



Avaliação da qualidade de vida do estudante trabalhador

Jean Marques de Souza

IF Sudeste de Minas Gerais

jean.b2c@gmail.com

Roselne Santarosa de Sousa

IF Sudeste de Minas Gerais

roselne.santarosa@ifsudestemg.edu.br

Esther de Matos Ireno Marques

IF Sudeste de Minas Gerais

esther.marques@ifsudestemg.edu.br

Resumo: O presente trabalho visa analisar a qualidade de vida do estudante-trabalhador observando como a atividade laboral pode afetar a qualidade de vida do estudante. Trata-se de um estudo baseado na literatura, que visa enriquecer a discussão acerca do acesso e da permanência no ensino superior no Brasil, identificando aspectos promotores e não promotores da qualidade de vida do estudante e relacionando-os com a rotina de um estudante trabalhador. O estudo destes fatores permite assistir as instituições de ensino superior no desafio de se promover melhores condições de ensino e aprimorar o aprendizado. Para isso, foi desenvolvida uma Revisão Sistemática de Literatura que elencou os principais aspectos que interferem na qualidade de vida do estudante e, em seguida, os aspectos mais incidentes foram objetos de análise neste trabalho. Os resultados mostraram que os aspectos mais relevantes foram gênero, saúde mental, condições de aprendizado, tempo para descanso e para dedicar-se a questões pessoais, estudar e trabalhar, condições de aprendizado, prática de atividade física, relações sociais, saúde e satisfação pessoal. Concluiu-se que o fato de conciliar trabalho e estudo afeta negativamente a qualidade de vida do estudante.

Palavras-chave: Qualidade de vida; estudante-trabalhador; ensino superior.

Introdução

O conceito de qualidade de vida abrange diversas vertentes na literatura. Apesar de o senso comum associar ao padrão econômico e social, outros inúmeros parâmetros relacionados a saúde, lazer, esporte, meio ambiente, transporte, segurança, espiritualidade

também devem ser compreendidos. Pode-se dizer, portanto, que o estudo da qualidade de vida do estudante trabalhador vem representado por diversas vertentes e estas podem ser objetos de constantes análises e reflexões.

No Brasil, muito se discute sobre o acesso ao ensino superior e as formas de garantir que pessoas de todas as classes sociais possam entrar nas universidades e Institutos Federais. Pode-se citar o sistema de cotas, ampliação das vagas em universidades federais e criação de Institutos Federais como medidas para expandir esse acesso às classes mais vulneráveis. Porém, a permanência no ensino superior muitas das vezes estabelece relação de dependência com a situação financeira dos estudantes e, a partir daí, surge a necessidade de trabalhar, o que pode fazer com que haja sobrecarga de atividades, aumento de estresse, diminuição do tempo de descanso, dentre outros efeitos dessa relação de trabalho e estudo.

Boa parte dos estudantes de ensino superior no Brasil é composta por estudantes que trabalham, seja por necessidade, por aprimoramento profissional, por busca de melhores condições financeiras futuras ou outro aspecto motivador. Muito embora algumas situações apresentem maior precariedade que outras, a despeito do motivo, o aluno que trabalha se encontra em uma situação desafiadora de ter que desempenhar bem os dois papéis. É um desafio para as instituições de ensino superior, portanto, promover a qualidade do ensino e aprendizado do estudante que se estabelece em dupla jornada. Estudos acerca da qualidade de vida desses alunos podem atuar como subsídio às políticas públicas que assessorem o desenvolvimento de melhores condições para a formação superior. Assim, este trabalho tem como objetivo estudar a qualidade de vida do estudante trabalhador, analisando como o trabalho, ao ser uma atividade acumulada aos estudos, pode afetar os aspectos de qualidade de vida do estudante.

