

Fatores psicossociais associados à percepção de saúde de professores universitários em home office no Brasil

Psychosocial factors associated with the health perception of university professors working from home in Brazil

Amanda Pratavieira Tanan¹ 
Marcela Alves Andrade² 

Maria Isabel Triches³ 
Tatiana de Oliveira Sato⁴ 

^{1,3,4}Universidade Federal de São Carlos (São Carlos). São Paulo, Brasil.

²Contato para correspondência. Universidade Federal de São Carlos (São Carlos). São Paulo, Brasil. marcelaandrade@ufscar.br

RESUMO | INTRODUÇÃO: Professores universitários têm enfrentado mudanças na metodologia de ensino desde a pandemia de COVID-19, as quais exigiram uma adaptação emergencial ao ensino remoto. A permanência de atividades remotas após a pandemia se tornou parte da rotina, no entanto o impacto destas na saúde mental destes trabalhadores é desconhecido. **OBJETIVO:** Identificar os fatores associados à percepção de saúde dos professores universitários durante a pandemia. **MÉTODOS:** Este estudo transversal coletou dados de junho a setembro de 2020 de 207 professores universitários. Os dados foram obtidos por formulário eletrônico, com questões sociodemográficas e ocupacionais, além da versão curta do *Copenhagen Psychosocial Questionnaire* (COPSOQ II-Br). Análise estatística descritiva e análise de regressão logística para o desfecho percepção geral de saúde foram realizadas no SPSS. **RESULTADOS:** Ruído em home office (OR=4,20; 95%IC=1,87-9,43); número de medicamentos em uso (OR=1,52; 95%IC=1,12-2,07); sintomas de burnout (OR=1,48; 95%IC=1,17-1,87) e índice de massa corporal (OR=1,10; 95%IC=1,01-1,21) aumentaram a chance de os professores reportarem percepção de saúde ruim. **CONCLUSÃO:** Durante a adaptação ao ensino remoto emergencial, os professores universitários enfrentaram diversos riscos psicossociais e fatores foram associados à sua percepção geral de saúde. Nesse contexto, a atuação fisioterapêutica na saúde do trabalhador, incluindo o manejo de fatores psicossociais relacionados ao trabalho, poderia mitigar os riscos psicossociais em situações similares. Investigações futuras com estratégias multidisciplinares, incluindo intervenções ergonômicas, são necessárias para um ambiente de trabalho mais saudável no ensino remoto.

PALAVRAS-CHAVE: Docentes. Trabalho Remoto. Fatores Psicossociais. Pandemia. Estudos Transversais.

ABSTRACT | INTRODUCTION: University professors have faced changes in teaching methodology since the COVID-19 pandemic, requiring an emergency adaptation to remote learning. Continuing remote activities after the pandemic has become part of the routine; however, its impact on the mental health of these workers is unknown. **OBJECTIVE:** To identify the factors associated with university professors' health perception during the pandemic. **METHODS:** This cross-sectional study collected data from June to September 2020 from 207 university professors. Data were collected using an electronic form, with a sociodemographic and occupational questionnaire, and the short version of the Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ II-Br). Descriptive statistical and logistic regression analyses for the outcome of general health perception were performed in SPSS. **RESULTS:** The noise in the home office (OR=4.20; 95%CI=1.87-9.43); number of medications in use (OR=1.52; 95%CI=1.12-2.07); burnout symptoms (OR=1.48; 95%CI=1.17-1.87) and the body mass index (OR=1.10; 95%CI= 1.01-1.21) increased the chance of reporting poor general health perception. **CONCLUSION:** During the adaptation to emergency remote teaching, university professors faced several psychosocial risks, and factors were associated with their general health perception. In this context, physiotherapy interventions in occupational health, including the management of work-related psychosocial factors, can mitigate psychosocial risks in similar situations. Future research with multidisciplinary strategies, including ergonomic interventions, are needed to achieve a healthier work environment during remote teaching.

KEYWORDS: Faculty. Remote Work. Psychosocial Factors. Pandemics. Cross-Sectional Studies.

1. Introdução

Professores universitários representam uma classe de profissionais da educação de grande prestígio pela sociedade devido a responsabilidade na formação acadêmica de futuros profissionais¹. Durante a pandemia de COVID-19, tiveram modificações no modo de trabalho, sendo o teletrabalho uma das principais mudanças². A necessidade de manter as atividades profissionais de forma remota foi uma solução que gerou impactos, aumentando a carga de trabalho no ambiente doméstico, muitas vezes compartilhado com outros membros da família que também estavam em casa trabalhando ou estudando³.

Em muitos casos, o espaço doméstico foi promotor de estresse e desequilíbrio entre as demandas do trabalho e da família devido ao aumento do ritmo de trabalho, do tempo sentado e do uso de telas, que afetaram a saúde física e mental de professores universitários⁴⁻⁶. Deste modo, a percepção da saúde dos docentes brasileiros também foi impactada⁷.

