



UNIVERSIDADE FEDERAL DOS VALES DO JEQUITINHONHA E MUCURI

Programa de Pós-Graduação em Ensino em Saúde

Patrícia de Fátima Batista

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE:

Uma Abordagem Descritiva do Perfil dos Professores da Educação Básica

Diamantina - MG

2021

Patrícia de Fátima Batista

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE:
Uma Abordagem Descritiva do Perfil dos Professores da Educação Básica**

Dissertação apresentada ao programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Ensino em Saúde da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Ensino em Saúde.

Orientadora: Dra. Lucilene Soares Miranda

Diamantina - MG

2021

Catálogo na fonte - Sisbi/UFVJM

B333 Batista, Patrícia de Fátima
2021 Nível de Atividade Física e Saúde [manuscrito] : uma abordagem descritiva do perfil dos professores da educação básica / Patrícia de Fátima Batista. -- Diamantina, 2021. 101 p. : il.

Orientadora: Prof.^a Lucilene Soares Miranda.

Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino em Saúde) -- Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Programa de Pós-Graduação em Ensino em Saúde, Diamantina, 2021.

1. Atividade Física. 2. Professores da Educação Básica. 3. Saúde. I. Miranda, Lucilene Soares. II. Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri. III. Título.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DOS VALES DO JEQUITINHONHA E MUCURI

PATRÍCIA DE FÁTIMA BATISTA

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: UMA ABORDAGEM DESCRITIVA DO PERFIL DOS PROFESSORES DA
EDUCAÇÃO BÁSICA**

Dissertação apresentada ao programa de Pós-Graduação em Ensino em Saúde da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, nível de Mestrado, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Ensino em Saúde.

Orientador: Prof.^a Dr.^a Lucilene Soares Miranda

Data de aprovação 09/12/2021

Prof.Dr.^a LUCILENE SOARES MIRANDA - UFVJM

Prof.Dr.^a IVY SCORZI CAZELLI PIRES - UFVJM

Prof.Dr.^a ANA CATARINA PEREZ DIAS - UFVJM



Documento assinado eletronicamente por **Lucilene Soares Miranda, Servidor**, em 10/12/2021, às 19:00, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Ivy Scorzi Cazelli Pires, Servidor**, em 14/12/2021, às 16:18, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Ana Catarina Perez Dias, Servidor**, em 16/12/2021, às 15:07, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site



https://sei.ufvjm.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0546890** e o código CRC **75BEC7A2**.

Referência: Processo nº 23086.015791/2021-16

SEI nº 0546890

Dedico este trabalho à minha mãe, professora da educação básica e inspiração. Aos professores da minha vida, que me ensinaram, orientaram e contribuíram para este momento.

AGRADECIMENTOS

Durante essa etapa da minha vida, confesso que não foram poucas às vezes em que eu me subestimei, achei que não era capaz. Pois bem, aqui estou contrariando a mim mesma e com a certeza de dever cumprido!

Deixo aqui, meus sinceros agradecimentos à minha orientadora, professora Dra. Lucilene Soares de Miranda, que com sua paciência e tranquilidade me guiou neste processo de forma leve, me ajudando a superar a ansiedade que chegava a me entorpecer em vários momentos durante este período. Agradeço também ao Professor Dr. Emerson Cotta Bodevan pela disponibilidade em ajudar com os números, e a todos os professores do Programa de Mestrado Ensino em Saúde da UFVJM, em especial aqueles que compartilharam seus conhecimentos nas disciplinas que cursei.

Agradeço à UFVJM, “Joia do Vale do Jequitinhonha”, instituição que me acolheu desde a graduação, além de ser também meu local de trabalho, me proporcionou a realização deste mestrado profissional, e tem ainda, muitas coisas a me oferecer!

Agradeço à minha família e aos amigos por nunca duvidarem que eu conseguisse, pelas palavras de apoio e pela compreensão nas ausências, em especial a minha mãe, Maria da Luz, professora da educação básica e inspiração.

Agradeço também aos colegas da turma 02/2019 do EnSa, que sempre estiveram dispostos a ajudar e não deixar ninguém para trás e mesmo durante uma pandemia conseguiram manter o bom humor, a parceria entre a turma, vocês são nota 10!

A todos, meus mais sinceros agradecimentos!

RESUMO

Mediante a importância da realização de estudos epidemiológicos da atividade física para a saúde coletiva, o objetivo do presente estudo foi analisar o nível de atividade física dos professores da educação básica, conforme parâmetros recomendados pela Organização Mundial da Saúde. O estudo foi dividido em dois artigos científicos: O primeiro, uma revisão sistemática que objetivou compilar informações sobre o nível de atividade física dos professores da educação básica no Brasil. A busca se deu nas bases de dados: LILACS, MEDLINE, PubMed, SciELO e SCOPUS, considerando a população e a exposição. Após a seleção, foram incluídos no estudo 06 artigos científicos. Dos estudos, 67% foram realizados na região sudeste do Brasil, e os 33,33% restantes foram realizados na região sul. A faixa etária média das amostras foi de 41,15 anos, e a versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física - IPAQ foi utilizada em 66,67% dos estudos. A média de mulheres foi de 79,97%. Verificou-se percentual médio de 63,3% de professores ativos fisicamente entre os estudos que utilizaram questionário como instrumento. Concluiu-se que os instrumentos utilizados na coleta de dados podem interferir significativamente nos resultados. A análise indicou que os níveis de atividade física dos professores da educação básica no Brasil podem ser maiores quando comparados aos da população brasileira em geral. O segundo, um artigo original com amostra de 79 professores da rede pública de educação básica de um município do interior do estado de MG. A coleta de dados foi realizada por correio eletrônico, e utilizou a versão curta do IPAQ acrescido de informações sociodemográficas, características profissionais e de saúde, e medidas de peso corporal e altura. A maioria era do sexo feminino (88,6%) com idade média de $41,2 \pm 9,2$, e 55,6% se declararam pardos. 55,1 % são regentes de turma, o restante ministra uma ou mais disciplinas. 43,1% se encontram com sobrepeso e 16,4% estão em algum grau de obesidade. 64,5 % atingem os níveis de atividade física recomendados pela OMS, e 67,1% afirmaram ter diminuído sua prática de atividade física durante a pandemia. Evidenciou-se no grupo estudado, um percentual de fisicamente ativos superior à média nacional, porém com alta presença de agravos à saúde como o excesso de peso, os distúrbios psiquiátricos na forma de ansiedade e depressão e os distúrbios osteomusculares e articulares. Assim, se faz necessário, a realização de mais estudos e ações de forma a possibilitar melhoria na qualidade de vida deste grupo.

Palavras chave: Atividade Física, Professores da Educação Básica, Saúde.

ABSTRACT

Given the importance of epidemiological studies of physical activity for collective health, the objective of the present study was to analyze the level of physical activity of basic education teachers, according to parameters recommended by the World Health Organization. The study was divided into two scientific articles: The first, a systematic review that aimed to compile information about the level of physical activity of basic education teachers in Brazil. The search was made in the LILACS, MEDLINE, PubMed, SciELO, and SCOPUS databases, considering population and exposure. After the selection, 06 scientific articles were included in the study. Of the studies, 67% were conducted in the southeast region of Brazil, and the remaining 33.33% were conducted in the south region. The mean age of the samples was 41.15 years, and the short version of the International Physical Activity Questionnaire - IPAQ was used in 66.67% of the studies. The average number of women was 79.97%. We verified an average percentage of 63.3% of physically active teachers among the studies that used a questionnaire as an instrument. It was concluded that the instruments used in data collection can significantly interfere in the results. The analysis indicated that the physical activity levels of basic education teachers in Brazil may be higher when compared to the Brazilian population in general. The second, an original article with a sample of 79 teachers from the public basic education network of a city in the interior of the state of MG. Data collection was made by electronic mail, and used the short version of IPAQ plus sociodemographic information, professional and health characteristics, and body weight and height measurements. The majority was female (88.6%) with a mean age of 41.2 ± 9.2 , and 55.6% declared themselves as brown. 55.1% are class teachers, the rest teach one or more subjects. 43.1% are overweight and 16.4% are in some degree of obesity. 64.5% meet the levels of physical activity recommended by the WHO, and 67.1% said they had decreased their physical activity during the pandemic. It was evident in the group studied that the percentage of physically active people was higher than the national average, but with a high presence of health problems such as overweight, psychiatric disorders in the form of anxiety and depression, and musculoskeletal and joint disorders. Thus, it is necessary to carry out more studies and actions in order to improve the quality of life of this group.

Key words: Physical Activity, Basic Education Teachers, Health.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Artigo Científico 1

Quadro 1 - <i>Strings</i> de busca adaptadas para cada base de dados.....	18
Figura 1 - Fluxograma de estratégia de seleção dos estudos.....	19
Gráfico 1 - Apresentação do percentual de professores da educação básica fisicamente ativos por estudo incluído na pesquisa	22

Artigo Científico 2

Quadro 1 - Categorização do Nível de Atividade Física IPAQ.....	37
Gráfico 1 - Distribuição do Estado Nutricional por Atuação Profissional (N=78).....	40
Gráfico 2 - Distribuição do Estado Nutricional por Categorias de Ensino Municipal e Estadual.....	41
Gráfico 3 - Percentual de indivíduos ativos e inativos conforme estado nutricional.....	44

LISTA DE TABELAS

Artigo Científico 1

Tabela 1 – Síntese dos estudos selecionados segundo o autor, ano, local, amostra, instrumento e delineamento da pesquisa (n = 06)	20
Tabela 2 – Distribuição dos resultados dos estudos	21

Artigo Científico 2

Tabela 1 – Nível de Atividade Física, IMC e Variação na Atividade Física na pandemia - professores das redes municipais e estaduais de ensino do município, 2021 (n=79).....	38
Tabela 2 – características autorrelatadas relacionadas ao acometimento por doenças dos professores da rede pública (municipal e estadual) de ensino do município do estudo, 2021 (n=79).....	39
Tabela 3 – Doenças que motivaram afastamentos segundo professores participantes do estudo, 2021 (n=33)	40
Tabela 4 – Distribuição da frequência das variáveis em relação ao estado nutricional – (N=79).....	42
Tabela 5 – Distribuição da frequência das variáveis em relação ao Nível de Atividade Física- (N=79).....	45

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AFH – Atividade Física Habitual

AFI – Atividade Física Insuficiente

BIREME – Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde

BVS – Biblioteca Virtual em Saúde

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa

COVID 19 - Corona Virus Disease 19

DCNT – Doença Crônica não Transmissível

DeCS – Descritores em Ciências da Saúde

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IMC – Índice de Massa Corporal

INEP - Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira

IPAQ - Questionário Internacional de Atividade Física

LILACS - Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde

MEDLINE - Medical Literature Analysis and Retrieval System Online

MeSH - Medical Subject Headings

MET – Equivalente Metabólico da Tarefa

MG – Minas Gerais

N – Número Absoluto

OMS - Organização Mundial de Saúde

OPAS – Organização Pan-americana de Saúde

PR – Paraná

RS – Rio Grande do Sul

SciELO - Scientific Electronic Library Online

SP – São Paulo

UFVJM - Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	12
2. ARTIGO CIENTÍFICO 1	14
2.1 Introdução	16
2.2 Método	17
2.3 Resultados.....	19
2.4 Discussão.....	22
2.5 Conclusões	26
REFERÊNCIAS.....	27
3. ARTIGO CIENTÍFICO 2	31
3.1 Introdução	35
3.2 Método	37
3.3 Resultados.....	38
3.4 Discussão.....	48
3.5 Conclusão.....	53
REFERÊNCIAS.....	54
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	59
REFERÊNCIAS	61
APÊNDICE A – CARTILHA: ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE.....	62
APENDICE B –CARTILHA : ATIVIDADE FÍSICA EM CASA	70
APENDICE C - ESTRUTURAÇÃO DO QUESTIONÁRIO	89
APENDICE D - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	92
ANEXO A - CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA IPAQ.....	94
ANEXO B – PARACER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA	95
ANEXO C – CARTA DE ACEITE PREFEITURAM MUNICIPAL	100
ANEXO D – CARTA DE ACEITE SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO ...	101

1. INTRODUÇÃO

Concluí minha graduação em Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM) em 2012. A paixão pelo movimento e práticas corporais já vinha desde a infância. Durante minha graduação estive muito inserida no ambiente escolar, em especial nas escolas públicas, através de estágios, práticas curriculares, extensão, e iniciação à docência.

