



## NÍVEL DE QUALIDADE DE VIDA E DE ATIVIDADE FÍSICA DE PROFESSORES DE ESCOLAS PÚBLICAS ESTADUAIS DA CIDADE DE PALHOÇA (SC)

Alexandra Folle  
Gustavo de Farias

Universidade do Estado de Santa Catarina – Brasil

**Resumo:** O objetivo do presente estudo foi analisar a qualidade de vida e a atividade física de professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC). Participaram do estudo 71 professores atuantes em três escolas públicas estaduais. Para a coleta de dados foram utilizados o WHOQOL-bref (FLECK et al., 1999) e o questionário de atividades físicas habituais (NAHAS, 2003). Os dados coletados foram tratados por meio da estatística descritiva (média e desvio padrão, frequência e percentual) no software SPSS versão 17.0. Os resultados encontrados revelaram que os professores apresentam qualidade de vida considerada razoável em todas as dimensões, sendo a média mais elevada a da dimensão social, e a menor, a da dimensão física. No que se refere à atividade física, constatou-se que os professores, em sua maioria, encontram-se inativos, havendo um percentual quase inexpressivo de docentes considerados ativos.

**Palavras-chave:** qualidade de vida; atividade física; professores.

### INTRODUÇÃO

O tema “qualidade de vida” apresenta-se na literatura de forma bastante complexa, abrangendo as dimensões biológica, psicológica e social do ser humano. Por isso, tal conceito acaba por envolver aspectos tanto pessoais quanto socioculturais e econômicos, como saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição física (FEITOSA; RODRIGUES, 2010). A expressão “qualidade de vida” é frequentemente utilizada também para mencionar aspectos positivos da vida das pessoas, dando uma ideia de como elas sentem e compreendem seu cotidiano (BOTH, 2008).

A qualidade de vida é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Pode-se considerá-la subjetiva, multidimensional e influenciada por diversos fatores socioculturais (WHOQOL, 1995). Na perspectiva de Nahas (2003), a qualidade de vida pode ser considerada como um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais que caracterizam as condições em que o ser humano vive. Os parâmetros individuais são influenciados por nível de estresse, alimentação, atividade física habitual, comportamento preventivo e relacionamentos com as pessoas. Os parâmetros socioambientais estão ligados a fatores como moradia, segurança, educação, lazer, meio ambiente e trabalho.

Nessa perspectiva, a atividade física pode ser considerada um importante elemento na promoção da qualidade de vida da população (FERREIRA; CHIAPETA, 2010). Montti (2007) define atividade física como

um conjunto de ações que um indivíduo ou grupo de pessoas pratica, envolvendo gasto de energia acima dos níveis de repouso e alterações do organismo por meio de exercícios que requeiram movimentos corporais, havendo aplicação de uma ou mais aptidões físicas, além de atividades mentais e sociais, e trazendo, como resultado, benefícios à saúde e à qualidade de vida. Nahas (2003) indica que a atividade física pode ser entendida como uma característica inerente ao ser humano, em suas dimensões biológica e cultural. Este é um tema interdisciplinar e complexo que, nas últimas décadas, tem atraído a atenção de pesquisadores, da mídia e da saúde pública em todo o mundo.

Reconhecendo a importância das temáticas referidas, este estudo analisa a qualidade de vida e o nível de atividade física de professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC). O interesse por tal estudo justifica-se pela constatação de que o professor exerce, em seu cotidiano de trabalho, um acúmulo de funções como: “construção de hábitos de saúde, assessoramento psicológico dos alunos, tarefas burocráticas que, associadas à falta de autonomia, infraestrutura e baixa remuneração, configuram uma situação de vulnerabilidade social, psicológica e biológica deste profissional” (SILVEIRA et al., 2011, p. 116).

## MATERIAIS E MÉTODOS

A população estudada nesta pesquisa foi composta por 130 professores de três escolas públicas estaduais, situadas na cidade de Palhoça (SC). A seleção das escolas foi realizada por meio do método não probabilístico por conveniência. Esse tipo de seleção destaca-se pelo fato de os sujeitos serem escolhidos simplesmente por estarem mais acessíveis ou por se mostrarem mais fáceis de ser avaliados (GRESSLER, 2004). Foram assim estudados 71 professores de três escolas públicas estaduais, situadas na cidade de Palhoça (SC), atuantes no Ensino Fundamental e Médio.

