



Universidade de Brasília
Faculdade de Educação Física
Licenciatura em Educação Física

THAYNAN DE JESUS CORREIA BASTOS

**QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR ESCOLAR: UMA REVISÃO
BIBLIOGRÁFICA**

Brasília
2017

THAYNAN DE JESUS CORREIA BASTOS

QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR ESCOLAR: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Programa de Graduação em Licenciatura em Educação Física, da Universidade de Brasília, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Dr^a Lídia Mara Aguiar Bezerra de Melo

Brasília
2017

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a minha família, meus professores, amigos, meus alunos e a todos aqueles que me ajudaram direta e indiretamente. Enfim, agradeço a todos que me incentivaram na conclusão deste trabalho e desse curso.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à minha família, minha orientadora (por toda paciência comigo), minha irmã, meus amigos, e meus professores que estiveram tão presentes nessa trajetória e não me faltaram com apoio, incentivo, carinho, compreensão e muitos ensinamentos. Em especial aos meus pais, Vanessa Correia e Domingos Bastos (que está lá no céu em festa), incansáveis trabalhadores e incentivadores para a conclusão deste curso.

“Toda reforma interior e toda mudança para melhor dependem exclusivamente da aplicação do nosso próprio esforço”

Immanuel Kant

RESUMO

O exercício do magistério é uma função antiga e os problemas decorrentes dela, a acompanham desde os primórdios. Alguns estudos brasileiros demonstram uma relação importante entre a saúde dos professores e suas condições de vida e de trabalho. Os professores se constituem como um grupo de profissionais bastante expostos a condições de estresse emocional e físico tendo em vista o excesso de trabalho e os problemas sócio organizacionais do meio escolar. Assim, tendem possuir hábitos sedentários e pouco envolvimento com atividades de lazer, o que indubitavelmente pode comprometer sua qualidade de vida. Este estudo objetiva

compreender por meio de uma revisão bibliográfica narrativa, se a qualidade de vida de professores (escolares) está sofrendo influência das condições de trabalho e de comportamento sedentário. A sobrecarga de horas, que são pouco remuneradas tem efeitos prejudiciais sobre as condições de trabalho e de saúde dos educadores, visto que torna mais acentuadas as condições já estressantes do trabalho realizado. Estes trabalhos excessivos, que representam uma sobrecarga de trabalho inclusive nas férias e finais de semana, retiram do professor a oportunidade de estar com seus familiares, amigos ou mesmo realizar outros tipos de atividades físicas, culturais e sociais, comprometendo então sua qualidade de vida.

Palavras Chaves: Qualidade de vida, Professor, Docentes, Saúde, Sedentarismo

ABSTRACT

The exercise of the Magisterium is an old function and the problems arising, follow from the beginning. Few Brazilian studies show a relationship between the health of teachers and their living and working conditions. Teachers are as a group of professionals very exposed to emotional and physical stress conditions in view of the workload and the organizational partner school problems. So, they tend to have sedentary habits and little involvement in leisure activities, which undoubtedly can compromise your quality of life. This study aims to understand through a literature review narrative, if the quality of life of teachers (school) is suffering of working conditions and influence of sedentary behavior. Overloading hours, which are low-paid, have detrimental effects on the working and health conditions of educators,

since it makes the already stressful conditions of the work done more pronounced. These excessive work, which represents an overload of work, including vacations and weekends, take away from the teacher the opportunity to be with family, friends or even other physical, cultural and social activities, thus compromising their quality of life.

Key words: Quality of life, Teacher, Teachers, Health, Sedentarism

LISTAS DE SIGLAS

QV Qualidade de Vida

QVT Qualidade de Vida no Trabalho

AF Atividade Física

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	11
2. OBJETIVO GERAL.....	13
3. METODOLOGIA.....	13
4. REVISÃO DE LITERATURA.....	14
4.1 Qualidade de Vida.....	14
4.2 Qualidade de Vida dos Professores.....	15
4.3 Motivos de afastamentos dos professores.....	17
4.4 Comportamento sedentário em detrimento da qualidade de vida de professores.....	19
5. CONCLUSÃO.....	19

