

Qualidade de vida do trabalhador docente e os ciclos vitais de professores de Educação Física do Estado do Paraná, Brasil

Quality of life teaching and vital cycle of teachers of Physical Education of the State of Parana, Brazil

MOREIRA HR, NASCIMENTO JV, SONOO CN, BOTH J. Qualidade de vida do trabalhador docente e os ciclos vitais de professores de Educação Física do Estado do Paraná, Brasil. *R. bras. Ci. e Mov* 2010;18(3):12-20.

RESUMO: O objetivo desta investigação foi analisar a qualidade de vida no trabalho (QVT) e o estilo de vida (EV) considerando os ciclos vitais (CV) dos professores de Educação Física da rede pública estadual do Paraná. Participaram do estudo 654 professores, sendo 355 mulheres e 299 homens. Na coleta dos dados utilizou-se um questionário sociodemográfico, a Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física do Ensino Fundamental e Médio e o Perfil do Estilo de Vida Individual. Os testes qui quadrado para grupo único, razão de verossimilhança e regressão logística multinomial foram empregados na análise estatística. As evidências confirmam que a maioria dos professores encontra-se satisfeita com a QVT e que há associação significativa da QVT com os CV. Enquanto que os maiores índices de insatisfação foram relatados pelos professores que possuem idade entre 40 e 49 anos, os professores com idade até 29 anos e os acima de 50 anos foram aqueles que apresentaram os maiores índices de satisfação com a QVT. De modo geral, os professores relataram comportamentos positivos no estilo de vida, porém os professores mais jovens apresentaram comportamentos negativos e os professores mais velhos relataram comportamentos positivos. Apesar da experiência adquirida com o avançar da idade, os professores investigados parecem enfrentar algumas dificuldades no que se refere à aquisição de comportamentos saudáveis de estilo de vida, tornando-se também mais insatisfeitos com a QVT.

Palavras-chave: Qualidade de vida no trabalho; Estilo de vida; Ciclos vitais.

ABSTRACT: The purpose of this study was to assess the quality of work life (QVT) and lifestyle (EV), considering the life cycles (CV) of physical education teachers from public schools of Parana State. Participants were 654 teachers, of which 355 women and 299 men. The data collection used a sociodemographic questionnaire, the Scale of Evaluation of the Quality of Life in Work Noticed by Teachers of Physical Education of the Elementary and High School Teaching, and Individual Lifestyle Profile. The chi square for a single group, likelihood ratio and multinomial logistic regression were used in statistical analysis. The evidence confirms that most of teachers is satisfied with the QVT and exist significant association of QVT with CV. While the highest levels of dissatisfaction were reported by teachers who are aged between 40 and 49 years old, teachers aged under 29 and those over 50 years old were those that showed the highest levels of satisfaction with QVT. In general, teachers reported positive trends in lifestyle, but the younger teachers had negative behaviors and the older teachers reported positive behaviors. Despite the experience gained with advancing age, the teachers surveyed appear to face some difficulties in the acquisition of healthy behaviors and lifestyle, also becoming more dissatisfied with QVT.

Key Words: Quality of work life; Lifestyle; Life cycles.

Hudson de R. Moreira¹
Juarez V. do Nascimento²
Christi Noriko Sonoo³
Jorge Both⁴

¹Prefeitura Municipal de São José/SC e Universidade do Vale do Itajaí - UNIVALI - Biguaçu/SC

²Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC - Florianópolis/SC

³Universidade Estadual de Maringá - UEM - Maringá/PR

⁴Prefeitura Municipal de Florianópolis/SC e Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC - Florianópolis/SC

Enviado em: 27/07/2010
Aceito em: 22/02/2011

Contato: Hudson de Resende Moreira - HUDSONRM6@YAHOO.COM.BR

Introdução

O bem estar do docente e sua qualidade de vida no ambiente laboral ou social têm constituído tema de investigações, as quais apresentam situações potencialmente prejudiciais à saúde física e mental e ao desempenho do trabalho docente⁶.

Apesar do bem estar do indivíduo estar frequentemente associado à presença ou à ausência de doenças, ele também diz respeito à promoção de hábitos saudáveis que proporcionem boa saúde física e mental. Por outro lado, investigações¹ têm demonstrado que o estilo de vida saudável, por intermédio de um controle alimentar saudável, da prática regular de atividades físicas, de comportamentos preventivos à saúde, de bons relacionamentos com a comunidade e do controle do estresse, proporciona uma boa percepção de bem-estar, além de promover a prevenção de patologias.

