

O LAZER E SAÚDE COMO ELEMENTO INFLUENCIADOR DO PROCESSO DE ENSINAGEM DE DOCENTES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

LEISURE AND HEALTH AS AN INFLUENCEMENT ELEMENT OF THE TEACHING PROCESS OF TEACHERS: A SYSTEMATIC REVIEW

Martin Dharlle Oliveira Santana ¹
Ruhena Kelber Abrão ²

Resumo: As atividades de lazer vêm sendo negligenciadas pelas políticas sociais, fazendo com que essas atividades tornem-se um bem de consumo. Objetivou-se descrever como o lazer e saúde influenciam no processo de ensinagem de docentes em Instituições de Ensino Superior. Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, de cunho descritivo, realizada por meio de uma revisão sistemática. Foram identificados os artigos que se enquadravam nos critérios de inclusão e exclusão, totalizando 10 publicações para leitura. Observou-se que o local de residência, grandes centros ou cidades menores, e o gênero dos docentes influenciam no acesso ao lazer, que por sua vez implica na saúde destes. Concluiu-se que se uma instituição não promove e/ou incentiva os professores às atividades de lazer, pode levá-los ao adoecimento, trazendo prejuízos a Instituição e ao próprio ensino.

Palavras-chave: Atividades de Lazer. Saúde. Docentes.

Abstract: Leisure activities have been neglected by social policies, making these activities to become a consumer good. The objective was to describe how leisure and health influence the teaching process of teachers in Higher Education Institutions. This is a qualitative, descriptive research, carried out through a systematic review. Articles that met the inclusion and exclusion criteria were identified, totaling 10 publications for reading. It was observed that the place of residence, large centers or smaller cities, and the gender of teachers influence access to leisure, which in turn implies their health. It was concluded that if an institution does not promote and/or encourage teachers to leisure activities, it can lead to illness, causing harm to the institution and to teaching itself.

Keywords: Leisure Activities. Health. Teachers.

¹ Mestre em Ensino em Ciências e Saúde (UFT). Professor do Instituto Tocantinense de Educação Superior e Pesquisa (ITOP).
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3264558880489257>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8140-299X>. E-mail: mdharlle@gmail.com

² Pós-doutorando em Políticas Públicas pela Universidade de Mogi das Cruzes (UMC). Doutor em Educação em Ciências, Química da Vida e Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Professor Adjunto da Universidade Federal do Tocantins (UFT).
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5372413745002335>. ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5280-6263>. E-mail: kelberabrao@gmail.com

Introdução

Na sociedade, local em que o Estado se abstém de agir nos direitos sociais garantidos e que também existe uma tendência de mercantilizar tudo que for possível e necessário para o bem humano, o lazer cada vez mais vem sendo negligenciado pelas políticas sociais, fazendo que essas atividades sejam cobradas, tornando-as também, como um bem de consumo (SOUZA; SILVA, 2019).

Neste cenário, a população mais hipossuficiente apresenta dificuldades em participar dessas práticas no cenário do lazer. Além disso, as áreas públicas de lazer vêm desaparecendo em prol da indústria imobiliária, ou corporações de entretenimento. Tais fatos aumentam os atrativos de cunho privado, como, por exemplo, os parques temáticos, casas de shows, campos de futebol entre outras ambientações, portanto, inacessíveis a grande parte da população com menor poder aquisitivo (SOUZA; SILVA, 2019).

Para Souza *et al.* (2017) ao analisarem o cenário trabalhado, constataram que a jornada de trabalho excessiva do docente é recorrente, que essas situações são vivenciadas comumente nos espaços universitários, com isso, o que vem afetando não só o tempo desses trabalhadores, mas também a diminuição da disponibilidade para atividades que envolvam o lazer.

Anastasiou e Alves (2015) afirmam que o processo de ensinagem de docentes é mais do que disponibilizar conteúdo por meio de exposição e oratória para os alunos, é necessário o levantamento dos três passos básicos para o ensino dentro da sala de aula, são eles: seleção de conteúdo pelo professor; sanar dúvidas e questionamentos sobre o conteúdo ministrado; e por fim, exercícios para fixação. Compreendo que ensinagem é uma prática social, crítica e complexa entre docente e o aluno, envolvendo tanto o ato de ensinar como também de aprender.

