

## **BEM-ESTAR INTEGRAL E A VOCAÇÃO DOCENTE NOS CURSOS DE NUTRIÇÃO E GASTRONOMIA: DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS NA FORMAÇÃO ACADÊMICA**

Barbara Martins Vieira<sup>1</sup>  
Caroline do Nascimento Silva<sup>2</sup>  
Cristiane Ribeiro Pinto<sup>3</sup>  
Cynthia R. Melo Ribeiro Borges<sup>4</sup>  
Flávia Melo<sup>5</sup>  
Giovanna Nascimento Mello e Silva<sup>6</sup>  
Karina de Souza Ramos Martins<sup>7</sup>  
Luizmar Pacheco de Lima Junior<sup>8</sup>

### **RESUMO**

A docência no ensino superior tem sido marcada por transformações que impactam diretamente o bem-estar dos professores, especialmente em cursos da área da saúde e de natureza prática, como Nutrição e Gastronomia. Este estudo tem como objetivo analisar criticamente o bem-estar integral e sua relação com a vocação docente, considerando os desafios contemporâneos do trabalho acadêmico. Trata-se de um relato de experiência fundamentado em revisão narrativa da literatura, articulando referenciais da Psicologia Positiva e abordagens críticas do trabalho. Observa-se que o bem-estar docente é influenciado por fatores organizacionais, psicossociais e individuais, sendo frequentemente comprometido pela sobrecarga de trabalho, intensificação das demandas e desvalorização profissional. Nos cursos analisados, tais desafios são ampliados pela necessidade de atividades práticas, laboratoriais e de supervisão, exigindo maior envolvimento docente. Por outro lado, destaca-se que a inserção de metodologias ativas de ensino e o uso de instrumentos tecnológicos configuram-se como estratégias potencializadoras do processo de ensino-aprendizagem, podendo contribuir para maior engajamento discente e, quando adequadamente implementadas, favorecer o bem-estar docente ao diversificar práticas pedagógicas e otimizar o trabalho acadêmico. A vocação surge como elemento de sentido e permanência na profissão, porém sua romantização pode contribuir para a naturalização de condições inadequadas de trabalho. Conclui-se que a promoção do bem-estar docente exige não apenas estratégias individuais, mas mudanças estruturais nas instituições de ensino, visando garantir melhores condições de trabalho, valorização profissional e incentivo à inovação pedagógica.

### **PALAVRAS-CHAVE:**

Qualidade de vida no trabalho. Vocação docente. Ensino superior. Nutrição. Gastronomia.

<sup>1</sup> Doutora. Curso de Nutrição da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. barbara.martins@docente.unievangelica.edu.br

<sup>2</sup> Especialista. Curso de Nutrição da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. caroline.silva@docente.unievangelica.edu.br

<sup>3</sup> Especialista. Curso de Gastronomia da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. gastronomacris@gmail.com

<sup>4</sup> Mestre. Curso de Nutrição da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. cynthia.borges@unievangelica.edu.br

<sup>5</sup> Mestre. Curso de Nutrição da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. flaviame76@hotmail.com

<sup>6</sup> Mestre. Curso de Nutrição da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. giovannamelonutri@gmail.com

<sup>7</sup> Especialista. Curso de Nutrição da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. karina.martins@unievangelica.edu.br

<sup>8</sup> Especialista. Curso de Gastronomia da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. luizmarjunior04@gmail.com

### INTRODUÇÃO

A docência no ensino superior caracteriza-se como uma atividade complexa, multifacetada e socialmente relevante, marcada pela articulação entre ensino, pesquisa e extensão. No entanto, as transformações recentes no mundo do trabalho têm impactado significativamente essa atividade, intensificando demandas e ampliando as responsabilidades atribuídas aos docentes.

Estudos evidenciam que o trabalho docente apresenta natureza multidimensional, envolvendo aspectos pedagógicos, administrativos e relacionais, os quais influenciam diretamente a saúde e o bem-estar dos professores. Nesse contexto, observa-se que os docentes constituem uma categoria profissional vulnerável ao sofrimento psíquico, com elevada exposição ao estresse ocupacional e ao adoecimento relacionado ao trabalho (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005).

Paralelamente, o bem-estar docente tem sido frequentemente analisado sob a perspectiva do bem-estar subjetivo, compreendido como a avaliação cognitiva e afetiva que o indivíduo realiza sobre sua própria vida (DIENER *et al.*, 1999). Entretanto, abordagens centradas exclusivamente no indivíduo tendem a desconsiderar os determinantes estruturais do trabalho docente, como condições institucionais, sobrecarga de atividades e reconhecimento profissional (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008).