As características pessoais e profissionais dos professores de escolas estaduais da cidade de Palhoça (SC) podem ser observadas na Tabela I. Para classificar os professores de acordo com o tempo de experiência profissional, utilizou-se a classificação proposta por Farias (2010), dividindo-se os professores em dois grupos: experimentação (0 a 19 anos) e maturidade (20 ou mais anos). Em relação às disciplinas ministradas, utilizou-se a classificação: áreas das exatas (matemática, física, química) e biológicas (biologia e educação física) e área das humanas (geografia, língua portuguesa, língua inglesa, história, pedagogia, filosofia, artes e sociologia), proposta por Mattar (2008).

**Tabela I**

Características pessoais e profissionais dos professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC)

Características pessoais	n	%
Sexo		
Feminino	54	76,01
Masculino	17	23,09
Idade		
22 a 40 anos	31	43,07
41 a 64 anos	40	56,03
Estado civil		
Sem companheiro	15	21,01
Com companheiro	56	78,09

(continua)

**Tabela I**  
**Características pessoais e profissionais dos professores de escolas**  
**públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC) (conclusão)**

<b>Características profissionais</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Tempo de serviço		
Experimentação	44	62,00
Maturidade	27	38,00
Vínculo empregatício		
Efetivos	48	67,06
Admitidos em caráter temporário	23	32,04
Disciplina		
Exatas e Biológicas	15	21,01
Humanas	56	78,09
<b>Total</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

**Fonte:** Elaborada pelos autores.

Primeiro foi encaminhado um ofício às escolas escolhidas para participarem da pesquisa, solicitando autorização para a realização do estudo. Obtida tal autorização, o projeto foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade do Estado de Santa Catarina (Udesc), que o aprovou sob o parecer n. 99/2010.

Os questionários foram então encaminhados aos professores, juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), contando-se para isso com auxílio dos diretores das escolas. Os professores que concordaram em participar do estudo, após a assinatura do TCLE e o preenchimento dos questionários, os devolveram à direção da escola, em envelopes lacrados, para que se preservassem a identidade dos participantes e o sigilo das informações, evitando, assim, qualquer tipo de constrangimento. Após a entrega de todos os envelopes, eles foram retirados pelo pesquisador.

A coleta de dados da pesquisa foi realizada por meio dos instrumentos a seguir descritos.

- WHOQOL-bref (FLECK et al., 1999): questionário que avaliou o nível de qualidade de vida dos professores estaduais, considerando os últimos quinze dias vividos por eles. Estava composto por 26 questões circunscritas a quatro domínios: físico (percepção do indivíduo sobre sua condição física); psicológico (percepção do indivíduo sobre sua condição afetiva e cognitiva); relações sociais (percepção do indivíduo sobre os relacionamentos sociais e os papéis sociais adotados na vida); meio ambiente (percepção do indivíduo sobre aspectos diversos relacionados ao ambiente em que ele vive). Esse instrumento foi elaborado pela Organização Mundial de Saúde com o intuito de levar em consideração as peculiaridades de diferentes países e culturas (OMS, 1998). Optou-se pela utilização do WHOQOL-bref pelo fato de esse instrumento permitir aos sujeitos se autoavaliarem, a partir de suas percepções, bem como por ele ter sido utilizado em vários estudos com populações semelhantes à do presente estudo (SIMAN, 2006; MEYER, 2007; PENTEADO; PEREIRA, 2007; XAVIER; MORAIS, 2007; SILVA; NUNEZ, 2009; COSTA; STÜRMER, 2011), facilitando, portanto, a comparação dos resultados.
- Questionário de atividades físicas habituais, elaborado originalmente por Pate, foi traduzido e modificado por Nahas (2003). Esse instrumento de aferição do nível de atividade física subdivide-se em atividades ocupacionais diárias e atividades de lazer. É composto por 11 questões, que ao final, levam à classificação dos sujeitos em inativos (0 a 5 pontos); moderadamente ativos (6 a 11 pontos); ativos (12 a 20 pontos); e muito ativos (21 ou mais pontos).

- Características pessoais e profissionais: os entrevistados também responderam questões referentes a dados pessoais como sexo, idade, estado civil, tempo de serviço, vínculo empregatício e disciplina ministrada na escola.