De acordo com Coutinho, Magro e Budde (2011) em seus estudos, é apontado que o trabalho docente se torna afetado pelas tribulações decorrente do cansaço emocional, jornada em excesso entre outros problemas e, em decorrência disso, o tempo destinado ao lazer é preenchido com outros tipos de demandas, pessoais ou profissionais.

No que diz respeito à saúde do docente, os autores informam que alguns deles adoecem devido ao trabalho e a grande maioria não sente que teve sucesso no processo de cura ou tratamento. Por essa razão, destacam a importância da necessidade de implementar ambientes que oferecem atividades de lazer durante a jornada de trabalho, para que venha proporcionar uma ambientação saudável em aspecto mútuo, tanto para docente como para os alunos. Realizar a promoção e o incentivo a um estilo de vida saudável ao docente auxilia em condições fundamentais para a melhoria da qualidade do ensino prestado aos alunos (SILVEIRA *et al.*, 2017)

Esta pesquisa tem como objetivo descrever como o lazer e saúde influenciam no processo de ensinagem de docentes em Instituições de Ensino Superior.

Materiais e métodos

Para conhecer a resposta à problemática proposta pelo presente estudo, escolheu-se a revisão sistemática como procedimento metodológico de pesquisa. Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, de cunho descrito. A pesquisa foi desenvolvida a partir de consulta na base de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), *PubMed*, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Google Scholar*. As palavras chaves utilizadas para selecionar os artigos foram “lazer; saúde; docência; ensino superior”. Achados os escritos considerados relevantes, o passo seguinte foi a seleção dos principais conteúdos relacionados ao tema em questão formando-se a partir disso um conjunto bibliográfico necessário à realização da pesquisa.

As pesquisas foram baseadas em indexadores na língua portuguesa e inglesa com as combinações “Atividades de lazer AND Saúde AND Docente”, “Atividades de lazer AND Docente AND Ensino”, “Saúde AND Docente AND Ensino”. Em Inglês, têm-se “*Leisure Activities AND Health AND Faculty*”, “*Leisure Activities AND Teaching AND Faculty*”, “*Health AND Faculty AND Teaching*”. A coleta de dados da pesquisa foi realizada em Abril de 2020. Foram selecionados artigos que se

apresentavam com variedades em descritores como o uso de professor; professores; aprender; ensinagem; aluno e alunos.

Inicialmente ocorreu a seleção preliminar dos estudos na base de dados pretendida, seguindo os critérios de inclusão: 1) Estudos com docentes do ensino superior; 2) Estudos disponibilizados integralmente e gratuitos em base de dados; 3) Análises envolvendo o processo de ensino; 4) Pesquisas sobre lazer e/ou saúde entre os anos de 2015 a 2020. Os critérios de exclusão foram: 1) Estudos que envolveram docentes de outros níveis de ensino; 2) Pesquisas bibliográficas. Após uma leitura flutuante dos artigos, analisando os critérios de inclusão e exclusão, eles foram selecionados pelos pesquisadores envolvidos no estudo realizando 10 publicações.

Neste trabalho abordamos os estudos primários sobre o uso adequado de atividades de lazer, na qual desencadeia a melhoria da utilização de processo de trabalho, convívio familiar e de atributos sociais. O profissional de saúde que realiza atividades de lazer consegue executar o exercício profissional de forma prazerosa e com excelência, fazendo com que o paciente melhore seu quadro clínico mais rapidamente, proporcionando estratégias eficazes no processo saúde e doença desses sujeitos. Como etapa posterior iniciou-se a análise temática da pesquisa, com o objetivo de identificar quais estudos atendiam realmente aos critérios de inclusão supracitados.

Resultados

Na busca foram encontrados 1103 artigos em sua totalidade, sendo que as bases de dados utilizadas foram *Scielo*, *PubMed*, *BVS*, *Lilacs*, *Google Scholar*. A Tabela 1 refere-se ao processo de seleção da amostra.