Após a conclusão da minha licenciatura, lecionei por algum tempo em uma escola pública estadual. Foi durante esse período que pude perceber com mais clareza alguns aspectos que já vinha buscando entender desde a graduação, como o ambiente de trabalho escolar na maioria das vezes é insalubre para o professor. Quando digo insalubre, não me refiro a riscos químicos ou biológicos, ou a um perigo iminente de se acidentar. Refiro-me ao estresse físico e mental ao qual os professores são submetidos.

Minha mãe também vem de uma longa jornada como professora dos anos iniciais do ensino fundamental, e como muitos professores, apesar da paixão pela educação, precisou ser ajustada por questões de saúde e parar de lecionar, devido ao esgotamento profissional.

Ambientes barulhentos, falta de estrutura física adequada para o trabalho, excesso de alunos, violência, falta de perspectiva e excesso de carga horária devido aos baixos salários, entre outros aspectos, são o que tornam grande parte das escolas públicas ambientes insalubres para o trabalho.

Durante minha formação na educação básica, estudei somente em escolas públicas. Sempre percebi que os professores costumavam se ausentar com frequência do trabalho por questões de doença, muitas vezes por longos períodos, sempre tínhamos horários vagos, e professores substitutos. Durante a graduação, já inserida nas escolas públicas através de estágios, práticas curriculares e iniciação à docência, e no período em que lecionei, observei esses aspectos com os olhos de professor.

O adoecimento dos professores da Educação Básica é real, e latente. Aliciava-me a vontade de entender as vertentes desse adoecimento. Diante do meu objeto de estudo de conclusão da graduação, que foi o nível de atividade física de um grupo específico, pensei em utilizar essa vertente da saúde coletiva e estudar algumas especificidades dos professores da educação básica. Essas observações empíricas deram origem ao projeto da pesquisa da presente Dissertação, que hoje apresento ao Programa de Mestrado Profissional em Ensino em Saúde da UFVJM.

Os objetivos da presente Dissertação foram: 1 - compilar as informações sobre o nível de atividade física dos professores da educação básica no Brasil mediante uma revisão sistemática dos estudos já publicados. 2- mensurar o nível de atividade física dos professores da educação básica de uma cidade do interior de MG, no Alto Vale do Jequitinhonha, delineando um perfil descritivo desta população com relação aos fatores associados à prática regular de atividade física e saúde. A hipótese é que as especificidades da vida profissional dos professores da educação básica possam influenciar negativamente no nível de atividade física dos mesmos e que a inatividade física possa constituir um fator de risco para agravos à saúde destes professores. Também apresento anexas a esta Dissertação, cartilhas elaboradas como produção técnica de material didático/informativo, com informações e dicas sobre atividade física e exercícios físicos no momento de isolamento social ocasionado pela pandemia da COVID 19.

2. ARTIGO CIENTÍFICO 1

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA NO BRASIL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

RESUMO

A classe trabalhadora necessita de políticas de saúde coletiva que visem o bem-estar físico, mental e social. É notório que os professores da educação básica são vítimas de ambientes insalubres para o trabalho em contextos sociais e ambientais. Nesse cenário, a presente revisão sistemática de literatura objetivou compilar informações sobre o nível de atividade física destes professores no Brasil. A análise exploratória foi conduzida por dois pesquisadores e as estratégias de busca utilizaram termos sugeridos pelos DeCS e MeSH. As buscas em português e inglês foram realizadas nas bases LILACS, MEDLINE, PubMed, SciELO e SCOPUS, no mês de novembro de 2021. Foram incluídos os textos que apresentaram resultados originais sobre o nível de atividade física dos professores em localidades brasileiras, e foram excluídos os que investigaram apenas um gênero, uma categoria de professores ou uma instituição escolar, os com amostra repetida, os que não apresentaram o resultado geral dos níveis de atividade física, os que não informaram o instrumento de coleta e os que apenas questionaram se a pessoa praticava ou não atividade física. Após a seleção, foram incluídos 06 artigos. Todos apresentaram delineamento transversal, foram publicados de 2012 a 2020, a maior amostra foi de 1681 professores e a menor foi de 200. 66,67% foram realizados na região sudeste e 33,33% na região sul. 66,67% dos estudos utilizaram o IPAQ versão curta, a média de idade amostral foi de 41,15 anos, sendo a maioria do sexo feminino entre os estudos (79,97%). Considerando os estudos que utilizaram questionário como instrumento (n=5), o percentual médio de professores considerados fisicamente ativos foi de 63,3% entre eles. Agrupando os resultados que utilizaram outros meios de aferição (n=2), esse percentual médio caiu para 27,3%. Conclui-se que os instrumentos utilizados na coleta de dados podem interferir significativamente nos resultados. Os estudos indicaram que os níveis de atividade física dos professores da educação básica no Brasil podem ser maiores quando comparados aos níveis de atividade física da população brasileira, porém faltam estudos que abranjam todas as regiões do país.

Palavras chave: Atividade Física, Professores da Educação Básica, Brasil.

PHYSICAL ACTIVITY LEVEL OF BASIC EDUCATION TEACHERS IN BRAZIL: A SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT

The working class needs collective health policies that aim at physical, mental, and social well-being. It is notorious that basic education teachers are victims of unhealthy work environments in social and environmental contexts. In this scenario, the present systematic literature review aimed to compile information about the level of physical activity of these teachers in Brazil. The exploratory analysis was conducted by two researchers and the search strategies used terms suggested by DeCS and MeSH. The searches in Portuguese and English were conducted in LILACS, MEDLINE, PubMed, SciELO, and SCOPUS databases in the month of November 2021. Texts that presented original results on the physical activity level of teachers in Brazilian localities were included, and those that investigated only one gender, one category of teachers, or one school institution, those with a repeated sample, those that did not present the general result of physical activity levels, those that did not inform the collection instrument, and those that only asked whether the person practiced physical activity or not were excluded. After the selection, 6 articles were included. All had a cross-sectional design, were published from 2012 to 2020, the largest sample was 1681 teachers and the smallest was 200. 66.67% were conducted in the southeastern region and 33.33% in the southern region. 66.67% of the studies used the IPAQ short version, the mean sample age was 41.15 years, and the majority were female among the studies (79.97%). Considering the studies that used a questionnaire as an instrument (n=5), the average percentage of teachers considered physically active was 63.3% among them. Grouping the results that used other means of measurement (n=2), this average percentage fell to 27.3%. We conclude that the instruments used in data collection can significantly interfere in the results. The studies indicated that the physical activity levels of basic education teachers in Brazil may be higher when compared to the physical activity levels of the Brazilian population, but studies covering all regions of the country are lacking.

Key words: Physical Activity, Basic Education Teachers, Brazil.

2.1 Introdução

Em consequência da globalização, nas últimas décadas houve uma mudança no perfil epidemiológico brasileiro, que passou a ter uma maior carga de doenças e agravos não transmissíveis em detrimento de doenças infecciosas (MALTA *et al.*, 2006; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2005; CASADO *et al.*, 2009).

A maior parte dessa carga de doenças não é um resultado inevitável do modelo de sociedade contemporânea, ou seja, a prevenção é possível, e geralmente com baixo custo financeiro (MALTA *et al.*, 2006). As doenças crônicas não transmissíveis – DCNTs, no Brasil constituem um problema de saúde de maior magnitude, sendo causa de cerca de 70% das mortes (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011).

A inatividade física é um dos fatores de risco modificáveis para as doenças crônicas não transmissíveis – DCNT, tendo a atividade física uma influência positiva em fatores de risco para mortalidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011; BOTREL *et al.*, 2000; REIMERS *et al.*, 2012; GUTHOLD *et al.*, 2018; MATSUDO, MATSUDO, NETO, 2001). Seus benefícios para a saúde e qualidade de vida, estão bem documentados na literatura científica (FREITAS *et al.*, 2010) sendo observável um crescimento e maior relevância da pesquisa em epidemiologia da atividade física no Brasil (HALLAL *et al.*, 2007; FLORINDO *et al.*, 2006; KNUTH *et al.*, 2009). O levantamento do nível de atividade física da população tem sido alvo de muitos pesquisadores ao redor do mundo como forma de identificar o impacto do sedentarismo no estilo de vida do ser humano (MATSUDO *et al.*, 2002).

Em contramão dos reconhecidos benefícios da atividade física para a saúde, existe uma tendência mundial de diminuição da mesma, sendo que a estimativa é que quase metade da população brasileira tenha prevalência de atividade física abaixo dos níveis recomendados, estando o Brasil entre os países mais sedentários do mundo. Neste sentido, é importante conhecer o nível de atividade física habitual da população brasileira, dentro dos mais variados recortes sociais, a fim de embasar políticas públicas de saúde (GUTHOLD *et al.*, (2018).

A classe trabalhadora é um desses recortes sociais que necessita de políticas de saúde efetivas, que não visem apenas o tratamento de doenças, mas também a prevenção e a qualidade de vida, a fim de alcançar o bem-estar físico, mental e social.

As novas demandas apresentadas à escola pela universalização do ensino nas redes públicas brasileiras trouxeram um maior contingente para o sistema educativo e maior complexidade das demandas, o que resultou na intensificação do trabalho docente (ASSUNÇÃO, OLIVEIRA, 2009).

O professor da educação básica é vítima de ambientes insalubres para o trabalho, constituindo uma categoria vulnerável às condições nocivas para a saúde decorrente de macro e micro contextos socioambientais geradores de adoecimento (BATISTA, 2010), além dos baixos salários (BARBOSA, 2014) que contribuem para o aumento das horas de trabalho na tentativa de manter uma renda adequada.

Sendo a saúde e a educação condições fundamentais para o desenvolvimento humano e social, é importante que a atenção seja voltada aos professores pois existem muitas evidências do adoecimento mental desta categoria, e sua relação com o trabalho (DIEHL, MARIN, 2016). É necessário criar alternativas de promoção da saúde no ambiente de trabalho, pois a maioria dos professores têm colocado seu compromisso com as atividades acadêmicas acima de suas necessidades e condições pessoais e, até, acima de sua saúde física e mental. (TEIXEIRA, *et al.*, 2015).

A literatura ainda é escassa na investigação da prevalência de atividade física insuficiente entre os professores da educação básica brasileiros. Neste sentido, o objetivo deste estudo foi compilar informações sobre o nível de atividade física dos professores da educação básica no Brasil mediante uma revisão sistemática dos estudos já publicados, pois não foram encontrados estudos que sumarizem os resultados já encontrados com essa variável.