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, muitas alterações vêm ocorrendo no campo do trabalho docente. São mudanças nas relações de trabalho dos educadores, influenciadas, principalmente, pelos avanços nos campos tecnológico, econômico, social, político e demográfico. O exercício do magistério é uma função antiga e os problemas decorrentes dela, a acompanham desde os primórdios. Alguns estudos brasileiros demonstram uma relação importante entre a saúde dos professores e suas condições de vida e de trabalho (VEDOVATO, MONTEIRO, 2007)

Os professores se constituem como um grupo de profissionais bastante expostos a condições de estresse emocional e físico tendo em vista o excesso de trabalho e os problemas sócio organizacionais do meio escolar. Assim, tendem possuir hábitos sedentários e pouco envolvimento com atividades de lazer, o que indubitavelmente pode comprometer sua qualidade de vida (QV) tanto em aspectos psicológicos como físico e social (COSTA et.al., 2012 ; FONTANA e PINHEIRO , 2010).

De acordo com a definição da Organização Mundial da Saúde (BRASIL, 2003), qualidade de vida é a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida. Portanto para se ter uma vida saudável, o indivíduo deve preservar sua qualidade de vida com a manutenção de sua funcionalidade e independência.

Conforme pesquisa de Limongi-França (2007), a profissão de professor é uma das que mais sofrem com o estresse e outras síndromes decorrentes de sua atividade laboral e que influenciam na qualidade de vida no trabalho (QVT).

Goerdet (2007) considera que a qualidade de vida no trabalho (QVT) representa o grau de satisfação pessoal e profissional que os trabalhadores são capazes de alcançar através das atividades desenvolvidas na empresa. Neste sentido, pode-se dizer que qualidade de vida no trabalho é uma via de mão dupla, que atende tanto as necessidades do trabalhador com a elevação da satisfação, da motivação, a preservação da sua saúde física e psicológica, quanto para a empresa no que se refere ao seu fortalecimento e aumento da produtividade.

Alguns estudos vêm demonstrando os efeitos positivos que a atividade física (AF) promove, sejam eles adotados como estratégia preventiva ou de tratamento das mais diversas doenças e distúrbios físicos e emocionais determinantes na QV relacionada à saúde (FECCHIO et. al., 2014; MARCELLE et. al., 2014).

Porém, ainda há uma divergência das pesquisas aplicadas a QV de professores quanto aos domínios gerais (Físico, Psicológico, Social, Ambiente) e a sua relação com estilo de vida sedentário ou ativo. Importantes investigações têm sido realizadas e mostram associações das condições de trabalho com diversas morbidades como burnout, disfonias, transtornos mentais, problemas físicos e psicossomáticos (CODD, 1999), que podem levar ao abandono da escola pública e mesmo da profissão docente (LAPO, 2003).

Poucos estudos têm referenciado a saúde do trabalhador, no seu contexto geral. Além dos fatores ambientais, tais como: poluição, ruído, vibração, temperatura e iluminação, que podem ser prejudiciais ao homem, existem outros fatores que também devem ser considerados, tais como: o estilo de vida, aspectos cognitivos, sociais e organizacionais, dentre outros (ALVAREZ, 1996).

Além de algumas características como a constante necessidade de uso da voz, das cargas altas de trabalho e da crescente violência nas escolas, autores como Fernandes e Rocha (2009) abordam que os baixos salários, comuns em professores de educação básica, limitam o acesso a serviços de saúde, práticas de lazer e transportes de qualidade e isso tem repercussões importantes no aumento do estresse e da redução da qualidade de vida.

Segundo Stanski (2011) o educador repassa conteúdos e temas sobre QV, com seus alunos, e na maioria das vezes não os aplica em sua rotina diária. Aspectos importantes para melhoria desse fator são, a atividade física, nutrição adequada, descaso e controle do estresse (NAHAS, 2010).

No cotidiano de trabalho do professor observar-se que ele acumula diferentes funções na tarefa do educador, como assessoramento psicológico dos alunos, construção de rotinas de saúde, serviços burocráticos que, associados à ausência de autonomia, infraestrutura e baixa remuneração, configuram uma condição de vulnerabilidade social, psicológica e biológica deste profissional (SILVEIRA, 2011).

