

ARTIGO

“FÉRIAS SÃO FÉRIAS, NÉ?!” PERCEPÇÕES DE DOCENTES BRASILEIROS SOBRE A RELAÇÃO ENTRE A VIDA PROFISSIONAL E A VIDA PESSOAL¹

MAYARA DA MOTA MATOS¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6299-5910>

<mayara.matos@unifal-mg.edu.br>

REBECCA SANDERSON²

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0646-7720>

<RSanderson@lincoln.ac.uk>

RORAIMA ALVES DA COSTA FILHO³

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8452-7576>

<roraimaacfilho@gmail.com>

ROBERTO TADEU IAOCHITE⁴

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1476-6253>

<roberto.iaochite@unesp.br>

¹ Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG). Poços de Caldas, MG, Brasil.

² Universidade de Lincoln. Lincoln, LN, Inglaterra.

³ Secretaria Municipal de Educação de Rio Claro. Rio Claro, SP, Brasil.

⁴ Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (UNESP-RC). Rio Claro, SP, Brasil.

RESUMO: O equilíbrio entre vida profissional e pessoal no Ensino Superior tem sido amplamente estudado, mas a compreensão da cultura de trabalho acadêmico no Sul Global, especificamente no Brasil, é limitada. Este artigo explora as percepções de professores universitários brasileiros sobre a interface entre vida profissional e pessoal. Com base em 516 respostas a um questionário sobre o uso do tempo fora do trabalho para tarefas acadêmicas e com referência ao filósofo Byung-Chul Han e ao sociólogo Lewis Coser, foram identificados cinco temas principais que ajudam a preencher essa lacuna: complexidade das tarefas e dos ambientes, dedicação excessiva, estratégias de adaptação, custos de adaptação e estratégias de resistência. Docentes universitários no Brasil enfrentam cargas de trabalho complexas em ambientes que muitas vezes não apoiam seus esforços, resultando em limites difusos entre suas vidas profissionais e pessoais. Alguns veem seus papéis com uma paixão vocacional ou obtêm prazer de suas tarefas, enquanto outros são oprimidos pelas demandas profissionais. Essa dedicação pode levar à culpa, afetando tanto as relações pessoais quanto o bem-estar. Para lidar com esses desafios, muitos adotam um planejamento rigoroso, mas a constante invasão de responsabilidades profissionais pode

¹ Artigo publicado com financiamento da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES/Brasil para os serviços de edição, diagramação e conversão de XML.

induzir cansaço, estresse e problemas de saúde. Um segmento de acadêmicos, influenciado por eventos significativos na vida, recorre a estratégias que enfatizam a delimitação entre trabalho e lazer, frequentemente tratando as férias como períodos sagrados de descanso. Este estudo destaca a necessidade de autoconsciência e estratégias individualizadas para gerenciar a sobrecarga de trabalho e faz um apelo para um desafio mais amplo à cultura prevalente do produtivismo na academia e suas ramificações na vida universitária. Subjacente à discussão está a ideia de “universidades promotoras de saúde” como uma possibilidade de mudanças futuras e promoção da saúde para toda a comunidade acadêmica.

Palavras-chave: trabalho acadêmico; equilíbrio entre vida profissional e pessoal; produtivismo; professores universitários brasileiros; ensino superior.

“HOLIDAYS ARE HOLIDAYS, RIGHT?” BRAZILIAN LECTURERS’ PERCEPTIONS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROFESSIONAL AND PERSONAL LIVES

ABSTRACT: Work-life balance in higher education has been extensively studied, however, understanding the academic work culture in the Global South, specifically in Brazil, remains limited. This article explores Brazilian lecturers' perceptions of the interface between professional and personal life. Drawing on 516 responses to a questionnaire about using non-work time for academic tasks, and referencing the philosopher Byung-Chul Han and sociologist Lewis Coser, we identified five key themes that offer a valuable contribution to this gap: the complexity of tasks and environments, excessive dedication, strategies of adaptation, costs of adaptation, and strategies of resistance. Academics in Brazil grapple with intricate workloads in environments that often do not bolster their efforts, resulting in blurred boundaries between their professional and personal lives. Some view their roles with a vocational passion or derive pleasure from their tasks, while others are besieged by their professional demands. This dedication can lead to guilt, affecting both personal relationships and well-being. To navigate these challenges, many adopt rigorous planning, yet the ongoing encroachment of work responsibilities can lead to exhaustion, stress, and health complications. A segment of academics, influenced by significant life events, resorts to strategies that emphasize the distinction between work and leisure, often treating holidays as sacrosanct rest periods. This study underscores the need for self-awareness and individualized strategies to manage work overload, and calls for a broader challenge to the prevalent culture of productivism in academia and its ramifications on university life. Underpinning the discussion is the “Health promoting universities” as a possibility for future change and health promotion for the entire academic community.

KeyWords: academic work; work-life balance; productivism; Brazilian lecturers; higher education.

“LAS VACACIONES SON VACACIONES, ¿VERDAD?” PERCEPCIONES DE LOS PROFESORES BRASILEÑOS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE SUS VIDAS PROFESIONALES Y PERSONALES

RESUMEN: El equilibrio entre vida laboral y personal en la Educación superior ha sido ampliamente estudiado, pero la comprensión de la cultura de trabajo académico en el Sur Global, específicamente en Brasil, es limitada. Este artículo explora las percepciones de los docentes brasileños sobre la interfaz entre la vida profesional y personal. Basándose en 516 respuestas a un cuestionario sobre el uso del tiempo fuera del trabajo para tareas académicas y haciendo referencia al filósofo Byung-Chul Han y al sociólogo Lewis Coser, se identificaron cinco temas clave que contribuyen de manera valiosa a esta brecha: complejidad de las tareas y entornos, dedicación excesiva, estrategias de adaptación, costos de adaptación y estrategias de resistencia. Los académicos en Brasil lidian con cargas de trabajo complejas en entornos

que a menudo no respaldan sus esfuerzos, lo que resulta en fronteras difusas entre sus vidas profesionales y personales. Algunos ven sus roles con una pasión vocacional o derivan placer de sus tareas, mientras que otros se ven asediados por sus demandas profesionales. Esta dedicación puede llevar a la culpa, afectando tanto las relaciones personales como el bienestar. Para navegar estos desafíos, muchos adoptan una planificación rigurosa, pero la invasión perpetua de las responsabilidades laborales puede inducir agotamiento, estrés y complicaciones de salud. Un segmento de académicos, influenciados por eventos significativos en la vida, recurre a estrategias que enfatizan la delimitación entre el trabajo y el ocio, tratando a menudo las vacaciones como períodos sagrados de descanso. Este estudio subraya la necesidad de autoconciencia y estrategias individualizadas para gestionar la sobrecarga de trabajo y llama a un desafío más amplio a la cultura prevalente del productivismo en la academia y sus ramificaciones en la vida universitaria. En el trasfondo de la discusión está la idea de “universidades promotoras de salud” como una posibilidad de cambios futuros y promoción de la salud para toda la comunidad académica.

Palabras clave: trabajo académico; equilibrio entre vida laboral y personal; productivismo; docentes brasileños de universidad; educación superior.

INTRODUÇÃO

No Brasil, a expansão do Ensino Superior (ES) teve como metas a redução da desigualdade social e a promoção do desenvolvimento do país. Desde a década de 1990, no entanto, a adoção de políticas econômicas neoliberais tem influenciado as condições de trabalho e do corpo docente nas universidades. Indiscutivelmente, os interesses econômicos têm prevalecido sobre o desenvolvimento do conhecimento científico e da educação. Consequentemente, as universidades públicas têm enfrentado cortes orçamentários e redução de recursos para pesquisa e contratação de pessoal.

O investimento nas universidades públicas por meio do Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI) em 2007 levou ao aumento do número de universidades públicas e de alunos de graduação. Devido à política expansionista do Brasil, o sistema de Ensino Superior quadruplicou o número de matrículas em 20 anos (INEP, 2018), no entanto, embora o REUNI tenha contribuído para a democratização das universidades públicas, também provocou uma expansão desordenada decorrente da falta de recursos, docentes e técnicos administrativos para dar suporte à maior quantidade de estudantes (Guerra & Rocha, 2019). Isso resultou em mais trabalho para os docentes, maior precariedade no emprego, em função do congelamento de salários, por exemplo, e na falta de pessoal.

Por causa dessas restrições financeiras e de pessoal, as exigências sobre o corpo docente aumentaram. Há, agora, uma forte pressão para se produzir pesquisa de alta qualidade, obter financiamento para projetos e internacionalizar as instituições. Pesquisas recentes identificaram várias questões, incluindo sobrecarga de trabalho, aumento do controle institucional e da burocracia e impactos negativos na saúde mental dos docentes (Campos et al., 2020; Fernandes et al., 2022).

Além da pesquisa e do ensino, docentes universitários brasileiros são responsáveis pelas atividades de gestão, uma vez que não há profissionais contratados especificamente para essa função, e pelas atividades de extensão, que envolvem o engajamento entre a universidade e a sociedade para promover o desenvolvimento social e econômico. Consequentemente, os docentes devem realizar quatro tipos distintos de trabalho: ensino, pesquisa, gestão e extensão. Apesar dessas múltiplas responsabilidades, eles não recebem apoio adequado dos governos, e as instituições de ensino superior dispõem de poucos recursos para apoiar esse trabalho (Amaral, 2019).