2.2 Método

O presente estudo se caracteriza como uma revisão sistemática de literatura científica. A análise exploratória foi conduzida por dois pesquisadores, as buscas foram realizadas em língua portuguesa e língua inglesa nas bases de dados online: LILACS, MEDLINE, PubMed, SciELO e SCOPUS. Todas as referências disponíveis até o mês de novembro de 2021 foram incluídas nas buscas.

Para as estratégias de buscas, foram utilizados descritores ou termos baseados nas sugestões dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do Medical Subject Headings (MeSH), considerando a população e a exposição, com uso de conectores booleanos para as combinações.

Quadro 1 - Strings de busca adaptadas para cada base de dados

Base de dados	String Adaptada
LILACS	("atividade física" OR sedentarismo OR inatividade OR "atividade motora" OR "comportamento sedentário" OR "physical activity" OR sedentary OR inactivity OR "motor activity" OR "sedentary behavior") AND ("professores escolares" OR professores OR "school teachers" OR teachers) AND (db:"LILACS")
MEDLINE	("atividade física" OR sedentarismo OR inatividade OR "atividade motora" OR "comportamento sedentário" OR "physical activity" OR sedentary OR inactivity OR "motor activity" OR "sedentary behavior") AND ("professores escolares" OR professores OR "school teachers" OR teachers) AND (db:"MEDLINE")
PubMed	physical activity[Title] OR sedentary[Title] OR inactivity[Title] OR motor activity[Title] OR sedentary behavior[Title] AND (school teachers[Title] OR teachers[Title])
SciELO	(ti:(atividade física AND professores OR physical activity AND teachers))
Scopus	("atividade física" OR sedentarismo OR inatividade OR "atividade motora" OR "comportamento sedentário" OR "physical activity" OR sedentary OR inactivity OR "motor activity" OR "sedentary behavior") AND ("professores escolares" OR professores OR "school teachers" OR teachers)

Fonte: Pesquisadores

Em todas as bases de dados, utilizou-se filtros para que os termos estivessem presentes nos títulos dos artigos, foram aplicados também filtros para que retornassem resultados apenas de textos completos disponíveis para acesso. As pesquisas nas bases LILACS e MEDLINE foram realizadas através do portal regional da BVS - Biblioteca Virtual em Saúde/BIREME/OPAS/OMS.

O critério de inclusão para a seleção dos artigos foi de textos originais que apresentassem resultados sobre o nível de atividade física dos professores da educação básica no Brasil, escritos em português ou inglês. Os critérios de exclusão foram: 1) textos sobre nível de atividade física com população diversa dos professores da educação básica. 2) Textos que contemplavam a população de professores de apenas uma disciplina ou categoria da educação básica. 3) Estudos realizados fora do Brasil. 4) Estudos com apenas um gênero de professores. 5) Estudos realizados em apenas uma escola. 6) Estudos qualitativos. 7) Estudos que não informaram o instrumento de coleta de dados ou que apenas questionaram os participantes quanto à prática de alguma atividade física sem coletar dados para mensuração. 8) Estudos que não apresentaram o percentual geral do nível de atividade física da amostra estudada.

Inicialmente foi realizada a leitura dos títulos e dos resumos dos artigos para excluir os duplicados e os que estivessem dentro dos critérios de exclusão, ao final da seleção foram

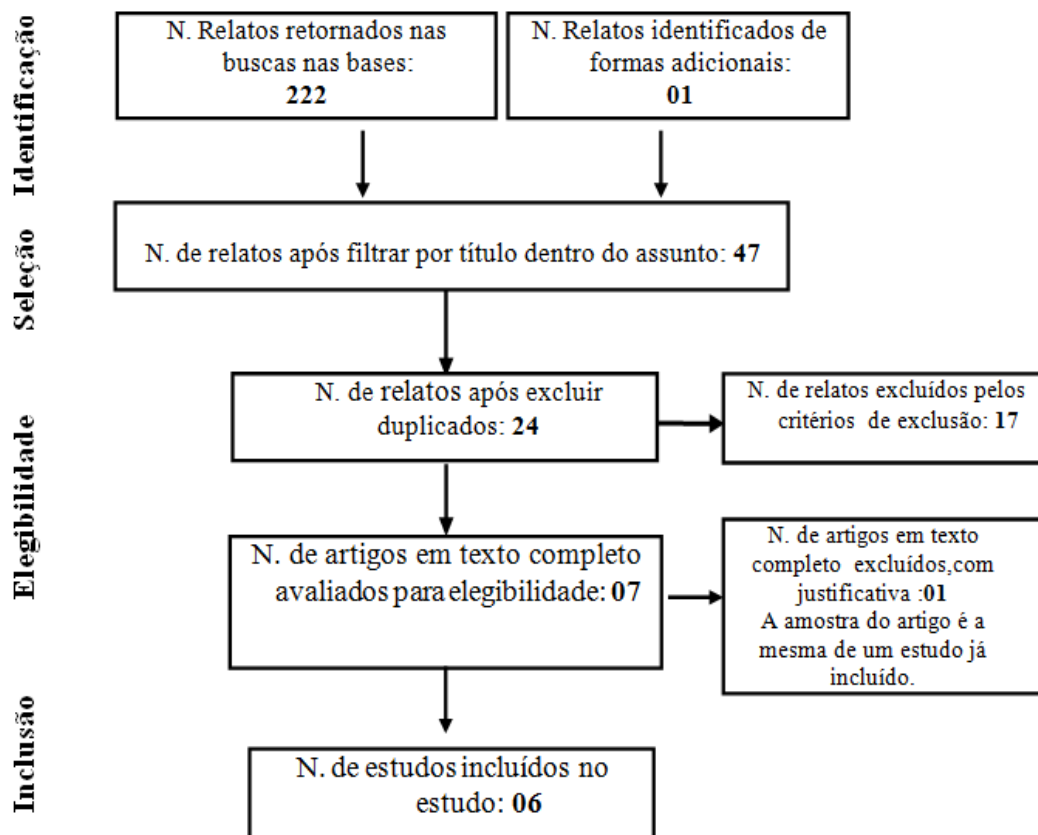
lidos na íntegra 07 artigos e excluídos os que tinham amostras repetidas ou não forneceram dados suficientes para análise.

Os dados de cada estudo selecionado foram tabulados em uma planilha do software excel Microsoft versão 2013, contendo informações sobre os autores, ano de publicação, local onde os dados foram coletados, características e tamanho da amostra, instrumentos utilizados e principais resultados do nível de atividade física.

2.3 Resultados

A pesquisa inicial retornou um total de 222 relatos científicos, sendo 04 na LILACS, 17 na MEDLINE, 56 na PubMed, 14 na SciELO e 131 na Scopus. Foi incluído um relato identificado de forma adicional. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram lidos integralmente 07 estudos, sendo 01 excluído após a leitura por envolver a mesma amostra, conforme fluxograma apresentado na figura 1.

Figura 1 – Fluxograma de estratégia de seleção dos estudos



Fonte: Pesquisadores

Todos os estudos selecionados para compor a presente revisão de literatura (n=6) apresentaram delineamento transversal, o estudo que apresentou maior número amostral foi o de Brito *et al.* (2012) com participação de 1681 professores da educação básica, e o com menor número amostral foi o estudo de Júnior *et al.* (2017), com 200 participantes. O estudo mais antigo foi publicado no ano de 2012 e o mais atual em 2020. Um percentual de 66,67% dos estudos selecionados foi realizado na região sudeste do Brasil (SP e MG), e os 33,33% restantes foram realizados na região sul (PR e RS).

Quanto ao instrumento de coleta, a versão curta do IPAQ – Questionário Internacional de Atividade Física, foi utilizada em 66,67% dos estudos, conforme demonstrado na tabela 01.

Tabela 1 – Síntese dos estudos selecionados segundo o autor, ano, local, amostra, instrumento e delineamento da pesquisa (n = 06)

Autor (Ano)	Local	N Amostral	Instrumento	Delineamento
Silva <i>et al.</i> (2019)	Montes Claros MG	689	IPAQ versão curta	Transversal
Dias <i>et al.</i> (2017)	Londrina PR	978	Entrevista/Cálculo MET por atividade.	Transversal
Brito <i>et al.</i> (2012)	São Paulo SP	1681	IPAQ versão curta	Transversal
Delfino <i>et al.</i> (2020)	Presidente Prudente SP	245	Questionário de AFH de Baecke <i>et al.</i> (1989)	Transversal
Júnior <i>et al.</i> (2017)	Viçosa MG	200	IPAQ versão curta e *Pedômetro	Transversal
Santos <i>et al.</i> (2013)	Bagé RS	414	IPAQ versão curta	Transversal

Fonte: Dados da Pesquisa

IPAQ = International Physical Activity Questionnaire

AFH – Atividade Física Habitual

*Instrumento que mensura o quantitativo de passos por sensores de movimento

A faixa etária média amostral dos estudos é de 41,15 anos. Com relação ao sexo, os dados apresentados nos estudos demonstraram uma maioria feminina entre os professores da educação básica, com média de 79,97%, sendo que no estudo de Santos e Marques (2013), esse percentual chega a 96,1%.

Dentre os 03 estudos que apresentaram dados em porcentagem sobre o estado nutricional das amostras, o menor percentual de pessoas acima do peso descrito é o de Santos

e Marques (2013) (46,7%). O estudo de Júnior *et al.* (2017) apresenta apenas o IMC – Índice de Massa Corporal médio da amostra que é de 26,27 com desvio padrão de 4,77, o que pode indicar que a amostra possui um índice de sobrepeso considerável. Os outros 02 estudos de Brito *et al.* (2012) e Delfino, Tebar e Gil *et al.* (2020), não apresentaram dados sobre o estado nutricional geral da amostra.

Tabela 2 – Distribuição dos resultados dos estudos

Estudo	Faixa etária média	Porcentagem Sexo feminino	Informação sobre estado nutricional	Nível de Atividade Física
Silva <i>et al.</i> (2019)	40,5 anos (±9,6)	85,2%	53,1% (acima do peso)	11,8% muito ativos, 37,6% ativos e 50,6% eram insuficientemente ativos
Dias <i>et al.</i> (2017)	41,5 anos (±10,0)	69%	52% (acima do peso)	A prevalência de ativos fisicamente foi de 28,1%
Brito <i>et al.</i> (2012)	40 anos	66%	-	Nível baixo de atividade física de 46,3%, nível moderado 42,7% e alto 11%.
Delfino <i>et al.</i> (2020)	45,2 anos (±10,4)	76%	-	22% menos ativos, 52% moderadamente ativos e 26% altamente ativos.
Júnior <i>et al.</i> (2017)	43,65 anos ± 9,94	87,5%	IMC médio 26,27 ± 4,77	Proporção de participantes classificados como ativo variou quando determinado pelo IPAQ (70%) e pedômetro (26,5%)*
Santos <i>et al.</i> (2013)	40,1 anos (± 9,4)	96,1%	46,7% (acima do peso)	65,2% dos sujeitos foram fisicamente ativos.