De acordo com Junior (2011), as atribuições do cotidiano estimula cada vez mais as pessoas a trabalharem com um alto grau de estresse, o que propicia o indivíduo para o comprometimentos clínicos como a obesidade e o sedentarismo. Além disso, existe a necessidade de se trabalhar em mais de uma instituição, além das cobranças no ambiente o indivíduo se alimenta de forma inadequada contribuindo para todos os agravantes supracitados. Isso, gera uma preocupação, pois a cada momento o número de emissão de atestados aumenta, fazendo com que professores faltem ao trabalho, prejudicando o aprendizado dos alunos.

A qualidade de vida está fortemente relacionada à saúde, de modo que ambas estão presentes no cotidiano dos educadores.

2. OBJETIVO GERAL

Compreender por meio de uma revisão bibliográfica narrativa, se a qualidade de vida de professores (escolares) está sofrendo influência das condições de trabalho e de comportamento sedentário.

3. METODOLOGIA

A presente monografia trata-se de um estudo de revisão narrativa, baseando-se no referencial da pesquisa bibliográfica, que consiste no exame da literatura científica para levantamento e análise do que já se produziu sobre determinado tema. Envolveu as atividades básicas de identificação, fichamento, análise e interpretação.

Foi realizada uma revisão bibliográfica das produções científicas em Qualidade de vida do professor na rede pública, por meio de um levantamento na biblioteca eletrônica SciELO, PUBMED e no Google Acadêmico, os artigos foram selecionados de acordo com o assunto de interesse publicado no período de 2012 á 2017.

As palavras chaves utilizadas foram: qualidade de vida, professor, docente, saúde e sedentarismo. Foi realizado a busca somente com palavras na língua portuguesa.

Os critérios de inclusão de artigos na revisão foram: artigos publicados em periódicos nacionais, artigos que abordassem o tema do estudo, artigos na língua portuguesa e artigos publicados nos últimos cinco anos. A busca na base de dados resultou em 19 artigos.

Os artigos foram selecionados de acordo com o método sistemático. Primeiramente realizou-se leitura dos títulos, seguidos do resumo, então foi aplicado o critério de inclusão para análise. No caso de cumprimento dos critérios de inclusão, os artigos foram incluídos para leitura na íntegra. As referências de todos os artigos selecionados foram lidas para identificar possíveis artigos a serem incluídos na revisão.

4. REVISÃO DE LITERATURA

4.1 Qualidade de Vida

A QV é um conceito particular a cada indivíduo ou grupo, apesar de haver consenso de que ela é formada por múltiplos fatores, sendo essa combinação associada a variáveis como estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e até mesmo a espiritualidade (Nahas, 2010).

Segundo Chor (1999), Seidl e Zannon (2004), a necessidade de diagnosticar a QV das várias populações de forma a favorecer a execução de programas de intervenção nos vários grupos populacionais. Segundo Guiselini (1996), tratar do assunto QV é pensar no caminho da longevidade, sendo seu elemento-chave, além de suprir necessidades básicas, melhorar o estilo de vida, por meio da aquisição de hábitos saudáveis, realizando atividade física, tendo relacionamentos estáveis, duradouros, dieta saudável etc., pois só assim teremos adultos saudáveis hoje e idosos amanhã.

Historicamente, os aspectos relevantes para determinação da qualidade de vida foram somente os materiais. Entretanto, com o passar dos tempos, houve uma evolução nesse conceito, valorizando-se aspectos como satisfação e realização pessoal, qualidade nos relacionamentos, opções de lazer, acesso a eventos culturais, percepção de bem-estar geral, entre outros (Rodriguez e Alves, 2008).

Apesar de existirem diversos conceitos sobre o assunto, é fato que o atendimento às necessidades básicas – alimento, moradia, educação e trabalho – formam um componente fundamental para a avaliação da QV . O tema tornou-se tão amplo que a QV envolve diretamente o bem-estar, a felicidade, os sonhos, a dignidade, o trabalho e a cidadania (Nahas, 2010).

