

LOPES, Igor Masala ¹

DINIZ, Elizângela Fernandes Ferreira Santos ²

LAVORATO, Victor Neiva ³

OLIVEIRA, Renata Aparecida Rodrigues ⁴

RESUMO

O termo “qualidade de vida” (QV) é subjetivo, porém é considerado um método para verificar como as pessoas percebem o bem-estar físico, mental e social. Nota-se que, na área da docência, por apresentar inúmeros fatores estressantes, a QV pode ser afetada. Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a relação entre a carga horária e a QV dos professores de uma cidade do interior de Minas Gerais. Trata-se de um estudo descritivo de corte transversal, desenvolvido entre junho e julho de 2019, realizado com 46 professores da cidade de Guidoval-MG. Foi aplicado o Questionário World Health Organization Quality of Life/brief (WHOQOL/breve) para avaliar a QV dos docentes da educação básica, com seus respectivos domínios (físico, psicológico, meio ambiente e relações sociais. Os avaliados apresentaram idade média de 41,93+ 8,57 anos, carga horária de trabalho semanal de 28,67+10,93 horas e tempo de atuação profissional de 17,36+ 10,51 anos. O escore médio da QV geral foi de 71,29+ 7,77 pontos, com maiores valores para os domínios “relações sociais” e “meio ambiente”, e uma baixa na média do domínio “físico e psicológico”. Encontrou-se uma correlação fraca

entre os domínios “meio ambiente” e “tempo de atuação” ($r= 0,308$; $p<0,05$). Concluiu-se que os professores avaliados apresentaram menores valores no domínio “físico e psicológico”, porém a carga horária não se correlacionou com o QV deles

PALAVRAS-CHAVE: Qualidade de vida. Professores. Educação básica.

INTRODUÇÃO

A função dos docentes possui grande influência para nosso país, tanto na economia como na formação do jovem cidadão, gerando assim um impacto positivo para a sociedade. O trabalho dos professores tem sido marcado por constantes transformações, sendo que estão relacionadas às múltiplas exigências feitas ao papel do professor, que tem sido cada vez mais associadas aos problemas de saúde física e mental apresentados por estes trabalhadores (CRUZ, 2010).

A necessidade da saúde do trabalhador se insere no âmbito da saúde coletiva em que se considera a saúde em sua dimensão ampliada, através da promoção, proteção, recuperação e bem-estar (CARDOSO; IERVOLINO, 2008). Praticar atividade física e ter um tempo para o lazer é importante para exercer um trabalho de qualidade dentro do ambiente escolar, em que a saúde do docente busca relacionar as dinâmicas existentes nas organizações de trabalho, juntamente com

1 Graduando em Educação Física - UNIFAGOC. E-mail: igormasala23@gmail.com

2 Docente do Curso de Educação Física - UNIFAGOC. E-mail: elizangela.ferreira@unifagoc.edu.br

3 Docente do Curso de Educação Física - UNIFAGOC. E-mail: victor.lavorato@unifagoc.edu.br

4 Docente do Curso de Educação Física - UNIFAGOC. E-mail: renata.oliveira@unifagoc.edu.br

seu caráter social (DELCOR et al., 2004). Assim, é importante que o professor tenha saúde para exercer sua profissão.

O estilo de vida do docente pode influenciar diretamente em sua prática pedagógica, tanto para seus alunos como para o próprio professor. Atrelado a isso, existem alguns fatores que podem ajudar em seu estilo de vida, como cultivar bons relacionamentos, ser ativo fisicamente e ter uma alimentação saudável (BOTH et al., 2004). Tais comportamentos poderão contribuir também para a melhora na qualidade de vida (QV) do professor.

O termo QV é subjetivo e considera como as pessoas percebem o bem-estar físico, mental e social ou, ainda, o tempo utilizado para seu lazer (GIMENES, 2013). Por mais que os conceitos de QV e saúde sejam abrangentes, a percepção do nível de QV tem sido um referencial da concepção do estado geral de saúde (BARALDI et al., 2015).