IMC- Índice de Massa Corporal

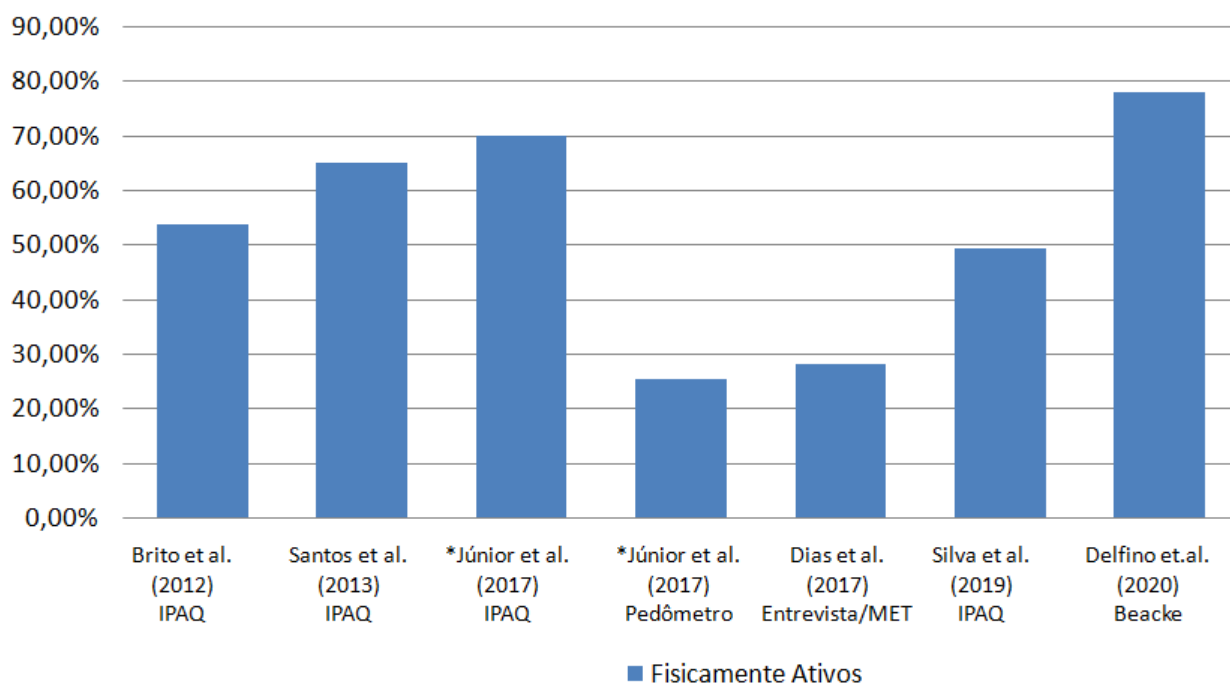
¹ Percentual de indivíduos da amostra com estado nutricional de sobrepeso e obesidade.

- Artigo não apresentou dado

*Artigo comparou os resultados de dois instrumentos

Com relação ao nível de atividade física, o percentual de professores considerados fisicamente ativos, somando os graus moderado e alto de atividade, é demonstrado no gráfico 1. O maior percentual desta variável foi encontrado no estudo de Delfino, Tebar e Gil (2020), na cidade de Presidente Prudente/SP (78%), este estudo utilizou o questionário de atividade física habitual preconizado por de Baecke, Burema e Frijters (1989) para a coleta dos dados. Já o menor percentual de fisicamente ativos foi descrito no estudo de Júnior *et al.* (2017), na cidade de Viçosa/MG (26,5%), a coleta dos dados foi realizada por medida objetiva (contagem de passos) realizada através de pedômetros.

Gráfico 1 – apresentação do percentual de professores da educação básica fisicamente ativos por estudo incluído na pesquisa



Fonte: Dados da Pesquisa

* Estudo apresenta dois resultados distintos mensurados através de instrumentos diferentes

2.4 Discussão

No Brasil, a força de trabalho dos professores da educação básica soma mais de 2,2 milhões de indivíduos, desse total, se observa um percentual de 80% do sexo feminino (INEP, 2020) A população dos estudos obtidos nesta revisão de literatura, segue essa tendência de maioria feminina, sendo a média entre eles de 79,97%.

Com relação à distribuição regional, os estudos foram realizados nas regiões sul (RS e PR) e sudeste(SP e MG), neste sentido se percebe uma lacuna com relação às outras regiões do país, e até mesmo dentro dessas regiões, pois os estudos originam-se apenas de dois dos estados de cada região.

O estudo de Dias *et al.*(2017), que objetivou analisar se fatores ocupacionais percebidos estão associados à atividade física insuficiente no tempo livre em professores de escolas públicas, apresentou prevalência de AFI (atividade física insuficiente) de 71,9%. Para coleta dessa variável dependente, os autores entrevistaram os participantes, que foram

questionados se em uma semana típica realizavam alguma atividade física no tempo livre (tempo considerado fora do trabalho). Em caso afirmativo, eles descreveram as atividades, a frequência semanal e a duração em minutos de cada uma. Esses dados foram utilizados para classificá-los com relação ao nível de atividade física. A intensidade em equivalente metabólico de cada tarefa (MET) foi calculada conforme parâmetros da versão em língua portuguesa do Compêndio de Atividades Físicas de Farinatti (2003), por isso as atividades leves foram desconsideradas, e o tempo gasto em atividades vigorosas foi multiplicado por dois. Essa metodologia, a qual contém o “rigor” do pesquisador ao classificar a intensidade de cada atividade, pode explicar o alto índice de inatividade física (71,9%) encontrado em comparação aos outros estudos que utilizaram questionários autoaplicados.

Também é possível observar que no estudo citado, os participantes foram questionados sobre suas atividades cotidianas fora do trabalho. Em primeiro momento é importante mencionar que o trabalho docente habitualmente apresenta atividades leves, não exigindo atividades físicas moderadas e/ou intensas, com exceção dos professores de educação física. No entanto, o cansaço físico e mental dos professores, fruto de um cenário docente caracterizado pela alta demanda da atividade, aliada à sobrecarga física e mental e desvalorização profissional (MEIRA *et al.*, 2014), pode levar a uma interpretação enviesada de que existe ali, a prática de atividades físicas moderadas no trabalho, superestimando assim seu nível de atividade física habitual e refletindo no preenchimento dos questionários.

Júnior *et al.* (2017) objetivaram avaliar o nível de atividade física de docentes na rede pública de ensino de Viçosa/MG por meio de dois instrumentos distintos e verificar a concordância obtida entre eles. Neste estudo, os autores concluíram que existe uma tendência do IPAQ em superestimar o nível de atividade física da população estudada. O resultado obtido através da medida objetiva realizada com pedômetros foi um percentual de 25,5% dos professores classificados como ativos fisicamente, enquanto que a avaliação realizada com o IPAQ na mesma amostra, resultou em um percentual de 70% de professores fisicamente ativos, o que evidenciou a discordância entre os dois instrumentos.

Considerando a perceptível variação do nível de atividade física conforme instrumento da coleta, para determinar dado médio sobre o nível de atividade física dos professores da educação básica no Brasil, ao agrupar os resultados que utilizaram questionários na aferição (n=5), obtém-se um percentual médio de 63,3% de professores ativos fisicamente. Agrupando os resultados que utilizaram outros meios de aferição (n=2), esse percentual médio cai para 27,3% de professores considerados fisicamente ativos.

Entre a população brasileira em geral, considerando inquéritos por aplicação de questionários, ou seja, atividade física auto-referida, resultados demonstrados em estudo descritivo com dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2013, 54% da população brasileira atinge a atividade física recomendada (MIELKE, 2015). Já em estudo realizado no estado de São Paulo, descreveu um percentual de aproximadamente 46% de indivíduos que atingiram a recomendação de atividade física para promoção da saúde (MATSUDO *et al.*, 2002). Outro estudo transversal realizado em Brasília, demonstrou um percentual de indivíduos que atingiram as recomendações de prática de atividade física foi de 52% (THOMAZ *et al.*, 2010). Esses estudos corroboram com dados da OMS que estimam que quase metade da população brasileira tenha prevalência de atividade física abaixo dos níveis recomendados (GUTHOLD *et al.*, 2018).

Quando comparamos esses dados de atividade física da população brasileira em geral, com a atividade física habitual dos professores da educação básica, o percentual de indivíduos fisicamente ativos entre os professores da educação básica é maior, mesmo assim o quantitativo de indivíduos irregularmente ativos ainda é alto. Em estudo seccional com abordagem qualitativa, Castellano, De Paulo e Simões (2018), analisaram os motivos de não adesão ao exercício físico em docentes da educação básica e concluíram que o principal motivo relatado foi a falta de tempo. Os autores atribuem tal fenômeno não só a prática docente, mas a fatores multidimensionais que vão desde a intensificação do trabalho docente e a sobrecarga para além da jornada de aulas, mas a contextos externos ao indivíduo, sociais e pessoais, que interferem de maneira negativa na regularidade da prática de exercícios físicos. Silva e Fischer (2020) em seu estudo qualitativo de caráter exploratório, também encontraram evidências que indicam que os agravos advindos do trabalho têm se projetado sobre a vida pessoal dos professores.

De Alencar, Rabacow e Carvalho (2020), em estudo de revisão integrativa, encontraram dados que sugerem que a maioria dos professores escolares brasileiros têm atividade física habitual insuficiente. Eles associaram diversos fatores a este comportamento, como por exemplo o excesso de peso corporal e fatores ocupacionais. Sobre esses fatores ocupacionais, o estudo também demonstra que o excesso de trabalho devido à alta carga horária em sala e em atividades extraclasse estão entre os motivos que mais afastam os professores de praticarem atividade física no momento de lazer.

Neste contexto, é importante a compreensão de que a atividade física é um comportamento inerente ao ser humano, de natureza complexa e com múltiplas formas de manifestação (NAHAS, 1996). Em outras palavras, a atividade física é social, e quando se

compreende o indivíduo como um corpo social, admite-se que o ambiente e os aspectos sociais influenciam o estado de saúde da população.

É preciso compreender que as variáveis relacionadas à prática de atividade física não estão dissociadas de um contexto social mais amplo e, sobretudo, é preciso pensar o que estaria contribuindo para estes determinantes da prática de atividade física (RODRIGUES *et al.*, 2017).

Neste caso, partindo da premissa do coletivo e do público, na busca de ações de prevenção e controle de agravos à saúde, não é possível a dicotomia completa entre aspectos sociais e individuais, pois mesmo no coletivo é preciso observar as individualidades dos diversos grupos.

Fica evidente a importância de estudos sobre o comportamento e fatores relacionados à atividade física nas mais diversas populações, haja vista que ela está presente em todos os aspectos da vida cotidiana. Nesse contexto, não se pode tratar a atividade física como mero medicamento ou produto, e sim como aspecto essencial indissociável ao ser humano, que deve ser desenvolvido considerando seu caráter cultural e aprazível, através de políticas públicas inclusivas e democráticas.

Rodrigues *et al.*(2017), evidenciaram que não é conveniente culpar o sujeito por não se engajar regularmente em programas de atividades físicas no lazer, na medida em que, ao mesmo tempo, pesa sobre si aspectos sociais coletivos que o tornam mais vulnerável. Os autores ressaltam a necessidade de políticas de promoção da atividade física para estes grupos vulneráveis, essas políticas devem se encaixar no contexto de promoção de acesso a serviços, espaços públicos adequados e diminuição das desigualdades sociais. Uma promoção com foco individual, sobrecarrega os participantes já submetidos a um maior nível de atividade ocupacional e deslocamento inadequado.