Além dessas adversidades, professores universitários enfrentaram um ambiente político que tem prejudicado seu trabalho nos últimos anos. Narrativas midiáticas motivadas politicamente diminuíram o prestígio da profissão acadêmica, questionaram a validade do conhecimento científico e desafiaram a legitimidade do processo científico (Amaral, 2019). Esse contexto tem sido associado a

desafios de saúde mental e bem-estar. Vários estudos recentes realizados com professores universitários no Brasil demonstraram que eles são afetados pelo esgotamento e por transtornos comuns de saúde mental (Alves et al., 2019; Costa, 2012; Leite et al., 2019; Massa et al., 2016). Por exemplo, Baptista et al. (2019) constataram que 52% dos participantes que trabalhavam em universidades de São Paulo apresentavam sintomas de esgotamento. Matos, Sharp & Iaochite (2022) observaram que 229 dos 1.709 professores participantes exibiam altos níveis de exaustão emocional e níveis médios de despersonalização e realização pessoal, indicando um risco de esgotamento. Em outra pesquisa, Neme & Limongi (2019) constataram que 29,6% dos participantes atendiam aos critérios diagnósticos para um transtorno de saúde mental e que um dos fatores de risco associados a dificuldades de saúde mental era a exaustão mental causada pela intensa carga de trabalho.

Essas questões não são exclusivas do Brasil, pois a literatura sobre a saúde e o trabalho dos professores destaca o agravamento das condições em todo o mundo na última década (Cao et al., 2018; Enders et al., 2015; García Padilla et al., 2017; Hall et al., 2019; Oliveira et al., 2021). Revisões sistemáticas sobre o equilíbrio entre vida profissional e pessoal no Ensino Superior indicam, no entanto, maior preocupação com esse tema no Norte Global, especialmente nos Estados Unidos (Franco et al., 2021). Esses resultados revelam a necessidade de novos estudos sobre o equilíbrio entre vida profissional e pessoal no Brasil, particularmente aqueles que integrem todas as facetas do trabalho nas universidades.

Han (2015) argumenta que, na sociedade contemporânea, os indivíduos se veem forçados a maximizar seu desempenho, o que os leva a um estado de exaustão constante. O autor critica a pressão pela produtividade e pela auto-otimização que caracterizam o mundo do trabalho atual e afirma que, hoje em dia, os indivíduos não são apenas explorados pelo sistema econômico, mas há também autoexploração. Na busca pelo sucesso e pela realização pessoal, os trabalhadores se submetem a jornadas de trabalho exaustivas, atuando tanto como exploradores quanto como explorados, o que resulta em esgotamento generalizado. Neste artigo, utilizamos a perspectiva de Han para analisar a relação entre as percepções dos professores sobre sua relação de trabalho e suas vidas pessoais.

Com base no trabalho de Coser (1974), o conceito de “instituições gananciosas” poderia ajudar a explicar como os professores vivenciam o trabalho nas universidades. O autor utiliza esse termo para descrever organizações ou estruturas sociais que exigem um compromisso total e incondicional de seus membros, analisando como essas instituições podem exercer um controle profundo sobre os indivíduos, comprometendo sua autonomia, causando tensões e pressionando-os a se dedicar intensamente ao trabalho – o que frequentemente leva a um nível de lealdade e devoção que excede os limites saudáveis. Uma das principais contribuições de Coser (1974) é a análise dos conflitos e tensões que surgem em contextos de compromisso extremo, examinando como as exigências das instituições gananciosas frequentemente entram em conflito com as necessidades e aspirações individuais, resultando em dilemas éticos e emocionais para os membros envolvidos.

Em suma, a literatura sugere que a carga de trabalho excessiva permeia a vida do corpo docente. Estudos associam o excesso de trabalho a doenças físicas e mentais, absenteísmo, redução da qualidade de vida, diminuição da satisfação no trabalho e impactos negativos na qualidade do ensino (Matos, Sharp & Iaochite, 2022; Alves et al., 2019; Costa, 2012; Leite et al., 2019; Massa et al., 2016). Considerando as evidências existentes, este artigo tem como objetivo compreender como os professores brasileiros de universidades públicas interpretam suas exigências profissionais e como elas afetam suas vidas pessoais. Para compreender como sua experiência com as exigências profissionais é criada, percebida e enfrentada, os autores se baseiam no trabalho de Lewis Coser (1974) sobre “instituições gananciosas” e no trabalho do filósofo Byung-Chul Han (2015) sobre a “sociedade do desempenho”.

Este artigo visa, portanto, discernir como os professores universitários brasileiros lidam com e interpretam as exigências de seus papéis e as ramificações subsequentes em suas vidas pessoais. Embora o equilíbrio entre vida profissional e pessoal dos docentes tenha sido amplamente estudado, há uma lacuna notável na compreensão dessas dinâmicas no Brasil, onde os contextos culturais, políticos e institucionais diferem significativamente (Franco et al., 2021). Ao empregar os marcos teóricos de Byung-Chul Han e Lewis Coser, este estudo oferece uma lente única para analisar os dados empíricos coletados junto a professores universitários brasileiros. Esses marcos nos possibilitam explorar não apenas as

pressões externas do trabalho acadêmico, mas também as exigências internalizadas e a autoexploração que caracterizam a vida acadêmica contemporânea.

Assim, este artigo contribui para o discurso global sobre o equilíbrio entre vida profissional e pessoal no meio acadêmico, proporcionando uma compreensão matizada de como os professores universitários brasileiros percebem e se adaptam às suas exigências profissionais, destacando a interação entre as expectativas institucionais e a autonomia individual. Além disso, ele enriquece o debate mais amplo sobre a saúde e o bem-estar dos educadores ao situar esses desafios no contexto sociopolítico específico do Ensino Superior brasileiro. Ao integrar as teorias de Han e Coser com dados empíricos, este estudo preenche uma lacuna na literatura e oferece novos insights sobre como o equilíbrio entre a vida profissional e a pessoal no meio acadêmico é negociado em um contexto em que as fronteiras entre elas estão cada vez mais difusas.

MÉTODO

Este trabalho apresenta resultados de uma investigação mais ampla sobre a saúde e a qualidade de vida de professores universitários em todo o Brasil realizada entre outubro de 2019 e janeiro de 2020.

Coleta de dados

O estudo original, realizado durante o programa de doutorado da primeira autora (Matos, 2021), tratou-se de uma pesquisa de método misto com coleta de dados online, utilizando um questionário sociodemográfico e três outros quantitativos. O questionário sociodemográfico original, composto de 64 perguntas, das quais duas eram abertas, está disponível em sua tese (Matos, 2021). Dado o objetivo deste artigo, realizamos uma análise qualitativa das respostas a uma única pergunta aberta do questionário sociodemográfico. Assim, este artigo baseia-se nas respostas dos participantes à pergunta: “Diversos autores têm apontado que, atualmente, há cada vez menos separação entre os espaços de trabalho e de vida pessoal de professores universitários. Nesse sentido, por exemplo, alguns professores utilizam o período de férias para participação em congressos. Como isso acontece no seu caso?”. Também exploramos os dados de caracterização dos participantes na subseção seguinte. As respostas em português foram traduzidas para o inglês para fins de análise.

Após a aprovação ética da instituição, um questionário foi aplicado online, cujo link ficou disponível no site “Online Pesquisa” e foi divulgado por e-mail para o Departamento de Recursos Humanos das universidades e também diretamente para os professores, quando disponível nos sites de suas universidades. O link também foi compartilhado nas redes sociais, incluindo Facebook, Instagram e YouTube.

Participantes

Uma amostra de 1.397 participantes de diferentes universidades em todas as regiões do Brasil respondeu à pergunta aberta. Um processo inicial de limpeza de dados removeu respostas curtas inadequadas para análise posterior (por exemplo, respostas sim/não ou deixadas em branco), restando 516 comentários. Dos 516 docentes que participaram desta pesquisa, pouco mais da metade era de mulheres (54,5%). A faixa etária mais selecionada foi de 40 a 49 anos (33,7%), 74,4% eram casados e 64,6% tinham filhos. A maioria dos entrevistados avaliou sua saúde como boa (45,8%) ou regular (39%) e contava com título de doutorado (94%) e 6 a 10 anos de experiência no Ensino Superior (26,2%).

Análise de dados

Os pesquisadores empregaram uma análise temática indutiva e orientada por dados para identificar códigos e padrões nas respostas dos participantes à pergunta aberta (Nowell et al., 2017). A

rodada inicial de codificação foi realizada no Microsoft Excel em duas etapas: primeiro, aplicando os critérios de inclusão, classificando os dados dos 1.397 participantes como “adequados para análise posterior” ou “não adequados para análise posterior” com base no nível de detalhamento fornecido pelos entrevistados (respostas sim ou não foram codificadas como não adequadas para análise posterior e sem exploração adicional). Em segundo lugar, as respostas dos participantes restantes foram codificadas como “os participantes utilizam seu tempo livre para trabalhar” ou “os participantes não utilizam seu tempo livre para trabalhar”, a fim de determinar a frequência com que os participantes se dedicavam a tarefas laborais fora do horário de expediente. Ao fazer isso, também identificamos os códigos da primeira rodada para iniciar o processo de codificação.

Seguindo as etapas descritas por Braun e Clark (2006), os codificadores familiarizaram-se com os dados e geraram, de forma independente, códigos e notas iniciais. Foram produzidos códigos descritivos e simultâneos, refletindo a riqueza e a complexidade das respostas (Saldaña, 2015). Os autores aplicaram um processo de codificação por padrões, agrupando os códigos em “códigos explicativos e inferenciais, aqueles que identificam um tema, configuração ou explicação emergente” (Saldaña, 2015, p. 236) para criar temas abrangentes a partir dos códigos. Essa etapa de análise foi fundamentada teoricamente pela literatura relevante, em particular os trabalhos de Han (2015, 2019) e Coser (1974), que forneceram perspectivas teóricas sobre os fatores individuais e organizacionais em jogo. Mais detalhes sobre as relações entre códigos e temas são apresentados na Tabela 1.