4.2 Qualidade de Vida dos Professores

Santos (2004) afirma que a adoção de novas políticas públicas centrada na cultura do desempenho vem influenciando a criação de outros valores e interesses, o

que tem modificado a relação entre os colaboradores do ensino, seu trabalho e sua identidade profissional. O docente, anteriormente visto como uma figura essencial para a sociedade, hoje é um trabalhador que luta pela valorização e o reconhecimento social (LEMOS, 2005).

Um dos maiores desafios do século atual, em que as pessoas estão em busca de estabilidade e reconhecimento profissional, está em aprender a conviver neste mundo globalizado, e a educação emerge um grande trunfo, por possibilitar o desenvolvimento contínuo de pessoas e da sociedade. No entanto, a falta de recursos materiais, condições de trabalho inadequadas e o acúmulo de exigências levam à sobrecarga dos professores. O encontro da prática é distante dos ideais pedagógicos assimilados durante o período de formação, uma divergência que incide diretamente sobre a ação docente, gerando tensões sobre a saúde (OLIVEIRA et.al., 2005 ; FARIA , 2004).

Estudos apontam que os educadores correm o risco de sofrerem esgotamento físico e mental, levando-se em consideração as dificuldades materiais e psicológicas associadas ao exercício da docência (GOMES & AMÉDIS, 2006). No ambiente de trabalho, os processos de desgaste do corpo são determinados quase sempre pelo tipo de trabalho e pela forma como o mesmo está organizado (Delcor et al. 2004).

Todo esse dinamismo tem afetado diretamente a vida particular e individual dos professores. A pressão do dia-a-dia aliada à longa jornada de trabalho, a necessidade constante de qualificação e a insegurança profissional associada a outros fatores têm acarretado uma série de problemas na saúde física, mental e social desses profissionais. Conforme pesquisa realizada por Gasparini, Barreto e Assunção (2005), cujo objetivo foi descrever o perfil de adoecimento dos professores, concluiu-se que os docentes têm mais risco de sofrimento psíquico de diferenciados matizes e mais prevalência de transtornos psicológicos menores entre eles, quando comparados a outros grupos como médicos, comerciantes, engenheiros, etc.

Segundo Sant'Anna, Costa e Moraes (2000), a remuneração dos educadores é proporcional ao número de aulas do cargo. Com isso, cada vez mais, esses

profissionais têm assumido grande quantidade de turmas com o objetivo de melhorarem a qualidade de vida. Esse fato tem provocado nos docentes desgastes físicos e mentais, devido ao grande volume de atividades extraclasse, como correção de provas, reuniões, preparação de aulas e materiais.

ROCHA & FERNANDES (2008) avaliaram a qualidade de vida dos professores do ensino fundamental do município de Jequié na Bahia. A pesquisa foi realizada com uma amostra aleatória constituída por 91 professores que responderam o questionário genérico de avaliação da qualidade de vida (SF-36). O questionário considerou oito domínios relativos à qualidade de vida: capacidade funcional; aspectos físicos; dor; estado geral de saúde; vitalidade; aspectos sociais; aspectos emocionais; e saúde mental . Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva, com determinação de médias, freqüências e desvio-padrão. Todos os domínios apresentaram-se prejudicados com destaque para vitalidade e dor, como os de menor escore, e capacidade funcional e limitação por aspectos emocionais, como os de maior escore. O estudo concluiu que a qualidade de vida da população investigada encontra-se comprometida, o que pode repercutir no estado de saúde de tais indivíduos.

4.3 Motivos de afastamentos dos professores

A qualidade do ambiente escolar configura-se como fator fundamental para o estabelecimento de uma relação harmoniosa entre trabalho e saúde, bem como para o rendimento do processo de ensino-aprendizagem.

A educação é uma área que possui características particulares geradoras de stress e de alterações do comportamento dos que nela trabalham devido à tensão do próprio ambiente escolar, e às relações que se operam nele, dentre elas as relações competitivas, relações de poder, relação com a comunidade e relação com o conhecimento. No Brasil, as jornadas de trabalho são de aproximadamente 40 horas semanais, sendo raros os casos em que parte deste tempo (em geral 10% ou 20%) é dedicada ao trabalho extraclasse. Com isso, muitas destas atividades inerentes ao ensino são realizadas no período extraclasse pelos docentes em casa em seu horário de descanso. (GOMES & AMÉDIS, 2006).