A QV engloba basicamente 6 domínios: o físico, o psicológico, o nível de independência, as relações sociais, o meio ambiente e a espiritualidade (KAWAKAME; MIYADAHIRA, 2005). Como envolve diferentes aspectos, os trabalhadores que possuem uma carga horária elevada podem ter um impacto negativo na percepção do nível de QV, principalmente nas questões relacionadas ao domínio físico, que pode ser influenciado por questões como indisponibilidade temporal e sono (GONÇALVES et al., 2016).

Associado a isso, verifica-se que na atualidade existe uma frustração da atividade docente, em razão dos baixos investimentos nas ações de melhoria da educação, seja do ponto de vista dos ambientes de trabalho, do curto tempo dedicado ao lazer, da remuneração ou, ainda, do reconhecimento social desse trabalho (SOUZA et al., 2015). Muitos desses profissionais se deixam levar pelos aspectos negativos da profissão e acabam desenvolvendo efeitos negativos relacionados à saúde e QV (ARAÚJO; CARVALHO, 2009).

Segundo Rocha e Fernandes (2007), a QV é um importante aspecto a ser considerado

na promoção de saúde dos professores, aos quais vêm sendo atribuídas diversas funções e uma carga horária elevada no cotidiano de suas atividades de trabalho. Assim, destaca-se a relevância científica e social de se investigar as condições que interferem no bem-estar e os fatores associados à QV dos professores. Dessa forma, o presente estudo visa analisar a relação entre a carga horária e a QV dos professores de uma cidade do interior de Minas Gerais.

MÉTODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo de corte transversal, com professores de uma cidade do interior de Minas Gerais. A amostra da pesquisa foi constituída por 46 professores da educação básica, sendo cinco homens e 41 mulheres. Esse número corresponde a 47% da população de professores registrados na Secretaria de Educação do município no momento do estudo, no período de junho a julho de 2019.

A coleta dos dados foi realizada em quatro escolas, duas municipais e duas estaduais, com professores do ensino fundamental e médio, no período da manhã e da tarde. Para compor a amostra, era necessário que o professor tivesse idade entre 23 e 60 anos e o mínimo de dois anos de atuação. Para tanto, indagou-se aos docentes acerca de seus dados pessoais, como idade, tempo de atuação e carga horária semanal de trabalho.

A princípio, foi solicitada a autorização ao diretor da escola para a realização da pesquisa. Após a liberação, os professores foram informados sobre a pesquisa de forma coletiva; em seguida, foram esclarecidas todas as dúvidas pertinentes. Antes da aplicação do questionário, foi solicitado que todos fizessem a leitura do Termo de Consentimento Informado e Esclarecido e o assinassem em seguida. Todos os procedimentos foram realizados de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional da Saúde, do Ministério da Saúde. A maior parte dos docentes preencheu o questionário em casa.

Para realizar o estudo, foi aplicado o Questionário World Health Organization Quality of Life/brief (WHOQOL/breve) na versão em português (FLECK et al., 2000). Este é um questionário com 26 questões que envolvem vários aspectos da vida cotidiana e aborda quatro domínios da qualidade de vida – físico, psicológico, meio ambiente e relações sociais; e duas questões gerais sobre QV e saúde. Para cada aspecto da qualidade de vida expresso no questionário WHOQOL- bref, o entrevistado pode apresentar sua resposta por meio de escores que variam de um a cinco, em que “um” significa a pior condição e (cinco), a melhor.

Os resultados dos domínios apresentam valores entre zero e 100, em que são piores os mais próximos de zero e melhores os mais próximos de 100. Dessa forma, um sujeito que apresente valor igual a 50 para determinado domínio pode ser considerado mediano para esse domínio.

