

Análise da qualidade de vida de professores de educação física escolar

Analysis of quality of life of school physical education teachers

Análisis de la calidad de vida del profesorado escolar de educación física

Andrea Beatriz Machado^{a*} , Marcus Paulo Araujo Macieira de Andrade^b , Jonas Lírio Gurgel^a 

Palavras-chave:

Qualidade de vida;
Docentes;
Educação física;
Trabalho.

RESUMO

O objetivo do presente estudo foi verificar o índice de qualidade de vida (QV) de professores de educação física de uma rede pública municipal de ensino no estado do Rio de Janeiro através do questionário Whoqol-brief. Foram avaliados 31 professores de um total de 65 professores de educação física da rede, estratificados pelo sexo e tempo de trabalho (2-8 anos, 9-15 anos, >15 anos). Os resultados A média geral do escore de QV indicou que a qualidade de vida dos professores necessita de mais atenção e melhorias, principalmente nos domínios das relações sociais, condições ambientais e estresse. Conclui-se que os índices reduzidos de satisfação e cuidados com a QV denota necessidade de repensar as políticas públicas de saúde do trabalhador e as características do trabalho docente.

Keywords:

Quality of life;
Teachers;
Physical education;
Work.

ABSTRACT

The objective of the present study was to verify the quality of life (QL) index of physical education teachers from a municipal public teaching network in the state of Rio de Janeiro through the Whoqol-brief questionnaire. Thirty-one teachers from a total of 65 physical education teachers in the network were evaluated, stratified by gender and length of service (2-8 years, 9-15 years, >15 years). The results The general average of the QL score indicated that the teachers' quality of life needs more attention and improvements, mainly in the domains of social relations, environmental conditions and stress. It is concluded that the reduced rates of satisfaction and care with QoL denotes the need to rethink public policies on workers' health and the characteristics of teaching work.

Palabras-clave:

Calidad de vida;
Docentes;
Educación física;
Trabajo.

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue verificar el índice de calidad de vida (CV) de profesores de educación física de una red pública municipal de enseñanza en el estado de Río de Janeiro a través del cuestionario Whoqol-brief. Se evaluaron 31 docentes de un total de 65 docentes de educación física de la red, estratificados por género y antigüedad (2-8 años, 9-15 años, >15 años). Los resultados El promedio general de la puntuación de la CV indicó que la calidad de vida de los profesores necesita más atención y mejoras, principalmente en los dominios de relaciones sociales, condiciones ambientales y estrés. Se concluye que los reducidos índices de satisfacción y cuidado con la CV denotan la necesidad de repensar las políticas públicas sobre salud de los trabajadores y las características del trabajo docente.

^aUniversidade Federal Fluminense, Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde. Niterói, RJ, Brasil.

^bUniversidade Federal Fluminense, Departamento de Educação Física e Desporto, Grupo de Pesquisa em Biomecânica. Niterói, RJ, Brasil.

*Autor correspondente:

Andrea Beatriz Machado

E-mail: machado.andreabeatriz@gmail.com

Recebido em 28 de abril de 2023; aceito em 7 de setembro de 2023.

DOI: <https://doi.org/10.1590/rbce.45.e20230019>

Este é um artigo Open Access sob uma licença CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde ([WHOQOL Group, 1995](#)), a qualidade de vida é a percepção do indivíduo sobre os níveis de satisfação das suas necessidades e oportunidades para alcançar a felicidade e a autorrealização, independente do seu estado de saúde física ou das condições socioeconômicas. Logo, este conceito apresenta natureza multidimensional e subjetiva, uma vez que a qualidade de vida sofre impactos das variáveis biopsicossociais (meio ambiente, estilo de vida, aspectos socioeconômicos, condições de trabalho entre outras) ([Moreira et al., 2008](#)).

Considerando as condições de trabalho como parte da qualidade de vida, é preciso reconhecer as especificidades da atuação docente. A literatura aponta que diferentes distúrbios neuropsiquiátricos são amplamente observados em docentes do ensino básico, tais como: estresse, ansiedade, depressão e síndrome de *Burnout* ([Krug et al., 2019](#)). Essas condições clínicas possuem relação com a carga de trabalho excessiva e a diminuição do tempo de lazer e de convívio social ([Krug et al., 2019](#)).

Nesse sentido, os professores de Educação Física apresentam especificidades laborais que afetam sua qualidade de vida e a difere das demais disciplinas curriculares ([Dias e Gonçalves, 2023](#)). Os conteúdos da Educação Física (esportes, jogos, lutas, danças, ginásticas) ([Castellani et al., 2014](#)) possuem características diferentes, quando comparados aos conteúdos dos professores regentes, uma vez que o ensino desses elementos da cultural corporal demandando por vezes a participação dos professores nas atividades propostas ([Soares et al., 1992](#); [Zabala, 2015](#); [Abrão e Baysdorf, 2013](#)). Dessa forma, diferente das outras disciplinas, o professor de Educação Física tende a recorrer a diferentes de espaços de trabalho.