A sobrecarga de horas, que são pouco remuneradas tem efeitos prejudiciais sobre as condições de trabalho e de saúde dos educadores, visto que torna mais acentuadas as condições já estressantes do trabalho realizado. Estes trabalhos excessivos, que representam uma sobrecarga de trabalho inclusive nas férias e finais de semana, retiram do professor a oportunidade de estar com seus familiares, amigos ou mesmo realizar outros tipos de atividades físicas, culturais e sociais, comprometendo então sua qualidade de vida. (GOMES & AMÉDIS, 2006).

Dentre as atividades desenvolvidas em sala de aula pelo professor, algumas podem ser apontadas como fontes geradoras de doenças ocupacionais como: os movimentos repetitivos (movimento de escrever e apagar a lousa), onde o braço é mantido muito tempo na posição acima do nível ombro, problemas circulatórios por ficar muito tempo em pé, problemas ergonômicos por utilizar assentos fora das especificações necessárias, problemas respiratórios e alergias na pele devido à exposição ao pó de giz, problemas mentais, principalmente desenvolvidos pelo excesso de alunos em sala, submissão às jornadas de trabalho extensas, acúmulo de um ou mais empregos dentre outras situações.

No estudo realizado por Delcor et al. (2004), destacaram-se as queixas de saúde relacionadas à postura, como dor nos braços/ombros (52%), dor nas costas (51%) e dor nas pernas/formigamento (47%). Silva e Rosso (2008) encontraram um indicativo de 60% de dores nas costas e na coluna dos professores por eles pesquisados, o que pode ser um reflexo da má postura desses docentes, em pé ou sentados.

Para Costa e Germano (2007), o excesso de trabalho muitas vezes associado à péssima qualidade de vida destes profissionais pode ser alguns dos fatores que tem agravado este quadro de adoecimento entre professores. Melhorar a qualidade de vida e realizar um trabalho preventivo com estes profissionais preparando-os para o dia-a-dia escolar bem como diminuir as situações geradoras de estresse podem ser alternativas que diminuam os índices de doenças e afastamentos.

A inter-relação das questões e problemáticas de qualidade de vida relacionada à voz do professor foi evidenciada em um estudo que mostrou que os aspectos mais comprometidos da qualidade de vida do professor envolvem as

condições, organização, ambiente e o processo de trabalho docente – especialmente as relações sociais (Penteado, 2000).

Os baixos salários, insuficientes para as necessidades cotidianas e investimento pessoal, aliados ao desgaste intenso de energia física e psíquica associado ao sono e descanso insuficientes também são aspectos que impactam negativamente o bem-estar pessoal e a vida do professor, contribuindo para o estresse físico e mental. Assim, a saúde geral de professores encontra-se comprometida, com sofrimentos variados de ordem física e emocional, problemas e necessidades de saúde geral e vocal não resolvidos, não satisfeitos ou não atendidos, o que requer ações para a promoção da saúde docente

4.4 Comportamento sedentário em detrimento da qualidade de vida de professores

O sedentarismo é um processo histórico arrecadato por mudanças nos hábitos cotidianos das pessoas, que passaram a se movimentar cada vez menos nas atividades da vida diária e a não dedicar tempo para atividades físicas regulares, por causa das ocupações habituais (INFORMES, 2002).

Alguns fatores que agravam a inatividade física entre os educadores é que a maioria trabalha em dois ou três turnos e em diferentes escolas (pela baixa remuneração), possuem filhos, estão no ápice de produtividade no seu trabalho, já constituíram família e/ou se encontram em um relacionamento afetivo (SAMPAIO, 2002).

Segundo Costa (2007) pesquisas apontam que a prática de atividade física regular é reconhecida como um dos principais fatores que possibilitariam a prevenção de várias doenças, diminuição da ansiedade, entre outros, ficando evidente a sua relação com qualidade de vida das pessoas.

O conhecimento de dados sobre o sedentarismo e seus determinantes, ou fatores associados, traz importantes contribuições para a saúde pública, porque serve de base para o gerenciamento de atividades de incentivo à prática de

atividades físicas em subgrupos populacionais mais afetados por esse tipo de comportamento (Matsudo, 2002).