É importante esclarecer que os métodos da pesquisa foram alterados e adaptados ao contexto emergencial e imprevisível gerado pela pandemia do coronavírus em 2020. A ideia inicial deste estudo era avaliar a qualidade de vida de estudantes trabalhadores do Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais através de uma pesquisa exploratória. Seria utilizado, para isso, o *The World Health Organization Quality of Life assessment (Whoqol-bref)*, instrumento desenvolvido pela OMS para medir qualidade de vida por meio de questionários relacionados à experiência dos entrevistados nas últimas semanas. Entretanto, surgiu o contexto da pandemia e diversas medidas foram tomadas para conter o avanço da doença, entre elas a suspensão das aulas na instituição. Diante do cenário de isolamento social, esse tipo de pesquisa exploratória tornou-se inviável, visto que seria importante que os indivíduos estivessem exercendo os papéis de estudante e de trabalhador normalmente para que os resultados não tivessem interferência deste contexto.

Optou-se, portanto, por expandir a análise para os estudantes de ensino superior no Brasil mediante o desenvolvimento de uma Revisão Sistemática de Literatura dos aspectos de qualidade de vida do estudante, cujos resultados seriam comparados à rotina de um estudante trabalhador. A Revisão Sistemática buscou reunir evidências sobre estudantes de ensino superior no Brasil, baseando-se em 31 pesquisas exploratórias que optaram por diversos instrumentos diferentes para medir a qualidade de vida conforme o objetivo de cada pesquisa. Os aspectos de QVE mencionados na Revisão foram apresentados de acordo com sua incidência nos estudos elegidos.

Dos aspectos não promotores de QVE, destacaram-se saúde mental/emocional afetada (17) ser mulher (11), falta de tempo/espço para lazer, descanso, atividade física e/ou família (6), estudar e trabalhar (5) e condições ruins de aprendizagem (5). Dentre os promotores de QVE, destacaram-se boas relações sociais (7), saúde (7), prática de atividade física (7) e satisfação pessoal (6).

A partir desses dados, foi possível observar como o trabalho pode interferir na qualidade de vida dos estudantes. O presente estudo trata-se, portanto, de uma pesquisa bibliográfica acerca do estudante trabalhador analisada em conjunto com uma Revisão Sistemática de Literatura, cujos resultados puderam nortear o desenvolvimento deste trabalho.

Aspectos relevantes na qualidade de vida do estudante-trabalhador

A partir das variáveis mencionadas, já é possível perceber que estudar e trabalhar tende a ser um aspecto não promotor de QVE, sendo que 5 dos 31 estudos da revisão obtiveram esse achado. A qualidade de vida pode ser prejudicada, principalmente, pela sobrecarga de atividades gerada do estudo e trabalho associada às alterações fisiológicas características dessa relação, gerando, sobretudo, desgaste físico e mental (FONTANA; BRIGO, 2012).

Fator tempo

O estudante que trabalha tem sua rotina representada por demandas de tarefas durante todo o decorrer do dia e da semana. Ele precisa abrir mão de diversas atividades de seu interesse, do esporte que gosta de praticar, do lazer, do tempo com a família. A falta de tempo é o que propicia surgimento de aspectos não promotores na qualidade de vida do estudante, já que está diretamente ligado ao sono e alimentação adequados, às condições de aprendizado, à prática de atividade física, entre outros diversos consequentes.

Estudantes relatam que essa sobrecarga de atividades traz consequências diretas para a saúde, já que horas de sono são perdidas num esforço de compensar a falta de tempo para executar todas as tarefas e a correria do dia a dia muitas vezes não permite uma alimentação de qualidade (FONTANA; BRIGO, 2012; OLIVEIRA, B. M. De; MININEL; FELLI, 2011). É evidente que a falta de descanso adequado ocasiona diversos outros problemas na vida do estudante, principalmente no seu aprendizado. VALLE; VALLE e REIMÃO (2009) explicam que o sono tem papel fundamental no processo de aprendizagem, já que esta é uma atividade cognitiva que ocorre a partir da consolidação da memória, portanto, o aluno que trabalha geralmente não dorme bem e tem seus estudos prejudicados. De forma análoga, estudo feito com universitários de cursos de enfermagem buscou entender as maiores dificuldades de um estudante trabalhador e os relatos dos estudantes convergiram para fatores como a fadiga e o sono (FONTANA; BRIGO, 2012).