Investigações a respeito da carreira docente em Educação Física⁷ apresentam indícios de que os profissionais desta área vêm enfrentando condições desfavoráveis e desmotivadoras para o exercício da atividade docente, o que pode desencadear um processo de amargura na fase de aposentadoria. De fato, com o avançar da idade e com a sobrecarga de tarefas diárias, os professores podem estar alterando suas percepções de satisfação com a QVT e seus comportamentos referentes ao EV, desenvolvendo distúrbios de sono, adotando comportamentos alimentares inadequados e minimizando os contatos sociais, caracterizadores de descontentamento e estresse¹⁴.

Neste sentido, torna-se necessário investigar situações que possam vir a afetar a saúde física e mental do professor de Educação Física e seu cotidiano pedagógico, visando identificar e informar possíveis fatores intervenientes na qualidade de vida destes professores. Assim, o objetivo desta investigação foi analisar a percepção de qualidade de vida no trabalho e o perfil do estilo de vida considerando os ciclos vitais dos professores de Educação Física da rede pública estadual de ensino do Paraná.

Materiais e métodos

População e amostra

Esta investigação caracteriza-se como uma pesquisa descritiva, de corte transversal. A população foi composta por 4.770 professores de Educação Física, oriundos dos 32 Núcleos Regionais de Educação (NRE) da rede estadual de ensino do Paraná. Utilizou-se, como critério de seleção amostral, que os participantes fossem professores de Educação Física da rede estadual de ensino do Paraná, admitidos por meio de concurso público; atuantes com os alunos na escola e não estando em exercício de cargos administrativos.

Foram enviados 2.310 questionários e retornados 654 (28,31%) respondidos, estabeleceu-se 3,5% como erro amostral. A amostra do estudo foi composta de 654 professores, sendo 355 mulheres e 299 homens.

Instrumentos e coleta de dados

Além de um questionário sociodemográfico, esta investigação valeu-se de outros dois instrumentos: a Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física do Ensino Fundamental e Médio (QVT-PEF)² e o Perfil do Estilo de Vida Individual (PEVI)¹³.

O QVT-PEF é constituído por 34 questões, distribuídas nas 8 dimensões descritas por Walton²¹: Remuneração e compensação, Condições de trabalho, Oportunidade imediata para uso e desenvolvimento de capacidades humanas, Oportunidade futura de crescimento e segurança, Integração social na organização do trabalho, Constitucionalismo na organização de trabalho, Trabalho e espaço total de vida e Relevância social da vida no trabalho.

O segundo instrumento de avaliação foi o PEVI, o qual é composto por 15 questões distribuídas nos componentes: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do estresse.

Para que a investigação fosse efetivada, este estudo obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina de acordo com o Parecer de nº 036/07.

Na coleta de dados, inicialmente, foram enviados os questionários e os termos de consentimento livre e esclarecido, por meio do serviço postal, aos NRE da Secretaria de Estado da Educação do Paraná. Na sequência, os coordenadores dos NRE responsabilizaram-se pela distribuição às escolas e pelo retorno do material, por meio do serviço de mala direta, cabendo aos diretores das escolas a aplicação dos instrumentos aos professores de Educação Física. O processo de retorno dos instrumentos para os pesquisadores seguiu o trâmite inverso ao relatado para o envio dos instrumentos.

Os professores foram convidados a participar voluntariamente do estudo, sendo garantidos o sigilo de identificação e o propósito investigativo das informações fornecidas.

Análise dos dados

A tabulação dos dados foi realizada na planilha eletrônica do Microsoft Excel, para a categorização dos dados referentes às dimensões/componentes e dos cálculos gerais da qualidade de vida no trabalho e do estilo de vida, conforme as equações de Lemos¹¹.

Na análise dos ciclos vitais dos professores utilizou-se o modelo adaptado de García⁹, o qual considera a idade para delimitar os ciclos vitais. Neste estudo, os ciclos vitais foram classificados em: primeiro ciclo com idade igual e inferior a 29 anos, segundo ciclo de 30 a 39 anos, terceiro ciclo de 40 a 49 anos e quarto ciclo representa os professores com idade igual e superior a 50 anos.