Estudos têm demonstrado que os docentes dedicaram mais tempo ao planejamento das aulas remotas e apresentaram dores em diversos segmentos do corpo relacionadas à falta de mobiliário e espaço de trabalho adequados⁸. Assim, as condições físicas, cognitivas e organizacionais podem ter trazido prejuízos aos trabalhadores. A percepção geral de saúde é um bom indicador da condição de saúde de uma pessoa, podendo ser um preditor de desfechos de mortalidade⁹. Diversos fatores podem interferir nesta autoavaliação, tais como a presença de doenças crônicas, nível de atividade física, faixa etária e aspectos psicossociais^{9,10}. Um estudo com professores de diversas fases do ensino no Brasil, encontrou ausência de atividade física regular durante a pandemia¹¹.

Neste contexto, intervenções fisioterapêuticas voltadas à ergonomia e à educação em saúde podem contribuir na saúde do trabalhador por meio de ações para prevenção, promoção e reabilitação, como programas de retorno ao trabalho¹² ou a realização de atividade física, que também podem auxiliar no manejo dos fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho^{13,14}. Assim, este estudo reforça a necessidade de ações multidisciplinares para a promoção de saúde no contexto ocupacional, no qual a Fisioterapia do Trabalho desempenha papel estratégico¹².

É possível que a atuação fisioterapêutica na saúde do trabalhador, ao contemplar o manejo de fatores psicossociais relacionados ao trabalho, possa mitigar o risco psicossocial em professores universitários, especialmente em situações similares ao ensino remoto emergencial. Além disso, a Fisioterapia pode contribuir no contexto do trabalho remoto, por meio de orientações personalizadas para um ambiente de trabalho mais saudável. Dessa forma, destaca-se a importância da inserção qualificada do fisioterapeuta em programas de saúde do trabalhador nas instituições de ensino como uma importante aliada na prevenção de agravos e no cuidado com o bem-estar físico e mental desses profissionais.

Diante da relevância de estudos sobre os impactos tardios da pandemia para a saúde dos trabalhadores, em especial os professores universitários, torna-se importante compreender as implicações das modificações de trabalho, as quais podem trazer prejuízo à saúde. Diante disso, o objetivo deste estudo foi identificar os fatores psicossociais mais comprometidos em professores universitários e os fatores associados à percepção de saúde dos professores universitários durante a pandemia de COVID-19.