A situação torna-se mais complexa para aqueles que são pais, geralmente de crianças. Segundo pesquisa realizada em uma universidade, estudantes sem filhos apresentam melhor performance de qualidade de vida (MOURA *et al.*, 2016). Este fato pode ser evidenciado pela atenção que esses pais precisam dividir com seus filhos além das tarefas do dia a dia, situação que torna ainda mais corrida a vida do estudante, principalmente em relação aos que também trabalham.

Ao se dedicarem a múltiplas atividades durante o dia, os estudantes trabalhadores também estão propensos a praticarem menos atividade física devido à falta de tempo disponível e tornando-se mais sedentários (FONTANA; BRIGO, 2012; OLIVEIRA, B. M. De; MININEL; FELLI, 2011). Estudos mostram que a atividade física é fundamental para um estilo de vida mais saudável e está intimamente ligado com a qualidade de vida (CIESLAK *et al.*, 2012; CLAUMANN *et al.*, 2017; SILVA *et al.*, 2007), fato que também é extremamente relevante para a saúde, visto que praticantes apresentam menor propensão a doenças como as doenças cardiovasculares (COELHO; BURINI, 2009). Com a semana cheia de tarefas, a alternativa poderia ser a prática de atividades físicas aos fins de semana, porém, diante de tantos eventos pessoais e de seu interesse que o aluno trabalhador deixa de participar durante a semana, ele se vê em uma situação em que precisa escolher entre separar seu fim de semana para o lazer ou dedicar-se à prática de algum esporte, a ficar mais tempo com a família, a completar alguns aprendizados que não foram satisfatórios, etc. Ou seja, mesmo com fins de semana livres de trabalho e estudo, é improvável que o aluno consiga satisfazer todas as atividades das quais necessita e que tem vontade de realizar.

Saúde mental/emocional

O aspecto que mais se destacou na Revisão Sistemática foi a saúde mental/emocional, sendo, portanto, considerado o principal fator de influência na qualidade de vida do estudante, segundo os resultados da Revisão. Esse aspecto esteve representado por problemas como estresse, ansiedade, depressão, tensão emocional, fadiga, sobrecarga de atividades e necessidade de acompanhamento psicológico.

Problemas relacionados à saúde mental e emocional são notáveis nos mais diversos contextos na sociedade e geralmente associados a circunstâncias que afetam a produtividade e a autoestima e, ainda propiciam maior consumo de álcool e outras drogas (SANTOS; FERLA, 2017; SAWICKI *et al.*, 2018). Em consonância, quando se trata de universitários, Mondardo e Pedon (2005) ressaltam que é constante a observação de estresse nos meios acadêmicos que estão próximos ou já atingiram a fase de exaustão, na qual há uma queda da imunidade e surgimento da maioria das doenças fisiológicas, comportamentais, psicológicas e de aprendizagem.

Ademais, o mercado de trabalho também representa um ambiente muitas vezes repleto de ansiedade e estresse que se materializa em condições instáveis, de permanente insegurança e vulnerabilidade frente, sobretudo, à possibilidade de desemprego, às longas jornadas de trabalho e às múltiplas exposições ocupacionais. Estudos evidenciam alta incidência de fadiga e necessidades de tratamento psicológico de trabalhadores no Brasil ligadas a transtornos causados pelo trabalho que, muitas vezes, levam ao afastamento (ARAÚJO; PALMA; ARAÚJO, 2017; ASSUNÇÃO; LIMA; GUIMARÃES, 2017; GALINDO; FRANCISCO; RIOS, 2015; RIBEIRO *et al.*, 2019).