Três dos autores trabalham em instituições no Brasil, oferecendo um “conhecimento interno” que auxiliou na interpretação dos dados, enquanto a outra autora se baseou em sua experiência como pesquisadora em início de carreira no Ensino Superior do Reino Unido. Essas perspectivas possibilitaram aos autores mobilizar seu conhecimento tácito para moldar sua interpretação dos dados; no entanto, eles tiveram de manter uma postura reflexiva e crítica, permanecendo sensíveis às experiências dos participantes que não se alinhavam às suas próprias (Lazard & McAvoy, 2020). Para esse fim, os codificadores se reuniram regularmente para revisar criticamente sua codificação e interpretação. Dois autores codificaram todos os dados de forma independente, outro revisou a codificação e o último revisou a análise final de forma independente. Para garantir a confiabilidade intracodificadora entre os codificadores, o terceiro autor extraiu e codificou amostras aleatórias de respostas ($n = 70$) até que se alcançasse uma confiabilidade intracodificadora aceitável dentro da amostra codificada. Foi alcançada uma concordância de 92% entre os codificadores, considerada uma boa consistência interna (Miles et al., 2014).

RESULTADOS

Dos 1.397 participantes, a maioria relatou usar seu tempo livre para tarefas relacionadas ao trabalho (65,7%) e afirmou não lidar bem com as demandas profissionais (60,7%). Os resultados a seguir baseiam-se em 516 citações que atenderam aos critérios de inclusão para análise posterior. Constatamos que 324 dos 516 participantes (62,8%) apresentavam uma “fronteira permeável” entre trabalho e vida pessoal, ou seja, não havia uma fronteira clara entre suas atividades profissionais e pessoais, familiares ou de lazer, e frequentemente trabalhavam além do horário contratual. Em contrapartida, 143 (27,7%) participantes afirmaram ter uma fronteira rígida entre a vida pessoal e profissional, enquanto 49 (9,5%) tentavam estabelecer uma, mas enfrentavam dificuldades para fazê-lo.

A partir da análise, emergiram cinco temas abrangentes que resumiram os desafios enfrentados pelos participantes. Esses temas, juntamente com os códigos a partir dos quais foram gerados, são apresentados na Tabela 1.

Tabela 1 – Temas, códigos e frequência ($n = 1.080$)

Descrição do tema	Significado código	Citações	Freq. %
Complexidade das tarefas e do ambiente (5,3%)	Gestão	18	1,7

Lidar com a complexidade dos ambientes interno e externo do Ensino Superior gera pressões e um ambiente de trabalho diário que podem criar barreiras para a gestão eficaz da carga de trabalho.	Burocracia	15	1,4
	Ambiente inadequado para o trabalho intelectual	11	1,0
	Cenário político	8	0,7
	Falta de apoio	4	0,4
	Multitarefa	1	0,1
Dedicação excessiva (10,7%)	Colocar o trabalho em dia	55	5,1
Percepções sobre a natureza do trabalho acadêmico como um “dever sagrado” ou uma “vocação”, uma narrativa que justifica as intensas exigências profissionais.	O trabalho como prazer	38	3,5
	Culpa	14	1,3
	Dever	5	0,5
	Dificuldades financeiras	3	0,3
	Utilização de recursos próprios para o trabalho	1	0,1
Estratégias de adaptação (18,5%)	Cursos de pós-graduação	64	5,9
Estratégias utilizadas pelos participantes para se adaptarem às exigências das universidades.	Atividades de pesquisa	55	5,1
	Sobrecarga de trabalho	52	4,8
	Conflito de funções	13	1,2
	Atividades de ensino	10	0,9
	Relações acadêmicas	6	0,6
Custos de adaptação (37,6%)	Limite permeável entre trabalho e vida pessoal	318	29,4
Relatos dos participantes sobre como as fronteiras permeáveis entre trabalho e vida pessoal os levam a problemas de saúde e familiares.	Intrusão digital	45	4,2
	Dificuldade para desligar-se	26	2,4
	Problemas de saúde	11	1,0
	Problemas familiares	5	0,5
	Produtivismo	1	0,1
Estratégias de resistência (27,9%)	Fronteira rígida entre trabalho e vida pessoal	142	13,1
Estratégias descritas para gerenciar ou resistir à intromissão do trabalho na vida pessoal dos participantes.	Dificuldade para manter uma fronteira entre trabalho e vida pessoal	49	4,5
	Viagens e férias	33	3,1
	Mudança de prioridades (maternidade ou paternidade)	29	2,7
	Mudança nas prioridades (saúde)	26	2,4

Estratégias de planejamento e organização	14	1,3
Equilíbrio	3	0,3
Mudança nas prioridades (Experiência)	3	0,3
Aposentadoria	2	0,2
Total	1.080	100

Nota: As citações referem-se ao número de vezes que a categoria é mencionada, e não ao número de participantes que a mencionam.

Fonte: Material de pesquisa.

Esses temas são explorados com mais detalhes a seguir.

Complexidade das tarefas e do ambiente

O primeiro tema descreve a complexidade da carga de trabalho que os participantes tentavam gerenciar em um ambiente que nem sempre lhes oferecia apoio. Os participantes relataram suas percepções sobre as exigências e pressões excessivas associadas ao trabalho, que os obrigavam a se dedicar a mais de uma tarefa ao mesmo tempo para economizar tempo e maximizar a produtividade:

Sempre trago trabalho para casa. Associo atividades domésticas com atividades de lazer para ter a sensação que tenho momentos de lazer. Sempre que possível faço 2 coisas ao mesmo tempo. Dirijo ouvindo material que pode ser utilizado em aula, em sala de espera corrijo provas e trabalhos, cozinho vendo filmes e séries, mas tomo cuidado para não fazer isso quando a família está por perto. (Docente do sexo feminino, Ciências Biológicas)

Outros professores descreveram os efeitos negativos da burocracia e os diferentes papéis que precisam desempenhar como professores, gestores e pesquisadores.

(...) Realmente, é muito difícil ser professor universitário sério no Brasil, porque são atribuições demasiadas, no que se refere a projetos. As agências são cheias de burocracia e exigências que seria preciso ter uma secretária particular para atender a tudo. Mas não, eu tenho que ser: a contadora, a secretária, a pesquisadora, a professora, e o boy. (Docente do sexo feminino, Ciências Biológicas)

Muitos percebiam uma divisão clara entre trabalho “bom” e “ruim”, sendo este último composto de tarefas administrativas e de gestão, enquanto valorizavam as atividades de pesquisa e ensino, cujo tempo disponível estava sendo cada vez mais reduzido.

A universidade tem fortalecido cada vez mais a sobrecarga de trabalho administrativo, mediante preenchimento de inúmeros sistemas, bases de dados. Isso rouba o tempo do trabalho criativo na universidade. Eu tenho pensado seriamente em me desvincular da pós-graduação, tendo em vista o grau de exigência de trabalho administrativo. (Docente do sexo feminino, Ciências Sociais)

Os docentes descreveram sentir-se sobrecarregados por prazos curtos e pela falta de apoio de colegas e gestores. Eles também destacaram as implicações da situação política em seu bem-estar, incluindo dificuldades financeiras relacionadas ao salário e ao custo de vida. Alguns participantes consideraram que as universidades criaram um ambiente hostil ao trabalho intelectual, obrigando-os a trabalhar fora do horário contratual e durante as férias para que pudessem se concentrar e ter silêncio:

Como não me sinto confortável no tempo e espaço do ambiente de trabalho, sempre levo tarefas para casa durante o semestre e no período de férias. Nunca estou desocupada dos afazeres acadêmicos. O tempo nunca parece suficiente. (Docente do sexo feminino, Ciências da Saúde)

Dedicação excessiva

O segundo tema agregou respostas relacionadas às percepções dos participantes sobre a natureza do trabalho acadêmico. Para alguns, separar a vida pessoal da profissional não era um objetivo, pois consideravam seu trabalho um prazer e, portanto, intrinsecamente gratificante:

Como gosto do que faço, como há um prazer envolvido no trabalho, percebi que há uma confusão clara entre as horas que me dedico ao trabalho. Elaborar um artigo, orientar um aluno da pós-graduação me dá mais prazer que caminhar, por exemplo. (Docente do sexo masculino, Ciências Exatas e da Terra).

Outros participantes pareciam acolher a intrusão das atividades profissionais em seu tempo pessoal; alguns até enquadraram isso como uma escolha pessoal:

Não vejo problema algum em participar de congressos em período de férias. Se a pessoa faz o que gosta, não é sacrifício nenhum. É prazeroso. Não acredito em "vida profissional", como se fosse um castigo trabalhar. O trabalho faz parte da vida. Ponto. Ninguém é obrigado a nada. A pessoa pode escolher se quer estar ali ou não. (Docente do sexo masculino, Ciências Agrárias)
Sim, sendo professora e amando ser fica difícil esta separação – e, sim, férias para artigos, editais, congressos.... (Docente do sexo feminino, Ciências Agrárias)

Além dessas narrativas que apresentam o trabalho como prazer, algumas respostas revelaram a percepção de que ser professor é um “dever sagrado” ou uma “vocação”, o que justifica as intensas exigências profissionais:

Encaro a minha profissão como uma atividade missionária e procuro tornar o trabalho o mais agradável possível. Portanto, utilizar períodos de férias para atividades científicas não me causa nenhum transtorno. (Docente do sexo masculino, Ciências Humanas)

Assim, alguns participantes consideraram que o excesso de trabalho é justo para compensar o que veem como privilégios de sua carreira:

Acredito que este estreitamento trabalho e vida pessoal acontece diariamente, por entender que ocupamos um local de privilégio em que é necessário atentar a "devolutiva" à comunidade; pela base do trabalho ser a relação interpessoal, é impossível atender meta de conteúdo sem enxergar o indivíduo e suas complexidades; por sermos formadores profissional e cidadão de opinião a autoavaliação de produtividade de aula é constante, principalmente por termos estudantes com dificuldade financeira (às vezes para alimentação e transporte) que impacta no alto índice de evasão, então a autocobrança de que a aula seja produtiva/faça valer a pena é diária. (Docente do sexo feminino, Ciências da Saúde)