Os dados coletados foram tratados por meio da estatística descritiva no *software* SPSS versão 17.0. O nível de qualidade de vida dos professores foi analisado por meio de média e desvio padrão e o nível de atividade física, por meio de frequência e percentual.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Nível de qualidade de vida dos professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC)

O nível de qualidade de vida dos professores atuantes nas escolas estaduais da cidade de Palhoça (SC) pode ser observado na Tabela 2. O instrumento WHOQOL-bref considera que quanto mais próximo de 100 for o resultado encontrado, maior é o nível de qualidade de vida dos sujeitos; quanto mais próximo de zero for esse resultado, menor é esse nível (FLECK et al., 1999).

As evidências encontradas no presente estudo demonstram que os professores possuem uma qualidade de vida considerada razoável em todos os domínios (físico, psicológico, social e ambiental). Resultados similares foram divulgados nos estudos realizados por Siman (2006), Xavier e Morais (2007), Penteado e Pereira (2007) e Silva e Nunez (2009), os quais também constataram resultados medianos em todas as dimensões da qualidade de vida dos professores investigados. Tais constatações evidenciam que os professores de diferentes regiões brasileiras percebem a necessidade de melhoria de sua condição de vida, inclusive no ambiente de trabalho. No que se refere à melhoria das condições de trabalho docente, nota-se, muitas vezes, que a carga horária elevada e o pluriemprego resultantes, dentre outros fatores, da baixa remuneração salarial, podem estar relacionados às causas da falta de energia; da fadiga; da ausência de relações interpessoais mais intensas; das poucas oportunidades de recreação e lazer, conforme salientado pelos docentes.

**Tabela 2**

Nível de qualidade de vida dos professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC)

	Mínimo	Máximo	$\bar{x}$	Dp
Domínio físico	39,29	78,57	57,25	09,33
Domínio psicológico	33,33	83,33	60,42	11,12
Domínio social	16,67	100,00	68,42	18,73
Domínio ambiental	28,57	92,86	58,55	12,97

**Fonte:** Elaborada pelos autores.

O domínio em que os professores das escolas públicas estaduais apresentaram maior qualidade de vida foi o social, sendo o único a apresentar o valor máximo. Esse domínio também apresentou a maior variação entre as médias de todos os domínios e o menor valor encontrado entre eles.

O domínio social caracteriza-se pela avaliação das relações sociais estabelecidas, pela avaliação que os sujeitos fazem de sua vida sexual e do apoio que recebem dos amigos. Observa-se que uma rede de apoio social, senso de coesão de grupo, aceitação da própria aparência, atribuição do sentido da vida são importantes fatores de proteção contra os efeitos da carga mental e do estresse (PENTEADO; PEREIRA, 2007). Percebe-se assim que as relações sociais levam os professores a uma melhor percepção de sua qualidade de vida.

Os estudos de Siman (2006), Penteado e Pereira (2007), Xavier e Morais (2007) e Silva e Nunez (2009) realizados com professores de escolas estaduais das cidades de Coronel Fabriciano (MG), Rio Claro (SP),

Aracaju (SE) e Campo Grande (MS), respectivamente, encontraram resultados similares aos do presente estudo, evidenciando que os professores apresentam a percepção de melhor qualidade de vida no domínio social.

O domínio físico revelou-se como aquele em que os professores apresentaram a menor média de qualidade de vida. Esse domínio abrange aspectos relacionados ao sono, à capacidade de desempenhar as atividades do seu dia a dia, à capacidade para o trabalho e, principalmente, à dor física, mostrando em que medida ela impede os sujeitos de fazer o que precisam e quanto necessitam de tratamento médico (FLECK et al., 1999).

Silva e Nunez (2009) apresentaram informações similares às do presente estudo, revelando que o domínio físico configurou-se como aquele em que os professores apresentaram menor qualidade de vida. Todavia, os resultados divulgados por Siman (2006), Xavier e Morais (2007) e Penteado e Pereira (2007) evidenciaram dados diferenciados, atribuindo menor qualidade de vida ao domínio ambiental. A diferença nos resultados encontrados, entre este estudo e as pesquisas citadas, pode estar relacionada às características das regiões e cidades onde foram realizadas, uma vez que foram desenvolvidas nas regiões Sudeste (Minas Gerais e São Paulo) e Nordeste (Sergipe). Ao se observar que dois desses estudos foram realizados em capitais, pode-se considerar que a diferença na menor percepção de qualidade de vida no domínio ambiental desses espaços pode estar vinculada a questões como trânsito (congestionamentos frequentes), poluição, ruído, segurança física e proteção, fortemente citados como problemas presentes em grandes cidades como São Paulo.