2. Métodos

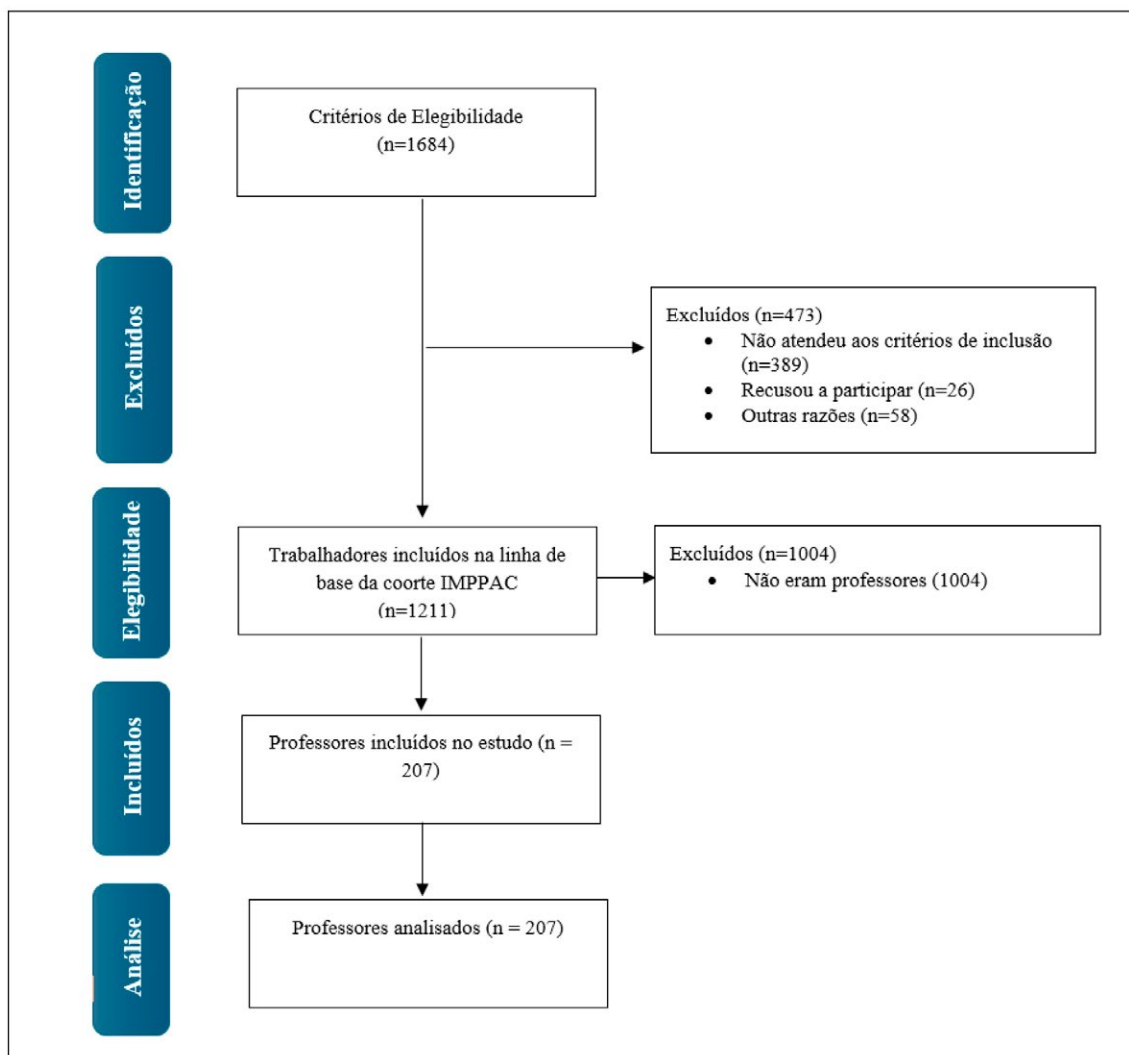
2.1 Desenho do estudo

Trata-se de um estudo transversal reportado de acordo com as diretrizes da iniciativa STROBE (*Strengthening the Reporting of Observational studies in Epidemiology*)¹⁵. Os participantes são professores universitários que participaram do estudo de coorte IMPPAC (Implicações da pandemia de COVID-19 nos aspectos psicossociais e na capacidade para o trabalho de trabalhadores brasileiros). As avaliações ocorreram entre junho e setembro de 2020 de forma online⁷.

2.2 Seleção dos participantes

Foram selecionados professores universitários participantes da linha de base da coorte, que atenderam aos seguintes critérios de inclusão: ter idade superior a 18 anos, aceitar responder os questionários, estar trabalhando como professor universitário durante o período de avaliação (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma adaptado da coorte IMPPAC



Fonte: as autoras (2025).

2.3 Aspectos éticos

Este estudo foi aprovado pelo Comitê Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), parecer número 4.166.321 (CAAE: 31885020.9.0000.5504). Todos os participantes forneceram consentimento formal para participarem. A pesquisa seguiu todas as normas estabelecidas pela Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde¹⁶.

2.4 Coleta de dados

Os participantes foram convidados por meio de redes sociais a responderem o questionário. No Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), antes de aceitar participar do estudo, o trabalhador tinha a opção de baixar o arquivo com termo assinado pelos pesquisadores responsáveis. Todas as respostas foram coletadas por meio do Google Forms⁷.

O questionário sociodemográfico e ocupacional foi elaborado pela equipe de pesquisadores, com questões relativas a: sexo, idade, estado civil, escolaridade, tipo de contrato de trabalho, profissão, isolamento social, trabalho em home office, dificuldades enfrentadas no home office, dentre outras. As perguntas eram objetivas para facilitar a compreensão e a agilidade nas respostas.

A versão curta do COPSOQ II-Br, adaptado transculturalmente para o português do Brasil, foi utilizada para avaliar os aspectos psicossociais do trabalho. As respostas foram obtidas por meio de uma escala Likert, separadamente para as seguintes dimensões¹⁷: demandas quantitativas, ritmo de trabalho, demandas emocionais, influência no trabalho, possibilidade de desenvolvimento, significado do trabalho, compromisso com o trabalho, previsibilidade, reconhecimento, clareza de papel, qualidade de liderança, suporte social, satisfação com o trabalho, conflitos família e trabalho, confiança na gestão, justiça, percepção geral de saúde, burnout, estresse, atenção sexual indesejada, ameaça de violência, violência física e bullying.

