados⁽¹⁵⁾.

Em relação ao grau de escolaridade, 51,2% dos profissionais participantes possuíam doutorado. Este resultado encontra-se em consonância com um estudo que identificou que 50,3% dos professores universitários possuíam doutorado⁽¹⁶⁾. Por outro lado, um estudo realizado no Estado do Rio Grande do Sul, apresentou 75,0% dos participantes com a referida titulação⁽¹⁴⁾. Em uma pesquisa realizada com técnicos administrativos de um instituto federal de educação da Região Nordeste obteve 42,9% dos respondentes com titulação de especialização, com apenas 2,7% dos participantes doutores⁽¹⁵⁾.

As diferenças nos resultados podem estar relacionadas à participação de docentes e técnicos administrativos no estudo. Destaca-se, também, que os técnicos administrativos participantes da pesquisa possuíam doutorado.

Quanto ao vínculo empregatício, a grande maioria possuía vínculo efetivo, totalizando 88,4%, enquanto, no estudo com docentes da universidade do estado da Bahia, a quantidade de participantes que declararam possuir vínculo efetivo foi de 99,2%, com números bem próximos⁽¹⁶⁾.

Ressalta-se que 85,1% dos profissionais relataram ter regime de trabalho de 40 horas semanais, e 80,2% afirmaram não exercer outro emprego. Em concordância, um estudo da instituição federal nordestina teve 83,0% dos respondentes trabalhando de forma exclusiva no instituto⁽¹⁵⁾. Isso se explica pelo fato de que grande parte dos profissionais possuem uma carga horária extensa dentro da instituição. Além disso, as universidades possuem contratos com regime de Dedicção Exclusiva para docentes, o que os limita a exercer outras atividades remuneradas.

No que se refere à autoestima, a média obtida foi de 34,36. De forma geral, os participantes possuíam autoestima considerada alta. Sabe-se que a autoestima é considerada um fator importante para a manutenção da saúde mental ou até mesmo para o adoecimento, a depender das percepções, sentimentos e pensamentos - positivos ou negativos - que o indivíduo desenvolve sobre si, os quais podem interferir nas relações sociais e psicológicas dos trabalhadores. Diante disso, a autoestima satisfatória pode ser considerada um fator protetivo contra o desenvolvimento de TMC⁽¹⁷⁾.

Neste estudo, verificou-se que 46,3% dos participantes apresentaram estilo de vida muito bom, 33,1% estilo bom, 17,4% estilo excelente e apenas 3,3% foram classificados com estilo de vida regular. Uma pesquisa realizada em uma faculdade no Peru identificou que 42% dos docentes apresentam estilo de vida adequado e 24,1% estilo de vida regular⁽¹⁸⁾. De forma comparativa, observam-se divergências entre os resultados encontrados nos dois estudos; entretanto, em relação ao estilo de vida muito bom, os resultados

não apresentaram discrepância, tendo em vista que a classe de docentes universitários, de forma geral, possui renda que favorece a adoção de padrões de comportamento mais saudáveis.

Neste estudo, 32,2% dos participantes apresentaram quadros sugestivos de TMC, percentual um pouco maior do que o encontrado em outra investigação⁽⁴⁾. Um estudo realizado em uma universidade pública da Bahia, obteve como resultado uma prevalência de 44,6% de quadros sugestivos de TMC. Este mesmo estudo apresentou resultados que demonstraram como o estilo de vida pode influenciar o surgimento de TMC, com prevalência de quadros sugestivos maior entre aqueles que não realizavam atividade física e atividades de lazer, quando comparados àqueles que realizavam, e prevalência maior de quadros sugestivos de TMC entre aqueles que dormiam menos de seis horas por noite, quando comparados aos que dormiam seis horas ou mais⁽¹⁶⁾.