Após a coleta de dados, foram calculados a média e o desvio-padrão para os escores padronizados dos domínios do protocolo WHOQOL/breve. Os dados foram analisados pelo programa estatístico SPSS versão 20. Inicialmente, foi realizado o teste de Shapiro Wilk para verificar a normalidade dos dados. Posteriormente, a análise dos dados constituiu na exploração descritiva das variáveis estudadas e no cálculo das prevalências. A relação entre a idade, o tempo de atuação, a carga horária semanal e os domínios da qualidade de vida foi feita através da correlação de Spearman. Para todos os tratamentos, adotou-se um nível de significância de $p<0,05$.

RESULTADOS

A idade média dos 46 docentes foi de $41,93\pm8,57$ anos, com carga horária de trabalho semanal de $28,67\pm10,93$ horas e tempo de atuação profissional de $17,36\pm10,51$ anos. O escore médio da QV geral foi de $71,29\pm7,77$ pontos, com maiores valores para os domínios “relações sociais” e “meio ambiente” (Tabela 1).

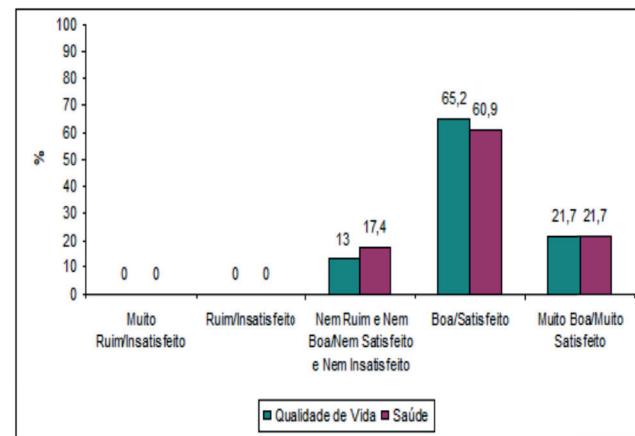
Tabela 1: Média e desvio-padrão dos escores dos domínios de qualidade de vida em professores, Guidoval-MG, 2019

Domínios da Qualidade de Vida	Média ± DP
Físico	$65,63 \pm 10,37$
Psicológico	$69,72 \pm 7,97$
Relações Sociais	$79,63 \pm 15,03$
Meio Ambiente	$70,21 \pm 11,04$
DP: Desvio padrão	

Fonte: dados da pesquisa.

Na Figura 1, está apresentada a distribuição percentual das respostas em relação às duas questões gerais, em suas cinco categorias de classificação propostas pelo WHOQOL/ breve. Foram encontrados 13% de respostas “nem ruim e nem boa” em relação à autopercepção da QV, e 17,4 % de “nem satisfeito e nem insatisfeito” em relação à satisfação com a saúde.

Figura 1: Autoavaliação da qualidade de vida e saúde de professores, Guidoval-MG, 2019019



Fonte: dados da pesquisa.

A Tabela 2 apresenta os domínios da QV em relação à carga horária semanal, à idade e ao tempo de atuação. Foi encontrada uma correlação fraca entre o domínio “meio ambiente” e o tempo de atuação.

Tabela 2: Correlação entre a idade, tempo de atuação, carga horária semanal e os domínios da qualidade de vida

Variáveis	DF	DP	RS	MA	QV
Idade	-0,077	-0,102	-0,139	0,222	-0,073
Tempo de Atuação	-0,007	-0,135	0,003	0,308*	0,048
Carga Horária Semanal	0,088	-0,138	0,119	-0,051	0,077

DF: Domínio físico; DP: domínio psicológico; RS: relações sociais; MA: meio ambiente; QV: qualidade de vida.

* P-valor <0,05 (teste de correlação de Spearman).

Fonte: dados da pesquisa.