Para cada uma das dimensões avaliadas as pontuações foram classificadas em: seguro, atenção e risco. A dimensão satisfação com o trabalho tem a sua pontuação final de 0 a 3, sendo 0 e 1 risco, 2 e 3 seguro. Já conflitos família e trabalho 0 a 6, onde 0 a 2 sem risco, 3 atenção e 4 a 6 risco. Percepção de saúde vai de 0 a 4, sendo 0 e 1 risco, 2 atenção e 3 e 4 seguro. Demandas quantitativas e demandas emocionais, a pontuação é de 0 a 8, em que 0 a 3 seguro, 4 atenção e 5 a 8 risco. Ritmo de trabalho de 0 a 8, seguro 0 a 3, atenção 4 e 5 e risco 6 a 8. Influência no trabalho, possibilidade de desenvolvimento, compromisso com o trabalho, previsibilidade, reconhecimento, qualidade de liderança, confiança na gestão e justiça, de 0 a 8, risco 0 a 3, atenção 4 e seguro 5 a 8. Significado do trabalho de 0 a 8, atenção é 5, 0 a 4 risco e 6 a 8 seguro. Clareza de papel e suporte social, de 0 a 8, onde 0 a 3 risco, 4 e 5 atenção e 6 a 8 seguro. Burnout e estresse são de 0 a 8, seguro 0 a 2, atenção 3 e risco 4 a 8. Atenção sexual indesejada, ameaça de violência, violência física e bullying não tem as pontuações

finais classificadas em risco, atenção e seguro, pois as respostas são dicotômicas¹⁸.

2.5 Análise dos dados

Os dados foram analisados de forma descritiva, por meio do cálculo da média, desvio padrão, frequência absoluta e relativa. A percepção geral de saúde (desfecho primário) foi avaliada por meio da questão do COPSOQ II-Br: “Em geral, você diria que a sua saúde é?” As respostas foram dicotomizadas em risco e não risco^{17,18}.

Os fatores sexo, idade, raça, tempo de trabalho, índice de massa corporal (IMC), número de medicamentos em uso, satisfação no trabalho, bullying no trabalho, sintomas de burnout e presença de ruído no home office, foram inseridos no modelo de regressão logística, por meio do método *stepwise*, como variáveis independentes. Foram obtidos os valores de *Odds Ratio* (OR) e os Intervalos de Confiança (IC 95%). A amostra foi selecionada por conveniência, sendo selecionados os trabalhadores da coorte IMPPAC que responderam ser professores universitários ou docentes. O tamanho amostral não foi definido a priori. Entretanto, considerando o número de variáveis independentes incluídas no modelo de regressão e a recomendação de haver pelo menos 15 participantes por variável, o tamanho amostral mínimo de 150 participantes foi atingido¹⁹. Os dados foram analisados por meio do software SPSS e o nível de significância adotado foi de 5%.

3. Resultados

A amostra foi composta por 207 professores, sendo que 107 (51,7%) eram homens. A idade dos participantes variou de 24 a 72 anos, sendo a faixa etária mais frequente entre os 30 e 59 anos (Tabela 1). Houve a participação de professores de todas as regiões do Brasil, com maior participação de professores da região Sudeste (55%). A maioria dos professores (72%) são servidores públicos e 56% têm crianças em casa.

Tabela 1. Característica sociodemográficas dos professores universitários brasileiros (*n* = 207)

Características	<i>n</i>	%
Sexo		
Feminino	100	48,3
Masculino	107	51,7
Regiões		
Norte	6	2,9
Nordeste	23	11
Centro Oeste	43	20,7
Sudeste	114	55
Sul	21	10,1
Estado civil		
Solteiro	53	25,6
Casado	142	68,6
Divorciado	12	5,8
Crianças em casa		
Sim	116	56
Não	91	44
Nível de escolaridade		
Ensino Superior	11	5,3
Pós-graduação	196	94,7
Raça*		
Branco	113	77,4
Amarelo	3	2,1
Indígena	1	0,7
Não reportou	2	1,4
Pardo	23	15,8
Negro	4	2,7
Fumantes	10	4,8
Tipo de contrato		
Servidor público	151	72,9
Autônomo	3	1,4
Contrato formal	53	25,6
Renda familiar		
Não declarou	12	5,8
Até um salário mínimo	1	0,5
De 1 a 3 salários mínimos	12	5,8
De 3 a 6 salários mínimos	21	10,1
De 6 a 9 salários mínimos	26	12,6
De 9 a 12 salários mínimos	52	25,1
Acima de 12 salários mínimos	83	40,1
Idade		
18 a 29 anos	13	6,3
30 a 39 anos	71	34,3
40 a 49 anos	59	28,5
50 a 59 anos	51	24,6
Acima de 60 anos	13	6,3
Tempo de trabalho*		
Até 1 ano	1	0,5
De 1 a 5 anos	48	23,6
De 6 a 10 anos	48	23,6
de 11 a 15 anos	39	19,2
Acima de 16 anos	67	33

Fonte: as autoras (2025).

*Dados faltantes.

Os resultados do COPSOQ II-Br podem ser observados na tabela 2. Nota-se que as principais dimensões que apresentaram risco psicossocial foram os sintomas de burnout, estresse, demandas emocionais, ritmo de trabalho e conflito trabalho e família.