Ao associar dois ambientes de potenciais fatores estressores, como o mercado de trabalho e o ambiente acadêmico, o estudante trabalhador se torna mais suscetível a problemas psicológicos e fisiológicos consequentes de uma saúde mental afetada. Estudo feito por Silveira *et al.* (2011) com estudantes acompanhados pelo programa Psiquiatria do Universitário mostram que um dos fatores desencadeadores de estresse nos estudantes que procuram ajuda é a necessidade de gerir trabalho, estudo e responsabilidades domésticas e familiares. Diante de um contexto preocupante, pesquisas buscaram avaliar o nível de estresse e ansiedade de estudantes trabalhadores, a fim de identificar possíveis casos relacionados com a síndrome de *Burnout*, obtendo resultados negativos na maioria dos casos. Embora tenha-se apresentado índices de diagnóstico relativamente baixos para essa doença, os níveis de estresse chegaram à

exaustão emocional em grande parte dos casos, evidenciando a vulnerabilidade desses estudantes (CIMAROSTI *et al.*, 2018).

Sexo feminino

O desenvolvimento da Revisão Sistemática sobre a qualidade de vida do estudante identificou que a maioria das pesquisas indicaram população acadêmica composta majoritariamente pelo público feminino. As mulheres, contudo, obtiveram menor performance de qualidade de vida quando comparada aos índices do sexo oposto em 11 casos em que foram realizadas essa comparação, sendo que não houve nenhuma ocorrência contrária.

Apesar de preocupante, situações que evidenciam desigualdade de gênero não são inéditas. Ainda que o cenário atual esteja em processo de mudança, as mulheres ainda apresentam condições mais precárias em relação aos homens no contexto do mercado de trabalho (OLIVEIRA, M.; TEMUDO, 2006). Característica da sociedade que interfere diretamente nisso são os papéis familiares que cada gênero desempenha, circunstância em que a divisão das tarefas domésticas quase sempre acontece de forma desigual e em desvantagem para o sexo feminino, caracterizado também pela falta de apoio da família em que, frequentemente, ocorre por parte do companheiro. Em um estudo feito com estudantes trabalhadoras mulheres, todas as entrevistadas convergiram para o fato de que ser mulher agrava a dificuldade na gestão dos tempos de estudo, trabalho e família, momento em que os autores inferem a interiorização do papel tradicional da mulher-companheira, mulher-mãe e mulher-dona de casa, cujas tarefas da família e da casa são percebidas como sendo inerentes ao seu sexo (OLIVEIRA, M.; TEMUDO, 2006).

Aspectos motivadores

Apesar das dificuldades, os estudantes procuram manter-se em busca de seus objetivos profissionais mesmo precisando enfrentar diversos obstáculos. No geral, são motivados a partir de uma perspectiva de um futuro promissor, buscando, através dos estudos, condições melhores que as atuais. Para isso, grande parte desses acadêmicos necessita trabalhar para conquistar o propósito de se profissionalizar, pois são provenientes de famílias sem condições de custear as despesas de seus estudos, principalmente quando precisam mudar de cidade. Todo esforço, porém, por vezes, pode ser recompensado pelo quesito satisfação pessoal

diante da oportunidade de poder realizar o sonho de seguir a carreira profissional que tanto desejou e ter experiências profissionais que irão contribuir para sua capacitação.

Contudo, é importante distinguir os estudantes que têm a necessidade de trabalhar para o sustento próprio e/ou de sua família daqueles que atuam profissionalmente na área que almejam se especializar através do ensino superior. Esses últimos, apesar de também fazerem parte da gama de estudantes que têm a qualidade de vida prejudicada por conciliar o trabalho com os estudos, são privilegiados por uma situação satisfatória em que podem aplicar na prática seus aprendizados em sala de aula, além de contribuírem para sua carreira profissional com enriquecidas experiências, o que muitas vezes é requisito para outras oportunidades no mercado de trabalho. Estes apresentam, também, maior satisfação pessoal, o que alivia a tensão gerada pela sobrecarga de atividades.