A Tabela 3 apresenta o nível de qualidade de vida, considerando as características pessoais (sexo, idade e estado civil) e profissionais (tempo de serviço, vínculo empregatício e disciplina ministrada) dos professores de escolas públicas estaduais.

**Tabela 3**

Nível de qualidade de vida dos professores, considerando as características pessoais e profissionais

Características pessoais	Domínio físico	Domínio psicológico	Domínio social	Domínio ambiental
	$\bar{x}$ (dp)	$\bar{x}$ (dp)	$\bar{x}$ (dp)	$\bar{x}$ (dp)
Sexo				
Feminino	57,48 (08,86)	60,77 (10,14)	69,75 (17,45)	58,79 (13,21)
Masculino	56,51 (10,95)	59,31 (14,09)	64,21 (22,39)	57,77 (12,51)
Idade				
22 a 40 anos	54,72 (09,10)	59,67 (10,00)	66,93 (17,54)	55,64 (13,57)
41 a 64 anos	59,21 (09,13)	61,00 (12,01)	69,58 (19,75)	60,80 (12,17)
Estado civil				
Sem companheiro	55,00 (08,93)	58,61 (15,46)	61,11 (20,81)	68,42 (18,73)
Com companheiro	57,85 (09,41)	60,90 (09,76)	70,38 (17,83)	60,33 (12,12)
Características profissionais	Domínio físico	Domínio psicológico	Domínio social	Domínio ambiental
	$\bar{x}$ (dp)	$\bar{x}$ (dp)	$\bar{x}$ (dp)	$\bar{x}$ (dp)
Tempo de serviço				
Experimentação	55,77 (08,95)	60,19 (11,22)	66,47 (19,56)	56,57 (13,36)
Maturidade	59,65 (09,59)	60,80 (11,16)	71,60 (17,18)	61,77 (17,83)
Vínculo empregatício				
Efetivo	58,12 (9,27)	60,64 (10,88)	69,27 (18,28)	60,93 (12,18)
ACT	55,43 (9,38)	59,96 (11,83)	66,66 (19,94)	53,57 (13,40)
Disciplina				
Exatas e biológicas	56,70 (10,86)	58,50 (09,15)	66,66 (15,43)	59,52 (10,60)
Humanas	57,40 (08,98)	60,93 (11,61)	68,90 (19,62)	58,29 (13,60)

Fonte: Elaborada pelos autores.

No que se refere à análise da qualidade de vida em relação ao sexo dos professores, constatou-se que em todos os domínios as mulheres obtiveram as melhores médias. O domínio que apresentou a maior média tanto entre as mulheres quanto entre os homens foi o social. O que apresentou a menor média, em ambos os sexos, foi o físico.

Resultados equivalentes foram apresentados por Silva et al. (2010), envolvendo professores da Universidade Católica de Pelotas (MG), em que o sexo feminino percebeu melhor qualidade de vida nos domínios físico, ambiental e psicológico, sendo menor apenas no domínio social, no qual os homens obtiveram maiores médias em relação às mulheres. Em contrapartida, o estudo realizado por Penteado e Pereira (2007), apresentou maiores médias entre os homens em relação às mulheres, com exceção do domínio social, em que elas obtiveram maior média.

Na comparação entre a qualidade de vida e a faixa etária dos professores, observou-se que os professores na faixa etária de 22 a 40 anos apresentaram, em todos os domínios, menor nível de qualidade de vida em relação àqueles que possuíam de 41 a 64 anos. Verificou-se que, apesar de pouco expressiva a diferença entre os grupos, a qualidade de vida dos professores tende a melhorar com o avanço da idade. O menor nível de qualidade de vida percebido pelos professores mais jovens pode estar vinculado à sua maior motivação, no início da vida profissional, para assumirem diferentes tarefas profissionais, as quais podem reduzir o tempo destinado ao lazer e às relações interpessoais, diminuir o tempo de descanso, dificultar a alimentação de qualidade. Neste período, muitos ainda não têm suficiente independência financeira para possuir, por exemplo, casa e carro próprios. Os professores em idade mais avançada e com maior experiência profissional dedicam maior tempo à sua vida pessoal e social do que à profissional (HUBERMAN, 2000). Eles possuem maior independência financeira e estabilidade profissional, o que pode se refletir em sua percepção de melhor qualidade de vida.

Silva et al. (2010) verificaram que à proporção que a idade dos professores aumentava, maior era a média obtida nos domínios físico, psicológico e ambiental, enquanto somente no domínio social a idade reduzida explicitava aumento da qualidade de vida.