Tabela 1. Seleção amostral de artigos

BASE DE DADOS	QUANTIDADE DE ARTIGOS
SCIELO	14
PUBMED	32
BVS	52
LILACS	21
GOOGLE SCHOLAR	984
Total	1103

Fonte: Própria da pesquisa

Após a leitura inicial dos resumos, foram identificados e selecionados os artigos que se enquadraram nos critérios de inclusão e exclusão, mostrando que 272 estavam incompletos, 312 abordavam públicos alvos diferentes do pesquisado, 104 não eram de acesso gratuito, 54 eram em espanhol, 189 se apresentam em ano de publicação inferior a 2015, 152 eram duplicados, restando 10 publicações para leitura em sua totalidade, informados na Tabela 2.

Tabela 2. Seleção de artigos através dos critérios de inclusão e exclusão

BASE DE DADOS	QUANTIDADE DE ARTIGOS
SCIELO	2
PUBMED	1
BVS	2
LILACS	1
GOOGLE SCHOLAR	4
Total	10

Fonte: Própria da pesquisa

Na Tabela 3, uma amostra significativa foi apresentada em relação às regiões brasileiras, na qual a Região Sudeste apresenta 50%, Sul 20%, Norte 10%, Nordeste 20%. Quando se relaciona aos anos de publicação, houve divergências com relação ao ano que a coleta de dados foi realizada, sendo que 60% dos artigos apresentavam que a coleta de dados foi realizada em média 2 anos inferiores ao ano da publicação, que seria no mínimo 2015.

Tabela 3. Classificação dos artigos por região e ano.

Base de Dados	Região/% de artigos	Ano de coleta / % de artigos	Ano de publicação / % de artigos
Scielo	Sudeste – 15% /Norte – 5%	2014 – 10% 2017 – 10%	2015 – 10% 2018 – 10%
PubMed	Sudeste – 5% /Nordeste – 5%	2013 – 10%	2015 – 10%
BVS	Sul – 20%	2017 – 20%	2018 – 20%
Lilacs	Sudeste – 5% /Sul 5%	2013 – 10%	2015 – 10%
Google scholar	Sudeste – 20% /Nordeste – 20%	2013 – 10% 2014 – 10% 2017 – 20%	2015 – 20% 2018 – 20%
Total		100%	

Fonte: Própria da pesquisa.

Tabela 4. Relação de artigos e resultados encontrados.

Autores	Tipo de estudo	Resultados encontrados
Almeida <i>et al.</i> (2019)	Trata-se de uma pesquisa transversal e de campo, de natureza quantitativa.	Existem variáveis preocupantes relacionadas a saúde dos docentes, como a extensa jornada de trabalho dos docentes e a conciliação da docência com outras atividades, como a prática de lazer.
Dias <i>et al.</i> , (2017)	Pesquisa bibliográfica, analisando os artigos publicados na Revista Licere de 2000 a 2010.	O estudo do Lazer vem crescendo por meio de uma visão de mudanças. O lazer e saúde, tornam-se presente e necessário para o desenvolvimento de atividades e melhorando a eficiência delas. Alguns exemplos dessas práticas: assistir um filme, ouvir música, deitar-se em algum leito, entre outras formas.
Ferreira, (2019)	Pesquisa de campo, natureza qualitativa e quantitativa, com aplicação de questionário.	Os docentes exercem a sua profissão mesmo com a saúde fragilizada, podendo ser decorrente da falta de tempo para ir em consultas médicas ou por ter a obrigação em lecionar, por medo de demissão ou julgamentos, deixando suas condições de lado.
Gomes <i>et al.</i> , (2017)	Estudo observacional descritivo de corte transversal com 114 professores universitários.	O lazer tem suas peculiaridades e que acabam se relacionam com outros aspectos para a melhoria da qualidade de vida do indivíduo.
Montenegro; Isayama, (2019)	Pesquisa bibliográfica com entrevista-semiestruturada.	As pessoas que não realizam atividades de lazer pode estar relacionada a falta de condições econômicas, inexistência de políticas públicas de lazer ou até mesmo uma deficiência no planejamento delas. Os docentes se mostram insatisfeitos com a escassez de espaços, acarretando também a desigualdade de gênero.
Santana; Neves, (2017)	Revisão integrativa de literatura dos últimos 25 anos (1990-2014).	O ambiente docente pode adoecer o profissional, sendo necessário a sua reestruturação, pois não adianta cuidar da saúde do trabalhador e colocá-lo novamente nesses espaços.
Silva; Silva; Spieker (2014)	Estudo transversal do tipo censo nas escolas do município e estado que ofereciam a pré-escola.	É necessário promover a importância do lazer para o processo de ensino, pois muitas vezes não é lembrado dentro do contexto de ensino. Sabe-se que o lazer proporciona a melhoria da saúde deles, e conseqüentemente a qualidade do ensino prestado para quem precisa.