Os resultados apresentados divergem dos encontrados em pesquisa realizada com técnicos administrativos de um instituto federal, que apresentou prevalência de quadros sugestivos de TMC de 37,0%, e em uma pesquisa realizada no interior do estado do Ceará, na qual 29% dos professores apresentaram indicativo de TMC^(15,19).

Como limitações do estudo, foram identificados o processo de amostragem por conveniência, além do fato de a coleta de dados ter sido realizada em uma única instituição de ensino.

Os resultados da pesquisa fornecem subsídios para programas voltados à promoção, à prevenção e à vigilância da saúde dos trabalhadores no contexto universitário, além do aperfeiçoamento e da implementação dos programas já existentes.

CONCLUSÃO

Os resultados do estudo revelaram que os docentes e técnicos administrativos da instituição apresentaram bons níveis de autoestima e estilo de vida, o que influenciou os resultados positivos relacionados à saúde mental desses trabalhadores. Entretanto, deve-se levar em consideração a porcentagem apresentada de quadros sugestivos de TMC e sua relação com os afastamentos do trabalho.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Concepção ou desenho do estudo: Guimarães FJ, Silva NN, Perrelli JGA. Coleta de dados: Guimarães FJ, Silva NN. Análise e interpretação dos dados: Guimarães FJ, Silva NN, Perrelli JGA. Redação do artigo ou revisão crítica: Guimarães FJ, Silva NN, Perrelli JGA, Veras JLA, Santos ZC. Aprovação final da versão a ser publicada: Guimarães FJ, Veras JLA, Santos ZC.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde (BR). Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Brasília, DF. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823_23_08_2012.html. Acesso em: 30 set. 2022.
2. Ren L, Zhou Y, Liu K, Zhang H, Li S, Hu Y, et al. The effect of healthy lifestyles and social determinants on independent life expectancy and sex differences in China: evidence from a 13-year cohort study. *Lancet Public Health*. 2025;1-9. doi: 10.1016/S2468-2667(25)00253-1.
3. Corbett L, Phongsavan P, Okely AD, Peralta LR, Bauman A. A cross-sectional study of Australian teachers' health: are work-related factors associated with lifestyle behaviours? *Health Promot Int*. 2024;39(1):daad192. Doi: doi: 10.1093/heapro/daad192
4. Gomes NR, de Assis-Santos CC, Rezende BA, de Medeiros AM. Psychosocial factors at work and teachers' illness: a systematic review. *Rev bras med trab*. 2023 Nov 24;21(3):e20221014. doi: 10.47626/1679-4435-2022-1014.
5. Cruz-E-Silva PLB, Caldeira RLR, de Sá SKB, de Paula KP, Branco ERT, da Silva SAV. Mental disorders and related factors in higher education professors working remotely: a correlational study. *Rev bras med trab*. 2024 Feb 16;21(4):e2021937. doi: 10.47626/1679-4435-2021-937.