Sob uma perspectiva crítica, o trabalho docente deve ser compreendido como espaço simultâneo de realização e sofrimento, conforme discutido por Dejours (1992), o trabalho é influenciado pelas condições concretas em que é exercido. Assim, a análise do bem-estar docente demanda a articulação entre fatores subjetivos e contextuais.

Nos cursos de Nutrição e Gastronomia, essa problemática se intensifica, uma vez que a prática docente envolve atividades laboratoriais, clínicas e de produção alimentar, ampliando as exigências técnicas, a responsabilidade profissional e o envolvimento direto com a formação de futuros profissionais da área da saúde e alimentação.

Diante desse cenário, justifica-se a relevância deste estudo pela necessidade de compreender os fatores que influenciam o bem-estar docente em contextos específicos de formação acadêmica, contribuindo para a reflexão sobre práticas pedagógicas e condições de trabalho no ensino superior. Nesse sentido, este estudo tem como objetivo analisar o bem-estar integral e sua relação com a vocação docente nos cursos de Nutrição e Gastronomia, problematizando os limites dessa relação frente às

condições contemporâneas do trabalho acadêmico. Busca-se, ainda, discutir a importância dessa temática para a formação acadêmica, considerando que o bem-estar do docente impacta diretamente a qualidade do processo de ensino-aprendizagem e a formação dos estudantes.

### **METODOLOGIA**

Esta pesquisa é de natureza qualitativa e se caracteriza como um relato de experiência crítico, fundamentado em uma revisão narrativa da literatura. O cenário do estudo compreende os cursos de Nutrição e Gastronomia de uma instituição de ensino superior em Anápolis-Goiás. O recorte empírico abrangeu a vivência pedagógica do segundo semestre de 2025, acompanhando todas as turmas em andamento de ambos os cursos, o que envolveu a interação com aproximadamente 300 acadêmicos regularmente matriculados. A coleta de dados para o relato baseou-se em diários de campo e observação participante das dinâmicas laboratoriais, clínicas e de cozinha-escola.

Para o aporte teórico, realizou-se um levantamento bibliográfico de artigos nacionais e internacionais (2000 a 2025) na base SciELO e periódicos especializados. Os critérios de inclusão focaram em saúde ocupacional do professor, qualidade de vida no magistério e a vocação no ensino superior. A análise dos dados seguiu uma abordagem descritivo-interpretativa, confrontando as dificuldades técnicas e contextuais observadas na prática com os pressupostos da Psicologia Positiva e das teorias críticas do labor educativo. As etapas foram organizadas em: (1) levantamento bibliográfico; (2) sistematização da vivência; (3) análise dialética entre prática e teoria; e (4) síntese das discussões.

### **RELATO DE EXPERIÊNCIA E RESULTADOS**

A análise da atividade acadêmica nos cursos de Nutrição e Gastronomia revela uma intersecção complexa entre a satisfação pessoal e as exigências institucionais. Os resultados, sistematizados a partir da observação e dos registros em diários de campo, foram organizados nos eixos analíticos a seguir:

#### **4.1. A Complexidade do Fazer Prático na Nutrição e Gastronomia**

A prática pedagógica nestes cursos exige uma logística que extrapola o simples domínio do conteúdo teórico. Durante o acompanhamento das turmas, observou-se que a saúde ocupacional do professor é tensionada pela sobrecarga do planejamento de insumos e pela necessidade de uma supervisão direta e individualizada. Em ambientes como a cozinha-escola, laboratórios didáticos e contextos de prática supervisionada exige planejamento contínuo, acompanhamento individualizado dos estudantes e responsabilidade técnica sobre a segurança e o desempenho de todos os acadêmicos presentes.

Sob essa ótica, o labor educativo torna-se multidimensional, envolvendo aspectos pedagógicos, administrativos e relacionais. Esta intensificação do trabalho gera um desgaste que ultrapassa a carga horária formal, incluindo o planejamento pedagógico e a correção de avaliações fora do período de aula. Tal cenário eleva a exposição ao estresse ocupacional e ao sofrimento psíquico, uma vez que a exigência de atividades práticas amplia significativamente a carga de trabalho.