DISCUSSÃO

A maior parte da amostra foi formada por mulheres (90%), confirmado que a escola é um espaço de trabalho com predomínio feminino, diferente da maioria das profissões. Ressalta-se que essa distribuição foi similar à proporção de professores da educação básica de Minas Gerais, que corresponde a apenas 16,7% de homens (BRASIL, 2013). Em estudo realizado por Oliveira et al. (2019), também foi encontrado que 87% dos professores da cidade de Viçosa-MG eram mulheres.

A idade média dos 46 docentes foi de 41,93+ 8,57 anos. Neste estudo, o fator idade não afetou a QV geral, porém o estudo de Salgado, Siqueira e Salgado (2016) mostrou que a idade é uma característica relevante para explicar a boa percepção de QV de trabalhadores, visto que trabalhadores com idade avançada tinham uma queda na QV. Além disso, no estudo de Ramos (2003), foi obtido que a idade avançada esteve associada a piores níveis de qualidade de vida relacionada à saúde. Isso pode ser devido a fatores, como redução dos aspectos físicos e psicológicos, que ocorrem com o envelhecimento. Porém, no presente estudo, não houve correlação entre a idade e os domínios da QV.

Considerando a qualidade de vida geral, a amostra apresentou média de 71,29+ 7,77 pontos, que pode ser considerada entre boa e muito boa, levando em conta a escala de 0 a 100 do WHOQOL/ breve. Esse escore foi superior ao

obtido nos estudos de Pereira, Teixeira e Lopes (2013) e de Tavares et al. (2015) com professores da educação básica. Trata-se, portanto, de um dado positivo.

Essa diferença pode se dever ao fato de as escolas serem localizadas no centro da cidade, com fácil acesso dos docentes e alunos. Além disso, por ser uma cidade de pequeno porte, os docentes têm facilidade de locomoção e não encontram problemas com trânsito para chegar até o local de trabalho. Esse pode ser um dos fatores que contribuíram para uma boa média na QV geral, em comparação aos estudos citados acima, visto que, nestes, as cidades possuem maior número de habitantes.

Dados do IBGE (2010) apresentam que a cidade do presente estudo possui 7.206 habitantes, portanto é considerada pequena. Assim, os professores têm facilidade em suas relações com grande parte da população, o que pode ser um dos fatores que contribuíram para um domínio alto no escore “relações sociais”. Além disso, segundo Koetz, Rempel e Périco (2013), o professor que atua há mais anos na profissão torna-se referência, portanto encontra menor dificuldade para lidar com situações inesperadas em sala de aula, não se sente tão impressionado com as indagações dos alunos e constrói um vínculo forte com a instituição de ensino. Isso pode ser uma possível explicação para o resultado encontrado, pois a média de tempo de atuação verificada foi de 17,36+ 10,51 anos.

Visto que o trabalho docente precisa estar em constante evolução e sempre buscando melhorias (CRUZ, 2010), o nível de satisfação com o trabalho dos professores tem grande influência na forma como as tarefas são cumpridas, levando em conta que a satisfação estimula e ajuda o professor no comprometimento de suas tarefas, contribuindo para a aprendizagem dos alunos (FERNANDEZ; FURTADO; RAMOS, 2016).

Assim, destaca-se que no presente estudo a maioria dos professores entrevistados mostraram estar satisfeitos com sua qualidade de vida (Figura 1) – resultado semelhante ao obtido no estudo de Tavares et al. (2015), com professores

da educação básica do interior de Minas Gerais. No presente estudo, os professores apresentaram maior pontuação no domínio “relações sociais”, com $79,63 + 15,03$; e menor pontuação no domínio “físico”, com $65,63 + 10,37$ pontos. No estudo de Rocha et al. (2007), realizado com docentes (95% mulheres), observou-se que os indivíduos possuem regular escore para aspectos físicos (média de 61,53), chamando a atenção para o fato de que a saúde física prejudicada pode atrapalhar na prática da docência, assim como provocar maior desinteresse na realização e inovação da prática educacional.