O sedentarismo é considerado um problema de saúde pública mundial, que está presente nos índices de mortalidades e incapacidades mundiais por suas consequências (DOENÇAS, 2003). Dias (2007) afirma que a prática regular de atividades físicas é um tratamento para as doenças da população, promovendo uma recuperação mais rápida com menos gastos financeiros, acarretando o controle da enfermidade de maneira mais segura e eficaz.

5. CONCLUSÃO

Ser professor é uma profissão nobre, que merece respeito, reconhecimento e consideração pela missão que exerce, de transmitir seus conhecimentos aos alunos, mas infelizmente ainda não é uma profissão tão valorizada. De acordo com Gatti (2002) ser professor do ensino básico tem se mostrado cada vez menos atraente, tanto pelas condições de formação oferecidas, pelos cursos em si, quanto pelas condições em que seu exercício se dá, pelas condições salariais e baixa qualidade de vida.

Os profissionais da educação estão cada vez mais vulneráveis às doenças, isso acontece devido aos maus hábitos da vida, na qual o tempo para cuidar de si, da sua saúde está ficando para depois e a busca pelo crescimento pessoal, financeiro e profissional apresenta proporções exorbitantes, com isso a, a prática de atividades físicas e hábitos de vida saudáveis que elevem a qualidade de vida ficam em segundo plano, favorecendo os profissionais a serem mais sedentários.

Com o objetivo de provocar novas pesquisas e análises acerca das questões neste trabalho levantadas, é possível ressaltar alguns itens de grande relevância reflexiva:

- Os professores se constituem como um grupo de profissionais bastante expostos a condições de estresse emocional e físico tendo em vista o excesso de trabalho e os

problemas sócio organizacionais do meio escolar. Assim, tendem possuir hábitos sedentários e pouco envolvimento com atividades de lazer, o que indubitavelmente pode comprometer sua qualidade de vida (QV) tanto em aspectos psicológicos como físico e social (COSTA et.al., 2012 ; FONTANA e PINHEIRO , 2010).

- No cotidiano de trabalho do professor observar-se que ele acumula diferentes funções na tarefa do educador, como assessoramento psicológico dos alunos, construção de rotinas de saúde, serviços burocráticos que, associados à ausência de autonomia, infraestrutura e baixa remuneração, configuram uma condição de vulnerabilidade social, psicológica e biológica deste profissional (SILVEIRA, 2011).

- Santos (2004) afirma que a adoção de novas políticas públicas centrada na cultura do desempenho vem influenciando a criação de outros valores e interesses, o que tem modificado a relação entre os colaboradores do ensino, seu trabalho e sua identidade profissional. O docente, anteriormente visto como uma figura essencial para a sociedade, hoje é um trabalhador que luta pela valorização e o reconhecimento social (LEMOS, 2005).

- Estudos apontam que os educadores correm o risco de sofrerem esgotamento físico e mental, levando-se em consideração as dificuldades materiais e psicológicas associadas ao exercício da docência (GOMES & AMÉDIS, 2006). No ambiente de trabalho, os processos de desgaste do

corpo são determinados quase sempre pelo tipo de trabalho e pela forma como o mesmo está organizado (Delcor et al. 2004).

- A sobrecarga de horas, que são pouco remuneradas tem efeitos prejudiciais sobre as condições de trabalho e de saúde dos educadores, visto que torna mais acentuadas as condições já estressantes do trabalho realizado. Estes trabalhos excessivos, que representam uma sobrecarga de trabalho inclusive nas férias e finais de semana, retiram do professor a oportunidade de estar com seus familiares, amigos ou mesmo realizar outros tipos de atividades físicas, culturais e sociais, comprometendo então sua qualidade de vida. (GOMES & AMÉDIS, 2006).

- Para Costa e Germano (2007), o excesso de trabalho muitas vezes associado à péssima qualidade de vida destes profissionais pode ser alguns dos fatores que têm agravado este quadro de adoecimento entre professores. Melhorar a qualidade de vida e realizar um trabalho preventivo com estes profissionais preparando-os para o dia-a-dia escolar bem como diminuir as situações geradoras de estresse podem ser alternativas que diminuam os índices de doenças e afastamentos.