Este estudo apresenta como limitação a não avaliação da qualidade dos estudos, o que pode ocasionar algum grau de comprometimento da qualidade do resultado. O baixo número de estudos contendo a informação sobre o nível de atividade física total da amostra de professores da educação básica foi outro limitante, assim como a ausência de estudos realizados em todas as regiões do Brasil. Outra limitação foi a discordância entre os dados obtidos por instrumentos diferentes, pois não se objetivou aqui, avaliar a efetividade dos instrumentos.

2.5 Conclusões

Conclui-se que os instrumentos utilizados na coleta de dados referente ao nível de atividade física dos professores da educação básica podem interferir significativamente nos resultados. Os estudos disponíveis indicam que os níveis de atividade física dos professores da educação básica no Brasil podem ser maiores quando comparados aos níveis de atividade física da população brasileira em geral.

Existe a necessidade de mais estudos que investiguem o nível de atividade física e fatores associados nesta população. Tais estudos devem abranger todas as regiões do país. Sugere-se que deve-se buscar um consenso de utilização dos instrumentos de pesquisa na área, para que as desigualdades reais entre os grupos sociais sejam evidenciadas.

REFERÊNCIAS

- ASSUNÇÃO, A.A; OLIVEIRA, D.A. Intensificação do trabalho e saúde dos professores. **Educ. Soc.** v. 30, n.107, p. 349-372,2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-73302009000200003>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
- BAECKE, J.A; BUREMA, J; FRIJTERS, J.E. A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. **Am J Clin Nutr**, v.36, n. 5, p.936-942, 1982. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7137077/>>. Acesso em: 10 nov. 2021.
- BARBOSA, A. Salários docentes, financiamento e qualidade da educação no Brasil. **Educ. Real**, v..39, n.2, p.511-532, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/edreal/a/hXQRPMQQwZwJJg7zcD6Dkpx/?lang=pt>>. Acesso em:11 nov. 2020.
- BATISTA, J.B.V. **Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental: um problema de saúde pública não percebido**. 2010. 192 f. Tese (Saúde pública) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Recife, 2010.Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/10509>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
- BOTREL, T.E.A; COSTA, R.D; COSTA, M.D; COSTA, A.M.D. Doenças cardiovasculares: causas e prevenção . **Revista Brasileira de Clínica e Terapêutica**, v. 26, n. 3, p. 87-90, Brasil, 2000. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-303754>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
- BRITO, W.F; SANTOS, C.L; MARCOLONGO, A.A, *et al*. Nível de atividade física em professores da rede estadual de ensino. **Revista de Saúde Pública** . v. 46, n. 1, p. 104-109, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102012000100013>>.Acesso em: 10 nov. 2021.
- CASADO, L; VIANNA, L.M; THULER, L.C.S. Fatores de Risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil: uma Revisão Sistemática. **Rev. Bras. Cancerol**, v.55, n.4, p. 379-88, Brasil, 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2009v55n4.1594>>. Acesso em: 22 jun. 2020.
- CASTELLANO; S.M; DE PAULO, T. R.S; SIMÕES, R. R. Motivos de não adesão ao exercício físico em docentes da Educação Básica: um estudo seccional qualitativo. **Revista de Educação Física**, v. 87, n. 4, 2018. Disponível em<<https://doi.org/10.37310/ref.v87i4.806>>. Acesso em: 12 nov. 2021.
- DE ALENCAR, G. P; RABACOW, F.M; CARVALHO, A M.A. Fatores associados à prática insuficiente de atividade física em professores escolares brasileiros: um estudo de revisão integrativa. **Multitemas**,v.26, n. 62, p. 103-124, 2021.Disponível em< <https://www.multitemas.ucdb.br/multitemas/article/view/3005>>. Acesso em: 12 nov. 2021.
- DELFINO, L.D; TEBAR, W.L; GIL, F.C. Association of sedentary behaviour patterns with dietary and lifestyle habits among public school teachers: a cross-sectional study.

Bmj Open. London: Bmj Publishing Group, v. 10, n. 1, p.9, 2020. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/196674>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

DIAS, D.F, LOCH, M.R, GONZÁLEZ, A.D, *et al.* Insuficiente atividade física no tempo livre e fatores ocupacionais em professores de escolas públicas brasileiras. **Rev Saude Publica**,p.51-68, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051006217>>. Acesso em: 10 nov 2021.

DIEHL, L; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**,v.7, n. 2, p. 64-85, Londrina, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005> . Acesso em: 11 nov. 2020.

FARINATTI, P.T.V. Apresentação de uma versão em português do compêndio de atividades físicas: uma contribuição aos pesquisadores e profissionais em fisiologia do exercício. **Rev Bras Fisiol Exerc**, v. 2, p. 177-208, 2003.Disponível em:<<http://www.saudeemmovimento.com.br/revista/artigos/rbfex/v2n2a6.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

FLORINDO, A.A; ROMERO, A; PERES, *et al.*.Desenvolvimento e validação de um questionário de avaliação da atividade física para adolescentes. **Rev. Saúde Pública** v.40, n. 5, p. 802-809, 2006. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102006005000002>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

FREITAS, R.W.J.F; SILVA, A.R.V; ARAÚJO, M.F.M, *et al.* Prática de atividade física por adolescentes de Fortaleza, CE, Brasil. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 63, n. 3, p. 410-415, 2010. Disponível em:< <https://doi.org/10.1590/S0034-71672010000300010>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

GUTHOLD, R; STEVENS, G.A; RILEY, L. M; BULL, F.C. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: A pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. **Lancet Glob. Health**, v.6, ed.10, p. 1077–1086, 2018. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2214109X18303577>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

HALLAL, P.C; DUMITH, S.C; BASTOS, J.P, *et al.* Evolução da pesquisa epidemiológica em atividade física no Brasil: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública** [online]. v. 41, n. 3, p. 453-460, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102007000300018>> Acesso em: 11 nov. 2020.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. Sinopse Estatística da Educação Básica 2020.Brasília: **Inep**, 2021. Disponível em:< <https://www.gov.br/inep/pt-br/acesso-a-informacao/dados-abertos/sinopses-estatisticas/educacao-basica>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

JÚNIOR, R. J. M; TAVARES, D. D. F; GOMES, Á. K. V, *et al.* Nível de atividade física em professores do ensino básico avaliados por dois instrumentos. **Journal of Physical Education**, v. 28, n.1, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2833>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

KNUTH, A.G; HALLAL P.C. Temporal trends in physical activity: a systematic review. **J Phys Act Health**, v.6, n.5, p. 548–559, 2009. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19953831/>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

MALTA, D. C; CEZÁRIO, A. C; MOURA, L. D; MORAIS NETO, O. L. D; SILVA JUNIOR, J. B. D. A construção da vigilância e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis no contexto do Sistema Único de Saúde. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v.15, n.3, Brasília, 2006. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5123/S1679-49742006000300006>>. Acesso em: 18 jun. 2020.

MATSUDO, S.M; MATSUDO, V.K.R; NETO, T.L.B. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V. 7, n.1, p. 2-13, 2001. Disponível em: < <https://doi.org/10.1590/S1517-86922001000100002>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

MATSUDO; S.M; MATSUDO, V.K. R; ARAÚJO T, *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. **Rev bras cienc mov**, v. 10, n. 4, p. 41-50, 2002. Disponível em <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/469>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

MEIRA, T. R. M; CARDOSO; J. P, VILELA; A. B. A, *et al.* Percepções de professores sobre trabalho docente e repercussões sobre sua saúde. **Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde**, v.27, n.2, p. 276–282, 2014. Disponível em: <<https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/2595>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

MIELKE, G. I.; HALLAL, P. C; RODRIGUES; G. B. A, *et al.* Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.24, n. 2, p. 277-286, 2015. Disponível em < <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-751919>>. Acesso em: 13 nov. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. A vigilância, o controle e a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis – DCNT - no contexto do Sistema Único de Saúde Brasileiro. **Organização Pan-Americana da Saúde**, Brasília, 2005. Disponível em: <<https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/DCNT.pdf>>. Acesso em: 18 jun. 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. **Ministério da Saúde**, Brasil, 2011. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf>. Acesso em: 22 jun. 2020.

NAHAS, M.V. Revisão de métodos para determinação dos níveis de atividade física habitual em diversos grupos populacionais. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 1, n. 4, p. 27-37, 1996. Disponível em: <<https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/1147>>. Acesso em: 13 nov. 2021.

REIMERS, C.D; KNAPP, G; REIMERS, A.K. Does physical activity increase life expectancy? A review of the literature. **Journal of Aging Research**, vol. 2012, ID. 243958, 2012. Disponível em: < <https://doi.org/10.1155/2012/243958>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

RODRIGUES, P. F; MELO, M; ASSIS, M; OLIVEIRA, A. Condições socioeconômicas e prática de atividades físicas em adultos e idosos: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 22, n.3, p. 217-232, 2017. Disponível em: < <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/9624>>. Acesso em: 13 nov. 2021.

SANTOS, M.N; MARQUES, A.C. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 837-846, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000300029>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

SILVA, J.P; FISCHER, F. M. Invasão multiforme da vida pelo trabalho entre professores de educação básica e repercussões sobre a saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, p. 03, 2020. Disponível em: < <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001547>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

SILVA, R.R; MOREIRA, A.D; MAGALHÃES, T.A, *et al.* Fatores associados à prática de atividade física entre professores do nível básico de ensino. **Journal of Physical Education**, v. 30, n. 1, p. e-3037, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3037>>. Acesso em 10. nov 2021.

TEIXEIRA, L.N; RODRIGUES; A.L; SILVA F.M; SILVEIRA, R.C.P. As possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores. **R. Enferm. Cent. O. Min.**, v. 5, n. 2, p. 1669-1683, São João Del Rei, 2015. Disponível em <<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/876>> Acesso em: 10. nov 2021.

THOMAZ, P. M. D., COSTA, T. H. M. D., SILVA, E. F. D., & HALLAL, P. C. Fatores associados à atividade física em adultos, Brasília, DF. **Revista de Saúde Pública**, v.44,n. 5, p. 894-900, 2010. Disponível em:< <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010005000027>> Acesso em: 13 nov. 2021.