A Educação Física destina-se não somente a sala de aula fechada e climatizada, mas também a espaços externos (quadras, pátios etc.), de difícil termorregulação e controle sonoro ([Facci et al., 2018](#)). Dessa forma, o professor precisa congrega o número excessivo de alunos por turma com espaços inadequados, pequenos ou até mesmo inexistentes para as práticas corporais. Cabe ressaltar que, comumente, estes professores acabam exercendo outras funções, tais como: demandas administrativas da escola, participação em eventos extraclasse, contraturno, escassez de materiais didáticos e por vezes, a desvalorização da profissão ([Castro et al., 2021](#)), o que está relacionado a um maior nível de estresse e, consequentemente, pode impactar de maneira significativa na qualidade de vida. Tais condições impactam diretamente na ampliação da carga horária e das diferentes atividades dentro da jornada de trabalho extrapolam o tempo destinado ao trabalho ocupando o tempo de lazer destinado às atividades de vida pessoal diária ([Castro et al., 2021](#)).

Logo, surge a preocupação referente a como o trabalho pode influenciar os índices de qualidade e estilo de vida do professor, uma vez que este acúmulo de funções está relacionado a uma redução da prática de exercícios físicos, elevado nível de estresse, problemas na saúde psicológica, que quando somada à hábitos individuais lesivos à saúde, potencializam a incidência de doenças crônicas não transmissíveis, como doença arterial coronariana, infarto agudo do miocárdio, hipertensão arterial, doenças endócrinas e osteomioarticulares ([Maceno e Garcia, 2022](#); [Deffaveri et al., 2020](#); [Oliveira et al., 2015](#)). A literatura aponta o surgimento de doenças crônicas não-transmissíveis oriundas do trabalho, afetando principalmente o aparelho auditivo e fonador ([Meneses-Barriviera et al., 2021](#)), além do aumento da tensão emocional ([Magalhães et al., 2021](#)). Há ainda quadros de neuroses reativas, distúrbios psiquiátricos, psicológicos, visuais e neurológicos ([Santos e Silva, 2021](#)).

Além do esgotamento físico na saúde dos professores há consequências na saúde psicológica, resultando em exaustão emocional, baixa realização pessoal e despersonalização. A despersonalização é a resultante do desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, por parte das pessoas que trabalham e estão no convívio do profissional afetado. Por último, a falta de realização pessoal no trabalho, é constituída como afetamento das habilidades interpessoais relacionadas com a prática profissional, interferindo diretamente na forma de atendimento e contato com as pessoas que usufruem do trabalho ([Meira et al., 2014](#)).

As condições de trabalho por sua vez estão relacionadas à autoavaliação negativa, baixa produtividade e realização pessoal no ambiente de trabalho e exaustão emocional que, consequentemente, estão relacionadas à baixa na qualidade de vida e de saúde ([Deffaveri et al., 2020](#); [Koga et al., 2015](#)). [Souza et al. \(2021\)](#) apontam que a presença de transtornos mentais (tensão, medo, ansiedade e depressão) estão relacionados à alta demanda de serviços e a exposição à altos níveis de estresse, levando ao quadro de esgotamento físico e psicológico, como a Síndrome de *Burnout* ([Franciosi et al., 2023](#)).

Entretanto, apesar dos diversos estudos na literatura, poucos se destinam a realizar um mapeamento das capacidades e dos determinantes do trabalho como os fatores individuais de estilo de vida (desordens psicossomáticas, avaliação das condições de saúde física e mental), a vida dentro e fora do trabalho, as condições ambientais dos locais de trabalho, as condições ergonômicas e as demandas físicas e psicossociais ([Alcântara e Assunção, 2016](#)). Além dessas investigações, torna-se necessário investigar as suas influências nos níveis dessas variáveis da qualidade de vida dos professores de Educação Física. Torna-se necessário ressaltar que poucos estudos buscam investigar a qualidade de vida em diferentes níveis da carreira docente, uma vez que profissionais que estão a mais tempo exercendo suas funções podem apresentar respostas diferentes nos domínios de qualidade de vida

quando comparados a profissionais com menos tempo de atuação (Cirilo et al., 2022).

Da mesma forma, pouco se sabe sobre a diferença do trabalho docente exercido por homens e mulheres, uma vez que as demandas sociais e no ambiente de trabalho apresentam-se de maneiras diferentes entre os sexos e, conseqüentemente, podem afetar de modo diferente a qualidade de vida e saúde (Araújo et al., 2006).

A literatura aponta predominância das mulheres na carreira docente (Codo e Vasques-Menezes, 1999; Tabeleão et al., 2011; Araújo et al., 2006), assim como reforçam as diferenças em relação às exigências do trabalho, no que diz respeito às demandas do trabalho docente, bem como o nível de controle sobre as mesmas, entre homens e mulheres (Tabeleão et al., 2011; Araújo et al., 2006). Araújo et al. (2006) aponta que um dos fatores que afeta a saúde e qualidade de vida de docentes do sexo feminino é a dupla jornada de trabalho. Uma vez que no cotidiano das mulheres, além das demandas do trabalho profissional, também se adiciona as demandas dos trabalhos domésticos, configurando uma maior carga global de trabalho. Essa configuração está associada, por sua vez, à maior frequência de sintomas de depressão fadiga física, sintomas de Burnout e menor tempo destinado ao lazer, alimentação e sono (Tabeleão et al., 2011).