Sugere-se mais pesquisas nesse campo de investigação, a partir do setor da saúde, para influenciar de forma favorável à qualidade de vida do professor. Levantar as principais doenças, para constituir dados estruturantes para uma implementação de uma política de valorização do profissional de educação.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVAREZ, B.R. **Qualidade de vida relacionada à saúde de trabalhadores**. 1996. Dissertação. (Mestrado em Engenharia da Produção) – Programa de Pós-graduação em Engenharia da Produção, UFSC. Florianópolis, 1996.

Chor, D. **Saúde Pública e Mudanças de Comportamento: Uma Questão Contemporânea**. Cad. Saúde Pública. Rio de Janeiro. Vol. 2. Num. 15. 1999. p. 423-425.

Codo W. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis: Vozes; 1999

COSTA LUDMILA DA SILVA TAVARES, GIL-MONTE PEDRO RAFAEL, POSSOBONROSANA DE FÁTIMA. **Prevalência da Síndrome de Burnout em uma Amostra de Professores Brasileiros**. Psicologia: Reflexão e Crítica, 26(4), 636-642, 2012.

COSTA, A. M. M. da. **Saúde e qualidade de vida dos profissionais de educação física, das academias de ginástica da zona leste de Teresina**. Teresina: UFPI, 2007.

COSTA, P. G.; GERMANO, A. **Afastamento dos professores de 5ª à 8ª séries da rede municipal de Ipatinga da sala de aula: principais causadores**. Anais do VI Congresso de Letras: Linguagem e Cultura: Múltiplos Olhares, 2007.

Delcor NS, Araújo TM, Reis EJFB, Porto LA, Carvalho FM, Silva MO, Barbalho L, Andrade JM. **Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil**. Cad Saúde Pública 2004; 20(1):187-196.

DIAS, Jonatas Antonio. et. al. **A importância de atividade física orientada: uma alternativa para o controle de doença crônica na atenção primária**. Revista Digital. ano 12. nº 144. Buenos Aires: 2007.

DOENÇAS Crônicas Degenerativas e Obesidades: Estratégias mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Organização Pan-Americana de

Saúde-OPAS/Escritório Regional para as Americas da OMS. Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial de Saúde. Brasília: 2003. 60 p.

Faria JIL, Casagrande LDR. **A educação para o século XXI e a formação do professor reflexivo na enfermagem.** Rev Latino-Am. Enfermagem. 2004;12(5):821-7.

FECCHIO RAFAEL YOKOYAMA. MODESTO BRUNO TEMOTEO. QUEIROZ ANDRÉIA CRISTIANE CARRENHO. **Efeito da prescrição de caminhada não supervisionada sobre o risco cardiovascular global.** Rev Bras Ativ Fis e Saúde • Pelotas/RS • 19(3):390-398 • Mai/2014

Fernandes MH, Rocha VM. **Impact of the psychosocial aspects of work on the quality of life of teachers.** Rev Bras Psiquiatr. 2009; 31(1):15-20.

FONTANA ROSANE TERESINHA, PINHEIRO DÉBORA AVELLO. **Condições de saúde auto-referidas de professores de uma universidade regional.** Rev Gaúcha Enferm., Porto Alegre (RS) jun;31(2):270-6. 2010.

GASPARINI, S.M.; BARRETO, S.M.; ASSUNÇÃO, A.A. **O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde.** Educação e Pesquisa, São Paulo, v. 31, n. 2, maio/agosto, 2005.

GATTI, B.A. **Formação de professores e carreira: problemas e movimentos de renovação.** 2 ed. Campinas: Autores Associados, 2000. (Coleção Formação de Professores).

GOERDET, F. **Qualidade de vida no trabalho na empresa.** 2007. Disponível em: <<http://unibes.enturma.com.br/community/unibes/VirtualDisk.html>?>. Acesso em: 01 Nov. 2017.

GOMES, P.C. & AMÉDIS, G. **Afastamento dos professores de 5ª à 8ª séries na rede municipal de Ipatinga da sala de aula.** 2006. Disponível em: <<http://bibliotecadigital.unec.edu.br/ojs/index.php/unec03/article/view/289/365>>.

Acesso em: 02 Nov. 2017.