Tabela 2. Riscos psicossociais identificados no COPSOQ II-Br (*n* = 207)

Dimensões	Sem risco		Com risco	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Demandas quantitativas	134	64,7	73	35,3
Ritmo de trabalho	22	10,6	185	89,4
Demandas emocionais	39	18,8	168	81,2
Influência no trabalho	114	55,1	93	44,9
Possibilidade desenvolvimento	198	95,7	9	4,3
Significado do trabalho	195	94,2	12	5,8
Compromisso com o trabalho	185	89,4	22	10,6
Previsibilidade	129	62,3	68	37,7
Reconhecimento	149	72	58	28
Clareza de papel	146	70,5	61	29,5
Qualidade de liderança	131	63,3	76	36,7
Suporte social	100	48,3	107	51,7
Satisfação com o trabalho	182	87,9	25	12,1
Conflitos família e trabalho	87	42	120	58
Confiança na gestão	165	79,7	42	20,3
Justiça e respeito	137	66,2	70	33,8
Percepção geral de saúde	124	59,9	83	40,1
Burnout	28	13,5	179	86,5
Estresse	26	12,6	181	87,4
Atenção sexual indesejada	200	96,6	7	3,4
Ameaça de violência	182	87,9	25	12,1
Violência física	205	99	2	1
Bullying	173	83,6	34	16,4

Fonte: as autoras (2025).

A análise de regressão logística indicou que o índice de massa corporal (IMC), número de medicamentos em uso, presença de ruído no home office e sintomas de burnout aumentam as chances da percepção de saúde ruim (Tabela 3).

Tabela 3. Resultados da análise de regressão logística

Fatores	OR	IC 95%	
Índice de massa corporal	1,10	1,01	1,21
Número de medicamentos em uso	1,52	1,12	2,07
Presença de ruído no home office	4,20	1,87	9,43
Burnout	1,48	1,17	1,87

Fonte: as autoras (2025).

4. Discussão

Em nosso estudo evidenciamos os aspectos psicossociais afetados nos professores universitários durante a pandemia, com destaque para as demandas emocionais e ritmo de trabalho. Evidenciamos também que algumas características do trabalho dos professores universitários, como a presença de ruído em home office, sintomas de burnout, IMC elevado e número de medicamentos em uso, estavam associados à percepção de saúde ruim.

Os professores de ensino superior foram fortemente impactados pela pandemia de COVID-19, seja pela modificação do local de trabalho, utilização de tecnologias ou no desenvolvimento de novas habilidades didáticas. Estes desafios enfrentados produziram efeitos deletérios para a percepção de saúde e para a saúde mental devido ao aumento do ritmo de trabalho durante a pandemia. Da mesma forma, um estudo com docentes paulistas identificou que as demandas como, a reestruturação de aulas e processo de ensino, gerou sobrecarga de trabalho e essa sobrecarga foi descrita como um dos principais fatores do risco de adoecimento²⁰.

O ritmo de trabalho, apoio social, demandas emocionais, sintomas de estresse e de burnout são riscos psicossociais presentes em docentes do nosso estudo. Professores canadenses em home office, apresentaram resultados negativos para ritmo de trabalho e apoio social em comparação com os que estavam presencial²¹. O risco percebido em relação às demandas emocionais confirmam um estudo com professores universitários, que identificou o declínio neste domínio na comparação antes e após a pandemia²². Os sintomas de estresse estiveram presentes, mas não foram associados com a percepção de saúde. Este achado difere de outro estudo com professores de escolas públicas no Brasil que encontrou pior percepção de saúde em trabalhadores que tinham altos níveis de estresse²³.

A maioria dos professores universitários do nosso estudo são de instituições públicas. Sabe-se que este tipo de vínculo de trabalho apresenta estabilidade, segurança e salário justo, que colaboram para a melhor qualidade de vida²⁴. Estas condições favoráveis podem justificar os resultados obtidos nos domínios

significado do trabalho, possibilidade desenvolvimento, reconhecimento, previsibilidade, clareza de papel, qualidade da liderança, satisfação trabalho e justiça. Porém, identificamos que 51% dos professores relataram riscos no domínio conflito trabalho e família. Estes achados são similares a um estudo com professores, sendo o conflito trabalho-família um dos principais estressores relatados, o que impactou diretamente na qualidade de vida e saúde mental²⁵.

O número de medicamentos em uso foi associado à percepção de saúde, sendo que quanto maior a quantidade de medicamentos pior foi a percepção da saúde. Estes achados estão de acordo com um estudo em professores do Sul do Brasil, no qual identificou-se também que o uso excessivo de medicações foi uma forma de lidar com as demandas de trabalho e manter as atividades profissionais²⁶.

Nosso estudo identificou que a presença de ruído no trabalho em home office aumenta em torno de quatro vezes a chance de o docente apresentar percepção de saúde ruim. O mesmo ocorreu em professores italianos, que estavam em home office, no qual notou-se que o aborrecimento durante o trabalho devido a ruídos domésticos, mesmo quando usando fones de ouvido, impactou negativamente na produtividade e na sensação de tarefa cumprida²⁷. Docentes da Bahia relataram que, dentre as dificuldades enfrentadas no home office, 83% consideraram o nível de ruído inadequado ou irregular²⁸.