Silvestre; Amaral(2017)	Trata-se de um estudo qualitativo de caráter exploratório, realizado com 29 professores que atuam em escolas dessa rede de ensino na cidade de Campinas.	O lazer traz sua relação com trabalho, podendo ser visto no sentido de que um atrapalha o desenvolvimento do outro. A prática do lazer ao ser abordada com o gênero dos docentes, relatam que a mulher realiza atividades de lazer com menos frequência, podendo influenciar no ensino dentro da sala de aula. Relacionando ao gênero, os homens usam 3,6 horas a mais que as mulheres.
Souza <i>et al.</i> (2017)	Estudo qualitativo de caráter exploratório por meio de pesquisa bibliográfica em bases de dados indexadas.	A jornada de trabalho excessiva do docente é recorrente, que essas situações são vivenciadas comumente nos espaços universitários, isso não só o tempo desses trabalhadores, mas também a diminuição da disponibilidade para atividades que envolvam o lazer.
Sousa; Silva(2019)	Realizado uma pesquisa de campo e aplicação de entrevista, apresentando uma abordagem qualitativa.	Remete aos cenários e fatores vivenciados pelo homem que são estimulados pelas práticas de lazer. Sendo utilizado conjuntos de atividades como o uso de música, poesia e festas populares para diminuir problemas em saúde.

Fonte: Própria da pesquisa.

Discussão

No cenário atual, o lazer traz consigo um dos vários fatores que influenciama humanidade em seu desenvolvimento no contexto da sociedade. A sua presença nas atividades sociais, como nos institutos, centros, grupos de pesquisas e universidades, vêm mostrando uma importante atenção para a questão problema do lazer frente à sociedade. Os estudos sobre o lazer no Brasil iniciaram na década de 1970 em diferentes áreas de conhecimento, em decorrência disso, os eventos científicos, artigos e livros publicados em volta desta temática, cresceram bastante (SOUZA; SILVA, 2019).

O lazer é confundido com a formulação dos seus conceitos próprios até suaênfase prática e percebe-se que o lazer tem suas peculiaridades e que são tratadas de forma coletiva, por fazerem parte da vida e se relacionam com outros aspectos para a melhoria da qualidade de vida do indivíduo (GOMES *et al.*, 2017).A interessante história do lazer tem associação com a própria história do trabalho, de modo que, os dois juntos montam um sistema que um depende do outro, até mesmo no sentido negativo, que um atrapalha o seu desenvolvimento (SILVESTRE; AMARAL, 2017).

Segundo Dias *et al.*, (2017) o estudo do Lazer abordando estruturas ligadasa saúde, vem crescendo no Brasil por meio de uma visão de mudanças, com diretrizes e análises da sua importância frente ao ser individual. Mesmo apresentando estruturas e formas diferentes para cada tipo de pensamento, olazer e saúde, tornam-se presente e necessário para o desenvolvimento de atividades e melhorando a eficiência delas. O lazer é posto pela sociedade como uma atividade ociosa, corriqueira e a sua compreensão é superficial, e quem faz o uso dessa prática são as pessoas com condições econômicas elevadas. Porém, todos podem ter alguma atividade de lazer, como, por exemplo, assistir um filme, ouvir música, deitar-se em algum leito, entre outras formas.