Enquanto que o teste Qui quadrado foi empregado para verificar possíveis associações entre os dados sociodemográficos/profissionais e os ciclos vitais, o teste Qui quadrado para grupo único, tendo como referência 25,0% foi utilizada para avaliar a distribuição da proporção da amostra de professores, conforme o ciclo vital.

Para analisar a associação entre os ciclos vitais e a qualidade de vida no trabalho, bem como do estilo de vida, utilizou-se o teste da razão de verossimilhança. Quando encontrada associação significativa, realizou-se a análise pormenorizada da regressão logística multinomial. Na análise da regressão logística multinomial foram

isolados os professores indecisos e os professores com perfil intermediário, a fim de possibilitar a determinação das razões de chances (odds ratio – OR, intervalo de confiança de 95% – IC95%) dos professores satisfeitos e insatisfeitos, e daqueles com perfil positivo e negativo. Todos os testes estatísticos foram realizados no pacote estatístico SPSS, versão 15.0, com um intervalo de confiança de 95%.

Resultados

Ao serem analisadas as variáveis sociodemográficas considerando os ciclos vitais dos professores (Tabela 1), constatou-se associação significativa nas variáveis: estado civil ($p < 0,001$), formação acadêmica ($p < 0,001$), ciclo de desenvolvimento profissional ($p < 0,001$), regiões do estado ($p < 0,001$), carga horária semanal ($p < 0,001$). A distribuição das frequências dos ciclos vitais ($p < 0,001$) indicou que a maioria dos professores encontra-se nas faixas etárias entre 30 e 39 anos (36,4%) e entre 40 e 49 anos (31,8%).

Em relação às associações entre as variáveis sociodemográficas e profissionais, constata-se que a maioria dos professores de Educação Física com até 29 anos possui outro vínculo de estado civil que não o casado (36,5%), realizou apenas curso de graduação (41,0%), encontra-se na fase de entrada da carreira docente (55,1%), reside nas regiões Centro sul (32,7%) e Metropolitana litoral (27,7%), e trabalha até 39 horas semanais (29,6%).

A maioria dos docentes entre 30 e 39 anos relatou ser casado (39,9%) e pós-graduado (38,7%), pertencer aos ciclos de consolidação (56,3%) e diversificação (57,1%), das regiões noroeste (40,5%) e oeste (42,6%), bem como trabalhar até 39 horas semanais (38,5%).

Os investigados da faixa etária de 40 a 49 anos e igual ou acima de 50 anos apresentam, na sua maioria, ser casados (38,4% e 10,7%, respectivamente), pós-graduados (34,1% e 11,0%, respectivamente), do ciclo de estabilização da carreira docente (60,9% e 37,1%, respectivamente), da região norte (42,7% e 14,0%, respectivamente), e trabalham 40 horas semanais ou mais (40,7% e 13,6%, respectivamente).

Tabela 1. Características sociodemográficas considerando os ciclos vitais dos professores de Educação Física da rede estadual de ensino do Paraná (N=654)

Variáveis sociodemográficas	Ciclos vitais				P
	Até 29 anos (%)	30 a 39 anos (%)	40 a 49 anos (%)	≥ 50 anos (%)	
Sexo					0,118*
Masculino	20,9	34,3	31,3	13,5	
Feminino	22,0	38,0	32,3	7,7	
Estado civil					<0,001*
Casado	11,0	39,9	38,4	10,7	
Outros	36,5	31,2	22,2	10,2	
Formação					<0,001*
Graduado	41,0	28,2	22,2	8,5	
Pós graduado	16,2	38,7	34,1	11,0	
Ciclos de desenvolvimento profissional					<0,001*
Entrada	55,1	32,0	11,8	1,1	
Consolidação	29,2	56,3	11,5	3,1	
Diversificação	3,3	57,1	37,7	1,9	
Estabilização	-----	2,0	60,9	37,1	
Regiões do estado					<0,001*
Norte	10,0	33,3	42,7	14,0	
Noroeste	17,7	40,5	32,9	8,9	
Oeste	18,6	42,6	27,9	10,9	
Centro sul	32,7	36,4	27,1	3,7	
Metropolitana litoral	27,7	32,6	27,7	12,0	
Carga horária					<0,001*
Até 39h	29,6	38,5	24,3	7,7	
Igual ou superior a 40h	11,9	33,8	40,7	13,6	
Tempo de serviço					0,391*
Até 4 anos	23,3	36,7	31,0	9,0	
5 a 12 anos	21,2	40,4	27,6	10,9	
13 anos ou mais	18,0	32,9	35,9	13,2	
Pluriemprego					0,863*
Não possui	21,7	36,4	30,7	11,2	
Possui	21,1	36,3	33,0	9,5	
Cômputo geral	21,3	36,4	31,8	10,5	<0,001**