Os sintomas de burnout foram identificados em três a cada quatro docentes avaliados. Um estudo com professores do Peru mostrou que 50% relataram burnout, excesso de trabalho, falta de reconhecimento e fatores psicossociais prejudicados²⁹. Os sintomas de burnout aumentam a chance de os docentes reportarem percepção de saúde ruim, o que reforça a presença de sinais de esgotamento profissional gerando prejuízos na saúde física. Cabe ressaltar que este achado já era conhecido antes da pandemia e foi intensificado neste período em que se teve mudanças abruptas na forma de trabalho³⁰.

O IMC alto também foi associado à pior a percepção de saúde, um achado esperado. Um estudo realizado com docentes também identificou que o IMC possui relação inversa com a saúde e qualidade de vida³¹.

4.1 Limitações e perspectivas

Intervenções fisioterapêuticas voltadas à ergonomia, exercícios e à educação em saúde podem melhorar os sintomas de burnout e contribuir para a saúde do trabalhador. Nossos achados reforçam a necessidade de ações multidisciplinares de prevenção, promoção ou reabilitação no contexto ocupacional, sendo a Fisioterapia do Trabalho uma importante aliada na construção de um ambiente de trabalho remoto saudável. Como esperado, nossos resultados evidenciam a importância da inserção do fisioterapeuta em programas de saúde do trabalhador nas instituições de ensino, prevenindo agravos e cuidando do bem-estar físico e mental desses profissionais ao levar em consideração os fatores psicossociais relacionados ao trabalho.

Embora nossos achados tragam contribuições, cabe apontar suas limitações. Estudos realizados de forma online, como este, apresentam viés de seleção decorrente da amostragem por conveniência via redes sociais. Além disso, há o viés de autorrelato que pode comprometer os resultados quanto a autoavaliação de saúde e fatores psicossociais. Assim, nossos achados podem ser generalizados para populações similares e se referem ao contexto inicial da pandemia no Brasil. Ao comparar os dados obtidos por métodos tradicionais e questionários aplicados via Facebook, pesquisadores norte-americanos, não encontraram diferenças relevantes quanto aos aspectos demográficos ou dificuldades de interpretação entre as amostras. Contudo, identificou-se vieses associados a valores sociais próprios da plataforma digital, como maior lealdade e autoridade quando aplicados com métodos tradicionais³². Uma outra limitação se deve ao desenho transversal do estudo, que não permite inferir sobre a relação de causa e efeito. Assim, um estudo longitudinal, com acompanhamento dos aspectos analisados é importante para compreender os efeitos da pandemia na saúde dos docentes.

5. Considerações finais

Os professores universitários foram diretamente impactados pela pandemia de COVID-19. Embora tenham sido considerados trabalhadores privilegiados, por “ficarem em casa”, muitos contextos familiares e de trabalho foram prejudiciais à saúde destes trabalhadores.

Em nosso estudo identificamos que este grupo de trabalhadores sofreu com as medidas de contenção do vírus. O sofrimento causado por trabalhar em casa e permanecer no mesmo ambiente que os familiares gerou ruídos que prejudicaram a concentração destes indivíduos e consequentemente aumentaram os conflitos entre o trabalho e a família. Com a permanência do tempo em casa, houve percepção de que os sintomas de burnout, o IMC elevado e o uso de medicamentos se associaram a percepção de saúde dos professores. A partir destes achados, evidenciamos que os componentes mentais foram fortemente prejudicados, por meio da imposição do trabalho remoto e adaptado de forma repentina ao ambiente doméstico.

Os riscos psicossociais nas dimensões ritmo de trabalho, demandas emocionais, conflito trabalho e família, sintomas de estresse e burnout também estiveram presentes. Estes achados são preocupantes pois interferem diretamente na atuação do profissional durante a execução do trabalho. Quanto maior o ritmo de trabalho, mais desgastante se torna a rotina do trabalhador. Ter que lidar com emoções familiares enquanto trabalha pode ter sido um indicativo de como trabalhar impôs a necessidade de multitarefa. Esse estar sempre conectado, sempre disponível para o trabalho gerou dificuldades nas relações familiares, deste modo as situações estressantes foram rotineiras e as válvulas de escape de estresse como, conversar com colegas de trabalho, ir a academia ou sair para jantar, estavam suspensas, culminando em sintomas de burnout.

Deste modo, nosso estudo sugere que políticas públicas para a saúde física e mental dos trabalhadores em home office sejam elaboradas, implementadas e que fortaleçam a atuação do fisioterapeuta do trabalho na prevenção de fatores prejudiciais à saúde.