3. ARTIGO CIENTÍFICO 2

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: UMA ABORDAGEM DESCRITIVA DO PERFIL DOS PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA DA REDE PÚBLICA DE UMA CIDADE DO INTERIOR DO ESTADO DE MINAS GERAIS

RESUMO

Os benefícios da prática de atividade física para a saúde estão cientificamente bem descritos, sua prática não é somente um aspecto da vida, mas é inerente ao ser humano, portanto social. Os professores da educação básica da rede pública são uma classe trabalhadora que possuem condições insalubres e desvalorização do trabalho. Neste sentido, o presente estudo objetivou mensurar o nível de atividade física dos professores da educação básica de uma cidade do interior de MG, no Alto Vale do Jequitinhonha, delineando um perfil descritivo desta população com relação aos fatores associados à prática regular de atividade física e saúde. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo CEP/UFVJM sob o parecer nº 4.291.378. A amostra, composta por 79 professores da rede de educação básica pública estadual e municipal, foi do tipo não probabilística por conveniência. A coleta de dados foi realizada por correio eletrônico, e utilizou a versão curta do IPAQ acrescido de informações sociodemográficas, características profissionais e de saúde, medidas de peso corporal e altura. A maioria era do sexo feminino (88,6%) com idade média de 41,2 anos, mais da metade se declararam pardos. 55,1 % são regentes de turma e o restante ministra uma ou mais disciplinas. Dentre os professores participantes, 43,1% se encontram com sobrepeso e 16,4% estão em algum grau de obesidade. Entre as pessoas que têm hipertensão, 60% têm algum grau de obesidade, já entre os não hipertensos, esse percentual cai para 10,1%. Dos professores que têm diabetes, 50% estão em algum grau de obesidade, já entre os não diabéticos, esse percentual cai para 14,6%. Entre os professores que são regentes de turma e trabalham nas escolas municipais a frequência de excesso de peso é maior que entre os professores que ministram disciplinas específicas e trabalham na rede estadual de ensino. Do total amostral, 64,5 % atingem os níveis de atividade física recomendados pela OMS, e 67,1% afirmaram ter diminuído sua prática de atividade física durante a pandemia. Os professores mais jovens da amostra são mais inativos fisicamente e apresentam maior excesso de peso. Entre os professores que declararam ter diabetes, 100% são ativos fisicamente e entre os que não têm, esse percentual cai para 62,7%. Já entre os que declararam ter hipertensão 90% são

fisicamente ativos, entre os que declararam não ter o percentual é de 60,8%. Não foi verificada grande diferença no nível de atividade física e nem no estado nutricional entre homens e mulheres. Apesar dos professores da educação básica possuírem um nível de atividade física acima da média nacional adulta, as especificidades da rotina e do ambiente de trabalho podem influenciar de alguma forma em um viés negativo para o estado de saúde geral, como baixa qualidade de vida, distúrbios psiquiátricos, excesso de peso e complicações osteomusculares e articulares.

Palavras Chave: Atividade Física, Professores da Educação Básica, Saúde.

PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AND HEALTH: A DESCRIPTIVE APPROACH TO THE PROFILE OF PUBLIC BASIC EDUCATION TEACHERS IN A CITY IN THE STATE OF MINAS GERAIS

ABSTRACT

The benefits of physical activity practice for health are scientifically well described, its practice is not only an aspect of life, but it is inherent to the human being, therefore social. Public basic education teachers are a working class that has unhealthy conditions and devaluation of their work. In this sense, the present study aimed to measure the level of physical activity of basic education teachers from a city in the interior of MG, in the Upper Jequitinhonha Valley, outlining a descriptive profile of this population regarding the factors associated with the regular practice of physical activity and health. The research project was approved by the CEP/UFVJM under opinion number 4.291.378. The sample, composed of 79 teachers from the state and municipal public basic education network, was of the non-probabilistic type by convenience. Data collection was made by e-mail, and used the short version of IPAQ plus sociodemographic information, professional and health characteristics, body weight and height measurements. The majority were female (88.6%) with a mean age of 41.2 years, more than half declared to be brown. 55.1% are regular classroom teachers and the rest teach one or more subjects. Among the participating teachers, 43.1% are overweight and 16.4% are in some degree of obesity. Among people with hypertension, 60% are obese to some degree, while among those without hypertension, this percentage falls to 10.1%. Among the teachers who have diabetes, 50% are obese to some degree, while among non-diabetics, this percentage drops to 14.6%. Among teachers who are regular classroom teachers and work in municipal schools, the frequency of overweight is higher than among teachers who teach specific subjects and work in the state education system. Of the total sample, 64.5% meet the physical activity levels recommended by the WHO, and 67.1% said they decreased their physical activity during the pandemic. Younger teachers in the sample are more physically inactive and are more overweight. Among the teachers who reported having diabetes, 100% are physically active, and among those who do not, this percentage falls to 62.7%. Among those who declared they had hypertension, 90% are physically active, and among those who declared they did not, the percentage is 60.8%. No great difference was verified in the level of physical activity and nutritional status between men and women. Although basic education teachers have a level of physical activity above the national average for adults, the specifics of

the routine and the work environment may somehow influence a negative bias for the general health status, such as low quality of life, psychiatric disorders, overweight, and musculoskeletal and joint complications.

Key Words: Physical Activity, Basic Education Teachers, Health.

3.1 Introdução

As grandes mudanças demográficas, sociais e ambientais ocorridas nas últimas décadas, influenciaram para que as principais causas de morbimortalidade que consistiam em doenças infectocontagiosas dessem lugar aos agravos e doenças crônicas não transmissíveis – DCNT (NAHAS, 2017; MALTA *et al.*, 2006; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011; CASADO, VIANNA, THULER, 2009).

Atualmente, as DCNT são as principais causas de morte no mundo, no Brasil correspondem a cerca de 70% das causas de morte (CASADO, VIANNA, THULER, 2009). Os principais fatores de risco modificáveis para essas doenças são o tabagismo, consumo nocivo de bebida alcoólica, inatividade física e alimentação inadequada (BOTREL, *et al.*, 2000). Estima-se que dois terços das mortes provocadas por doenças que podem ser prevenidas sejam decorrentes desses quatro comportamentos (MALTA *et al.*, 2006).

O Brasil está entre os países mais sedentários do mundo, sendo que quase metade da população não atinge os níveis de atividade física recomendados pela Organização Mundial de Saúde OMS - (GUTHOLD *et al.*, 2018). Neste cenário, existe um crescimento da pesquisa epidemiológica com foco na atividade física no Brasil (HALLAL *et al.*, 2007; FLORINDO *et al.*, 2006; KNUTH, HALLAL, 2009). Os benefícios da atividade física regular para a saúde estão bem documentados na literatura científica (FREITAS *et al.*, 2010), e sua influência positiva em fatores de risco para mortalidade já é conhecida (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011; BOTREL *et al.*, 2000; REIMERS, KNAPP, REIMERS, 2012; GUTHOLD *et al.*, 2018; MATSUDO, MATSUDO, NETO, 2001).

Promover estilos de vida mais ativos não é apenas um problema individual, requerendo uma abordagem populacional, multissetorial e multidisciplinar, além de envolver aspectos de relevância cultural (NAHAS, 2017).

A atividade física é definida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto de energia. O estudo epidemiológico de qualquer conceito ou evento requer que o item em investigação seja definido e medido (CASPERSEN, POWELL, CHRISTENSON, 1985). Ou seja, a realização dos movimentos cotidianos no deslocamento, trabalho, serviços domésticos, lazer, prática de exercícios físicos e esportes são mensurados para determinar o nível de atividade física de um indivíduo.

Mediante a necessidade contínua de averiguação do nível de atividade física populacional, cujo escopo central é a estruturação de medidas e políticas eficientes de saúde

coletiva que estimulem a prática de atividade física, pesquisas abordando o nível de atividade física de professores são escassas(BRITO *et al.*, 2012).

As novas demandas apresentadas à escola pela universalização do ensino nas redes públicas brasileiras trouxeram um maior contingente para o sistema educativo e maior complexidade das demandas apresentadas à escola, o que resultou na intensificação do trabalho docente (ASSUNÇÃO, OLIVEIRA, 2009). Conforme dados da Sinopse estatística da Educação Básica do Instituto Nacional de Estudo e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira- INEP (2020), quase 2,2 milhões de professores ministram aulas para a educação básica no Brasil (INEP, 2020). O professor é vítima de ambientes insalubres para o trabalho e como resposta, uma má qualidade de vida e de ensino. Assim, surge uma categoria vulnerável às condições nocivas para a saúde decorrente de macro e micro contextos socioambientais geradores de adoecimento (BATISTA, 2010).

Existem evidências de que a maioria dos professores têm colocado seu compromisso com as atividades acadêmicas acima de suas necessidades e condições pessoais e, até, acima de sua saúde física e mental, neste sentido, é necessário criar alternativas de promoção da saúde no ambiente de trabalho (TEIXEIRA *et al.*, 2015).

É importante avaliar os comportamentos de risco para DCNT entre professores, a fim de permitir a diminuição de risco e até mesmo a intervenção em curto e longo prazo, pois a saúde e a educação são condições preponderantes para o desenvolvimento humano e social(DIEHL; MARIN,2016; LIRA *et al.*, 2018).

Considerando que a classe trabalhadora dos professores da educação básica é um grupo que necessita de atenção e políticas públicas de prevenção, qualidade de vida e bem estar social, esta deve ser alvo de estudos que identifiquem suas características e necessidades e subsidiem políticas públicas eficazes.

Neste sentido, o presente estudo objetivou mensurar o nível de atividade física dos professores da educação básica de um município do interior do estado de MG, delineando um perfil descritivo desta população com relação aos fatores associados à prática regular de atividade física e saúde. Tendo como hipótese inicial, que as especificidades da vida profissional dos professores da educação básica possam influenciar negativamente no nível de atividade física dos mesmos e que a inatividade física possa constituir um fator de risco para agravos à saúde destes professores.

3.2 Método

Foi realizado um estudo de campo transversal descritivo, com abordagem quantitativa, com base nos dados coletados de abril a julho de 2021 através de aplicação de questionário. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (CEP/UFVJM) sob o parecer nº 4.291.378.

O município onde o estudo foi realizado fica localizado no nordeste do estado de Minas Gerais, no Alto Vale do Jequitinhonha, e possui uma população estimada em 47.924 habitantes (IBGE, Brasil). Segundo dados da Sinopse Estatística da Educação Básica 2020 do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, a população total de professores da educação básica do município é de 647 (INEP, 2020). O método de amostragem adotado para realização do estudo foi do tipo não probabilística por conveniência. Foram excluídos do estudo os professores de escolas particulares, federais, militares, de educação especial e de música e os que não aceitaram participar ou que por algum motivo não tiveram acesso ao convite.

Um dos métodos indiretos mais utilizados para mensuração do nível de atividade física dos indivíduos é o questionário, por ser um instrumento de baixo custo e menor demanda de tempo (RABACOW, GOMES, MARQUES, *et al.*, 2006; GUEDES, GUEDES, 2006; MATSUDO *et al.*, 2001). A coleta de dados foi realizada através da versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física, o qual foi validado por Matsudo *et al.*, (2001) para a população adulta brasileira. A forma curta é geralmente melhor aceita pelos participantes. Não foram utilizadas as perguntas sobre velocidade de andar e pedalar, pois elas não alteram o coeficiente de reprodutibilidade e nem o de validade (MATSUDO *et al.*, 2001).

Os questionários foram enviados via correio eletrônico individual, e preenchidos com a utilização da ferramenta de formulários *Google Forms*. Cada potencial participante recebeu o convite com uma breve explicação sobre o estudo, o termo de consentimento livre e esclarecido para participação voluntária e o questionário online.

Na parte do questionário onde o indivíduo é identificado e caracterizado, foram incluídas perguntas que remetem a: renda média, estado civil, filhos, raça, religião, e acometimento por doenças e sintomas. Também foram acrescentados campos para que os professores informassem suas características profissionais, como horas de aulas semanais e disciplinas que lecionam. As medidas de peso corporal e altura também foram solicitadas aos participantes para estimativa do Índice de Massa Corporal - IMC, sendo desta forma

autorrelatadas devido à necessidade de distanciamento social imposta pela pandemia da COVID-19.

O questionário foi enviado para cerca de 430 endereços eletrônicos. Com uma taxa de retorno de cerca de 18,3%, participaram voluntariamente da pesquisa um total de 79 professores da educação básica das redes municipal e estadual de ensino.