Por outro lado, os primeiros se veem em uma situação mais vulnerável, visto que, no geral, estão empregados em um trabalho que lhe foi ocasionado, diferente daquela carreira desejada, e por isso, precisam dividir seus esforços entre a necessidade e o interesse sem poder concentrar-se em uma atividade ou outra, o que muitas vezes acarreta em tarefas precárias e insatisfatórias (VARGAS; PAULA, 2013). Essa situação é extremamente frustrante para um estudante que busca se destacar na carreira pela qual se dedica e, naturalmente, vê seus estudos prejudicados, apresenta insatisfação com o curso, menor qualidade de vida, e então, surge a vontade de desistir. Apesar disso, possuir experiência profissional na área pode também gerar contextos insatisfatórios para os alunos ao se observar fatores estressores ligados a quantidade de ações que necessitam constantemente serem revistas e avaliadas em função do conflito existente entre a teoria e a prática. (CARLOTTO; CÂMARA, 2008)

Considerações finais

A Revisão Sistemática desenvolvida para realizar este estudo poderá servir de base para tomadas de decisão no âmbito educacional e social. Foi possível perceber a importância de uma avaliação quanto às ações possíveis para promover a qualidade de vida no ambiente acadêmico, ressaltando a importância da prática de atividade física, da alimentação de qualidade, de boas noites de sono, do cuidado com saúde mental, da disponibilidade de tempo para o lazer e família, etc. Porém, um estudante que trabalha é mais limitado nesse sentido e apresenta menor poder de decisão nas ações em prol da sua qualidade de vida, devido à baixa quantidade de tempo disponível e dos fatores estressores que a sobrecarga de atividades lhe ocasiona.

Logo, foi possível perceber que estudantes trabalhadores desenvolvem mais aspectos não promotores de qualidade de vida do que promotores, apontando para maior precariedade desses estudantes quando comparado aos que não trabalham. Este estudo pôde evidenciar, também, que as mulheres estudantes e estudantes trabalhadoras necessitam de maior atenção por parte das instituições de ensino diante da vulnerabilidade em que se encontram.

Referências

- ARAÚJO, T. M.; PALMA, T. D. F.; ARAÚJO, N. D. C. **Vigilância em Saúde Mental e Trabalho no Brasil: características, dificuldades e desafios**. *Ciencia e Saude Coletiva*, Feira de Santana, v. 22, n. 10, p. 3235–3246, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320172210.17552017>. Acesso em 07 de mar. de 2021
- ASSUNÇÃO, A. Á.; LIMA, E. de P.; GUIMARÃES, M. D. C. **Transtornos mentais e inserção no mercado de trabalho no Brasil: um estudo multicêntrico nacional**. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 1–14, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00166815>. Acesso em 07 de mar. de 2021
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. **Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitários**. *Pensamiento Psicológico*, Cali, v. 4, n. 10, p. 101–109, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/801/80111670006.pdf>. Acesso em 07 de mar. de 2021
- CIESLAK, F. *et al.* **Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física em universitários**. *Revista da Educação Física/UEM*, Maringá, v. 23, n. 2, p. 251–260, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v23i2.10924>. Acesso em 07 de mar. de 2021
- CIMAROSTI, A. *et al.* **Síndrome de Burnout: Um estudo com trabalhadores estudantes do ensino superior do Noroeste do estado do Rio Grande do Sul**. Ijuí: [s. n.], 2018. Disponível em: <https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/bitstream/handle/123456789/5064/AlessandraCristinaCimarosti.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em 07 de mar. de 2021
- CLAUMANN, G. S. *et al.* **QUALIDADE DE VIDA EM ACADÊMICOS INGRESSANTES EM CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**. *Journal of Physical Education*, Maringá, v. 28, n. 1, p. 1–11, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2824>. Acesso em 07 de mar. de 2021
- COELHO, C. de F.; BURINI, R. C. **Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional**. *Revista de Nutrição*, Campinas, v.22, n. 6, p. 937–946, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415->

52732009000600015. Acesso em 07 de mar. de 2021

FONTANA, R. T.; BRIGO, L. **Estudar e trabalhar: percepções de técnicos de enfermagem sobre esta escolha.** Escola Anna Nery, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 128–133, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-81452012000100017>. Acesso em 07 de mar. de 2021