Essa percepção do trabalho acadêmico como vocação levou os participantes a sentirem-se culpados por evitar o trabalho fora do horário ou nos finais de semana. Isso foi retratado como uma tentativa de colocar em dia um trabalho que parece nunca acabar. Alguns também sentiam culpa por priorizar o trabalho e, consequentemente, não dedicarem atenção suficiente à família e aos amigos:

(...) Férias é para fechar artigos, elaborar relatórios, elaborar projetos. Não totalmente, pois a família também consegue nos tirar dessas atividades, porém fica, por vezes um sentimento de culpa por não conseguir a produtividade que parece necessária para um reconhecimento acadêmico do trabalho. (Docente do sexo masculino, Ciências Humanas)

Estratégias de adaptação

O terceiro tema considerou os comentários dos participantes sobre a adaptação às exigências das universidades. Eles desenvolveram estratégias intensivas de planejamento e organização para gerenciar todas as suas tarefas e lidar com a sobrecarga de trabalho e os conflitos entre as funções profissionais e familiares:

Procuro separar bem as coisas. Me organizo bastante para não trazer trabalho pra casa e vencer os prazos dos períodos requisitados. Raramente trabalho depois das 18h ou nos fins de semana (Docente do sexo masculino, Ciências Exatas e da Terra)

Penso que tudo depende da organização e planejamento.; Planejo todas as coisas que preciso fazer durante a semana e por isso consigo dedicar o final de semana para a minha família.; Às vezes preciso trabalhar sábado de manhã. Mas consigo organizar todas as tarefas que preciso fazer durante a semana. (Docente do sexo feminino, Ciências Agrárias)

Para alguns participantes, o transbordamento do trabalho para o tempo de lazer era evidência da incapacidade pessoal de seus colegas de se autogerenciarem de forma eficaz, e não uma questão sistêmica de excesso de trabalho:

Cabe ao professor saber não misturar as atividades profissionais e vida pessoal. Se não houver equilíbrio, realmente leva à estafa. A maioria dos professores que conheço se dedica apenas às aulas mínimas. Outros, retiram prazer de suas atividades de pesquisa e fazem disso o lazer. (Docente do sexo feminino, Ciências Humanas)

Eu não levo trabalho para casa de maneira alguma, e muito menos nos fins de semana. Tenho colegas estressados, que ficam sem tempo livre e ficam corrigindo provas nos fins de semana e à noite. Eu jogo world of warcraft, como fuga da minha vida tediosa, e lá sou outra pessoa, rsrsrsrsr. Não tenho ânimo para exercícios físicos, sei que eu deveria fazer. Uso os congressos para participar e também descansar, pois, nos congressos, são sempre as mesmas pessoas e os mesmos trabalhos. Quanto à pós-graduação, são pessoas que precisam estar na pós-graduação por uma questão de dinheiro e de status, pois se consideram mais que os outros. Eu estou fora da pós. (Docente do sexo masculino, Ciências Exatas e da Terra)

No que diz respeito ao conflito de papéis, conciliar as atividades de ensino e pesquisa exige muito esforço pessoal em termos de autogestão para evitar que elas sejam deixadas de lado por tarefas mais urgentes relacionadas aos alunos e às exigências burocráticas:

Sempre. Departamento hoje se divide em dois blocos, os que estão na pós e graduação e os que só estão na graduação, o que cria conflitos internos que dificultam ações estratégicas em detrimento de preservação de espaço e poder. Nesse sentido, nas férias na calmaria das atividades a maior intensidade intelectual para bancas, revisão e proposta de artigos. (Docente do sexo masculino, Engenharias)

Custos de adaptação

Este tema considerou os relatos dos participantes sobre o impacto de usar o tempo pessoal para acomodar as demandas profissionais. Muitos associaram as fronteiras permeáveis entre vida profissional e pessoal a sentimentos de exaustão e dificuldades em desligar-se, o que poderia impactar negativamente a saúde, o bem-estar e os relacionamentos pessoais.

Neste momento, estou utilizando minhas férias para escrever capítulos de livros e artigos científicos. É muito difícil conciliar a escrita de textos científicos no período letivo da universidade. Penso que durante o período letivo você acaba focando (fazendo melhor) determinadas atividades (no meu caso, ensino, pesquisa e extensão) e outras atividades acabam ficando em segundo plano. E, estou casada há 2 anos, e sinto muita dificuldade de conciliar o trabalho da universidade com o casamento. Em casa, faço muitas atividades do trabalho e meu esposo reclama bastante. (Docente do sexo feminino, Ciências Humanas)

Isso parece ser agravado pela intrusão digital, já que e-mails, redes sociais e, particularmente, mensagens do WhatsApp transformam as exigências do trabalho em atividades em tempo real, obscurecendo os limites entre momentos pessoais e profissionais, o que é intensificado pela prática comum de compartilhar números de celular pessoais com os alunos:

É, realmente, a separação entre ambiente de trabalho e a vida pessoal estão (sic) em perfeito desacordo! O profissional sempre tomando o espaço da vida pessoal. (Docente do sexo feminino, Ciências Exatas e da Terra)

É um sentimento de constante cobrança, especialmente por causa do departamento e da USP como um todo. E o pior, nunca é suficiente. (Docente do sexo masculino, Ciências Exatas e da Terra)

Os participantes descreveram os impactos físicos e psicológicos do excesso de trabalho, como ansiedade, depressão, estresse, dores musculares e dores de cabeça:

Eu estava completamente estafada no início desse ano. Queria até mesmo abandonar a docência, mas felizmente iniciei uma terapia com psicóloga e hoje tenho muito mais qualidade de vida. Consegui inserir alguns limites que pareciam impossíveis, como, por exemplo, não trabalhar no fim de semana. Fiz ajustes no meu horário de trabalho, o que foi extremamente positivo, mas sozinha, sem dúvida, não teria conseguido. (Docente do sexo feminino, Ciências Exatas e da Terra)

Minha vida profissional atropela minha vida pessoal durante 10 meses. Nesse período, todo projeto de saúde, como dietas para emagrecimento, meditação, relaxamentos etc. são abandonados. No final de cada semestre estou exausta. (Docente do sexo feminino, Ciências Humanas)

Há também um padrão que demonstra a internalização da culpa pelas suas condições de trabalho e pela incapacidade de atender às exigências existentes:

Não tenho ânimo de fazer nada, nem nas férias nem em períodos de trabalho. Faço por obrigação. Não tenho mais prazer em dar aula. (...) Demoro 5 horas para sair da cama. Teria tempo para fazer tudo que eu preciso, se tivesse forças para começar. (Docente do sexo feminino, Ciências Exatas e da Terra)

Alguns professores associam suas dificuldades para se desligar a uma cultura de produtividade que os obriga a “publicar ou perecer” no meio acadêmico:

Em qualquer oportunidade, a qualquer hora, férias ou não, trabalho para a universidade, especialmente na burocracia e na sistematização de processos. A produção é exigida, mas é a quantidade, e não a qualidade da produção; e as horas de trabalho e atividade, orientações, assistência aos alunos, dedicação aos estudos – como leitura cuidadosa e crítica, pesquisa de referências e fontes, análise de informações –, não são contabilizadas como horas de atividade letiva. Espera-se que a produção venha das poucas horas dedicadas à pesquisa por semana, sem tempo para leitura e estudo de fontes... Portanto, isso precisa ser feito nos fins de semana e feriados! (Docente do sexo feminino, Ciências Sociais)

Estratégias de resistência

O tema final explorou evidências de que os docentes estão ativamente envolvidos em práticas de resistência contra as exigências excessivas da academia, tentando (e, às vezes, conseguindo) encontrar maneiras diferentes de manter a vida e a identidade separadas do trabalho. A maioria desses participantes descreveu anteriormente ter uma fronteira permeável ou nenhuma fronteira entre a vida profissional e a pessoal, mas mudou sua perspectiva por diferentes motivos. As motivações para buscar uma fronteira mais rígida entre trabalho e vida pessoal estavam frequentemente relacionadas com uma alteração em

suas prioridades causada por questões de saúde, suas experiências profissionais ou mudanças familiares, como casamento ou ter filhos:

Tenho um filho de um ano e o tempo que não estou trabalhando eu dedico a ele e à minha esposa. Eles são o meu descanso. (Docente do sexo masculino, Ciências Sociais)
O meu período de férias é para férias. O meu final de semana é final de semana. Eu não levo trabalho para casa. Eu deixo tudo na minha sala, no trabalho. O trabalho fica na Universidade, mesmo porque eu tive duas gestações em dois anos, tenho em casa duas meninas pequenas e, portanto, mesmo que eu quisesse trabalhar, nem conseguiria... (Docente do sexo feminino, Ciências da Saúde)

Alguns desses participantes já haviam estabelecido uma forte separação entre trabalho e vida pessoal, embora a maioria descrevesse dificuldades para mantê-la. O que eles têm em comum é uma forte determinação em estabelecer e manter essa separação em longo prazo, o que requer autogestão para ser alcançado. Aprender a dizer não e afastar-se do trabalho inacabado foi um processo ativo de autodisciplina:

Já fiz isso com muita frequência, agora começo a me policiar para que isso não ocorra mais. (Docente do sexo feminino, Multidisciplinar)

Uma estratégia frequentemente citada foi o uso da distância física para manter limites durante os períodos de licença. Viajar nas férias era uma forma de evitar o trabalho e a culpa associada a ele, com vários participantes usando a expressão “as férias são sagradas” para descrever seu compromisso em criar tempo e espaço livres do trabalho para o benefício próprio e de suas famílias.