Em relação ao domínio “meio ambiente”, foi constatado que, quanto maior o tempo de atuação do docente, maior era seu domínio do meio ambiente. Um fator que pode contribuir com esse escore alto pode ser a estabilidade financeira: o fato de serem concursados pode facilitar suas atividades de lazer. No estudo de Tavares et al. (2015) com professores da educação básica de uma cidade do interior de Minas Gerais, verificou-se que os professores da classe econômica C apresentaram o pior escore no domínio do meio ambiente.

A carga horária dos docentes foi de $28,67 + 10,93$ horas, a qual pode ser considerada um fator positivo, visto estar adequada se comparada à de outros trabalhadores; com isso, eles tendem a ter um tempo para suas atividades de lazer, o que pode impactar na sua qualidade de vida, contribuindo com seu bem-estar físico, mental e social. Professores com carga horária elevada tendem a ter um pior escore no domínio físico, uma vez que ficam várias horas em pé, realizam movimentos repetitivos, como escrever no quadro, e trabalham em dois turnos.

No estudo de Pereira et al. (2013), os docentes com maior carga horária apresentaram os piores escores em todos os domínios da qualidade de vida. Nos estudos com saúde e QV de professores, a variável “carga horária” normalmente apresenta grande importância na percepção sobre as condições de trabalho docente, porém, no estudo de Koetz, Rempel e Périco (2013), a carga horária não teve influência significativa.

Os domínios da QV do WHOQOL/breve auxiliam o indivíduo a perceber quais aspectos têm influência positiva ou negativa em sua percepção da qualidade de vida. Assim, como o conceito de QV é complexo, percebe-se que a avaliação do estado de saúde está diretamente relacionada à QV. Esse aspecto reúne um significado multidimensional, que vem da percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura, sistema de valores nos quais ele vive, em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (MINAYO; HARTZ; BUSS, 2016).

É importante destacar que o presente estudo apresenta algumas limitações: a pequena amostra de homens, sendo interessante a realização de outros estudos com esse grupo específico; e o fato de ter utilizado questionário para avaliação, o qual pode ser um instrumento subjetivo. Além disso, por se tratar de um estudo transversal, não proporciona um acompanhamento temporal do ano letivo e suas implicações. Uma abordagem significativa consistiria em realizar um estudo com todos funcionários que trabalham no ambiente escolar.

CONCLUSÃO

O presente estudo não apresentou relação da carga horária semanal com a QV do professor; porém, houve correlação entre o tempo de atuação e o meio ambiente. Além disso, ressalta-se que os professores apresentaram baixo domínio físico e psicológico. Assim, é interessante a implementação de ações no ambiente de trabalho, como elaboração de palestras, para impactar sobre o domínio físico e psicológico do professor.