Grillo MMM, Penteadó RZ. **Impacto da voz na qualidade de vida de professore(a)s do ensino fundamental.** Pro Fono. 2005;17(3):321-30.

GUISELINE, Mauro A. **Qualidade de vida um programa prático para um corpo saudável.** 2. ed. São Paulo: Gente, 1996.

Informes Técnicos Institucionais. **Programa Nacional de Promoção da Atividade Física “Agita Brasil”: Atividade física e suas contribuições para a qualidade de vida.** Projeto Promoção da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Texto de defesa técnico-científica do Ministério da Saúde. Revista de Saúde Pública 2002; 36(2): 254-6.

Lapo FR, Bueno BO. **Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério.** Cad Pesq 2003; 118:65-88

Lemos JC. **Cargas psíquicas no trabalho e processos de saúde em professores universitários [tese].** Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina. Centro Tecnológico; 2005.

LIMONGI-FRANÇA, A.C. **Práticas de recursos humanos: conceitos, ferramentas e procedimentos.** São Paulo: Atlas, 2007.

MARCELLE MELISSA R., IRVINE KATHERINE N., WARBER SARA L. **Examining Group Walks in Nature and Multiple Aspects of Well-Being: A Large-Scale Study.** ECOPSYCHOLOGY, VOL. 6 N. 3, 2014.

MATSUDO, Sandra Mahecha; et al. **Nível de atividade física da população do estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento.** Revista Brasileira Ciência e Movimento. v. 10, nº 4. Brasília: 2002. 41-50 p.

NAHAS; Markus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 5 edição rev. atual. Londrina: Midiograf, 2010. 318 p.

Oliveira CBE, Alves PB. **Ensino fundamental: papel do professor, motivação e estimulação no contexto escolar.** Paidéia. 2005;15(31):227-38.

Penteado RZ. **Aspectos de qualidade de vida e subjetividade na promoção da saúde vocal de professores [tese].** São Paulo (SP): Universidade de São Paulo. Faculdade de Saúde Pública; 2003.

ROCHA, V.M. & FERNANDES, M.H. **Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria. vol.57 no.1. Rio de Janeiro, 2008.

RODRIGUEZ, Martius V. R. Y.; ALVES, Joemar B. **Qualidade de vida dos professores: um bem para todos.** In: CONGRESSO NACIONAL DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO, 4., Niterói, 2008. p. 2-23. Disponível em:<<http://www.latec.uff.br/cneg/documentos/anais>>. Acesso em: 01 Nov. 2017.

SAMPAIO, Carlos Eduardo Moreno Sampaio; et al. **Estatísticas dos professores no Brasil.** Revista Brasileira Estatística Pedagógica., v. nº 203-205. Jan. 2002.

SANT'ANNA, A.S.; COSTA, R.; MORAES, L.F.R. **Qualidade de Vida no Trabalho: uma análise em unidades de ensino básico.** In: Anais XXIV. Encontro Nacional da Associação de Pós-Graduação em Administração. Campinas, SP: ANPAD, 2000.

SANTOS, L.L.C.P. **Formação de professores na cultura do desempenho**. Revista Educação e Sociedade, v. 25, n. 89, set/dez 2004.

Seidl, E.M.F.; Zannon, C.M.L.C. **Qualidade de Vida e Saúde: Aspectos Conceituais e Metodológicos**. Rio de Janeiro. 2004.

SILVEIRA, Rodrigo Eurípedes. **Qualidade de vida dos docentes do ensino fundamental de um município brasileiro**. Revista de Enfermagem Referência. Coimbra, v. III, nº 4 p. 115-123. Jul. 2011.

STANSKI, Marlucci Regina; SCORSIN, Daiane Maria; KRONBAVER, Gláucia Andreza. **Atividades Físicas Diárias e Estresse em Professores Educação Física da Rede Pública de Ensino na Região de Irati**. Revista Científica JOPEF. Disponível em <http://www.revistajopef.com.br/Revistajopef_v11_n2_2011.pdf>. Acesso em: 02 Nov. 2017.

VEDOVATO, Tatiana Giovanelli; MONTEIRO, Maria Inês. **Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulista**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 24, nº 2, Nov. 2007.