DISCUSSÃO

Nesta seção, situamos os temas em relação aos principais pontos de referência teóricos e à pesquisa internacional sobre a natureza do trabalho acadêmico.

Complexidade das tarefas e do ambiente: multitarefa e hiperação

A multitarefa pode ser definida como “a execução de mais de uma tarefa em paralelo ou em rápida transição” (Alkahtani et al., 2016, p. 995, tradução nossa). Em seu ensaio sobre a “sociedade do desempenho”, Han (2015) traça paralelos entre os trabalhadores contemporâneos e os animais de presa na natureza, que precisam estar constantemente atentos às exigências e ameaças ambientais ao seu redor. Assim como na natureza, a multitarefa é uma questão de “sobrevivência” para os professores em nosso estudo, que precisam conciliar tarefas complexas no contexto de um ambiente político e econômico hostil (Campos et al., 2020).

Para Han, no entanto, esse estado de “hiperatenção” tem um custo: fragmenta a atenção e impede um envolvimento mais profundo com as tarefas, especialmente aquelas que exigem concentração, criatividade e tempo. Essa interpretação explica por que os participantes relataram que a universidade não é um espaço para a produção intelectual, com muitos preferindo reservar essa tarefa para outros espaços e momentos de suas vidas cotidianas, invadindo o tempo dedicado à família e ao lazer e impactando negativamente sua qualidade de vida (Campos et al., 2020; Matos, Sharp & Iaochite, 2022). Além disso, pesquisas demonstraram que a multitarefa pode levar ao aumento dos níveis de estresse, à diminuição da produtividade, à redução do bem-estar geral e às baixas autorregulação e eficácia (Alkahtani et al., 2016).

Essa situação pode ser ainda mais agravada pela necessidade de desempenhar múltiplas funções (pesquisador, professor, gestor e administrador) sem apoio ou preparação adequada. Durante a pós-graduação, principal critério de recrutamento nas universidades brasileiras, o candidato recebe formação em pesquisa por meio dos estudos de doutorado. Consequentemente, os acadêmicos podem sentir que lhes faltam as habilidades necessárias para atender a essas demandas. Pesquisas sugerem que o

aumento das tarefas burocráticas/administrativas está associado à diminuição do senso de agência dos professores, prejudicando sua autonomia sobre o trabalho (Laiho et al., 2022; Martínez & Pepler, 2000). A diminuição do senso de agência e da autoeficácia podem contribuir para uma sensação de sobrecarga e, conseqüentemente, para a redução da produtividade, exacerbando ainda mais o estresse relacionado ao trabalho (Matos, Iaochite & Sharp, 2022).

Inúmeros comentários dos participantes descreveram as exigências de sua função como opressivas, associando suas práticas de excesso de trabalho à sensação de que seu horário formal de trabalho “nunca parece ser suficiente”. O conceito de “instituições gananciosas” (Coser, 1974), que impõem exigências tão excessivas sobre o tempo de seus membros a ponto de minar sua capacidade de se envolver com a vida fora do trabalho, tem sido aplicado às instituições acadêmicas (Sullivan, 2013). Este estudo fornece evidências claras de que as universidades brasileiras também são caracterizadas por esses padrões de demanda excessiva e pelo fato de que os professores correm o risco de se sentir impotentes para resistir a eles, dados os contextos econômico e político mais amplos em que atuam. Se, no entanto, os professores percebem que a necessidade de multitarefa e sobrecarregamento de trabalho decorre dessas fontes externas, sem reconhecer como internalizam essas exigências, seu senso de agência pode ser diminuído, removendo os incentivos para regular seu comportamento e resistir às exigências excessivas de trabalho (Cravens et al., 2022).

Os resultados também demonstram que a sobrecarga de trabalho pode ser exacerbada quando os indivíduos percebem sua profissão como um dever sagrado e uma parte essencial de sua identidade. A agenda apertada e as longas jornadas de trabalho podem ser vistas como um privilégio e uma escolha, parte intrínseca da vida acadêmica, em vez de um risco desnecessário à qualidade do trabalho e à saúde mental e física. Isso também pode diminuir o senso de autonomia e a motivação do indivíduo para criar mudanças positivas que promovam melhor equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

Dedicação excessiva: a natureza e o significado do trabalho acadêmico

As ideias sobre vocação e identidade foram importantes para a construção de sentido dos participantes e para a justificativa de suas práticas de trabalho, conforme observado nos temas “dedicação excessiva” e “estratégias de adaptação”. O desenvolvimento da identidade pode ser definido como “um processo contínuo de interpretação e reinterpretação de quem se considera ser e de quem gostaria de se tornar” (Van Lankveld et al., 2016, p. 326, tradução nossa); ele é construído em um contexto social, sendo dinâmico, e não estático. A identidade acadêmica é composta de idealizações do que se supõe ser um acadêmico, incluindo expectativas sobre capacidades pedagógicas, acadêmicas e de pesquisa ideais (Gabriel, 2010).

A ideia do trabalho acadêmico como vocação é frequentemente citada como justificativa para as intensas exigências laborais. O ensino em todos os níveis é uma profissão caracterizada como vocação. Considerar o ensino universitário uma missão ou vocação tem várias implicações fundamentais.

Uma ocupação é o trabalho no qual uma pessoa está empregada. Uma vocação é um chamado ou forte inclinação para um determinado curso ou linha de ação, especialmente um chamado divino à vida religiosa... uma vocação se refere à maneira como se vive em resposta ao chamado de Deus; assim, enquanto é possível abandonar uma ocupação, uma vocação é para sempre (Ettarh & Vidas, 2022, p. 19, tradução nossa).

Assim, se o ensino universitário for entendido como uma vocação, pode-se supor que uma força interior impele o professor a ensinar, um chamado que é mais importante do que o próprio professor. Podem-se questionar as implicações dessa suposição para a saúde e a qualidade de vida dos professores, que deveriam, portanto, ser colocadas em segundo plano em relação às exigências do trabalho. Os resultados deste estudo destacam que essa percepção pode levar ao excesso de trabalho.

Além disso, os participantes compreenderam que o trabalho intelectual poderia ser um motivador intrínseco para os professores. Embora parte do trabalho universitário possa ser prazerosa, é

importante compreender que as condições em que essa atividade é realizada são igualmente importantes. Com as mudanças nas universidades nas últimas décadas, incluindo medidas gerenciais como avaliações de qualidade e padrões de produção, trabalhar na academia poderia ser considerado uma “sinfonia agri-doce” devido à ambivalência entre seus aspectos positivos e negativos (Knight & Clark, 2014), uma vez que, como observa Han (2015), os indivíduos são compelidos a trabalhar por prazer, e não por dever; a busca pelo crescimento constante significa que um indivíduo nunca sentirá que alcançou seus objetivos, e os professores devem estar cientes desse risco. Na próxima seção, são discutidas as implicações para a saúde dos professores.

Os custos pessoais das “instituições gananciosas” e as estratégias de adaptação

Na visão de Han sobre a sociedade do desempenho, a ilusão de que maior atividade significa maior liberdade é incutida nos indivíduos, e a hiperprodutividade torna-se uma meta internalizada. A necessidade de descanso não é reconhecida, visto que “as máquinas não podem fazer uma pausa” (Han, 2015, p. 22, tradução nossa). Os seres humanos, no entanto, não são máquinas, e os desafios de saúde e as limitações físicas afetam a todos em algum momento de suas vidas (Davis, 2002). Os dados desta análise ilustram como a saúde e o bem-estar dos entrevistados são impactados pelas exigências da cultura de realização de suas universidades.

Morrish (2009) sugeriu que existe uma epidemia de saúde mental precária entre os funcionários universitários no Reino Unido ligada a uma cultura tóxica na qual cargas de trabalho excessivas e dedicação ao dever são moldadas por uma cultura impulsionada por métricas de desempenho. Embora a preocupação com métricas não tenha sido consistentemente evidente nos dados dessa pesquisa, cargas de trabalho excessivas e uma exigência que Han denominou de “hiperatividade” o foram. Os entrevistados descreveram as exigências da universidade e como elas invadiram seu tempo pessoal e de lazer, tornando permeável a fronteira entre o pessoal e o profissional.

Uma série de exigências foi descrita como persistente, excessiva e presente em todos os momentos do dia e durante as férias. Um fator comumente citado foi a crescente prevalência da tecnologia digital e das redes sociais para a comunicação, o que parecia facilitar o vazamento das exigências profissionais para o tempo dedicado à família. Essas exigências deixaram alguns se sentindo esgotados e incapazes de priorizar sua própria saúde e bem-estar.

O meio acadêmico tem sido caracterizado como uma “máquina de ansiedade” (Hall & Bowles, 2016, p. 33), uma cultura profissional que pressiona os funcionários a internalizar as exigências de produtividade e disponibilidade em detrimento de sua própria saúde. A associação direta entre as exigências do trabalho e os sentimentos de estresse e exaustão foi comum nos comentários dos entrevistados. Os participantes relataram sentir-se incapazes de tirar férias devido à carga de trabalho excessiva, conforme demonstrado na seção de resultados. Quando as pessoas eram forçadas a se ausentar, por exemplo, devido a doença, um sentimento de culpa era evidente, sugerindo que a noção de autoagressão ou “autocensura destrutiva” (Han, 2015, p. 11) era vivenciada por alguns entrevistados, conforme mencionado nos resultados. Alguns professores atribuem seu baixo desempenho a si mesmos, sem reconhecer o contexto em que atuam ou a impossibilidade de atender às expectativas. Assim, a pessoa internaliza sua culpa por não satisfazer os critérios de produtividade estabelecidos externamente, que se tornaram um padrão pessoal de autoavaliação e podem provocar desconforto e adoecimento.