6. Silva GLSL, Rodrigues PCO. Prevalence of Bournout Syndrome in university health teachers. *J. Health NPEPS*. [Internet]. 2023;8(2). doi: <http://dx.doi.org/10.30681/2526101011358>
7. Melo ICC, Drumond DG, Chaoubah A, Jesus ILRD, Faria IA, Belgo TRR. Teacher's quality of life evaluation in a public higher education institution by Whoqol-bref: a cross-sectional study. *HU Rev*. [Internet], 2023;49(1-9). Disponível em: <https://periodicos.uff.br/index.php/hurevista/article/view/40783>
8. Mota CA, Silva AKL da, Amorim K. Prevalence of common mental disorders in technical-administrative staff in education. *Rev. Psicol. Organ. Trab*. [Internet]. 2020;20(1):891-8. Doi: <https://doi.org/10.17652/rpot/2020.1.17691>
9. Ferreira ML, Sartes LMA, Luquini IDMM, Cypriano JS. Public Workers in the University Context: Mental Health, Alcohol Use and Quality of Life. *Rev. Psicol. Organ. Trab*. [Internet]. 2022;22(1):1840-7. Doi: <https://doi.org/10.5935/RPOT/2022.1.21536>
10. Anez CR, Reis RS, Petroski EL. Brazilian Version of a Lifestyle Questionnaire: Translation and Validation for Young Adults. *Arq Bras Cardiol*, [Internet]. 2008;91(2):102-109. doi: <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2008001400006>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/hZygGvflfbMRL44bjzjCPKh/#>.
11. Hutz CS, Zanon C. Revision of the adaptation, validation, and normatization of the Roserberg self-esteem scale. *Aval. Psicol*. [Internet]. 2011;10(1):41-49. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100005&lng=pt.
12. Santos KOB, Araújo TM, Oliveira NF. Factor structure and internal consistency of the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) in an urban population. *Cad. Saúde Pública*. [Internet]. 2009;25(1):214-222. doi: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2009000100023>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/t3wtqWdVhH5ty7kfbwwNQ6s/#>. Acesso em: 30 set. 2022.
13. Gonçalves DM, Stein AT, Kapczinski F. Performance of the Self-Reporting Questionnaire as a psychiatric screening questionnaire: a comparative study with Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. *Cad. Saúde Pública*. [Internet]. 2008;24(2):380-390. doi: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008000200017>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/7dgFYgCkbXw9BgwY7dY94Nb/#>. Acesso em: 30 set. 2022.
14. Dumith S.C. Physical activity and life quality of university professors. *Cad. Saúde Coletiva*. [Internet]. 2020;28(3):438-446. doi: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028030593>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/PmcF4v7Wcpp8Hc3dxtfQH6s/#>. Acesso em: 10 out. 2022.
15. Mota CA, Silva AKL da S, Amorim K. Prevalence of common mental disorders in technical-administrative staff in education. *Rev. Psicol. Organ. Trab*. [Internet]. 2020;20(1):891-898. doi: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2020.1.17691>. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572020000100005. Acesso em: 10 out. 2022.
16. Muniz CFD, Carvalho NN, Freitas AMC, Patrão AL, Araújo TM, Pinho OS. How was the mental health of university professors during the Covid-19 pandemic? *REAS* [Internet]. 2023; 23(5):1-12 Doi: <https://doi.org/10.25248/REAS.e12145.2023>
17. Mud Shukri MI, Baharom A, Mohd Nazan AIN. Self-esteem and stress: a structural equation modelling of biosocial determinants, psychological mediators and anxiety among Malaysian undergraduates. *PeerJ*. 2025 Jun 24;13:e19304. doi: 10.7717/peerj.19304. PMID: 40585328; PMCID: PMC12204089.

18. Asencios MV. Burnout syndrome and lifestyles in teachers of the health faculty of a private university in Peru in times of pandemic. *Rev. cient. cienc. Salud.* [Internet]. 2021;14(1):19-26. doi: <https://doi.org/10.17162/rccs.v14i1.1478>.

19. Vieira CAL, Pinheiro FP, Furtado NR, Cunha ES, Aguiar HM, Escórcio GF, et al. Prevalence and Predictors of Common Mental Disorders among University Professors from Ceará Countryside. *Rev. Psicol. Organ. Trab.* [Internet]. 2023;23(1):2373-2382. doi: <https://doi.org/10.5935/rpot/2023.1.23038>

Conflitos de interesse: Não

Submissão: 2025/07/01

Revisão: 2026/01/12

Aceite: 2026/01/27

Publicação: 2026/04/27

Editor Chefe ou Científico: José Wicto Pereira Borges
Editor Associado: Ana Livia Castelo Branco de Oliveira

Autores mantêm os direitos autorais e concedem à Revista de Enfermagem da UFPI o direito de primeira publicação, com o trabalho licenciado sob a Licença Creative Commons Attribution BY 4.0 que permite o compartilhamento do trabalho com reconhecimento da autoria e publicação inicial nesta revista.