Os achados da literatura indicam que o bem-estar docente está diretamente relacionado à interação entre fatores individuais e organizacionais, incluindo condições de trabalho, relações interpessoais e reconhecimento profissional (MORANDINI; GOMIDE JÚNIOR, 2022). No entanto, observa-se que a intensificação das demandas acadêmicas, associada à sobrecarga de atividades, tem contribuído para o aumento do estresse ocupacional e do adoecimento docente (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005). Esse cenário reforça a natureza interativa e complexa do trabalho docente, caracterizado pela atuação direta com indivíduos em formação, demandando não apenas competências técnicas, mas também habilidades emocionais e relacionais (TARDIF; LESSARD, 2008).

No contexto específico dos cursos analisados, a exigência de atividades práticas amplia significativamente a carga de trabalho docente, uma vez que envolve planejamento prévio, organização de insumos, supervisão direta das atividades e avaliação contínua do desempenho docente. Além disso, a responsabilidade sobre ambientes que simulam práticas profissionais reais aumenta a pressão sobre o docente, sobretudo em áreas relacionadas à saúde e alimentação. Outro aspecto relevante refere-se à extensão das atividades docentes para além da carga horária formal, incluindo correção de avaliações, planejamento pedagógico e acompanhamento docente, características inerentes à prática

docente no ensino superior. Nesse sentido, destaca-se a importância de iniciativas institucionais que busquem apoiar o professor na organização dessas demandas, contribuindo para a manutenção do equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

### **4.2. Vocação vs. Romantização: O Limite do Sentido no Trabalho**

A vivência demonstrou que a vocação permanece como o principal pilar de sentido e permanência no magistério. Professores que atribuem significado à sua prática tendem a apresentar maior satisfação, mesmo diante de condições adversas. No entanto, os registros de observação alertam para o risco da romantização da profissão, que pode contribuir para a naturalização de condições inadequadas de trabalho.

A análise crítica sugere que o trabalho deve ser compreendido como espaço simultâneo de realização e sofrimento. Conforme discutido por Dejours (1992), o labor é influenciado pelas condições concretas em que é exercido. Portanto, o equilíbrio biopsicossocial do educador depende de uma análise que articule fatores subjetivos e contextuais, garantindo que o compromisso vocacional esteja alinhado a condições institucionais saudáveis e valorização profissional.

### **4.3. Metodologias Ativas como Fator de Proteção ao Bem-Estar**

A implementação de metodologias ativas e tecnologias digitais demonstrou ser uma estratégia eficaz para potencializar o equilíbrio biopsicossocial do educador e o engajamento discente. Em decorrência dessa realidade, observou-se que a resposta mais ativa dos estudantes reduz a frustração associada à passividade em sala de aula, favorecendo experiências mais gratificantes no labor educativo. Ao atuar como mediador, o professor percebe um aumento em sua percepção de eficácia pedagógica e satisfação profissional (FERREIRA *et al.*, 2025; VALENTE, 2019).

Nessa perspectiva, o uso de instrumentos tecnológicos e métodos como a sala de aula invertida ou a aprendizagem baseada em problemas (ABP) permite que o docente de Nutrição e Gastronomia otimize o tempo de exposição teórica, focando na mentoria técnica. Contudo, a análise dialética indica que a execução dessas metodologias exige maior preparo e planejamento prévio. Sem o devido suporte institucional, formação continuada e infraestrutura digital adequada, a inovação pode ser percebida

como uma fonte adicional de sobrecarga, reforçando a necessidade de políticas que garantam a sustentabilidade dessas práticas sem comprometer a saúde ocupacional do professor (ARAÚJO *et al.*, 2025).

Conforme discutido por Dejours (1992), o trabalho é influenciado pelas condições concretas em que é exercido, o que reforça a necessidade de analisar o bem-estar docente a partir da articulação entre fatores subjetivos e contextuais. Nessa perspectiva, os resultados evidenciam que o bem-estar docente nos cursos de Nutrição e Gastronomia é influenciado por uma combinação de fatores estruturais e subjetivos. Destaca-se que a instituição tem demonstrado preocupação com a promoção do bem-estar e da valorização docente, por meio da realização de programações, ações e eventos que incentivam a vocação e o desenvolvimento profissional. Ainda assim, observa-se a necessidade de avançar continuamente na consolidação de estratégias institucionais que promovam melhores condições de trabalho e fortalecimento da prática docente.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo analisou o equilíbrio biopsicossocial e a sua relação com a vocação docente nos cursos de Nutrição e Gastronomia, evidenciando que a qualidade de vida no magistério resulta de uma complexa interação entre fatores individuais, organizacionais e contextuais. Os achados confirmam que o compromisso vocacional permanece como o elemento central na construção do sentido da atividade acadêmica, funcionando como um pilar de resiliência e permanência na carreira, mesmo perante as transformações recentes do ensino superior. Contudo, a análise alerta que a valorização desta dimensão deve ser compreendida de forma equilibrada, a fim de que a sua romantização não contribua para a naturalização de desafios estruturais ou para a centralização da responsabilidade pelo bem-estar exclusivamente no indivíduo.