* Teste Qui quadrado

** Teste Qui quadrado para grupo único (referência=25%)

Sobre a percepção dos docentes em relação à qualidade de vida no trabalho (Tabela 2), constatou-se que os maiores níveis de satisfação foram encontrados nas dimensões: Relevância social da vida no trabalho (77,6%), Constitucionalismo na organização do trabalho (76,3%), Oportunidade imediata para o uso e

desenvolvimento das capacidades humanas (74,3%) e Oportunidade futura de crescimento e segurança (71,3%). Por outro lado, os maiores índices de insatisfação foram evidenciados nas dimensões: Remuneração e compensação (43,9%), Condições de trabalho (31,7%),

Trabalho e espaço total e vida (21,3%), e Integração social na organização do trabalho (10,8%). De modo geral, os resultados evidenciaram que 65,6% dos professores encontram-se satisfeitos na avaliação global da qualidade de vida no trabalho.

Tabela 2. Qualidade de vida no trabalho dos professores de Educação Física da rede estadual de ensino do Paraná

Dimensões	Qualidade de Vida no Trabalho		
	Insatisfeito (%)	Indeciso (%)	Satisfeito (%)
Remuneração e compensação	43,9	35,4	20,6
Condições de trabalho	31,6	29,1	39,3
Oportunidade imediata para o uso e desenvolvimento das capacidades humanas	4,3	21,4	74,3
Oportunidade futura de crescimento e segurança	5,2	23,4	71,3
Integração social na organização do trabalho	10,8	37,8	51,4
Constitucionalismo na organização do trabalho	6,0	17,7	76,3
Trabalho e Espaço total de vida	21,3	30,7	48,1
Relevância social da vida no trabalho	5,2	16,8	77,9
Avaliação global da qualidade de vida no trabalho	8,4	26,0	65,6

Em relação às dimensões e avaliação global da qualidade de vida no trabalho conforme os ciclos vitais dos docentes (Tabela 2), constatou-se que as dimensões Condições de trabalho ($p=0,002$), Oportunidade futura de crescimento e segurança ($p=0,042$), Integração social na organização do trabalho ($p=0,047$), Relevância social da vida no trabalho ($p=0,005$), assim como a avaliação global ($p=0,002$), apresentaram associação significativa.

Na dimensão Condições de trabalho, constatou-se que os professores de Educação Física com idade entre 30 e 39 anos (33,5%, OR=2,27, IC95%: 1,32-3,91) e 40 e 49 anos (36,7%, OR=2,29, IC95%: 1,33-3,96) apresentam percepção de insatisfação maior que os docentes com idade até 29 anos (24,5%). Por outro lado, aqueles entre 30 e 39 anos de idade (41,5%, OR=2,02, IC95%: 1,22-3,33) e com 50 anos ou mais (53,7%, OR=2,88, IC95%: 1,42-5,85) apresentam maior satisfação que os investigados na faixa etária de até 29 anos (33,8%).

Referente à Oportunidade futura de crescimento e segurança, os resultados sugerem que professores com idade até 29 anos (78,4%) estão mais satisfeitos que os investigados com 50 anos ou mais (60,3%, OR=0,47,

IC95%: 0,24-0,93). E, os com idade entre 40 e 49 anos (15,5%, OR=2,91, IC95%: 1,24-6,84) estão mais insatisfeitos com a Integração social na organização do trabalho que os docentes com idade até 29 anos (5,8%).

No que se refere ao componente Relevância social na vida no trabalho, observou-se que professores com idade de 30 a 39 anos (1,7%) são menos insatisfeitos que os com idade entre 40 e 49 anos (9,7%, OR=3,97, IC95%: 1,28-12,37).