Porém, ressalta-se a necessidade de mais estudos para comprovar os resultados encontrados, assim como a implementação de medidas de prevenção e controle entre esse grupo de trabalhadores.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, T. M.; CARVALHO, F. M. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. *Educação e Sociedade*, Campinas, v. 30, n. 107, p. 427-449, maio/ago. 2009.
- BARALDI, S.; BAMPI, N. S.; PEREIRA, M. F.; BRANDÃO, A. M. Avaliação da qualidade de vida de estudantes de nutrição. *Trabalho Educação e Saúde*, v. 13, n. 2, p. 515-531, 2015.
- BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP). Sinopse estatística da educação básica. 2013. Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/basica-censo-escolar-sinopse-sinopse>. Acesso em: 25 nov. 2013.
- BOTH, J.; NASCIMENTO, J. V.; SONOO, C. N.; LEMOS, C. A. F.; BORGATTO, A. F. Condições de vida do trabalhador docente: associação entre estilo de vida e qualidade de vida no trabalho de professores de Educação Física. *Motricidade*, Vila Real, v. 6, n. 3, p. 2-4, set. 2004.
- CARDOSO, V. R. A. P.; IERVOLINO, S. A. Escolas promotoras de saúde. *Revista Brasileira Crescimento Desenvolvimento Humano*, RJ, v. 18, n. 2, p. 107-115, 2008.
- CRUZ, R. M. Saúde docente, condições e carga de trabalho. *Revista Eletrônica de Pesquisa e Docência*, v. 3, n. 4, p. 147-160, jul. 2010.
- DELCOR, N. S.; ARAÚJO, T. M.; REIS, E. J. F. B.; PORTO, L. A.; CARVALHO, F. M.; SILVA, M. O.; ANDRADE, J. M. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 187-196, jan.-fev. 2004.
- FERNANDEZ, A. P. O.; FURTADO, K. C. N.; RAMOS, M. L. S.; Satisfação no trabalho docente: uma análise a partir do modelo social cognitivo de satisfação no trabalho e da eficácia coletiva docente. *Estudos de Psicologia*, v. 21, n. 2, p.179-191, abr.-jun., 2016.
- FLECK, M. P. A.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E.; VIEIRA, G.; SANTOS, L.; PINZON, V. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 178-183, 2000.
- GIMENES, G. F. Usos e significados da qualidade de vida nos discursos contemporâneos de saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 11 n. 2, p. 291-318, 2013.
- GONÇALVES, M. M.; FONSECA, N. R. S.; CARREIRO, D. M.; COUTINHO, L. T. M.; SANTOS, J. S. Associação entre qualidade de vida e trabalho: a percepção de estudantes de graduação em enfermagem. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, Ponta Grossa, v. 8, n. 2, p. 159-174, abr./jun. 2016.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Guidoval. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/> mg/guidoval/panorama. Acesso em: 26 set. 2019.
- KAWAKAME, P. M. G.; MIYADAHIRA, A.M.K. Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. *Revista Escola de Enfermagem da USP*, v. 39, n. 2, p.164, 2005.
- KOETZ, L.; REMPEL, C.; PÉRICO, E. Qualidade de vida de professores de instituições de ensino superior comunitárias do Rio Grande do Sul. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, n. 4, p. 1019-1028, 2013.
- MINAYO, M. S. C.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p.7-18, 2016.
- OLIVEIRA, R. A. A.; AMORIM, P. R. S.; MOREIRA, O. C.; MOTA JÚNIOR, R. J.; LIMA, L. M.; MARINS, J. C. B. Prevalence of metabolic syndrome and associated factors in basic education teachers. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, v.12, n. 3, p. 216-220, 2019.
- PEREIRA, É. F.; TEIXEIRA, C. S.; LOPES, A. S. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, n. 7, p. 1963-1970, 2013.
- RAMOS, L. R. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 793-798, maio-jun. 2003.
- ROCHA, V. M.; FERNANDES, M. R. Qualidade de vida: uma perspectiva para promoção da saúde do trabalhador. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, Rio Grande do Sul, v. 8, n. 2, p. 24-36, mar. 2007.
- SALGADO, R. D. C.; SIQUEIRA, S. S.; SALGADO, T. C. Qualidade de vida do estudante trabalhador: uma amostra dos discentes de cursos superiores do Instituto Federal do Piauí, Campus Floriano. *Revista Soma*, Teresina, v. 2, n. 2, p. 35-46, jul./dez. 2016.
- SOUZA, A. S.; COUTINHO, L. T. M.; BRITO, J. M. P.; COSTA, N. S.; COUTINHO, W. L. M. Fatores associados à qualidade de vida no trabalho entre professores do ensino superior. *Arquivos de Ciências da Saúde*, São José do Rio Preto-SP, v. 22, n. 4, p. 46-51, 2015.
- TAVARES, D. D. F.; OLIVEIRA, R. A. R.; MOTA JÚNIOR, R. J.; OLIVEIRA, C. E. P.; MARINS, J. C. B. Qualidade de vida de professoras do ensino básico da rede pública. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, v. 28, n. 2, p.191-197, 2015.