Em relação à análise da qualidade de vida e do estado civil dos professores, constatou-se que aqueles que possuem companheiros obtiveram melhor média em todos os domínios, com exceção do domínio ambiental, em relação àqueles que não possuem companheiros. O domínio ambiental apresentou a maior média de qualidade de vida para os professores sem companheiros e a menor média para os que os possuem. Salienta-se a ligeira diferença nas médias do domínio social entre os professores com companheiros e sem companheiros. Pode-se inferir que isso ocorre devido à possibilidade de os primeiros terem um vida sexualmente mais ativa e de os casados possivelmente terem o companheiro como um amigo em quem podem confiar.

No que se refere ao tempo de serviço dos professores, constatou-se que o grupo denominado “maturidade” (acima de 20 anos de docência) apresentou melhor qualidade de vida em todos os domínios. Verificou-se novamente que, para ambos os grupos, o domínio que apresentou as melhores médias foi o social, e o que apresentou menores médias foi o físico. O maior nível de qualidade de vida percebido pelos professores mais experientes pode estar vinculado tanto ao maior tempo por eles destinado ao lazer e às relações interpessoais, ou seja, a uma vida social de maior expressão (HUBERMAN, 2000), quanto à maior independência financeira e à estabilidade profissional.

A qualidade de vida relacionada ao vínculo empregatício dos professores revelou que os efetivos possuem melhor qualidade de vida em todos os domínios em relação aos Admitidos em Caráter Temporária (ACT). Tal fato pode fundamentar a ideia de que a estabilidade no serviço contribui para a melhora da qualidade de vida, alterando também a percepção dos sujeitos em relação a vários aspectos.

Nessa relação observou-se que, entre os professores efetivos, o domínio social e o domínio físico apresentaram novamente os maiores e os menores escores. Entre os ACT, o domínio social também se revelou

como aquele em que os professores apresentaram maior qualidade de vida, tendo o domínio ambiental obtido a menor média. Considerando-se que o domínio ambiental refere-se ao quão satisfeito os sujeitos estão com o acesso aos serviços de saúde e com as condições de moradia, bem como se possuem ou não dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades, fica reforçada a ideia de que a falta de estabilidade financeira influencia esse aspecto da qualidade de vida dos professores contratados temporariamente.

Ao se observar a disciplina ministrada pelos professores das escolas públicas estaduais, verificou-se que os docentes que lecionavam as da área das humanas obtiveram, apenas no domínio ambiental, menor média em relação aos que ministravam aquelas das áreas exatas e biológicas.

### Nível de atividade física dos professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC)

O nível de atividade física dos professores atuantes em escolas estaduais da cidade de Palhoça (SC) pode ser observado na Tabela 4, verificando-se expressivo percentual de inativos (52,1%), pois 29,6% apresentam-se moderadamente ativos, e apenas 18,3% revelam-se fisicamente ativos.

**Tabela 4**

#### Nível de atividade física dos professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC)

Características pessoais	Inativo		Moderadamente ativo		Ativo		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Sexo								
Feminino	28	51,9	17	31,5	09	16,7	54	100
Masculino	09	52,9	04	23,5	04	23,5	17	100
Idade								
22 a 40 anos	13	41,9	10	32,3	08	25,8	31	100
41 a 64 anos	24	60,0	11	27,5	05	12,5	40	100
Estado civil								
Sem companheiro	06	40,0	07	46,7	02	13,3	15	100
Com companheiro	31	55,4	14	25,0	11	19,6	56	100
Características profissionais	Inativo		Moderadamente ativo		Ativo		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Tempo de serviço								
Experimentação	21	47,7	12	27,3	11	25,0	44	100
Maturidade	16	59,3	09	33,3	02	07,4	27	100
Vínculo empregatício								
Efetivo	28	58,3	14	29,2	06	12,5	48	100
Admitido em caráter temporário	09	39,1	07	30,4	07	30,4	23	100
Disciplina								
Exatas e biológicas	05	33,3	04	26,7	06	40,0	15	100
Humanas	32	57,1	17	30,4	07	12,5	56	100
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>52,1</b>	<b>21</b>	<b>29,6</b>	<b>13</b>	<b>18,3</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Fonte: Elaborada pelos autores.