Por fim, o pluriemprego também é uma característica pouco descrita e analisada nessa população. A literatura aponta que docentes de ambos os sexos acabam acumulando funções dentro do ambiente de trabalho quando o pluriemprego é presente (Farias et al., 2015). Dessa forma, o tempo destinado às relações sociais e ao lazer torna-se menor, o que contribui para que esses indivíduos tenham dificuldades em manter hábitos saudáveis, o que está associado a uma menor qualidade de vida e saúde, além de maior nível de insatisfação no trabalho (Nahas et al., 2009; Farias et al., 2015).

Assim, o objetivo do presente estudo é verificar o índice da qualidade de vida de professores de educação física de uma rede pública municipal de ensino no estado do Rio de Janeiro. Tem-se como hipóteses que o índice de qualidade de vida ao longo da carreira docente é insatisfatório.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional analítico de corte transversal, realizado em uma rede pública municipal de ensino no estado do Rio de Janeiro. A amostra foi constituída por 31 professores de educação física concursados da rede de ensino tendo como critérios de inclusão os professores que são habilitados apenas em educação física e que estivessem atuando na rede ensino no mínimo dois anos. A pesquisa foi realizada no período de janeiro a setembro de 2019.

A amostra configura-se como uma amostragem por conveniência em que a amostra total foi de 31 indivíduos do total de 62 professores de educação física da rede

de ensino, representando assim 50% do total, onde o tamanho amostral era de 54 indivíduos. Os participantes foram estratificados de acordo com o sexo (masculino e feminino) para verificação das variáveis sociodemográficas e de acordo com o tempo de trabalho na rede municipal para verificar os índices de qualidade de vida ao longo da carreira docente (2 a 8 anos, 9 a 15 anos e > 15 anos).

Os índices de qualidade de vida foram obtidos pelo questionário *Whoqol-Brief*, criado pelo "World Health Organization Quality of Life" sendo traduzido e validado no Brasil (Whoqol Group, 1995). O instrumento é autoaplicável e constituído por 26 perguntas e suas respostas seguem uma escala de Likert (de 1 a 5, sendo as maiores pontuações proporcionais ao melhor índice de qualidade de vida). Das 26 questões, 24 correspondem às facetas específicas que compõem quatro domínios da qualidade de vida (Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente). O resultado do questionário por indivíduo é apresentado em média, sendo de (1 a 5) por domínio e faceta.

A classificação final com base no resultado da média por domínio é interpretada utilizando os parâmetros do instrumento, sendo eles: valores entre 1 e 2,9 necessita melhorar; regular (3 até 3,9); boa (4 até 4,9) e muito boa (5). Para o cálculo dos domínios, é realizada a média entre os valores das facetas pelo número total de questões do domínio (Whoqol Group, 1995).

O tratamento estatístico foi realizado pelo software SPSS 21.0 (IBM, Armonk, USA). Para avaliação da normalidade dos dados foi utilizado o teste de Shapiro-Wilk para conjuntos de dados até 50 elementos. Não foram realizados ajustes nos cálculos estatísticos. Os dados foram apresentados na forma de estatística descritiva, utilizando as medidas de média e desvio padrão, para conjunto de dados paramétricos, e mediana e intervalo interquartil, para conjunto de dados não paramétricos. O nível de significância para todos os testes foi de $p \leq 0,05$.

As comparações dos índices de qualidade de vida ao longo da carreira docente nos três grupos (2 a 8 anos, 9 a 15 anos e > 15 anos) foram realizadas através da Anova One-Way com Post-Hoc de Bonferroni. As comparações das variáveis sociodemográficas entre os homens e as mulheres foram realizadas através do teste de Mann-Whitney.

Para analisar as magnitudes das diferenças foi calculado o Tamanho do Efeito (TE) (Cohen, 1988) utilizando o software G-Power 3.1.9.2 (Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, Düsseldorf, Germany). Os valores de TE foram classificados de acordo com Hopkins et al. (2009). Para a ANOVA One-way foi calculado o Cohen's f , com a classificação: Muito Pequeno: < 0,10; Pequeno: 0,10-0,24; Médio: 0,25-0,39; Grande: $\geq 0,40$. Para o teste de Mann-Whitney foi calculado o r (valor de Z dividido pela raiz quadrada do tamanho da amostra). O r foi classificado como: Muito Pequeno: < 0,10; Pequeno: 0,10-0,30; Médio: 0,31-0,50; Grande: > 0,50 (Tomczak e Tomczak, 2014).

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) (CAAE: [informação temporariamente suprimida para garantir o anonimato da autoria]) (Nº do parecer: [informação temporariamente suprimida para garantir o anonimato da autoria]) no dia 07 de junho de 2017, de acordo com as normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Todos os participantes foram informados sobre a proposta do estudo e os procedimentos aos quais foram submetidos e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para participarem da coleta de dados biopsicossociais, dos questionários de qualidade de vida e condições de trabalho.