Sobre a avaliação global da qualidade de vida no trabalho, os resultados sugerem que os docentes de Educação Física com idade entre 40 e 49 anos (15,5%) estão mais insatisfeitos que aqueles que possuem até 29 anos (5,8%, OR=0,40, IC95%: 0,16-0,99) e com idade entre 30 a 39 anos (4,7%, OR=0,25, IC95%: 0,11-0,54).

Em relação ao Estilo de Vida (Tabela 3), constatou-se que os investigados apresentam os comportamentos mais positivos nos componentes Comportamentos preventivos (79,0%) e Relacionamentos (75,8%). Os componentes onde que os docentes relataram os comportamentos mais negativos foram Nutrição (33,9%), Atividade física (24,3%) e Controle do estresse (22,0%).

Tabela 3. Estilo de Vida dos professores de Educação Física da rede estadual de ensino do Paraná

Ciclos Vitais	Estilo de Vida		
	Negativo (%)	Intermediário (%)	Positivo (%)
Nutrição	33,9	32,2	33,9
Atividade física	24,3	22,8	52,9
Comportamentos preventivos	7,1	13,9	79,0
Relacionamentos	6,5	17,7	75,8
Controle do estresse	22,0	26,3	51,6
Avaliação global do estilo de vida	7,1	31,7	61,2

Em relação à associação entre os componentes e a avaliação global do Estilo de Vida com os ciclos vitais, as evidências sugerem que apenas o componente Atividade física ($p=0,001$) demonstrou relação significativa, sendo que os professores de Educação Física que possuem até 29 anos (65,5%) apresentaram comportamento mais positivo em relação a Atividade física que aqueles que estão na faixa etária entre 40 e 49 anos (45,6%, OR=0,53, IC95%: 0,31-0,90).

Discussão

Os resultados encontrados sobre a dimensão Remuneração e compensação indicam que, com o avançar da idade, os professores de Educação Física do estado do Paraná aumentam a percepção de insatisfação com a QVT. Investigações similares^{17,4} dão conta que esta observação vem sendo uma constante na profissão docente, possivelmente devido às mudanças frequentes das políticas públicas educacionais e, conseqüentemente, da falta de maior valorização profissional²², conduzindo os professores à busca por outras atividades remuneradas fora do ambiente escolar^{8,19}.

No que diz respeito ao componente condições de trabalho, a maioria dos professores encontra-se satisfeita e esta percepção parece aumentar com o decorrer dos ciclos vitais. Embora situação semelhante já tenha sido encontrada por Farias *et al.*⁷, a tendência inversa foi constatada por Penteadó e Pereira¹⁸, Both *et al.*⁴ e Silva e Nunez¹⁹. O equilíbrio potencial das percepções de insatisfação e indecisão neste componente parece resultar

das frequentes adequações realizadas pelos professores no ambiente escolar, por causa das condições desfavoráveis para o exercício de sua atividade pedagógica^{14,22,19}.

Ao serem abordadas as dimensões Oportunidade imediata para o uso e desenvolvimento das capacidades humanas, Oportunidade futura de crescimento e segurança, Constitucionalismo na organização do trabalho e Relevância social da vida no trabalho; os professores investigados apresentaram índices elevados de satisfação, que variam de 60,3% a 83,4% em todas as faixas etárias, apesar destes valores diminuírem com o avançar da idade conforme observado por Both *et al.*². Estes índices revelam que os professores sentem-se valorizados, seguros profissionalmente e percebem-se importantes como agentes de transformação social. Esta constatação torna-se conflitante com outros estudos^{14,22} onde os professores questionados relataram as dificuldades, a falta de tempo e de oportunidade para se apropriarem de novas tecnologias, saberes e para trocar de experiências com seus pares.

Observou-se que a maioria dos professores está satisfeita no componente Integração social na organização do trabalho. Porém, constatou-se o equilíbrio entre as percepções de indecisão e satisfação, indicando os professores enfrentam algum tipo de dificuldade no contexto relacional do ambiente de trabalho. Situações similares foram observadas nas investigações de Farias *et al.*⁷ e Both *et al.*⁴. Destaca-se que o relacionamento com os pares em ambiente de trabalho tem constituído temática investigativa na literatura da área, que procura averiguar agentes e patologias intervenientes na saúde

emocional do trabalhador docente e que também influenciam sua prática pedagógica¹⁶.