Financiamento

A pesquisa foi financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) número do processo 2020/16183-0.

Contribuições dos autores

Os autores declararam ter feito contribuições substanciais ao trabalho em termos da concepção ou desenho da pesquisa; da aquisição, análise ou interpretação de dados para o trabalho; e da redação ou revisão crítica de conteúdo intelectual relevante. Todos os autores aprovaram a versão final a ser publicada e concordaram em assumir a responsabilidade pública por todos os aspectos do estudo.

Conflitos de interesses

Nenhum conflito financeiro, legal ou político envolvendo terceiros (governo, empresas e fundações privadas, etc.) foi declarado para nenhum aspecto do trabalho submetido (incluindo, mas não se limitando a subvenções e financiamentos, participação em conselho consultivo, desenho de estudo, preparação de manuscrito, análise estatística, etc.).

Indexadores

A Revista Pesquisa em Fisioterapia é indexada no [DOAJ](#), [EBSCO](#), [LILACS](#) e [Scopus](#).



Referências

1. Crepaldi TOM, Carvalhais JDJ. A contribuição da má qualidade do sono na qualidade de vida no trabalho de professores: uma revisão. *Braz J of Develop*. 2020;6(10):75044-57. <https://doi.org/10.34117/bjdv6n10-070>
2. Chen Z. Influence of working from home during the Covid-19 crisis and her practitioner response. *Front Psychol*. 2021;12:710517. Citado em: PMID: [34630219](#)
3. Kotowski SE, Davis KG, Barratt CL. Teachers Feeling the Burden of COVID-19: Impact on Well-Being, Stress, and Burnout. *Work*. 2022;71(2):407-15. <https://doi.org/10.3233/WOR-210994>
4. Kayabınar E, Kayabınar B, Önal B, Zengin HY, Köse N. The musculoskeletal problems and psychosocial status of teachers giving online education during the COVID-19 pandemic and preventive telerehabilitation for musculoskeletal problems. *Work*. 2021;68(1):33-43. <https://doi.org/10.3233/WOR-203357>
5. Araripe FAAL, Nascimento RV, Pantoja LDM, Paixão GC. Aspectos ergonômicos e distanciamento social enfrentados por docentes de graduação a distância durante a pandemia. *Rev Docência Ens Sup*. 2021;10:e024713. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.24713>
6. Santiago ISD, Santos EP, Silva JA, Cavalcante YS, Gonçalves Júnior J, Costa ARS, et al. The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health of Teachers and Its Possible Risk Factors: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(3):1747. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031747>
7. Andrade MA, Castro CSM, Batistão MV, Mininel VA, Sato TO. Occupational Profile, Psychosocial Aspects, and Work Ability of Brazilian Workers During COVID-19 Pandemic: IMPPAC Cohort. *Saf Health Work*. 2022;13(1):104-11. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2021.11.004>
8. Matos RC, Mendes GMM, Nascimento MMG, Reis AMM, Gomes MA, Mota APL, et al. Percepção de saúde e satisfação com o ensino remoto emergencial entre docentes do ensino superior na pandemia da Covid-19. *REAS*. 2023;23(4):e11918. <https://doi.org/10.25248/reas.e11918.2023>
9. Zhang YL, Wu BJ, Chen P, Guo Y. The self-rated health status and key influencing factors in middle-aged and elderly: evidence from the CHARLS. *Medicine*. 2021;100(46):e27772. <https://doi.org/10.1097/MD.0000000000002772>
10. Shan S, Cao J, Tang K, Cheng S, Ren Z, Li S, et al. Self-rated health, interviewer-rated health, and objective health status as predictors of mortality among Chinese older adults: a national longitudinal study. *Front Public Health*. 2023;11:1137527. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1137527>
11. Barbosa Neto L, Christofolletti G, Alencar GP, Burke TN. Síndrome de burnout, capacidade para o trabalho, qualidade de vida e atividade física em professores durante a pandemia de COVID-19 em Campo Grande, Brasil. *WORK*. 2023;78(1):45-53. <https://doi.org/10.3233/WOR-220187>
12. Prall J, Ross M. The management of work-related musculoskeletal injuries in an occupational health setting: the role of the physical therapist. *J Exerc Rehabil*. 2019;15(2):193-9. <https://doi.org/10.12965/jer.1836636.318>
13. Morgado FFR, Vale WS, Lopes CS, Maranhão Neto GA, Lattari E, Mediano MFF, et al. Determinantes psicossociais de atividade física entre trabalhadores: uma revisão integrativa. *Rev Bras Med Trab*. 2020;18(4):472-87. <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2020-575>
14. Bordado SM, Bayattork M, Andersen LL, Schlünssen V. Psychosocial effects of workplace exercise - A systematic review. *Scand J Work Environ Health*. 2019;45(6):533-45. <https://doi.org/10.5271/sjweh.3832>
15. Malta M, Cardoso LO, Bastos FI, Magnanini MMM, Silva CMFP. Iniciativa STROBE: subsídios para a comunicação de estudos observacionais. *Rev Saude Publica*. 2010;44(3):559-65. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000300021>
16. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 (Brasil). Aprova as seguintes diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. [Internet]. Diário Oficial da União. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/aceso-a-informacao/atos-normativos/resolucoes/2012/resolucao-no-466.pdf>