RESULTADOS

A Tabela 1 abaixo apresenta a caracterização da amostra, estratificada por sexo através das variáveis: faixa etária, estado civil, quantidade de filhos, anos de docência, carga horária semanal e pluriemprego. Não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos para todas as variáveis sociodemográficas.

Apesar de não haver diferenças significativas pode-se observar um número pronunciado de mulheres

com a mediana da faixa etária levemente mais acentuada quando comparado aos homens, assim como a predominância de casados, na variável estado civil, para ambos os grupos. Em relação à quantidade de filhos, para ambos os sexos, observa-se a predominância de um ou mais filhos.

A mediana do tempo de carreira docente e da carga horária semanal apresenta-se menor para os homens e maior para as mulheres. Para a presença de pluriemprego, foi identificada a predominância de mais de um emprego para ambos os sexos.

A Tabela 2 abaixo apresenta os índices de qualidade de vida de cada domínio ao longo da carreira docente dos três grupos (2 a 8 anos de carreira, 9 a 15 anos e > 15 anos de carreira).

Não foram encontradas diferenças significativas para todos os domínios entre os três grupos ($p > 0.05$). Em relação à classificação dos quatro domínios, o índice de satisfação com a saúde física ao longo da carreira foi identificado como regular segundo a classificação do Whoqol-bref. As categorias Saúde Psicológica, Relações Sociais e Meio Ambiente ao longo da carreira foram consideradas como “necessidade de melhora”, com índices entre 1 e 2,9.

Tabela 1. Caracterização da amostra.

Variáveis	Masculino (n=11)	Feminino (n= 20)	p (TE) [Classificação]
	Md (IIQ)	Md (IIQ)	
Faixa etária (anos)	38 (12)	40 (7)	0,555 (1,8) [Pequeno]
Estado Civil	1 (1)	1 (1)	0,699 (<0,1) [Muito Pequeno]
Filhos	1 (1)	1 (1)	0,919 (<0,1) [Muito Pequeno]
Anos de docência (anos)	12 (9)	15 (9)	0,113 (0,3) [Médio]
Carga horária semanal (horas)	27 (11)	28 (11)	0,761 (<0,1) [Muito Pequeno]
Pluriemprego	1 (1)	1(1)	0,730 (<0,1) [Muito Pequeno]

Md – Mediana; IIQ – Intervalo Interquartilico; P – Teste de Mann-Whitney; TE – Tamanho do Efeito.

Tabela 2. Índice da qualidade de vida ao longo da carreira docente.

Whoqol	2 - 8 anos		9 - 15 anos		> 15 anos		p	TE [Classificação]
	n (%)	$\bar{x} \pm \sigma$	n (%)	$\bar{x} \pm \sigma$	n (%)	$\bar{x} \pm \sigma$		
Físico	10 (32,3%)	$3,7 \pm 0,1$	10 (32,3%)	$3,9 \pm 0,1$	11 (35,4%)	$3,7 \pm 0,1$	0,283	0,3 [Médio]
Psicológico	10 (32,2%)	$2,6 \pm 0,1$	10 (32,2%)	$2,9 \pm 0,1$	11 (35,4%)	$2,7 \pm 0,1$	0,224	0,3 [Médio]
Relações Sociais	10 (32,2%)	$1,8 \pm 0,09$	10 (32,2%)	$1,8 \pm 0,1$	11 (35,4%)	$2,0 \pm 0,1$	0,536	0,2 [Pequeno]
Meio Ambiente	10 (32,2%)	$2,2 \pm 0,09$	10 (32,2%)	$2,3 \pm 0,1$	11 (35,4%)	$2,2 \pm 0,1$	0,828	0,1 [Muito Pequeno]

$\bar{x}$ – Média; σ – Desvio Padrão; TE – Tamanho do Efeito; P – Anova One-Way.

DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi verificar o índice da qualidade de vida de professores de educação física de uma rede pública municipal de ensino no estado do Rio de Janeiro, conforme os anos de trabalho docente na rede. Os resultados mostraram que o índice de qualidade de vida dos aspectos da saúde física, psicológica, as relações sociais e as características do meio ambiente dos professores de Educação Física é insatisfatório conforme o período de atuação docente que tem na rede de ensino, o que está refletido nos escores dos quatro domínios do Whoqol-bref. O grau de insatisfação está concentrado nos domínios Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, enquanto o domínio da saúde física foi considerado regular.

Nesse sentido, a hipótese de que o índice de qualidade de vida ao longo da carreira docente é insatisfatório foi corroborada. Em relação aos índices de qualidade de vida nos três grupos, estratificados de acordo com o tempo de docência, não foram encontradas diferenças significativas, o que demonstra que mesmo os professores com menor tempo de carreira apresentam insatisfação elevada. Esses resultados diferem dos encontrados por [Farias et al. \(2015\)](#), o que provavelmente pode ter relação com o fato de que as variáveis que compõem a qualidade de vida provavelmente são afetadas de maneiras diferentes entre grupos de indivíduos ([Moreira et al., 2008](#)), além das diferenças geográficas, culturais, socioeconômicas, aspectos de gestão e condições de trabalho entre as redes municipais de ensino.