Esse desenvolvimento do sentimento de culpa em relação ao trabalho e o questionamento de suas capacidades profissionais foram explorados por Han (2019, p. 9, tradução nossa), quando o autor afirmou que, em uma sociedade psicopolítica, “embora o sujeito-realização se considere livre, na realidade, ele é um escravo. Na medida em que se explora voluntariamente sem um senhor, ele é um escravo absoluto. Não há mestre que force o sujeito-realizador a trabalhar”; portanto, mesmo que a pessoa não tivesse pressões externas para produzir nas universidades, ainda assim enfrentaria padrões internos impossíveis, levando-a à exaustão e à autculpa devido ao nosso “potencial ilimitado” (Knight & Clark, 2014).

Nesse sentido, ser professor universitário no Brasil ainda confere um status social mais elevado do que trabalhar em outros níveis de ensino, com melhor remuneração financeira, portanto é possível observar a falta de separação entre vida profissional e privada, com a identificação de uma responsabilidade de “retribuir” à sociedade. Em seus limites, essa percepção poderia levar a simplesmente aceitar as condições de trabalho como “razoáveis” em relação a outros grupos sociais menos favorecidos e alimentar sentimento de culpa por desempenho insatisfatório.

Há também, no entanto, evidências de que a experiência de desafios de saúde física ou mental pode desencadear uma reflexão crítica. Os entrevistados compartilharam histórias de como problemas de saúde os levaram a tomar medidas para tornar as fronteiras entre vida profissional e pessoal menos permeáveis, para priorizar sua saúde sem culpa e para buscar apoio e ferramentas para fazer mudanças de longo prazo em sua relação com o trabalho.

Embora Han (2015, 2019) dê poucas indicações sobre como se pode resistir à sociedade do desempenho, ele enfatiza a importância de fazer pausas e interromper o trabalho, bem como o poder de dizer não. Dado o papel dos desafios de saúde como fontes de interrupção, essas experiências poderiam alterar as perspectivas e prioridades dos entrevistados. Na próxima seção, discutimos as estratégias que os professores utilizam individualmente para se adaptar às exigências das universidades e analisamos seu potencial para adoção coletiva.

Estratégias para resistir à “sociedade do desempenho”

Alguns participantes resistiram à pressão do trabalho porque discordavam ideologicamente da ideia de não ter espaço para a vida pessoal e da necessidade constante de produzir. A maioria deles, entretanto, foi motivada por uma mudança nas circunstâncias que gerou um compromisso igualmente exigente ou forçou uma reavaliação das prioridades. Além dos desafios de saúde mental e física, motivadores comumente citados para a mudança foram os compromissos familiares, que forneceram uma razão para o equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

Conforme discutido anteriormente, muitos participantes estavam cientes dos riscos do excesso de trabalho e das expectativas irrealistas em seus empregos, mas enfrentavam dificuldades para manter uma fronteira firme entre os domínios profissional e pessoal. Se o “temor vocacional” é um fator na geração de excesso de trabalho e comprometimento excessivo (Ettarh & Vidas, 2022), para esses docentes havia também ampla evidência de consciência tanto dos efeitos negativos do excesso de trabalho quanto das tentativas de resistência. As estratégias específicas ficaram claras nos comentários. Os entrevistados desenvolveram essas estratégias para manter um senso de identidade não acadêmica e reduzir as demandas excessivas de tempo e atenção. Metáforas de batalha, “invasão” e evidências de intensa autogestão foram comuns, demonstrando um processo ativo. Por exemplo, os participantes referiram-se à necessidade de autodisciplina para separar os compromissos profissionais de suas vidas mais amplas.

Essa resistência a permitir que o trabalho invada suas vidas pessoais pode ter consequências profissionais para aqueles que optam por defender seu tempo pessoal contra invasões. Alguns mencionaram que isso provoca um sentimento de culpa, além de levar a restrições sociais e discriminação. Como afirmou uma entrevistada: “Pago um preço profissional por isso [essa escolha]” (docente do sexo feminino, Ciências Biológicas). Percepções negativas e tratamento inadequado por parte dos colegas, juntamente com perspectivas de carreira menos favoráveis, foram as principais consequências relatadas pelos participantes. Dada a tendência geral dos docentes de utilizar o tempo de lazer para atividades que promovem a carreira, como conferências e a produção de artigos de pesquisa, aqueles que tentaram manter a separação entre trabalho e vida pessoal aceitaram menor produtividade (em termos de produtos científicos) como um desfecho inevitável dessa decisão.

A ideia de que o cuidado, seja consigo mesmo ou com familiares, perturba a cultura acadêmica normativa é corroborada por outros estudos. O conceito da universidade como uma organização “descuidada” (Lynch, 2010; Moreau, 2016) não é novo, e este estudo revela as formas como a “doxa de gênero oculta do descuido” (Ivancheva et al., 2019, p. 452, tradução nossa), na qual o

acadêmico “ideal” é extremamente produtivo e livre de responsabilidades fora do meio acadêmico (Sang et al., 2015), opera no ensino superior brasileiro. Isso foi ilustrado por uma entrevistada que afirmou: “No primeiro ano, escutei do diretor acadêmico de minha unidade que ‘professor que tira férias não é professor de verdade, que as férias são para trabalhar’.” (docente do sexo feminino, Engenharias). Aqueles que tentaram se adaptar a todas as exigências das universidades relataram, porém, que isso pode causar aborrecimentos e prejudicar sua saúde (Matos, Sharp & Iaochite, 2022; Santos et al., 2016), redução do tempo para a produção intelectual e sobrecarga no trabalho, além do aumento da competição entre os colegas, em vez de promover o trabalho colaborativo (Bosi, 2007; Skea, 2021).

Muitos participantes estavam trabalhando ativamente para separar suas vidas e identidades acadêmicas das não acadêmicas, apesar das dificuldades e consequências negativas que frequentemente acompanham esse esforço, oferecendo um contraponto narrativo à avaliação sombria de Han sobre a maquinaria interna da sociedade do sucesso. A noção de férias como algo sagrado, um sentimento repetido com frequência pelos entrevistados, demonstra que os profissionais acadêmicos podem encontrar, e de fato encontram, valor, tanto pessoal quanto profissional, no descanso, no lazer e no tempo com a família em nível individual.

Os participantes também apontaram, em suas respostas, que utilizam diferentes estratégias de autorregulação e gestão do tempo que os ajudaram a lidar com as exigências do ensino nas universidades. Embora essas iniciativas individuais tenham ajudado os professores a se adaptarem ao ambiente, a lidarem com os desafios e a melhorarem seu bem-estar, mais do que questões individuais, elas representam restrições sistêmicas que devem ser abordadas pelas universidades e pelo Ensino Superior como um todo. A citação da participante mostra um caminho quando ela afirma que “Eu me organizo com os professores da minha área, uns ajudando aos outros” (docente do sexo feminino, Ciências da Saúde). Esse exercício de colegialidade parece ser uma pista para futuras iniciativas em grupo.

Nesse sentido, como apontou Skea (2021), o produtivismo e a competição na universidade também precisam abrir espaço para uma visão de comunidade que promova relações para o desenvolvimento e o compartilhamento de ideias e projetos, favorecendo o diálogo, o espaço e a criatividade necessários ao trabalho intelectual. Iniciativas dessa natureza podem ajudar a desafiar os padrões do produtivismo.

Limitações e perspectivas

Nossas conclusões devem ser interpretadas à luz de várias limitações. Em primeiro lugar, como a pergunta da pesquisa poderia ser considerada conducente, existe a possibilidade de viés de aquiescência. Pode haver um viés potencial na autosseleção dos participantes, uma vez que indivíduos que utilizam o espaço pessoal para trabalhar são mais propensos a responder devido a um sentimento de identificação com o tema.

Os dados foram coletados antes da pandemia da Covid-19, o que certamente afetou o ambiente universitário e o equilíbrio entre vida profissional e pessoal dos professores. Esse cenário poderia ser explorado em estudos futuros, o que ajudaria a compreender as implicações da pandemia nas demandas de trabalho dos professores.

Além disso, os dados foram coletados no final do semestre letivo no Brasil, um período mais movimentado do ano, marcado por provas e correções, o que pode ter afetado a percepção de cansaço dos professores, portanto estudos longitudinais poderiam ser realizados para compreender se e como as percepções dos professores mudam ao longo do ano. Isso poderia levar as universidades a desenvolver estratégias específicas para períodos mais movimentados, como a contratação de pessoal adicional para essas épocas ou a alteração de prazos de outros requisitos.

CONCLUSÃO

Este artigo explorou as percepções dos professores universitários brasileiros sobre a erosão das fronteiras entre suas vidas profissional e pessoal. Embora o fenômeno da indefinição dessas fronteiras

seja amplamente documentado globalmente, este estudo contribui para a literatura ao oferecer uma interpretação inovadora dos dados qualitativos por meio das lentes teóricas da “sociedade do desempenho”, de Byung-Chul Han, e das “instituições gananciosas”, de Lewis Coser. Essas estruturas oferecem uma perspectiva única sobre como as exigências acadêmicas são internalizadas e resistidas, particularmente em contextos em que as pressões institucionais e a autoexploração se cruzam. Ao aplicar essas teorias às experiências de professores universitários brasileiros, este estudo revela insights matizados sobre como os acadêmicos lidam com as tensões entre produtividade, bem-estar pessoal e expectativas institucionais.

Embora o conceito de instituições gananciosas já tenha sido aplicado às universidades anteriormente, por exemplo, nos Estados Unidos (Wright et al., 2004) e na Austrália (Currie et al., 2000), essas abordagens geralmente entendem o desequilíbrio entre vida profissional e pessoal como resultado direto do uso do poder das instituições sobre seus trabalhadores, explorando a ética profissional dos acadêmicos para aumentar seu controle sobre a força de trabalho ao mesmo tempo em que oferecem pouca recompensa (Rogler, 2019). Combinar o conceito de instituições gananciosas com a teoria de Han sobre a sociedade do cansaço e seus “sujeitos de realização” amplia nossa compreensão e apreciação desse fenômeno complexo e importante. Esse quadro conceitual nos possibilita perceber que os indivíduos que se submetem voluntariamente ao domínio da instituição gananciosa não são meramente vítimas passivas de exploração, mas se engajam ativamente em um processo reflexivo de autoexploração. Por meio das forças duplas da ganância institucional e do excesso de dedicação pessoal ao trabalho, a neoliberalização do ensino superior brasileiro progrediu rapidamente, e os perigos para o bem-estar dos trabalhadores são evidentes e alarmantes.