17. Gonçalves JS, Moriguchi CS, Chaves TC, Sato TO. Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the short version of COPSOQ II-Brazil. *Rev Saude Publica*. 2021;55:69. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003123>
18. Kristensen TS. Vejledning til brugere af AMI's korte spørgeskema om psykisk arbejdsmiljø. Copenhagen: Arbejdsmiljøinstituttet; 2000. Disponível em: <https://nfa.elsevierpure.com/da/publications/vejledning-til-brugere-af-amis-korte-sp%C3%B8rgeskema-om-psykisk-arbej/>
19. Agresti A, Finlay B. Statistical Methods for the Social Sciences. 5a ed. Boston: Pearson; 2018.
20. Matias AB, Falcão MTC, Grosseman S, Germani ACCG, Silva ATC. A pandemia da COVID-19 e o trabalho docente: percepções de professores de uma universidade pública no estado de São Paulo, Brasil. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2023;28(2):537-46. <https://doi.org/10.1590/1413-81232023282.11972022>
21. Smith PM, Oudyk J, Cedillo L, Inouye K, Potter G, Mustard C. Perceived Adequacy of Infection Control Practices and Symptoms of Anxiety Among In-Person Elementary School Educators in Ontario. *J Occup Environ Med*. 2022;64(11):e763-e768. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000002693>
22. McKee H, Gohar B, Appleby R, Nowrouzi-Kia B, Hagen BNM, Jones-Bitton A. High Psychosocial Work Demands, Decreased Well-Being, and Perceived Well-Being Needs Within Veterinary Academia During the COVID-19 Pandemic. *Front Vet Sci*. 2021;8:746716. <https://doi.org/10.3389/fvets.2021.746716>
23. Silva CCM, Santos AB, Leoci IC, Leite EG, Antunes EP, Torres W, et al. The Association between Perceived Stress, Quality of Life, and Level of Physical Activity in Public School Teachers. *Int J Environ Res Public Health*. 2024;21(1):88. <https://doi.org/10.3390/ijerph21010088>
24. Lopes-Pereira AP, Grego-Maia L, Santos SVM, Cruz-Robazzi MLC, Silva LA. Preditores associados à qualidade de vida no trabalho de docentes da universidade pública. *Rev Salud Publica*. 2020;22(5):544-51. <https://doi.org/10.15446/rsap.v22n5.75923>
25. Lizana PA, Vega-Fernandez G. Teacher Teleworking during the COVID-19 Pandemic: Association between Work Hours, Work-Family Balance and Quality of Life. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2021;18(14):7566. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147566>
26. Oliveira Filho A, Netto-Oliveira ER, Oliveira AAB. Qualidade de vida e fatores de risco de professores universitários. *Rev Educ Fis/UEM*. 2012;23(1):57-67. <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v23i1.10468>
27. Puglisi GE, Blasio S, Shtrepi L, Astolfi A. Remote working in the COVID-19 pandemic: results from a questionnaire on the perceived noise annoyance. *Front Built Environ*. 2021;7:688484. <https://doi.org/10.3389/fbuil.2021.688484>
28. Pinho PS, Freitas AMC, Cardoso MCB, Silva JS, Reis LF, Muniz CFD, et al. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. *Trab educ saúde*. 2021;19:e00325157. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00325>
29. Ramos JGM, Pérez MSP, LLaguento FAM, Navarro ER. Burnout and anxiety levels in human medicine teachers, COVID-19 context. *F1000Res*. 2022;11:491. <https://doi.org/10.12688/f1000research.110498.1>
30. Ozamiz-Etxebarria N, Fernandez IL, Lipnicki DM, Mondragon NI, Santabárbara J. Prevalence of burnout among teachers during the COVID-19 pandemic: a meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(6):4866. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064866>
31. Silva NSSE, Cabral BRE, Leão LL, Pena GG, Pinho L, Magalhães TA, et al. Working conditions, lifestyle and mental health of Brazilian public-school teachers during the COVID-19 pandemic. *Psychiatriki*. 2021;32(4):282-9. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2021.045>
32. Kalimeri K, Beiró MG, Bonanomi A, Rosina A, Cattuto C. Traditional versus Facebook-based surveys: Evaluation of biases in self-reported demographic and psychometric information. *Dem Res*. 2020;42(5):133-48. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2020.42.5>