Para Montenegro e Isayama (2019), seguindo a linha de pensamento que não são todas as pessoas que possuem acessibilidade aos locais e equipamentos que proporcionam o lazer, é

fácil a aprovação que isso possa ser decorrente da falta de condições econômicas, inexistência de políticas públicas de lazer ou até mesmo uma deficiência no planejamento delas, dificultando sua divulgação nas programações culturais. Os autores continuam a informar que os docentes se mostram insatisfeitos com a escassez de espaços, ou mesmo a concentração deles nas áreas centrais do local de residência e falta de acessibilidade.

As atividades lúdicas são utilizadas para descanso ou mesmo diversão, com importantes ações e potenciais vantagens para interesses da sociedade. Em decorrência disso, várias propostas de iniciativas para o uso do tempo livre foram ampliadas para facilitar ainda mais o uso dessa prática, principalmente nos campos de espaços de férias como as colônias, parques infantis, clubes recreativos e reservas ecológicas. Como citado pelos autores, alguns locais proporcionam o lazer de forma mais abrangente, porém, o lazer é algo pessoal, em detrimento com o exposto, pode-se ter o lazer em estruturas mais comuns e usuais como assistir filmes, praticar exercícios, fazer leituras de livros e jornais, novelas, entre outras, diferentes do que afirmado anteriormente, que o lazer é mais usual em meios da natureza, como bosques e praças (DIAS *et al.*, 2017).

No que tange à vida dos docentes que moram em grandes centros urbanos, como as capitais, frequentemente utilizam o cinema, o teatro, os bares e shows, vivendo em desigualdade de oportunidades daqueles docentes que não possuem espaços culturais em seu local de moradia. Porém, outro aspecto importante notado pelos pesquisadores é equivalente ao gênero, o uso das opções de lazer pelos docentes é desigual entre o homem e a mulher. Os exemplos trazidos foram às construções de quadras em praças que são vivenciadas para o uso do futebol, com a hegemonia de jovens do sexo masculino. A mulher fica responsável pelas obrigações domésticas, cuidando da família, o que promove uma diminuição do tempo que poderia ser utilizado para o lazer e formação cultural, sendo necessária uma equidade de gênero (MONTENEGRO; ISAYAMA, 2019).

Segundo Souza e Silva (2019), o lazer deve ser considerado como uma prática social, e utilizado esse conjunto de atividades no tempo que tiver disponibilidade para tal ato. Os autores supracitados trazem a poesia e música como estratégias para amenizar possíveis conflitos em saúde, bem como as festas populares, dentre outras maneiras que possibilitam sua capacidade crítica, embora sejam práticas que continuam sendo inacessíveis para a grande maioria da população. Corroborando, Silvestre e Amaral (2017) informam que mulheres docentes realizam mais trabalho doméstico do que os docentes do sexo masculino. É necessária também, uma atenção para os trabalhadores docentes, pois afinal, 75% deles são do gênero feminino e 25% são do gênero masculino, esse número expressivo é pela construção histórica que é caracterizado, como também pelo próprio trabalho feminino que abriram essas novas oportunidades de lazer relacionadas à história de lutas e vivências.

Quando é analisada a quantidade de horas destinadas ao lazer para os professores, os valores se distanciam. Em média, totalizaram que os docentes destinam 18,7 horas semanais para atividades de lazer, porém, quando esses dados se referem aos gêneros dos professores, observa-se que as mulheres destinam em média 16,9 horas semanais, enquanto que os homens em torno de 20,5 horas para essa atividade (SILVESTRE; AMARAL, 2017).