Resultados semelhantes foram encontrados por Gzgić (2009), o qual avaliou o nível de atividade física de professores estaduais da cidade de Salto da Lontra (PR). Todavia, resultado distinto foi apresentado por Silva

et al. (2010), envolvendo professores da Universidade Católica de Pelotas (RS), os quais foram considerados moderadamente ativos. A diferença encontrada entre os resultados do presente estudo e do realizado no estado do Paraná pode estar relacionada ao instrumento (equipamento) utilizado. O primeiro utilizou-se, por meio de questionário, da autopercepção dos sujeitos, e o segundo usou o pedômetro para analisar o nível de atividade física dos professores.

Madureira, Maia e Fonseca (2003) e Gampel, Ferreira e Karsch (2008), ao analisarem o nível de atividade física de professores de Educação Física da Universidade de Montes Claros (MG) e da cidade de Rio Pomba (MG), respectivamente, constataram maior percentual de professores ativos e muito ativos do que de inativos.

Em relação ao nível de atividade física dos professores e à variável gênero, observou-se que os componentes tanto do grupo feminino quanto do masculino apresentaram-se, em sua maioria, como inativos. Apesar de os homens apresentarem um percentual inexpressivamente maior de sujeitos inativos em relação às mulheres, o grupo deles revelou um percentual ligeiramente mais ativo. Resultados similares foram apresentados por Madureira, Maia e Fonseca (2003) e por Gampel, Ferreira e Karsch (2008), ao verificarem que os homens apresentavam maior representatividade de ativos em relação às mulheres.

Levando-se em consideração a idade dos professores, dentre os que possuíam de 22 a 40 anos, 41,9% foram considerados inativos. Entre os que possuíam idade mais avançada, de 41 a 64 anos, o percentual de inativos foi maior. Os mais jovens demonstraram um percentual de ativos superior em relação aos mais velhos, evidenciando decréscimo nos níveis de atividade física com o avanço na idade.

Dentre os professores que possuíam companheiros, constatou-se que a maioria se classificava como inativa. Os que não possuíam companheiros evidenciaram maior número de professores moderadamente ativos, seguidos dos inativos.

A relação entre nível de atividade física e tempo de serviço docente revelou que ambos os grupos apresentavam-se mais inativos, sendo a representatividade de inativos no grupo "maturidade" superior ao "experimentação". O grupo "experimentação" apresentou maior percentual de professores ativos em relação ao grupo "maturidade".

Ao observar o vínculo empregatício dos professores, identificou-se que os efetivos apresentaram maior percentual de inativos em relação aos ACT, que, por sua vez, apresentaram maior percentual de ativos em relação aos docentes com vínculo efetivo. Em relação à disciplina ministrada pelos docentes de escolas públicas da cidade de Palhoça (SC), verificou-se que os professores que lecionavam disciplinas da área das exatas e biológicas formaram o único grupo em que o percentual de ativos foi superior ao de inativos e moderadamente ativos e apresentaram um percentual de ativos expressivamente superior aos que lecionavam disciplinas da área das humanas.

Os resultados encontrados no que tange ao nível de qualidade de vida e de atividade física dos professores, comparando-se as variáveis e as características pessoais e profissionais dos docentes, revelam a necessidade de novos estudos em torno dessas temáticas a fim de se avançar mais nas correlações e explicações sobre o fenômeno estudado, as quais não foram possíveis de se realizar no presente estudo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados obtidos, em função dos objetivos estabelecidos e das discussões decorrentes, possibilitam as considerações a seguir explicitadas.

Os professores atuantes em escolas públicas estaduais localizadas na cidade de Palhoça (SC), demonstraram um nível de qualidade de vida considerado razoável em todos os domínios (físico, psicológico, social e ambiental). O domínio social destacou-se com a maior média. O domínio físico revelou-se como aquele em que os professores apresentaram a menor percepção de qualidade de vida. Tais evidências revelam a impor-

tância de os gestores escolares identificarem as principais causas que levam os educadores à percepção do baixo nível de sua qualidade de vida. Nesse contexto, salienta-se o domínio físico, uma vez que os atestados médicos mostram que dores físicas, problemas de coluna, estresse, depressão e problemas de voz são os principais fatores de afastamento dos docentes das escolas ou de sua realocação em outras funções laborais.

No que se refere à análise da qualidade de vida e às características pessoais dos professores, verificou-se que, em todos os domínios, as mulheres obtiveram as melhores médias. Os professores na faixa etária de 22 a 40 anos apresentaram, em todos os domínios, menor nível de qualidade de vida em relação àqueles que possuíam de 41 a 64 anos. Os que possuíam companheiros obtiveram maiores médias em todos os domínios, com exceção do ambiental, em relação àqueles que não possuíam.