Quanto ao componente Trabalho e espaço total de vida, os professores de todas as idades demonstraram percepção de satisfação, apesar de detectar determinado equilíbrio nos índices de insatisfeitos e indecisos. Resultados similares foram constatados na investigação com professores de Educação Física gaúchos⁷ e catarinenses⁴. Verificou-se que os professores não conseguem conciliar o tempo dedicado ao desempenho de suas funções profissionais e com atividades voltadas à vida pessoal e ao lazer. A falta de um equilíbrio adequado entre tempo para o lazer e tempo para o trabalho pode desencadear patologias relacionadas ao estresse emocional^{18,16}.

A avaliação global da QVT revelou índices de satisfação da maioria dos professores, independente da idade. Observou-se a existência de queda no nível de satisfação a partir dos 30 anos de idade, bem como de pequena elevação a partir dos 50 anos. Situação similar foi observada nos estudos de Farias *et al.* e Both *et al.*⁴. Além disso, Silva e Nunez¹⁹ verificaram que a idade, a carga horária semanal e o tempo de docência não parecem exercer influência na percepção da avaliação global da qualidade de vida. Isto indica que os investigados percebem a QVT de maneira ampla e genérica.

Ao serem inquiridos a respeito do estilo de vida, observou-se que, com o avançar da idade, os professores de Educação Física do Paraná apresentam a tendência de equilíbrio entre os comportamentos negativo, intermediário e positivo no que se refere à dimensão Nutrição. Outro aspecto interessante é que, com o aumento da idade, os professores do Paraná demonstram melhora do Comportamento positivo em relação a este componente. Observa-se que estes índices afastam-se daqueles revelados em outras investigações, nas quais este componente apresentou os maiores índices de comportamento positivo^{12,3,10}. Este aspecto pode estar relacionado à elevada carga horária semanal praticada pelos professores¹⁷, que frequentemente realizam refeições rápidas para se deslocarem para outras instituições.

O componente Atividade física foi o único que apresentou associação significativa, sendo aquele que a maioria dos professores demonstrou comportamento positivo. Observou-se a diminuição da prática de atividades físicas dos professores com o avançar da idade, assim como em outras investigações^{10,3}. Em discordância, Miranda *et al.*¹² constataram que, dos 25 aos 40 anos de idade, a maioria dos professores apresenta atividade física insatisfatória. Estas atitudes podem estar relacionadas à falta de tempo para a realização de atividade física devido à situação de pluriemprego entre os professores; à queda de motivação pela profissão; ao cansaço físico e mental decorrente da idade²². Além disso, o aumento e o equilíbrio dos valores encontrados entre os comportamentos negativos e intermediários com o passar da idade podem acarretar acréscimos de enfermidades, e consequentemente, queda na qualidade de vida²⁰.

No que se refere ao Comportamento preventivo (realização de exames médicos periódicos, não fazer uso de drogas ilícitas nem de fumo, não dirigir após a ingestão de bebidas alcoólicas), constatou-se, como em outros estudos^{12,14}, ser este um dos componentes de melhor índice de comportamento positivo. Evidência contrária à investigação de Oliveira *et al.*¹⁵, onde a maioria dos professores declarou que freqüentemente ingere bebidas alcoólicas. Destacou-se, neste estudo, a existência da melhora deste comportamento à medida que os professores avançam nos ciclos vitais, motivados possivelmente pela preocupação com doenças crônico-degenerativas como o câncer, o diabetes e doenças coronarianas.

Na dimensão Relacionamentos, averiguou-se que os professores de diferentes faixas etárias apresentam elevados índices de comportamento positivo. Embora tais evidências sejam similares às encontradas por Silva e Nunez¹⁹, Miranda *et al.*¹², Penteadó e Pereira¹⁸, elas divergem daquelas obtidas por Cantos⁵. Constatou-se, contudo, que, com o decorrer dos ciclos vitais, há diminuição deste comportamento, corroborando os dados apresentados por Both *et al.*³. Estas atitudes podem estar relacionadas ao pluriemprego, ao acúmulo de horas de

serviço e ao pouco tempo livre para dedicar-se à atividade física e ao lazer coletivo^{22,16}.