GALINDO, W. C. M.; FRANCISCO, A. L.; RIOS, L. F. **Reflexões sobre o trabalho de aconselhamento em HIV/AIDS.** Temas em Psicologia, Ribeirão Preto, v. 23, n. 4, p. 815–829, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.9788/TP2015.4-02>. Acesso em 07 de mar. de 2021

MONDARDO, A. H.; PEDON, E. A. **Estresse E Desempenho Acadêmico Em Estudantes Universitários.** Revista de Ciências Humanas, [s. l.], v. 6, n. 6, p. 159–180, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.31512/rch.v6i6.262>. Acesso em 07 de mar. de 2021

MOURA, I. H. de *et al.* **Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem.** Revista Gaúcha de Enfermagem, Porto Alegre, v. 37, n. 2, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2016.02.55291>. Acesso em 07 de mar. de 2021

OLIVEIRA, B. M. de; MININEL, V. A.; FELLI, V. E. A. **Qualidade de vida de graduandos de enfermagem.** Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 64, n. 1, p. 130–135, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672011000100019>. Acesso em 07 de mar. de 2021

OLIVEIRA, M.; TEMUDO, E. **MULHERES ESTUDANTES TRABALHADORAS NA UNIVERSIDADE DO PORTO – UMA LICENCIATURA FORA DE TEMPO OU SEM TEMPO?** *ex æquo*, Lisboa, p. 147–173, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/aeq/n18/n18a09.pdf>. Acesso em 07 de mar. de 2021

RIBEIRO, H. K. P. *et al.* **Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, São Paulo, v. 44, p. 1–8, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000021417>. Acesso em 07 de mar. de 2021

SANTOS, F. F. dos; FERLA, A. A. **Saúde mental e atenção básica no cuidado aos usuários de álcool e outras drogas.** Interface - Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 21, n. 63, p. 833–844, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0270>. Acesso em 07 de mar. de 2021

SAWICKI, W. C. *et al.* **Consumo de álcool, qualidade de vida, Intervenção Breve entre universitários de Enfermagem.** Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 71, n. suppl

1, p. 505–512, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0692>. Acesso em 07 de mar. de 2021

SILVA, G. dos S. F. da *et al.* **Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, Niteroi, v. 13, n. 1, p. 39–42, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922007000100009>. Acesso em 07 de mar. de 2021

SILVEIRA, C. *et al.* **Saúde mental em estudantes do ensino superior: experiência da consulta de psiquiatria do centro hospitalar São João.** Acta Medica Portuguesa, Porto, v. 24, n. SUPPL.2, p. 247–256, 2011. Disponível em: <https://www.actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/download/1504/1089>. Acesso em 07 de mar. de 2021

VALLE, L. E. L. R. do; VALLE, E. L. R. do; REIMÃO, R. **SONO E APRENDIZAGEM.** Psicopedagogia, São Paulo, v. 26, n. 80, p. 286–290, 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200013#back. Acesso em 07 de mar. de 2021

VARGAS, H. M.; PAULA, M. de F. C. de. **A inclusão do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na educação superior: desafio público a ser enfrentado.** Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas), Sorocaba, v. 18, n. 2, p. 459–485, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772013000200012>. Acesso em 07 de mar. de 2021

Assessment of the quality of life of the working student

Abstract

The present work aims to analyze the quality of life of the student-worker observing how the work activity can affect the quality of life of the student. This is a study based on the literature that aims to enrich the discussion about access and permanence in higher education in Brazil, identifying aspects that promote and not promote the quality of life of the student and relating them to the routine of a working student. The study of these factors allows us to assist higher education institutions in the challenge of promoting better teaching conditions and improving learning. For that, a Systematic Literature Review was developed that listed the main aspects that interfere with the student's quality of life and, a posteriori, the most incident aspects were analyzed in this work. The results showed that the most relevant aspects were gender, mental health, learning conditions, time to rest and to dedicate oneself to personal issues, study and work, learning conditions, physical activity, social relationships, health and personal satisfaction. It was concluded that the fact of reconciling work and study negatively affects the student's quality of life.

Keywords: Quality of life; student-worker; higher education.