A literatura aponta que a especificidade do trabalho de professores de Educação Física configura-se como uma rotina desgastante e que está relacionada ao desenvolvimento de distúrbios de saúde física e mental (estresse, depressão, ansiedade, doenças cardiopulmonares e metabólicas) ([Marostica e Sampaio, 2015](#); [Oliveira et al., 2015](#); [Meira et al., 2014](#)) e, consequentemente, podem resultar em afastamento da profissão (temporário ou definitivo) ([Campos et al., 2017](#); [Gesser et al., 2019](#)). No presente estudo, esse desgaste pode ser observado nos baixos índices de qualidade de vida de cada domínio ao longo da carreira docente nos três grupos, uma vez que não há diferença significativa entre os grupos.

[Moreira et al. \(2010\)](#) avaliaram 654 professores de Educação Física com o objetivo de avaliar a associação entre os construtos da qualidade de vida no trabalho e do estilo de vida, através dos questionários “Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física do Ensino Fundamental e Médio” (QVT-PEF) e “Perfil do Estilo de Vida Individual” (PEVI). Os principais resultados mostraram que fatores como: a baixa remuneração, o acúmulo de funções, as condições de trabalho e a carga horária excessiva afetaram a qualidade de vida do trabalho. Além disso, em relação ao estilo de vida, o estudo mostrou que os componentes de nutrição, atividade física e controle do estresse apresentaram resultados insatisfatórios.

Foi possível identificar que a saúde física dos professores sofre impacto do trabalho docente, o que está refletido no escore regular obtido através do Whoqol (Tabela 2). A literatura aponta que a saúde física é influenciada pelo acúmulo laboral, a ausência da integração social com os pares e amigos, além da ocupação do trabalho nos tempos destinados a não produtividade, relaxamento e prática de exercícios físicos regulares ([Rosa Oliveira et al., 2022](#); [Vieira et al., 2020](#); [Gesser et al., 2019](#); [Santos et al., 2021](#)).

Assim, por conta da sobrecarga ocupacional, o professor acaba não respeitando seus limites físicos, seus horários habituais de alimentação, repouso, cuidados com a saúde em geral e com as atividades de lazer e da prática regular de exercícios físicos. Logo, quando analisadas as altas exigências do trabalho são encontradas uma problemática grave para a saúde física e mental, culminando assim com o sofrimento, desânimo, exaustão e outras complicações psicológicas ([Cardoso et al., 2020](#)).

O componente Meio Ambiente apresentou “necessidade de melhora”, de acordo com a classificação do questionário, o que pode estar relacionado a fatores como: recursos financeiros, condições de transporte, segurança entre outros podem impactar significativamente esse domínio ([Carnethon et al., 2009](#)). Para o componente Relações Sociais foi observada uma resposta semelhante, o que pode ter relação com as perspectivas que o professor tem com as relações pessoais, uma vez que indivíduos que possuem elevados níveis de estresse tendem a ter problemas na gerência de suas relações pessoais dentro e fora do ambiente de trabalho ([Alcântara e Assunção, 2016](#); [Gesser et al., 2019](#)).

Por fim, o componente Psicológico também se mostrou com necessidade de melhora nos três grupos, o que pode evidenciar exaustão emocional e provável baixa realização pessoal. A literatura relata que professores podem estar mais propensos a problemas psicológicos, sociais e físicos, e, consequentemente, provoca afastamento temporário ou permanente do trabalho ([Nascimento et al., 2022](#)).

Quanto a qualidade de vida do professor, é necessário entender que o construto de qualidade de vida está diretamente ligado ao desenvolvimento humano, uma vez que compreende os aspectos biopsicossociais ([Rea e Parker, 2014](#)). Notoriamente, é necessário que haja um equilíbrio positivo entre o estado de saúde, a expectativa de vida com qualidade, a satisfação no trabalho, salário, lazer, relacionamentos sociais, aptidão física, prazer até a religiosidade e espiritualidade ([Nahas et al., 2009](#)).

Nas características sociodemográficas (Tabela 1) observa-se a ocorrência de pluriemprego tanto para ambos os sexos, o que indica a tendência de acúmulo de funções dentro do trabalho e durante o tempo destinado às relações sociais. Isso pode explicar os escores baixos nos domínios de saúde psicológica e das relações sociais.

Both et al. (2013) avaliaram 1645 professores de Educação Física da rede pública da região Sul do Brasil, com 20 ou mais anos de docência) e apresentaram que os professores se mostraram satisfeitos com as condições de trabalho, a autonomia no trabalho e a progressão na carreira. Esse mesmo efeito foi observado no grupo de professores com até quatro anos de docência e no grupo de professores com 5 a 9 anos de docência.