Com o decorrer da idade, observou-se que os professores do Paraná participantes deste estudo aumentaram os comportamentos positivos na dimensão Controle do estresse, diferente dos dados encontrados no estudo realizado com professores de Santa Catarina³. Estes mesmos indicadores apresentaram-se equilibrados em todas as faixas etárias investigadas por Gomes *et al.*¹⁰ e por Miranda *et al.*¹². Averiguou-se que, apesar da maioria dos professores apresentam comportamentos positivos nesta dimensão, há equilíbrio entre os comportamentos negativos e intermediários, sugerindo a preocupação e o estado de prontidão com relação à saúde emocional dos professores. Exigências por metas a serem atingidas em curto espaço de tempo; condições climáticas desfavoráveis; ruídos; condições de trabalho desfavoráveis; assédio moral; relacionamentos com seus pares contribuem significativamente para a alteração do estado emocional dos professores¹⁹.

Em relação à avaliação global, observou-se que a maioria dos professores apresenta comportamento positivo. Por outro lado, percebeu-se elevado índice de comportamento intermediário, indicando que, possivelmente os professores encontram-se indecisos em relação a um comportamento positivo ou negativo a respeito de seu EV. Entretanto, evidenciou-se o aumento do comportamento positivo à medida que o professor avançava nos ciclos vitais. Estas evidências são divergentes daquelas apresentadas por Gomes *et al.*¹⁰, Both *et al.*³ (2007) e por Farias *et al.*⁷.

Conclusões

A maioria dos professores de Educação Física da rede pública estadual do Paraná está satisfeita com a qualidade de vida no trabalho. Enquanto que os níveis mais elevados de satisfação estão relacionados a oportunizar e proporcionar aos professores condições de desenvolver suas capacidades, progressão na carreira docente, leis que garantam os direitos e deveres dos professores e a percepção de sua importância social, os níveis mais elevados de insatisfação foram observados

nas dimensões Remuneração e compensação, Condições de trabalho e Trabalho e espaço total de vida.

As evidências encontradas confirmam que há associação significativa da QVT com os ciclos vitais, tanto na avaliação global da QVT quanto nos componentes Condições de trabalho, Oportunidade futura de crescimento e segurança, Integração social na organização do trabalho e Relevância social da vida no trabalho. Os professores que possuem idade entre 40 e 49 anos foram os mais insatisfeitos com a QVT, enquanto que os professores com até 29 anos, entre 30 e 39 anos e os acima de 50 anos foram os que apresentaram os maiores índices de satisfação com a QVT.

Apesar da maioria dos professores investigados apresentarem comportamentos positivos no estilo de vida, há componentes que requerem atenção especial, nomeadamente a Nutrição, a Atividade física e o Controle do estresse. Há associação significativa entre os ciclos vitais e a componente Atividade física, onde os professores mais novos e os mais experientes apresentaram perfil mais positivo que os que se encontram na meia idade. Entretanto, ao serem observados os valores correspondentes a todos os componentes do EV, constatou-se que os maiores índices de comportamento negativo correspondem aos dos professores com idade de até 29 anos, enquanto que os professores que apresentaram o melhor comportamento positivo encontram-se na faixa etária acima de 50 anos.

Um aspecto a destacar no estudo é que, apesar da experiência adquirida com o avançar da idade, os professores investigados parecem enfrentar algumas dificuldades no que se refere à aquisição de comportamentos saudáveis de estilo de vida, tornando-se também mais insatisfeitos com a QVT. Neste sentido, recomenda-se a adoção de políticas públicas que possam proporcionar a melhoria da remuneração, bem como dos locais e ambientes de trabalho dos professores de Educação Física. Além disso, há necessidade de favorecer a adoção de comportamentos alimentares mais positivos, a adesão e permanência em programas regulares de atividade física, bem como o controle do estresse, para

que possa resultar na melhoria da percepção de qualidade de vida do profissional docente.