A integração dos trabalhos de Han e Coser também proporciona uma compreensão mais profunda de como as identidades acadêmicas são moldadas tanto por demandas externas quanto por normas internalizadas de excesso de trabalho. Essa abordagem enriquece o discurso global sobre o equilíbrio entre vida profissional e pessoal e destaca o potencial desses marcos teóricos para fornecer novos insights em diversos contextos acadêmicos. Assim, a principal contribuição deste artigo reside em sua reinterpretação de desafios familiares –como sobrecarga de trabalho e limites difusos – por meio de uma nova perspectiva teórica, oferecendo uma compreensão mais abrangente das complexidades da vida acadêmica.

O uso de uma metodologia qualitativa, que explora as respostas dos participantes e dá voz às suas angústias e percepções, representa outra contribuição e acrescenta profundidade à compreensão do equilíbrio entre vida profissional e pessoal no meio acadêmico. Embora estudos qualitativos sobre esse tema não sejam incomuns, este trabalho se destaca pelo grande número de participantes provenientes de todas as regiões do Brasil. A combinação de insights qualitativos com uma amostra ampla e nacionalmente representativa fortalece a contribuição do estudo para a literatura, oferecendo profundidade e amplitude em sua análise.

Respondendo à pergunta que dá título a este artigo, “Férias são férias, né?!”, citada por muitos participantes, parece que, para muitos professores universitários brasileiros, as férias são tudo, menos um período de lazer e descanso. Elas são utilizadas principalmente para cumprir tarefas atrasadas e desenvolver atividades de pesquisa, particularmente a redação e o envio de artigos, além da correção de dissertações e teses.

Enquanto escrevíamos este artigo, vimos uma postagem nas redes sociais sobre a suposta flexibilidade do trabalho acadêmico. “Na academia, você trabalha 18 horas por dia. Mas pode trabalhar em QUAISQUER 18 horas do dia que quiser.” (Betz, 2022). Embora prosaica, a anedota revela uma das grandes falácias sobre o ambiente universitário: por trás da proclamada flexibilidade escondem-se exigências excessivas e uma multiplicidade de funções que desafiam os professores diariamente, como visto ao longo deste artigo.

Extensas jornadas de trabalho, pressão por produtividade em pesquisa e ensino, exigências inoportunas, burocracia excessiva e, mais recentemente, instabilidade profissional são questões comuns na vida docente. Este artigo teve como objetivo fazer parte do crescente corpo de pesquisas que investigam as relações entre as exigências profissionais dos professores e sua qualidade de vida e saúde,

um tema de interesse, particularmente após a pandemia da Covid-19, que obscureceu ainda mais as fronteiras entre o espaço pessoal e o profissional.

Após analisar os resultados, argumentamos que essas questões requerem uma perspectiva ampla, baseada na suposição de que elas surgem e se desenvolvem dentro de um contexto social, e não a partir de fatores psicológicos individuais. Laiho et al. (2022) apontaram uma tendência de retratar problemas coletivos no Ensino Superior como questões individuais. Nesse sentido, Han (2015, 2019) destacou a individualização de questões coletivas como um *modus operandi* em uma sociedade do desempenho. Se problemas contextuais e sociais são rotulados como questões individuais, a ação coletiva torna-se difícil, ou mesmo impossível. Assim, nas afirmações de alguns participantes, é possível observar a atribuição de responsabilidade aos docentes por suas percepções sobre o trabalho e, conseqüentemente, por sua (péssima) saúde. O principal problema com esse tipo de atribuição causal é que, se o problema é individual, não há necessidade de ação coletiva para promover mudanças, no entanto a literatura afirma que a sobrecarga e os problemas de saúde estão afetando os acadêmicos em todo o mundo e exigem uma solução coletiva e proposital.

Uma solução possível é exortar as universidades a tomarem medidas e as incorporarem à saúde em suas práticas e políticas, considerando essas instituições um espaço propício para a disseminação da saúde. Nesse sentido, desde 2003, as “universidades promotoras da saúde”, descritas pela Organização Mundial da Saúde, têm sido definidas como aquelas cujo “projeto educacional e de trabalho inclui a promoção da saúde para melhorar a qualidade de vida de seus membros por meio do desenvolvimento humano saudável, contando com o papel de exemplo e de disseminação de seus membros” (Bravo-Valenzuela et al., 2013, p. 467, tradução nossa). Seguindo a Carta de Edmonton e, mais recentemente, a Carta de Okanagan, universidades em todo o mundo vêm implementando diversas iniciativas focadas em políticas de promoção da saúde que incluem não apenas servidores e estudantes, mas também as comunidades ao seu redor.

No Brasil, o conceito de “universidades promotoras de saúde” ainda está em desenvolvimento (Faria et al., 2021). Até o momento, as iniciativas têm sido, em sua maioria, isoladas, focadas em atividades específicas de promoção da saúde: campanhas de vacinação contra a gripe, exames médicos periódicos para o corpo docente, campanhas antitabagismo, atividades esportivas esporádicas e outras, dependendo dos cursos de graduação em cada unidade. Embora essas iniciativas sejam importantes, o ponto principal é que a ideia de construir uma comunidade saudável e promotora da saúde ainda está distante.

Conforme mostra esta pesquisa, muitos docentes ainda enfrentam dificuldades para manter sua própria saúde devido a restrições no contexto do Ensino Superior, portanto o desenvolvimento de universidades que possam ser verdadeiramente rotuladas como “promotoras de saúde” requer um compromisso com os esforços políticos e sociais necessários para que as universidades promovam um ambiente de trabalho favorável, implementando mudanças culturais para desafiar os discursos de excesso de trabalho e esgotamento (Skea, 2021) e contrariar o contexto neoliberal que permeia o trabalho nas universidades atualmente. A construção de universidades que promovam a saúde de toda a sua comunidade acadêmica, permitindo-lhe transformar seus ecossistemas de vida e melhorar sua saúde, deve ser uma meta para o Ensino Superior brasileiro como parte de seus projetos institucionais nos próximos anos. Como mostram os resultados, embora mudanças individuais ajudem os docentes a viver melhor, poucos conseguem realizá-las sozinhos em um ambiente que não favorece atividades coletivas, no entanto, em nível individual, reforçamos que, para os docentes universitários, priorizar sua própria saúde e bem-estar não é um luxo, mas uma necessidade, pois lhes permite se preservar e continuar enfrentando os desafios sistêmicos no meio acadêmico.

REFERÊNCIAS

Alkahtani, M., Ahmad, A., Darmoul, S., Samman, S., Al-zabidi, A., & Matraf, K.B. (2016). Multitasking trends and impact on education: A literature review. *International Journal of Social, Behavioral,*

Educational, Economic, Business and Industrial Engineering, 10(3), 995-1001.
<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1124643>

Alves, P.C., Oliveira, A.F., & Paro, H.B. (2019). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? *PLoS One*, 14(3), e0214217.
<http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0214217>

Amaral, N.C. (2019). The Federal Universities in Brazil under attack by the Bolsonaro Government. *Propuesta Educativa*, 52(2), 127-138.

Baptista, M.N., Soares, T.F.P., Raad, A.J., & Santos, L.M. (2019). Burnout, stress, depression, and job support in university professors. *Rev Psicol Organ Trab*, 19(1), 564-570.
c10.17652/rpot/2019.1.15417

Betz, N. [@njoybetz]. (2022, July 26). *When people say they love academia for its 'flexibility,' I just think of a quote from a friend of one* [Tweet]. Twitter.
<https://twitter.com/njoybetz/status/1551983182945439744>

Bosi, A.P. (2007). The precarization of the teaching work in higher education institutions in Brazil over the last 25 years. *Educ Soc*, 28(101), 1503-1523. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-73302007000400012>

Braun, V., & Clark, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Bravo-Valenzuela, P., Cabieses, B., Zuzulich, M.S., Muñoz, M., & Ojeda, M. (2013). A glossary for healthcare promoting universities (an HPU glossary). *Rev Salud Publica (Bogota)*, 15(3), 465-77.

Campos, T., Vêras, R.M., & Araújo, T.M. (2020). The teacher's work in Brazilian public universities and mental disease: A bibliographic review. *Rev Docência Ens Sup*, 10(2020), 1-19.
<http://dx.doi.org/10.35699/2237-5864.2020.15193>

Cao, Y., Postareff, L., Lindblom, S., & Toom, A. (2018). Teacher educators' approaches to teaching and the nexus with self-efficacy and burnout: examples from two teachers' universities in China. *Journal of Education for Teaching*, 44(4), 479-495.
<http://dx.doi.org/10.1080/02607476.2018.1450954>

Coser, L.A. (1974). *Greedy institutions: Patterns of undivided commitment*. New York: The Free Press.

Costa, M.E.S. (2012). *Síndrome de burnout em professores universitários*. [Unpublished doctoral thesis]. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.

Cravens, A.E., Nelson, R.L., Siders, A.R., & Ulibarri, N. (2022). Why four scientists spent a year saying no. *Nature*, 25 August 2022. <http://dx.doi.org/10.1038/d41586-022-02325-3>.

Currie, J., Harris, P., & Thiele, B. (2000). Sacrifices in greedy universities: Are they gendered?. *Gender and education*, 12(3), 269-291.