Quanto ao tempo de docência, o grupo “experimentação” apresentou maior média de qualidade de vida em todos os domínios em relação ao grupo “maturidade”. Os professores efetivos obtiveram médias superiores às dos professores ACT. Os professores que lecionavam disciplinas das áreas das humanas mostraram-se com qualidade de vida superior aos que lecionavam disciplinas das exatas e biológicas, com exceção do domínio ambiental.

As evidências citadas revelam a necessidade de políticas públicas que forneçam subsídio e respaldo aos professores, oferecendo-lhes melhores condições de trabalho em termos de infraestrutura, carga horária e remuneração salarial, assim possibilitando a ampliação de suas oportunidades de convívio social, lazer, cuidados com a saúde, aquisição de novos conhecimentos e habilidades, e segurança física.

No que se refere ao nível de atividade física, verificou-se que os professores, em sua maioria, encontram-se inativos, com um percentual quase inexpressivo de docentes considerados ativos. Revelou-se, na análise de todas as variáveis, que o percentual de professores inativos possui maior representatividade do que o de inativos ou moderadamente ativos, com exceção dos professores que lecionavam disciplinas das áreas das exatas e biológicas, os quais apresentaram um percentual considerável de professores ativos.

Os professores representaram uma parcela de ativos ligeiramente maior do que as professoras. Observou-se decréscimo nos níveis de atividade física com o avanço da idade. No que se refere ao estado civil, evidenciou-se que os docentes que possuíam companheiro mostraram-se ligeiramente mais ativos que os que não possuíam.

Em relação ao nível de atividade física e às características profissionais dos professores, revelou-se que o grupo “experimentação” mostrou-se mais ativo em relação ao grupo “maturidade”. Os professores ACT apresentaram maior percentual de professores ativos do que os efetivos. Os professores que ministram disciplinas das áreas das exatas e biológicas evidenciaram percentual expressivamente superior de ativos em relação aos que ministram disciplinas das humanas.

Os resultados obtidos demonstram a necessidade de continuação e, principalmente, de ampliação de investigações em torno das temáticas “qualidade de vida” e “atividade física” de professores de escolas públicas, uma vez que as evidências encontrados no presente estudo não permitiram a análise da correlação entre estas variáveis, nem entre elas e as características pessoais e profissionais dos professores. Sugere-se a realização de estudos que visem elucidar as relações existentes entre qualidade de vida, atividade física, qualidade de vida no trabalho e condições de trabalho dos professores de escolas públicas e particulares.

Pela dificuldade de compreensão de algumas diferenças encontradas entre os níveis de qualidade de vida e de atividade física e as características pessoais e profissionais dos docentes, sugere-se a realização de estudos, com abordagem quantitativa e qualitativa e com diferentes tipos de instrumentos de coleta de dados (como a entrevista), visando ao entendimento mais amplo do fenômeno estudado.

## LIFE QUALITY LEVEL AND PHYSICAL ACTIVITY OF STATE PUBLIC SCHOOL TEACHERS FROM THE CITY OF PALHOÇA (SC)

**Abstract:** This study aimed to verify the level of life quality and physical activity of 71 teachers from three public schools in Palhoça (SC). For data collection, it was used WHOQOL-bref version (FLECK et al., 1999) and the habitual physical activities questionnaire (NAHAS, 2003). The data was treated through descriptive statistics (average and standard deviation, frequency and percentual) at software SPSS version 17.0. The results reveal that the teachers present a reasonable life quality in all means, being the highest average the social dimension and the lowest is the physical dimension. In terms of physical activity level, it was noticed that most of the teachers are inactive, with an almost inexpressive percentual of teachers considered active.

**Keywords:** life quality; physical activity; teachers.

## REFERÊNCIAS

BOTH, J. **Qualidade de vida na carreira docente em Educação Física do magistério público estadual de Santa Catarina**. 2008. 106 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2008.

COSTA, O. J.; STÜRMER, N. M. Qualidade de vida dos docentes: um estudo nas instituições de ensino superior da cidade de Palmas – TO. **Fiep Bulletin**, Foz do Iguaçu, v. 81, n. especial, p. 1-6, 2011.

FARIAS, G. O. **Carreira docente em Educação Física: uma abordagem na construção da trajetória profissional do professor**. 2010. 241 f. Tese (Doutorado em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.