Referências

- Besson H, Ekelund U, Luan J *et al.* <http://www.nature.com/ijo/journal/v33/n4/abs/ijo200925a.html> - aff1#aff1 A cross-sectional analysis of physical activity and obesity indicators in European participants of the EPIC-PANACEA Study. **Int. j. Obes** 2009;33(4):497-506.
- Both J, Nascimento JV, Lemos CAF, Donegá AL, Ramos MHKP, Petroski EC, Duarte MFS. Qualidade de vida no trabalho percebida por Professores de Educação Física. **Rev. bras. Cineantropom Desempenho Hum** 2006;8(2):45-52.
- Both J, Nascimento JV, Borgatto AF. Estilo de vida dos professores de Educação Física ao longo da carreira docente no Estado de Santa Catarina. **Rev. Bras. Ativ. Fis. Saúde** [revista on line]. 2007;12(3):54-64.
- Both J, Nascimento JV, Borgatto AF. Percepção da qualidade de vida no trabalho ao longo da carreira docente em educação física. **Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum** 2008;10(4):372-378.
- Cantos GA. Estresse e seu reflexo na saúde do professor. **Rev. Bras. Anal. Clin** [revista on line] 2005;7(15):15-20.
- Evers W, Tomic W, Brouwers A. Constructive thinking and burnout among secondary school teachers. **Soc Psychol Educ** 2005;8(4):425-439.
- Farias GO, Lemos CAF, Both J, Nascimento JV, Folle A. A Carreira docente em educação física: uma abordagem sobre a qualidade de vida no trabalho de professores da rede Estadual de ensino do Rio Grande do Sul. **Rev. educ. Fis** 2008;19(1):11-22.
- Fernandes MH, Porto GG, Almeida LGD, Rocha VM. Estilo de vida de professores universitários: uma estratégia para a promoção da saúde do trabalhador. **Rev. bras. promoc. saúde** 2009;22(2):94-99.
- García CM. **Formación del profesorado para el cambio educativo**. Barcelona, 2 ed.: EUB, S.L., 1995.
- Gomes MA, Borges LJ, Nascimento JV. Ciclos de Desenvolvimento Profissional e a Qualidade de Vida de Professores de Educação Física da Região Sudoeste da Bahia. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança (REFELD)** [revista on line] 2007;2(4):104-114.
- Lemos CAF. Qualidade de vida na carreira profissional de professores de Educação Física do magistério público estadual/RS. 2007. [Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007].
- Miranda DT, Oliveira LA, Almeida MB, Gomes LEO, Coelho EF, Sanches JG, Barra W. Perfil do estilo de vida do corpo docente da área de saúde da faminas-muriaé. **Revista Científica da FAMINAS** 2007;sup 1,3(1):414.
- Nahas MV, Barros MGV, Francalacci V. O pentáculo do bem estar: base conceitual para a avaliação do estilo de vida em indivíduos ou grupos. **Rev. Bras. Ativ. Fis. Saúde** 2000;2(5):48-59.
- Nunes Sobrinho FP. O stress do professor do ensino fundamental: o enfoque da ergonomia. In: Lipp MEN. (Org.). **O stress do professor**. Campinas: Papirus, 2002. p. 81-94.
- Oliveira RJ, Policarpo F, Barros JF, Bottaro M. **Hábitos de vida de professores universitários do Distrito Federal**. Unimontes Científica. 2001; 2(2):15-26.
- Ozan MB. A study on primary school teacher burnout levels: the northern cyprus case. **Education**, Chula Vista, California 2009;129(4):629-703.
- Papanastasiou EC, Zembylas M. Job satisfaction variance among public and private kindergarten school teachers in Cyprus. **Int. J. Educ. Res** 2005;43:147-167.
- Penteado RZ, Pereira IMTB. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Rev. Saúde Pública** [revista on line] 2007;41(2):236-243.
- Silva JVP, Nunez PRM. Qualidade de vida, perfil demográfico e profissional de professores de educação física. **Pensar a Prática** 2009;12(2):1-11.
- Virtuoso Junior JS. Medidas de atividades físicas em pessoas idosas. In: Barros MGV, Nahas MV (Orgs.). **Medidas da atividade física: teoria e aplicação em diversos grupos populacionais**. Londrina: Midiograf, 2003.
- Walton RE. Quality of working life: what is it? **Sloan Management Review** 1973;15(1):11-21.
- Wittizorecki ES, Molina Neto V. O trabalho docente dos professores de Educação Física na Rede Municipal de Ensino de Porto Alegre. **Movimento** 2005;11(1):47-70.