O banco de dados foi construído no software Microsoft Office Excel 2007. Os dados relativos ao IPAQ versão curta, foram tabulados e classificados de acordo com a orientação própria do questionário que divide as categorias conforme apresentado no quadro 1.

O estado nutricional da amostra foi calculado adotando-se a fórmula: Índice de Massa Corporal (IMC) = Peso (kg) /Altura² (m) (MINISTÉRIO D SAÚDE , 2011). A classificação foi realizada conforme WHO (2000) com os intervalos: baixo peso IMC < 18,5, eutrofia IMC entre 18,5 e 24,9, sobrepeso IMC entre 25 e 29,9, obesidade grau I IMC entre 30 e 34,9, obesidade grau II IMC entre 35 e 39,9, obesidade grau III IMC > 40.

Posteriormente, os dados foram transferidos para o *software* R version 3.4.4 (2018-03-15), onde todas as análises estatísticas descritivas foram realizadas.

Quadro 1 – Categorização do Nível de Atividade Física IPAQ

Classificação	Requisitos
Muito Ativo	a) atividade física vigorosa – ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 min/sessão; ou b) vigorosa – ≥ 3 dias/ semana e ≥ 20 min/sessão + moderada e ou caminhada ≥ 5 dias/ semana e ≥ 30 min/sessão.
Ativo	a) atividade física vigorosa – ≥ 3 dias/semana e ≥ 20 minutos/sessão; ou b) moderada ou caminhada – ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 minutos/sessão; ou c) qualquer atividade somada: ≥ 5 dias/semana e ≥ 150 min/semana.
Irregularmente Ativo A	Aquele que atinge pelo menos um dos critérios da recomendação quanto à frequência ou quanto a duração da atividade: Frequência de 5 dias/semana, ou Duração de 150 minutos/semana.
Irregularmente Ativo B	Aquele que não atinge nenhum dos critérios da recomendação quanto à frequência nem quanto à duração.
Sedentário	Aquele que não realizou nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana.

Fonte: Adaptado de Centro Coordenador do Ipaq no Brasil – CELAFISCS

3.3 Resultados

Observa-se na amostra do presente estudo, composta por 79 professores da educação básica, que a maioria é do sexo feminino (88,6%). A média de idade dos participantes foi de

41,2 ± 9,2, e mais da metade se autodeclarou pardo (55,6%). Um percentual de 59,5% mora com um companheiro e 72,2% têm filhos. A renda familiar de 77,2% é de dois a quatro salários mínimos brasileiros, e 10,1% têm uma renda que não chega a ultrapassar um salário mínimo.

Quanto às características profissionais, quase a totalidade dos professores participantes do estudo leciona na zona urbana do município (96,2%), a maioria pertence à rede estadual de ensino (59,5%). Eles atuam em 25 escolas públicas do município, sendo 12 estaduais e 13 municipais. A maior parte leciona há mais de 10 anos (57%) e 62,8% têm carga horária acima de 25 horas/aula semanais. Os níveis de atuação no ensino básico estão bem distribuídos entre a amostra e parte atua em mais de um nível. Sendo os percentuais de atuação na educação infantil de 34,2%, nos anos iniciais do ensino fundamental 38%, nos anos finais do ensino fundamental 32,9% e no ensino médio de 36,7%. Um percentual de 55,1% é regente de turma, o restante ministra uma ou mais disciplinas específicas como, por exemplo, matemática, língua inglesa e/ou literatura.

Com relação ao estado nutricional dos professores, conforme medidas de peso e altura autorreferidas, 43,1% se encontram com sobrepeso e 16,4% estão em algum grau de obesidade. Referente ao nível de atividade física, os dados autodeclarados indicam que um percentual de 64,5% atinge os níveis recomendados pela OMS. Quando questionados sobre sua percepção dos níveis de atividade física durante a pandemia da Covid 19, 67,1% afirmaram ter diminuído sua prática de atividade física neste período.

Tabela 1 - Nível de Atividade Física, IMC e Variação na Atividade Física na pandemia - professores das redes municipais e estaduais de ensino do município, 2021 (n=79)

Variável	Número Absoluto	Frequência (%)
IMC (kg/m³)		
Baixo Peso	01	1,3
Eutrófico	31	39,2
Sobrepeso	34	43,1
Obesidade Grau I	08	10,1
Obesidade Grau II	03	3,8
Obesidade Grau III	02	2,5
Nível de Atividade Física - IPAQ		
Sedentário	09	11,4
Irregularmente Ativo A	07	8,9
Irregularmente Ativo B	12	15,2
Ativo	32	40,4
Muito Ativo	19	24,1
Variação da Atividade Física na Pandemia		
Aumentou	14	17,7
Diminuiu	53	67,1
Não sofreu alteração significativa	12	15,2

Fonte: Dados do estudo

Dados relacionados à saúde indicam que uma porcentagem de 12% relatou possuir hipertensão, já com relação à diabetes, 05% declararam acometimento. Um percentual de 22,8% possui alguma enfermidade que necessita dieta alimentar, e 41,8% já se afastaram do trabalho por motivo de doença. Os sintomas mais frequentes entre os participantes são dor na coluna/lombalgia (45,6%), dor nas articulações (22,8%) seguidas de sintomas depressivos (15,2%).

Tabela 2 - características autorrelatadas relacionadas ao acometimento por doenças dos professores da rede pública (municipal e estadual) de ensino do município do estudo, 2021 (n=79)

Variável	Número Absoluto	Frequência (%)
Diabetes		
Não	75	94,9
Sim	04	5,1
Hipertensão		
Não	69	87,3
Sim	10	12,7
Faz dieta por alguma enfermidade?		
Não	61	77,2
Sim	18	22,8
Já se afastou do trabalho por doença?		
Não	46	58,2
Sim	33	41,8
Tem algum desses sintomas? ¹		
Dor na coluna (lombalgia)	36	45,6
Dor nas articulações	18	22,8
Depressão	12	15,2
Bursite	07	8,9
Tendinopatia	06	7,6
Outros	11	13,9
Nenhum	29	36,7

Fonte: Dados do estudo

¹ Uma pessoa pode responder mais de uma opção

Entre os 33 professores que já se afastaram do trabalho por motivo de doença, 48% informaram que as causas dos afastamentos foram doenças psiquiátricas, seguido de 18,2% com problemas osteomusculares e articulares e 12,1% por problemas otorrinolaringológicos.

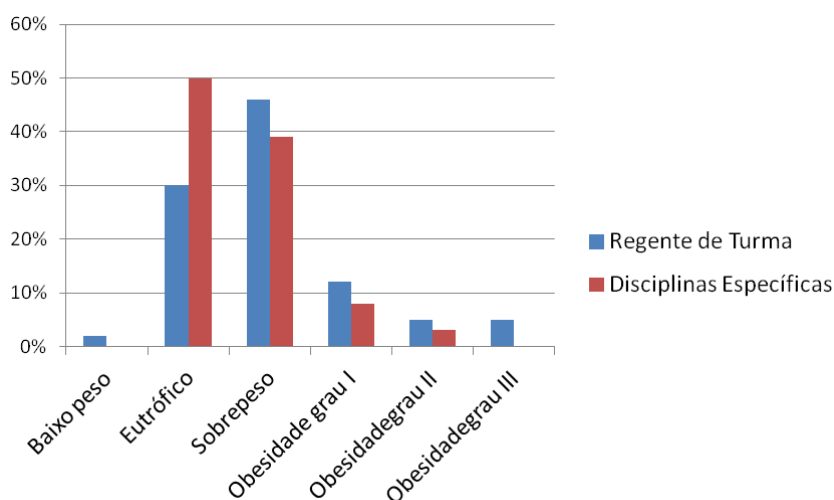
Tabela 3 - Doenças que motivaram afastamentos segundo professores participantes do estudo, 2021 (n=33)

Doenças que motivaram afastamento ^{1,2}	Frequência em %
Doenças Psiquiátricas	48,5
Problemas osteomusculares e articulares	18,2
Problemas Otorrinolaringológicos	12,1
Cirurgias	6,1
Covid 19	6,1
Doenças circulatórias	6,1
Doenças respiratórias	6,1
Problemas oculares	6,1
Alergia	3,0
Câncer	3,0
Doenças trombóticas	3,0
Problemas da tireóide	3,0
Problemas dentários	3,0

Fonte: Dados da Pesquisa

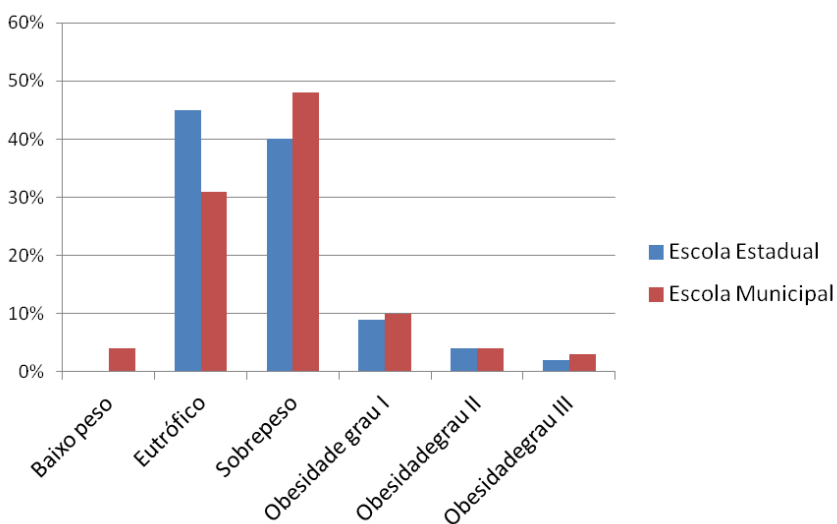
¹ Uma pessoa pode responder mais de uma opção. ² Entre os 33 que já se afastaram.

Os professores regentes de turma são aqueles que ministram diversos conteúdos para uma mesma turma, como por exemplo os da educação infantil e anos iniciais do ensino fundamental. Já os que ministram disciplinas específicas, são aqueles que ministram a mesma disciplina para várias turmas, como português, história e matemática para os anos finais do ensino fundamental e para o ensino médio. Ao comparar os dados, foi encontrada diferença no estado nutricional entre essas duas categorias, os regentes de turma somam um percentual de 46% com sobrepeso, sendo que 21% possuem algum grau de obesidade. Já os que ministram disciplinas específicas somam um total de 39% com sobrepeso, sendo que 11% apresentam algum grau de obesidade.

Gráfico 1 - Distribuição do Estado Nutricional por Atuação Profissional (N=78)

Fonte: Dados da Pesquisa

Também foram encontradas grandes diferenças numéricas no estado nutricional entre os professores que lecionam na rede estadual e na municipal de educação, sendo que 55% pertencentes à rede estadual estão acima do peso, já na rede municipal essa proporção aumenta para 65%.

Gráfico 2 - Distribuição do Estado Nutricional por Categorias de Ensino Municipal e Estadual

Fonte: Dados da Pesquisa

A maioria dos classificados como fisicamente ativos estão em estado nutricional de sobrepeso (47%). Apenas o grupo classificado como muito ativo fisicamente tem um percentual de eutróficos (57,9%) bastante superior ao o percentual de indivíduos com sobrepeso (26,3%).