Davis, L. (2022). *Bending over backwards: Disability, dismodernism, and other difficult positions*. New York: New York University Press.

- Enders, F., West, C.P., Dyrbye, L., Shanafelt, T.D., Satele, D., & Sloan, J. (2015). Burnout and quality of life among healthcare research faculty. *Research Management Review*, 20(2), 92-104.
- Ettarh, F., & Vidas, C. (2022). 'The future of libraries:' Vocational awe in a 'post-covid' world. *The Serials Librarian*, 82(1-4), 17-22. <http://dx.doi.org/10.1080/0361526X.2022.2028501>
- Faria, M.G., Fernandes, R.C., Gallasch, C.H., & Alves, L.V. (2021). Contributions of the health-promoting universities' movement: An integrative literature review. *J Edu Health Promot*, 10(1), 114. http://dx.doi.org/10.4103/jehp.jehp_24_21
- Fernandes, A.P., Marinho, P.R.R., & Schmidt, M.L.G. (2022). Mental health of higher education teachers: A literature review. *Revista Cocar*, 16(34), 1-24.
- Franco, L. S., Picinin, C. T., Pilatti, L. A., & Franco, A. C. (2021). Work-life balance in higher education: A systematic review of the impact on the well-being of teachers. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 29(112), 691–717. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-403620210002903021>
- Gabriel, Y. (2010). Organization studies: A space for ideas, identities and agonies. *Organization Studies*, 31(6), 757-775. <http://dx.doi.org/10.1177/0170840610372574>
- García Padilla, A.A., Escorcía Bonivento, C.V., & Perez Suarez, B.S. (2017). Burnout syndrome and self-efficacy beliefs in professors. *Propós represent*, 5(2), 65-96. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.170>
- Guerra, A.C., & Rocha, A.R.M. (2019). REUNI in the context of the federal universities: Numbers, advances and kickbacks. *RPP*, 2(2), 139–157.
- Hall, N.C., Lee, S.Y., & Rahimi, S. (2019). Self-efficacy, procrastination, and burnout in postsecondary faculty: An international longitudinal analysis. *PLoS One*, 14(12), e0226716. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0226716>
- Hall, R., & Bowles, K. (2016). Re-engineering higher education: the subsumption of academic labour and the exploitation of anxiety. *Workplace: A Journal for Academic Labor*, 28(2016): 30-47. <http://dx.doi.org/10.14288/workplace.v0i28.186211>
- Han, B.C. (2019). *Psychopolitics: Neoliberalism and new technologies of power*. Brooklyn: Verso Books.
- Han, B.C. (2015). *The burnout society*. Stanford: Stanford University Press.
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP). (2018). *Resumo técnico: censo da educação superior 2015*. 2nd ed. Brasília: INEP. Available at: https://download.inep.gov.br/educacao_superior/censo_superior/resumo_tecnico/resumo_tecnico_censo_da_educacao_superior_2015.pdf (accessed 5 August 2023).
- Ivancheva, M., Lynch, K., & Keating, K. (2019). Precarity, gender and care in the neoliberal academy. *Gender Work Organ*, 26(4), 448-462. <http://dx.doi.org/10.1111/gwao.12350>
- Knight, D., & Clarke, C.A. (2014). It's a bittersweet symphony, this life: Fragile academic selves and insecure identities at work. *Organization Studies*, 35(3), 335-357. <http://dx.doi.org/10.1177/0170840613508396>

- Laiho, A., Jauhiainen, A., & Jauhiainen, A. (2022). Being a teacher in a managerial university: Academic teacher identity. *Teaching in Higher Education*, 27(2), 249-266.
<http://dx.doi.org/10.1080/13562517.2020.1716711>
- Lazard, L., & McAvoy, J. (2020). Doing reflexivity in psychological research: What's the point? What's the practice? *Qualitative Research in Psychology*, 17(2), 159-177.
<http://dx.doi.org/10.1080/14780887.2017.1400144>
- Leite, T.I.A., Fernandes, J.P.C., Araújo, F.L.C., Pereira, X.B.F., Azevedo, D.M., & Lucena, E.E.S. (2019). Prevalence and factors associated with burnout among university professors. *Rev Bras Med Trab.*, 17(2), 170-179. <http://dx.doi.org/10.5327/Z1679443520190385>
- Lynch, K. (2010). Carelessness: a hidden doxa of higher education. *Arts and Humanities in Higher Education*, 9(1), 54-67. <http://dx.doi.org/10.1177/1474022209350104>
- Martinez, P., & Pepler, G. (2000). *Reducing bureaucratic burdens on lecturers*. London: FEDA.
- Massa, L.D.B., Silva, T.S.S., Sá, I.S.V., Barreto, B.C.S., Almeida, P.H.T., & Pontes, T.B. (2016). Burnout syndrome: An exploratory study of professors. *Rev Ter Ocup Univ São Paulo*, 27(2), 180-189.
<http://dx.doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v27i2p180-189>
- Matos, M.M. (2021). Crenças de autoeficácia de professores universitários qualidade de vida e Síndrome de Burnout. [Tese de doutorado, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho"].
- Matos, M.M., Iaochite, R.T., & Sharp, J.G. (2022). Lecturer self-efficacy beliefs: An integrative review and synthesis of relevant literature. *J Furth High Educ.*, 46(2), 225-245.
<http://dx.doi.org/10.1080/0309877X.2021.1905155>
- Matos, M.M., Sharp, J.G., & Iaochite, R.T. (2022). Self-efficacy beliefs as a predictor of quality of life and burnout among university lecturers. *Front Educ.*, 7(2022), 887435.
<http://dx.doi.org/10.3389/feduc.2022.887435>
- Miles, M.B., Huberman, A.M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook*. 3rd ed. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Moreau, M.P. (2016). Regulating the student body/ies: University policies and student parents. *Br Educ Res J.*, 42(5), 906-925. <http://dx.doi.org/10.1002/berj.3234>
- Morrish, L. (2019). *Pressure vessels: The epidemic of poor mental health among higher education staff*. Oxford: Oxuniprint.
- Neme, G.G.S., & Limongi, J.E. (2019). Prevalence and factors related to common mental disorders among university professors of a Brazilian federal university. *Hygeia*, 15(32), 112-120.
<http://dx.doi.org/10.14393/Hygeia153249863>
- Nowell, L.S., Norris, J.M., White, D.E., & Moules, N.J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1).
<http://dx.doi.org/10.1177/1609406917733847>

- Oliveira, M.A.C., Carvalho, R.F., Faria, M.G., Neto, M., Eleuterio, T.R., & Daher, D.V. (2021). Occupational health and university professors' lifestyle: integrative literature review. *Rev enferm UERJ*, 29(2021), e60812. <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2021.60812>
- Rogler, C. R. (2019). Insatiable greed: performance pressure and precarity in the neoliberalised university. *Social Anthropology*, 27(S2), 63-77. <https://doi.org/10.1111/1469-8676.12689>
- Saldaña, J. (2015). *The Coding Manual for Qualitative Researchers*. 3rd ed. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Sang, K., Powell, A., Finkel, R., & Richards, J. (2015). 'Being an academic is not a 9–5 job': Long working hours and the 'ideal worker' in UK academia. *Labour & Industry*, 25(3), 235-249. <https://doi.org/10.1080/10301763.2015.1081723>
- Santos, D.A.S., Azevedo, C.A., Araújo, T.M., & Soares, J.F.S. (2016). Reflections about the health of teachers in the context of commodification of higher education. *Rev Docência Ens Sup.*, 6(1), 159–186.
- Skea, C. (2021). Emerging neoliberal academic identities: looking beyond 'Homo Economicus'. *Stud Philo Educ.*, 40, 399-414. <https://doi.org/10.1007/s11217-021-09768-7>
- Sullivan, T.A. (2014). Greedy institutions, overwork, and work-life balance. *Sociol Inq.*, 84, 1-15. <https://doi.org/10.1111/soin.12029>
- Van Lankveld, T., Schoonenboom, J., Volman, M., Croiset, G., & Beishuizen, J. (2017). Developing a teacher identity in the university context: A systematic review of the literature. *Higher Education Research & Development*, 36(2), 325-342. <https://doi.org/10.1080/07294360.2016.1208154>
- Wright, M. C., Howery, C. B., Assar, N., McKinney, K., Kain, E. L., Glass, B., Kramer, L., & Atkinson, M. (2004). Greedy institutions: The importance of institutional context for teaching in higher education. *Teaching Sociology*, 32(2), 144–159. <http://www.jstor.org/stable/3211457>

Submetido: 03/06/2024

Preprint: 07/06/2024

Aprovado: 13/03/2026

Editor de seção: Stefannie de Sá Ibraim

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos nossos participantes, que generosamente dedicaram seu precioso tempo para compartilhar suas experiências conosco. Agradecemos também à Professora Abigail Powell e ao Professor John G. Sharp pela leitura crítica da primeira versão deste artigo e por suas observações valiosas.

FINANCIAMENTO

Este estudo foi parcialmente financiado pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) – Código de Financiamento 001.

DECLARAÇÃO SOBRE DISPONIBILIDADE DE DADOS

Os conteúdos subjacentes ao texto da pesquisa estão contidos no manuscrito.

DECLARAÇÃO DE AUTORIA

Autora 1: Conceitualização, Curadoria de dados, Investigação, Escrita – rascunho original, Escrita – revisão e edição.

Autora 2: Análise formal, Validação, Escrita – revisão e edição.

Autor 3: Metodologia, Análise formal, Visualização, Escrita – revisão e edição.

Autor 4: Supervisão, Conceitualização, Escrita – revisão e edição.

DECLARAÇÃO DE CONFLITO DE INTERESSE

Os autores declaram que a pesquisa não envolveu relações comerciais ou financeiras que pudessem ser consideradas um potencial conflito de interesses.