Os assuntos que abordam os gêneros são comumente questionados por aquelas pesquisas que tratam viés contra o ato em julgamento. Quando trazem que uma mulher e docente de uma Instituição tem menos lazer que o homem e docente, inúmeros fatores são postos perante a dúvida, como a própria cultura. O estigma cultural para uma mulher é que ela deve cuidar da casa, da sua família, e além do mais, trabalhar para sustentar seus desejos, ficando com uma jornada de trabalho reduzida, deixando o lazer novamente de lado e expondo-se ao processo de adoecimento, em decorrência do esgotamento físico e mental (MONTENEGRO, ISAYAMA, 2019).

De acordo com Montenegro e Isayama (2019), uma Instituição de Ensino Superior (IES) é considerada como um fruto entre a dinâmica de ir e vir e da complexa vida de um docente, que agrega valores sociais, econômicos e culturais. Com isso, uma IES, que é ao mesmo tempo produzida por eles, a partir das interações sociais já consolidadas, há também, outras maneiras que auxiliam nessa formação, como ao fornecer, ou não, condições que promovam uma qualidade de vida para os docentes.

Para os estudos de Almeida *et al.* (2019), sua pesquisa demonstrou variáveis preocupantes relacionadas à saúde com a prática docente, pois enfatizam que a extensa jornada de trabalho dos

docentes, como também a conciliação da docência com outras atividades, sofrem impactos diretos em sua condição de saúde, podendo apresentar manifestações por sintomas com relação ao estresse. Alusivo à saúde do trabalhador, cabe ressaltar que ela está cada vez mais comprometida, pois o próprio mercado social impõe ordens econômicas e culturais, sobrecarregando-os emocionalmente e com cobranças por padrões sociais. Corroborando com os agravos já pré-existentes, e os novos em decorrência de uma exaustão no trabalho.

“É praticamente inevitável que, ao responder à questão “O que você faz no seu trabalho?”, não se fale também “do que o trabalho faz com você”, isto é, dos efeitos do trabalho, entre eles na saúde” (FERREIRA, 2019, p. 5). Acontece frequentemente que os docentes vão trabalhar mesmo doentes, pelo simples fato de não terem tempo de ir ao médico, ou ainda não poderem faltar com o compromisso de lecionar em sala de aula ou pelo próprio medo de faltar e serem demitidos ou julgados no trabalho. Um dado interessante é o fato de que os professores quando possuem dois vínculos, preferem faltar no público do que no privado (FERREIRA, 2019).

Para Santana e Neves (2017, p. 795)

Uma vez que o contexto educacional se apresenta como espaço adoecedor, é essencial que seja reestruturado, pois cuidar da saúde do professor e recolocá-lo no mesmo espaço corresponde a uma atuação voltada para a medicina do trabalho (interesse do capital) e não para a integralidade do trabalhador (saúde do trabalhador).

Para Silva, Silva e Spieker (2014) seus estudos confirmam as colocações dos autores anteriores e acrescentam a necessidade em demonstrar a realidade, que tão pouco é estudada e que implica em uma atenção na qual deve ser dada para o docente, que é a importância do lazer para o processo de ensinagem, pois muitas vezes não é lembrado dentro do contexto de ensino. Além disso, destaca-se que o cenário nos remete a uma necessidade reflexiva de medidas que favoreçam a saúde dos docentes, pois, sabe-se que o lazer proporciona bem-estar, maior qualidade, e conseqüentemente mais saúde para eles, contribuindo significativamente para melhoria da qualidade do ensino prestado para quem precisa (OLIVEIRA SANTANA et al, 2021).

Considerações

Esta pesquisa teve como objetivo descrever como o lazer e saúde influenciam no processo de ensinagem de docentes em Instituições de Ensino Superior. Tal necessidade de mostrar determinado processo poderia variar para um lado negativo como positivo, então, a saúde dos docentes foi citada em sua grande parcela no texto, mostrando sua relação com o lazer e como isso afeta o ensino prestado aos estudantes.