Nesse contexto, a inserção de tecnologias e metodologias ativas configura-se como uma estratégia relevante para dinamizar as práticas pedagógicas e fortalecer a percepção de eficácia do professor, embora demande suporte institucional para não se tornar uma nova face da precarização. Diante desta realidade, torna-se imperativo que as instituições de ensino superior implementem mudanças operacionais concretas que transcendam o discurso da valorização subjetiva. É necessário o

redimensionamento da carga horária para incluir formalmente o complexo planejamento logístico de insumos e a organização laboratorial, tarefas que hoje frequentemente invadem o tempo de descanso do docente. Além disso, a alocação de equipas de apoio técnico especializado em cozinhas e laboratórios revela-se fundamental para reduzir a sobrecarga operacional, permitindo que o foco da atividade permaneça na mediação pedagógica e clínica.

Por fim, recomenda-se a consolidação de políticas de saúde ocupacional que ofereçam suporte psicopedagógico e formação continuada sistemática, garantindo que a inovação tecnológica caminhe lado a lado com a dignidade profissional. Conclui-se que a promoção do bem-estar docente exige uma transição de estratégias meramente individuais para mudanças estruturais profundas. Para pesquisas futuras, ressalta-se a importância de estudos empíricos que quantifiquem o impacto do suporte técnico-administrativo na mitigação do sofrimento psíquico em cursos de natureza prática, visando promover um ambiente acadêmico integralmente saudável e sustentável

### REFERÊNCIAS

- ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital**. São Paulo: Boitempo, 2018.
- ARAÚJO, Lérika Alves *et al.* Metodologias ativas mediadas por tecnologia: análise crítica do papel do professor. **Interference Journal**, v. 11, n. 2, p. 2553 – 2573, 2025.
- BATISTA, Nildo Alves; BATISTA, Sylvia Helena Souza da Silva. Docência em saúde: desafios e perspectivas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 9, n. 2, p. 353–360, 2004.
- CECCIM, Ricardo Burg; FEUERWERKER, Laura Camargo Macruz. O quadrilátero da formação para a área da saúde: ensino, gestão, atenção e controle social. **Physis**, v. 14, n. 1, p. 41–65, 2004.
- DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 5. ed. São Paulo: Cortez, 1992.
- DIENER, Ed; SUH, Eunkook M.; LUCAS, Richard E.; SMITH, Heidi L. Subjective well-being: three decades of progress. **Psychological Bulletin**, v. 125, n. 2, p. 276–302, 1999.
- FERREIRA, Joelson Miranda *et al.* Metodologias ativas e tecnologias digitais: práticas inovadoras no ensino superior. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação**, v. 11, n. 6, p. 5370–5386, 2025.
- GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 189–199, 2005.

GOUVEIA, Valdiney V. et al. Escala de bem-estar afetivo no trabalho. **Avaliação Psicológica**, v. 7, n. 2, p. 225–233, 2008.

MORANDINI, Alberto A.; GOMIDE JÚNIOR, Sinésio. Uma revisão sobre qualidade de vida e bem-estar de docentes. **Laborativa**, v. 11, n. 1, p. 39–64, 2022.

REBOLO, Flavinês; GUTIERREZ, Gustavo Luis. O bem-estar docente: limites e possibilidades para a felicidade do professor no trabalho. **Educação e Pesquisa**, v. 36, n.2, p. 323 – 331, 2014.

RYAN, Richard M.; DECI, Edward L. On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 141–166, 2001.

SANT'ANNA, Glaucia M. A.; PIRES, Emmy U. Bem-estar subjetivo e bem-estar no trabalho: reflexões sobre a prática docente. **Cadernos da Pedagogia**, v. 14, n. 28, p. 225–240, 2020.

SELIGMAN, Martin E. P. **Authentic happiness**. New York: Free Press, 2002.

SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias; PADOVAM, Valquíria. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 24, n. 2, p. 201–209, 2008.

TARDIF, Maurice; LESSARD, Claude. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas**. Petrópolis: Vozes, 2008.

VALENTE, José Armando. Tecnologias e educação a distância no ensino superior. **Trabalho & Educação**, v. 28, n.1, p. 97 – 113, 2019.