FEITOSA, L. S. C.; RODRIGUES, A. M. S. Saúde e qualidade de vida na percepção dos professores de Educação Física das escolas estaduais da zona Sul de Teresina-PI. In: ENCONTRO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO, 6., 2010, Teresina. **Anais...** Teresina: UFPI, 2010. p. 1-13.

FERREIRA, D. P.; CHIAPETA, S. M. S. V. Avaliação do nível de atividade física dos professores de Educação Física da cidade de Rio Bompa, MG. **EFDeportes.com**, Buenos Aires, v. 15, n. 143, abr. 2010. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>. Acesso em: 14 set. 2011.

FLECK, M. et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-100). **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 198-205, abr. 1999.

GAMPEL, D.; FERREIRA, L. P.; KARSCH, U. M. Envelhecimento, voz e atividade física de professores e não professores. **Revista Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, São Paulo, v. 13, n. 3, p. 218-225, 2008.

GRESSLER, L. A. **Introdução à pesquisa: relatos e relatórios**. 2. ed. rev. atual. São Paulo: Loyola, 2004.

GZGIK, Z. M. **Verificação e comparação do nível de atividade física obtidos com pedômetro e o teste da milha**. 2009. Disponível em: <[http://www.revistajopref.com.br/revista\\_jopref\\_2009\\_artigos.pdf](http://www.revistajopref.com.br/revista_jopref_2009_artigos.pdf)>. Acesso em: 8 maio 2010.

- HUBERMAN, M. O ciclo de vida profissional dos professores. In: NÓVOA, A. (Org.). **Vidas de professores**. 2. ed. Porto: Porto Editora, 2000. p. 31-62.
- MADUREIRA, A. S.; MAIA, M. F. M.; FONSECA, S. A. Estilo de vida e atividade física habitual de professores de Educação Física. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 5, n. 1, p. 54-62, 2003.
- MATTAR, J. **Metodologia na era da informática**. 3. ed. rev. amp. São Paulo: Saraiva, 2008.
- MEYER, E. L. A atividade física como instrumento de redução do estresse em professores do ensino médio. In: VILARTA, R.; GUTIERREZ, G. L. (Org.). **Qualidade de vida em propostas de intervenção corporativa**. Campinas: Ipes Editorial, 2007. p. 101-108.
- MONTTI, M. **Importância da atividade física**. 2007. Disponível em: <<http://boasaude.uol.com.br/lib/ShowDoc.cfm?LibDocID=4772&ReturnCatID=1774>>. Acesso em: 3 out. 2009.
- NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3. ed. rev. e atual. Londrina: Midiograf, 2003.
- OMS. **Versão em português dos instrumentos de avaliação de Qualidade de vida (WHOQOL)**. Porto Alegre, 1998. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/psiq>>. Acesso em: 10 out. 2010.
- PENTEADO, R. Z.; PEREIRA, I. M. T. B. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 2, p. 236-243, 2007.
- SILVA, S. R. et al. Atividade física e qualidade de vida. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 115-120, 2010.
- SILVA, J. V. P.; NUNEZ, P. R. M. Qualidade de vida, perfil demográfico e profissional de professores de educação física. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 12, n. 2, p. 1-9, 2009.
- SILVEIRA, R. E. et al. Qualidade de vida de docentes do ensino fundamental de um município brasileiro. **Revista de Enfermagem Referência**, Coimbra, v. 3, n. 4, p. 115-123, jul. 2011.
- SIMAN, Y. V. **Análise da organização do trabalho, saúde e qualidade de vida dos professores das escolas estaduais de Coronel Fabriciano – MG**. 2006. 77 f. Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Sustentabilidade)–Centro Universitário de Caratinga, Caratinga, 2006.
- WHOQOL. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Society Science Medicine**, Philadelphia, v. 41, p. 1.403-1.410, 1995.
- XAVIER, C. E. S.; MORAIS, A. S. Qualidade de vida em professores da rede pública estadual de ensino da cidade de Aracaju – SE. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 1, n. 5, p. 85-94, set./out. 2007.

#### Contato

Gustavo de Farias  
Rua 24 de Abril, 3048/401, Centro  
Palhoça – SC – Brasil – CEP 88131-030  
E-mail: [gustavodefarias@hotmail.com](mailto:gustavodefarias@hotmail.com)

#### Tramitação

Recebido em 4 de abril de 2011  
Aceito em 5 de dezembro de 2011