Há um ponto importante que deve ser discutido, a qual gira em torno da atenção sobre o ciclo estudado na pesquisa. Se uma instituição não promove e/ou incentiva os docentes nas atividades de lazer, eles vão adoecer, com os docentes apresentando em seu quadro clínico certos agravos, como ansiedades, medos, angústias, problemas circulatórios, digestivos entre outros, provavelmente, eles faltarão em suas atividades em sala de aula, e conseqüentemente haverá prejuízos para o ensino e para a própria Instituição. É uma escada na qual não se consegue subir, pois um degrau está em desarmonia. Logo, a escada conduzirá o docente para um espaço no qual ele pode promover o processo de ensinagem de forma efetiva e facilitada, em decorrência das práticas de lazer.

Então, medidas devem ser adotadas para a melhoria do quadro de saúde dos docentes, no mesmo sentido que a prática do lazer deve ser adotada dentro e fora do ambiente escolar, visando assim, o crescimento positivo do ensino disponibilizado aos alunos.

Referências

- ALMEIDA, F.A. *et al.* Investigação da relação trabalho e saúde: uma análise da saúde dos docentes de uma universidade privada de Belo Horizonte. **E-cientia**, v. 12, n. 2, p. 1–16, 2019.
- ANASTASIOU, L. G. C.; ALVES, L, P. **Processos de Ensino na universidade: pressupostos para as estratégias do trabalho em aula**. 10ª ed. Joinville, SC: Editora Univille, 2015, 155 p.
- COUTINHO, M.C.; MAGRO, M.L.P.D.; BUDDE, C. Entre o prazer e o sofrimento: um estudo sobre os sentidos do trabalho para professores universitários. **Psicologia: Teoria e Prática**, 13(2):154-67, 2011.
- DIAS, C. *et al.* Estudos do lazer no Brasil em princípios do século XXI: Panorama e perspectivas. **Movimento**, v. 23, n. 2, p. 601–616, 2017.
- FERREIRA, L. L. Lições de professores sobre suas alegrias e dores no trabalho. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, p. 1–11, 2019.
- GOMES, K.K. *et al.* Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho em docentes da saúde de uma instituição de ensino superior. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 15, n. 1, p. 18–28, 2017.
- MOCELIN, D. G. Redução da jornada de trabalho e qualidade dos empregos: Entre o discurso, a teoria e a realidade. **Revista de Sociologia e Política**, v. 19, n. 38, p. 101–19, 2011.
- MONTENEGRO, G.M.; ISAYAMA, H.F. O lazer e a cidade: o olhar dos professores universitários no Pará e Amapá. **Rev Bras de Estudos do Lazer**, v.6, n. 1, p. 31–51, 2019.
- OLIVEIRA SANTANA, M. D.; MACHADO SILVA, A. P.; CARVALHO DE ARAÚJO, B.; ABRÃO FERREIRA, R. K. Conhecimentos e práticas de lazer: uma perspectiva de trabalho e saúde. **Linhas Críticas**, [S. l.], v. 27, p. e35146, 2021. DOI: 10.26512/lc.v27.2021.35146. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/linhascriticas/article/view/35146>. Acesso em: 15 ago. 2021.
- SANTANA, F.A.L.; NEVES, I.R. Saúde do trabalhador em educação: a gestão da saúde de professores de escolas públicas brasileiras. **Saúde e Sociedade**, v. 26, n. 3, p. 786-97, 2017.
- SILVA, M.C.; SILVA, L.G.; SPIEKER, C.V. Atividade física no lazer e fatores escolares de Pelotas, RS, Brasil. **Rev Bras Ativ Fis**, v. 19, n. 4, p. 417-20, 2014.
- SILVEIRA, R.C.P. *et al.* Estilo de vida e saúde de docentes de uma instituição de ensino pública. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 7, n. 4, p. 601, 2017.
- SILVESTRE, B.M.; AMARAL, S.C.F. O lazer dos professores da rede estadual paulista: uma investigação comparativa entre os gêneros. **Licere**, v. 20, n. 1, p.60–87, 2017.
- SOUZA, A.S.; SILVA, C.L. A interface educação/lazer: representações e discursos de professores de educação física da rede pública de Piracicaba-SP. **Licere**, v.22, n. 3, p. 1–33, 2019.
- SOUZA, K.R. *et al.* A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 11, p. 3667–3676, 1 nov. 2017.