Os resultados do presente estudo mostram um cenário diferente quando comparados ao do estudo de Both et al. (2013). Entretanto, Farias et al. (2015) mostraram que professores na fase de entrada na docência estavam mais insatisfeitos com as condições de trabalho quando comparados a professores na fase de consolidação (5 a 9 anos) e na fase de estabilização (20 a 35 anos de docência) nas categorias de integração social, progressão na carreira e a relevância social do trabalho, avaliadas pelo QVT-PEF. Nesse sentido, os resultados mostram que a realidade da rede municipal do estado do Rio de Janeiro tende a ser diferente dos estudos anteriores que avaliaram professores da região Sul.

Há ainda que se levar em consideração que a amostra é constituída de um quantitativo maior de mulheres, o que pode corroborar os achados de estudos que apontam que na população feminina ocorre uma maior proporção de trabalho em alta exigência (caracterizada por alta demanda e baixo controle sobre o próprio trabalho) e uma proporção mais baixa em trabalho ativo (caracterizada por alta demanda e alto controle sobre o próprio trabalho) (Tabeleão et al., 2011; Whoqol Group, 1995; Quick, 1990), fatores estes que afetam a qualidade de vida. Araújo et al. (2006) avaliaram 794 professores (47 homens e 747 mulheres) da rede municipal de ensino de Vitória da Conquista, Bahia. Os resultados mostraram que as mulheres apresentaram maior carga horária semanal de trabalho (Homens: $28,93 \pm 10,1$ / Mulheres: $32,28 \pm 9,94$; $p = 0,027$) e maior sobrecarga doméstica (Homens: 2,3% / Mulheres: 33%; $p < 0,01$).

Por fim, em relação aos fatores ambientes, cabe destacar que aspectos relacionados à limpeza, conforto, disponibilidade de materiais de trabalho são essenciais para o desenvolvimento da prática pedagógica, bem como no grau de satisfação do docente no desenvolvimento do trabalho (Meira et al., 2014; Farias et al., 2015). No presente estudo esse domínio também apresentou uma baixa classificação, o que pode estar relacionado às especificidades da realidade das instituições de ensino do Rio de Janeiro.

Portanto, a identificação do índice reduzido de satisfação e cuidado com a qualidade de vida dos professores denotam, portanto, uma urgente e importante necessidade de repensar as políticas públicas de saúde do trabalhador e as características do trabalho docente.

Apesar do fato deste estudo ser uma pesquisa de corte transversal, onde não é possível inferir causalidade, é possível compreender o caminho no qual as áreas da saúde dos professores de educação física está rumando.

Os apontamentos do presente estudo enfatizam a necessidade de avaliar os demais componentes da satisfação do trabalho docente e além da importância de traçar o perfil da qualidade de vida de professores de redes de ensino de regiões distintas, além de levar em conta os diferentes ciclos de carreira docente. Essas reflexões são importantes para o planejamento de programas que objetivem atuar sobre o estilo de vida de professores do ensino básico, independente do tempo de docência, além do planejamento e execução de políticas públicas que intervenham nos diferentes âmbitos do trabalho.

CONCLUSÃO

Os resultados evidenciaram o baixo índice da qualidade de vida de professores de educação física de uma rede pública municipal de ensino no estado do Rio de Janeiro em diferentes etapas da carreira docente. Da mesma forma, o estudo procurou estabelecer a relação entre os domínios que constituem a qualidade de vida com outros aspectos da vida do trabalho e do cotidiano dos indivíduos, através dos dados sociodemográficos.

Portanto, sugere-se que estudos futuros possam avaliar o perfil de estilo individual dos professores, o que poderia complementar os domínios da qualidade de vida, uma vez que o PEVI é uma ferramenta aborda cinco aspectos fundamentais do estilo de vida pessoal e individual: características nutricionais, nível de estresse, atividade física habitual, relacionamentos e comportamento preventivo. Além disso realizar o levantamento dos motivos de afastamento dos professores de Educação Física, bem como sua frequência de ocorrência, o período da fase da carreira em que mais aparece e as complicações mais encontradas após a instalação da doença ocupacional.

FINANCIAMENTO

O presente trabalho contou com apoio financeiro em forma de bolsa de mestrado da referida Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo programa CAPES de demanda social, a partir da Portaria 206/2018 sob número do processo 88887.679281/2022-00 para sua realização.

CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

AGRADECIMENTOS

À CAPES e à Fundação Municipal de Niterói-RJ.

REFERÊNCIAS

Abrão KR, Baysdorf GC. O Trabalho Docente do Professor de Educação Física em escolas com diferentes fatores socioeconômicos e demográficos: estratégias e saberes construídos. *Revista Contexto & Educação*. 2013;28(91):37-57.

- Alcântara MAD, Assunção AA. Influência da organização do trabalho sobre a prevalência de transtornos mentais comuns dos agentes comunitários de saúde de Belo Horizonte. *Rev Bras Saúde Ocup.* 2016;41(0):41. <http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000106014>.
- Araújo TMD, Godinho TM, Reis EJ, Almeida MMG. Diferenciais de gênero no trabalho docente e repercussões sobre a saúde. *Cien Saude Colet.* 2006;11(4):1117-29. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232006000400032>.
- Both J, Nascimento JVD, Sonoo CN, Lemos CAF, Borgatto AF. Bem-estar do trabalhador docente em Educação Física ao longo da carreira. *Rev Educ Fis UEM.* 2013;24(2):233-46. <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v24i2.16114>.
- Campos FS, Santolin CB, Both J, Flores LJF. Qualidade de vida no trabalho de professores de educação física de colégios estaduais de Marechal Cândido Rondon/PR. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, São Paulo. 2017;16(3):101-8.
- Cardoso BLC, Almeida AR, Rodrigues GM, Fagundes HPP, Nunes CP. Estilo de vida e barreiras para a prática de atividade física de docentes universitários. *Teoria e Prática da Educação.* 2020;23(3):132-49. <http://dx.doi.org/10.4025/tpe.v23i3.45719>.
- Carnethon MR, Sternfeld B, Schreiner PJ, Jacobs DR Jr, Lewis CE, Liu K, et al. Association of 20-year changes in cardiorespiratory fitness with incident type 2 diabetes: the coronary artery risk development in young adults (CARDIA) fitness study. *Diabetes Care.* 2009;32(7):1284-8. <http://dx.doi.org/10.2337/dc08-1971>. PMID:19324945.
- Castellani L Fo, Lúcia SC, Taffarel CNZ, Varjal E, Escobar MO, Bracht V. *Metodologia do ensino de educação física*. São Paulo: Cortez Editora; 2014.
- Castro AA Na, Cardoso BLC, Nunes CP. Desenvolvimento profissional e precarização do trabalho docente: perspectivas e (des) continuidades. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação.* 2021;16(3):2067-82. <http://dx.doi.org/10.21723/riaee.v16i3.14842>.
- Cirilo JC, Oliveira DM, Fernandes EV, Macedo AG, Santos D. Influência do trabalho de docência no bem-estar individual, qualidade de vida, e (in) atividade física de professoras do ensino fundamental. *Research Soc Dev.* 2022;11(1):e1511123919. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i1.23919>.
- Codo W, Vasques-Menezes I. O que é burnout. In: Codo W, editor. *Educação, carinho e trabalho*. Petrópolis: Editora Vozes; 1999. p. 237-54.
- Cohen NJ, McCloskey M, Wible CG. There is still no case for a flashbulb-memory mechanism: Reply to Schmidt and Bohannon. *J Exp Psychol Gen.* 1988;117(3):336-8. <http://dx.doi.org/10.1037/0096-3445.117.3.336>.
- Deffaveri M, Méa CPD, Ferreira VRT. Sintomas de ansiedade e estresse em professores de educação básica. *Cadernos Pesquisa.* 2020;50(177):813-27. <http://dx.doi.org/10.1590/198053146952>.
- Dias ÉFM, Gonçalves JP. Relações entre trabalho, educação escolar e função docente: algumas considerações. *Educação e (Trans)Formação.* 2023;1(1):76-88.
- Facci MGD, Urt SC, Barros ATF. Professor readaptado: a precarização do trabalho docente e o adoecimento. *Psicol Esc Educ.* 2018;22(2):281-90. <http://dx.doi.org/10.1590/2175-3539201802175546>.
- Farias GO, Both J, Folle A, Pinto MG, do Nascimento JV. Satisfação no trabalho de professores de Educação Física do magistério público municipal de Porto Alegre. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília. 2015;23(3):5-18.
- Franciosi AP, Vieira SV, Both J. Satisfação no Trabalho e Síndrome de Burnout em professores de Educação Física da Educação Básica. *Ciencias de la Actividad Física UCM.* 2023;24(1):1-18. <http://dx.doi.org/10.29035/rcaf.24.1.2>.
- Gesser AC, do Nascimento RK, Guimarães JRS, Both J, Folle A. Satisfação no trabalho de professores de educação física da educação básica da Grande Florianópolis (Brasil). *Caderno de Educação Física e Esporte.* 2019;17(1):159-66. <http://dx.doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n1.p159>.
- Hopkins WG, Marshall SW, Batterham AM, Hanin J. Progressive statistics for studies in sports medicine and exercise science. *Med Sci Sports Exerc.* 2009;41(1):3-13. <http://dx.doi.org/10.1249/MSS.0b013e31818cb278>. PMID:19092709.
- Koga GKC, Melanda FN, Santos HGD, Sant'Anna FL, González AD, Mesas AE, et al. Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. *Cad Saude Colet.* 2015;23(3):268-75. <http://dx.doi.org/10.1590/1414-462X201500030121>.
- Krug HN, Rosso Krug R, de Rosso Krug M, Krug MM, Telles C. As dificuldades pedagógicas em diversas fases da carreira de professores de Educação Física na Educação Básica. *Horizontes-Revista de Educação.* 2019;7(13):223-46. <http://dx.doi.org/10.30612/hre.v7i13.8700>.
- Maceno LK, Garcia MS. Fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares em jovens adultos/Risk factors for the development of cardiovascular diseases in young adults. *Brazilian Journal of Health Review.* 2022;5(1):2820-42. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv5n1-251>.
- Magalhães TAD, Vieira MRM, Haikal DSA, Nascimento JE, Brito MFSF, Pinho L, et al. Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional. *Rev Bras Saúde Ocup.* 2021;46:e11. <http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000030318>.
- Marostica D, Sampaio AA. Estresse em professores de educação física: potenciais causas e estratégias de enfrentamento. *Caderno de Educação Física e Esporte.* 2015;13(2):45-60. <http://dx.doi.org/10.36453/2318-5104.2015.v13.n2.p45>.
- Meira TRM, Cardoso JP, Vilela ABA, Amorim CR, Rocha SV, Andrade AN, et al. Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde.* 2014;27(2):276-82. <http://dx.doi.org/10.5020/18061230.2014.p276>.
- Meneses-Barriviera CL, Dias ACM, Andraus RAC, Marchiori LLDM. Disfonia, hipertensão arterial, diabetes mellitus, doenças da tireoide e queixas de ruído como prováveis fatores associados a perda auditiva em professores. *Rev CEFAC.* 2021;23:e2319. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0216/20212322319>.
- Moreira H, Collet C, Farias G, Nascimento JD. Síndrome de burnout em professores de Educação Física: um estudo de casos. *Revista Digital Buenos Aires.* 2008;13:123.

- Moreira HDR, Nascimento JVD, Sonoo CN, Both J. Qualidade de vida do trabalhador docente em Educação Física do estado do Paraná, Brasil. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum.* 2010;12(6):435-42. <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2010v12n6p435>.
- Nahas MV, Barros MVGD, Goldfine BD, Lopes ADS, Hallal PC, Farias Júnior JCD, et al. Physical activity and eating habits in public high schools from different regions in Brazil: the Saude na Boa project. *Rev Bras Epidemiol.* 2009;12(2):270-7. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2009000200016>.
- Nascimento RKD, Martins AC, Both J, Farias GO, Guimarães JRS, Folle A. Satisfação no trabalho de docentes de educação física: uma revisão sistemática. *Movimento.* 2022;25:e25004. <http://dx.doi.org/10.22456/1982-8918.82573>.
- Oliveira RARD, Mota RJ Jr, Tavares DDF, Moreira OC, Marins JCB. Fatores associados à pressão arterial elevada em professores da educação básica. *Rev Educ Fis UEM.* 2015;26(1):119-29. <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v26i1.24693>.
- Quick TL. Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life. *National Productivity Review.* 1990;9(4):475-9. <http://dx.doi.org/10.1002/npr.4040090411>.
- Rea LM, Parker RA. Designing and conducting survey research: a comprehensive guide. San Francisco: John Wiley & Sons; 2014.
- Rosa Oliveira HL, Souza Balk R, Graup S, Muniz AG, Souza CGR. Síndrome do esgotamento profissional e fatores relacionados em docentes. *Research. Soc Dev.* 2022;11(5):e31911528146-e31911528146. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i5.28146>.
- Santos KDA, Silva JPD. Intervenções em mindfulness para síndrome de burnout em professores: uma revisão integrativa. *Contextos Clín.* 2021;14(1):252-75. <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2021.141.12>.
- Santos MBS, Silva NSS, Durães GM. Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e obesidade em professores brasileiros: uma revisão sistemática. *RBONE.* 2021;15(96):949-56.
- Soares CS, Taffarel CNZ, Varjal E, Castellani L Fo, Escobar MO, Bracht V. Metodologia do ensino de educação física. São Paulo: Cortez Editora; 1992.
- Souza NTC, Malaquias MF, Nogueira DC, França SR, Macedo AF, Oliveira MMF, et al. Estresse no ambiente de trabalho dos professores de educação física atuantes no ensino médio da rede estadual do município de Ponta Grossa-PR. In: Cruz DA, Sampaio EC, Costa EF, editors. *A psicologia e suas interfaces na saúde, educação e sociedade*. Guarujá: Científica Digital; 2021, p. 124-37.
- Tabela VP, Tomasi E, Neves SF. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Cad Saude Publica.* 2011;27(12):2401-8. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2011001200011>. PMID:22218582.
- Tomczak M, Tomczak E. The need to report effect size estimates revisited. An overview of some recommended measures of effect size. *Trends Sport Sci.* 2014;1(21):19-25.
- Vieira MRM, Magalhães TAD, Silva RRV, Vieira MM, Paula AMBD, Araújo VB, et al. Hipertensão Arterial e trabalho entre docentes da educação básica da rede pública de ensino. *Cien Saude Colet.* 2020;25(8):3047-61. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020258.26082018>. PMID:32785541.
- WHOQOL Group. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *Soc Sci Med.* 1995;41(10):1403-9. [http://dx.doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-K](http://dx.doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-K). PMID:8560308.
- Zabala A. A prática educativa: como ensinar. Porto Alegre: Penso Editora; 2015.