A associação da idade com o excesso/obesidade também foi analisada demonstra que no presente estudo, os professores com idade < 39 anos foram mais propensos ao excesso de peso. Ao relacionar o estado nutricional com a raça, os que se autodeclararam brancos em sua maioria estão com sobrepeso (54,1%), já entre os autodeclarados pardos e pretos foi constatado um maior percentual de eutróficos, sendo 45,6% e 50% respectivamente. O grupo que mora com um companheiro tem maior percentual de sobrepeso/obesidade em comparação com o grupo que não mora, no qual o estado nutricional com maior proporção são os eutróficos (46,9%). Entre os que não têm filhos, o estado nutricional de sobrepeso foi predominante (50%). Já entre os que possuem filhos, a diferença numérica foi pequena entre os eutróficos e com sobrepeso, no entanto, ter filhos foi um fator de comparação com obesidade, pois 19,3% desse grupo possuem algum grau de obesidade já entre os que não têm filhos, a porcentagem de obesidade é de 9,1%. Entre as pessoas que têm hipertensão, 60% têm algum grau de obesidade, já entre os não hipertensos, esse percentual cai para 10,1%. Dos professores que têm diabetes, 50% estão em algum grau de obesidade, já entre os não diabéticos, esse percentual cai para 14,6%. Entre os que necessitam de dieta motivada por alguma enfermidade 72,2% estão acima do peso. Entre os que não necessitam de dieta, o percentual acima do peso é de 55,8%. Entre os que não se afastaram do trabalho por motivo de doença 45,6% estão acima do peso, já entre os que se afastaram, esse percentual sobe para 78,8%. O tempo de docência e a carga horária de aulas semanal não apresentaram grandes associações numéricas com o estado nutricional.

**Tabela 04 - Distribuição da frequência das variáveis em relação ao estado nutricional-
(N=79)**

(continua)

Variáveis	IMC (kg/m ²)					
	Baixo peso	Eutrófico	Sobrepeso	Obesidade Grau I	Obesidade Grau II	Obesidade III
	(número absoluto) %					
Faixa Etária (anos)						
Até 29	(00) 0,0	(02) 20,0	(06) 60,0	(02) 20,0	(00) 0,0	(00) 0,0
30 a 39	(00) 0,0	(09) 36,0	(13) 52,0	(01) 4,0	(02) 8,0	(00) 0,0
40 a 49	(00) 0,0	(14) 50,1	(09) 32,1	(03) 10,7	(00) 0,0	(02) 7,1
50 a 59	(01) 7,1	(05) 35,7	(05) 35,7	(02) 14,4	(01) 7,1	(00) 0,0
60 ou mais	(00) 0,0	(01) 50,0	(01) 50,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0
Sexo						
Feminino	(01) 1,4	(27) 38,6	(30) 42,8	(07) 10,0	(03) 4,3	(02) 2,9
Masculino	(00) 0,0	(03) 37,5	(04) 50,0	(01) 12,5	(00) 0,0	(00) 0,0

**Tabela 04 - Distribuição da frequência das variáveis em relação ao estado nutricional-
(N=79)**

(continua)

Variáveis	IMC (kg/m ²)					
	Baixo peso	Eutrófico	Sobrepeso	Obesidade I	Obesidade II	Obesidade III
	(número absoluto) %					
IPAQ						
Sedentário	(00) 0,0	(03) 33,3	(05) 55,6	(01) 11,1	(00) 0,0	(00) 0,0
Irr. Ativo A	(00) 0,0	(03) 42,9	(03) 42,9	(00) 0,0	(01)14,2	(00) 0,0
Irr. Ativo B	(00) 0,0	(04) 33,3	(06) 50,1	(01) 8,3	(01) 8,3	(00) 0,0
Ativo	(01) 3,1	(10) 31,2	(15) 47,0	(04) 12,5	(01) 3,1	(01) 3,1
Muito Ativo	(00) 0,0	(11) 57,9	(05) 26,3	(02) 10,5	(00) 0,0	(01) 5,3
Raça						
Amarelo	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 100,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0
Branco	(01) 4,2	(03) 25,0	(13) 54,1	(04) 16,7	(00) 0,0	(00) 0,0
Pardo	(00) 0,0	(20) 45,6	(18) 40,9	(02) 4,5	(02)4,5	(02)4,5
Preto	(00) 0,0	(05) 50,0	(02) 20,0	(02) 20,0	(01) 10,0	(00) 0,0
Mora com companheiro?						
Não	(01) 3,1	(15) 46,9	(11) 34,4	(03) 9,4	(01) 3,1	(01) 3,1
Sim	(00) 0,0	(16) 34,0	(23) 49,0	(05) 10,6	(02) 4,3	(03)2,1
Tem filhos?						
Não	(00) 0,0	(09) 40,9	(11) 50,0	(02) 9,1	(00) 0,0	(00) 0,0
Sim	(01) 1,8	(22) 38,6	(23) 40,3	(06) 10,5	(03) 5,3	(02) 3,5
Diabetes						
Não	(01) 1,3	(30) 40,0	(33) 44,1	(07) 9,3	(03) 4,0	(01)1,3
Sim	(00) 0,0	(01) 25,0	(01) 25,0	(01) 25,0	(00) 0,0	(01) 25,0
Hipertensão						
Não	(01) 1,4	(29) 42,0	(32) 46,5	(05) 7,2	(02) 2,9	(00) 0,0
Sim	(00) 0,0	(02) 20,0	(02) 20,0	(03) 30,0	(02) 10,0	(03)20,0
Necessita fazer dieta por alguma enfermidade?						
Não	(01) 1,6	(26) 42,6	(26) 42,6	(06) 9,9	(02)3,3	(00) 0,0
Sim	(00) 0,0	(05) 27,8	(08) 44,4	(02) 11,1	(01) 5,6	(02) 11,1
Já se afastou do trabalho por motivo de doença?						
Não	(01) 2,2	(24) 52,2	(16) 34,8	(02) 4,3	(02) 4,3	(01)2,2
Sim	(00) 0,0	(07) 21,2	(18) 54,6	(06) 18,2	(01)3,0	(01)3,0
Tempo de docência (anos)						
Menos de 2	(00) 0,0	(02) 33,3	(03) 50,0	(01) 16,7	(00) 0,0	(00) 0,0
De 2 a 5	(00) 0,0	(05) 45,4	(03)27,3	(01) 9,1	(01) 9,1	(01) 9,1
De 6 a 10	(00) 0,0	(06) 35,3	(09) 52,9	(00) 0,0	(02) 11,8	(00) 0,0
Mais de 10	(01) 2,2	(18) 40,0	(19) 42,3	(06) 13,3	(00) 0,0	(01) 2,2
Renda familiar (salários mínimos)						
Até 1	(00) 0,0	(04) 50,0	(04) 50,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0
De 2 a 3	(00) 0,0	(13) 38,2	(15) 44,2	(02) 5,9	(03)8,8	(01)2,9
4	(00) 0,0	(11) 40,8	(10) 37,0	(05) 18,5	(00) 0,0	(01) 3,7
De 5 a 10	(01)10,0	(03) 30,0	(05) 50,0	(01) 10,0	(00) 0,0	(00) 0,0

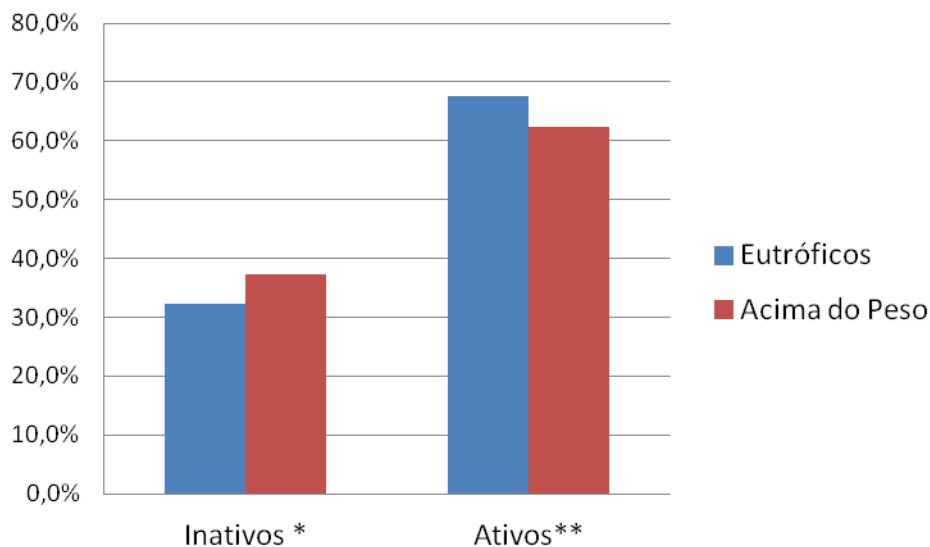
**Tabela 04 - Distribuição da frequência das variáveis em relação ao estado nutricional-
(N=79)**

(conclusão)

Variáveis	IMC (kg/m ²)					
	Baixo peso	Eutrófico	Sobrepeso	Obesidade I	Obesidade II	Obesidade III
	(número absoluto) %					
Carga horária semanal (horas aula)						
Até 08	(00) 0,0	(04) 40,0	(05) 50,0	(01) 10,0	(00) 0,0	(00) 0,0
De 09 a 16	(00) 0,0	(04) 50,0	(04) 50,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0
De 17 a 24	(00) 0,0	(05) 45,5	(05) 45,5	(01) 9,0	(00) 0,0	(00) 0,0
De 25 a 32	(01) 4,0	(07) 28,0	(10) 40,0	(04) 16,0	(03) 12,0	(00) 0,0
Acima de 32	(00) 0,0	(11) 45,9	(09) 37,5	(02) 8,3	(00) 0,0	(02) 8,3
Percepção do nível de atividade física na pandemia:						
Aumentou	(00) 0,0	(06) 42,9	(06) 42,9	(02) 14,2	(00) 0,0	(00) 0,0
Diminuiu	(01) 1,9	(19) 35,8	(23) 43,4	(05) 9,4	(03) 5,7	(02) 3,8
Inalterado	(00) 0,0	(06) 50,0	(05) 41,7	(01) 8,3	(00) 0,0	(00) 0,0

Fonte: Dados da Pesquisa

Nas associações com o nível de atividade física, não foram encontradas grandes diferenças entre os professores regentes de turma e os de disciplinas específicas e nem entre os da rede estadual e da rede municipal de ensino. A faixa etária com maior percentual de insuficientemente ativos foi até 29 anos (60%), já a faixa etária de 40 a 49 anos apresentou o maior percentual de ativos fisicamente (78,6%). Em comparação com estado nutricional, o maior percentual de muito ativos fisicamente foi encontrado entre os eutróficos (35,4%). Já o maior percentual de ativos está entre os indivíduos com obesidade grau I, categoria que também possui a menor proporção de inatividade física (25%). Quando comparados os dados entre os indivíduos que atingem os níveis de atividade física recomendados, e os que não atingem, não foram encontradas grandes diferenças no percentual entre os eutróficos e entre os que estão acima do peso.

Gráfico 3 - Percentual de indivíduos ativos e inativos conforme estado nutricional

Fonte: Dados da Pesquisa

* Agrupamento das categorias sedentário e irregularmente ativo A e B

**Agrupamento das categorias ativo e muito ativo

Proporcionalmente, entre os indivíduos que se autodeclararam pretos, 80% são fisicamente ativos ou muito ativos, já entre os que se autodeclararam brancos esse percentual é de 58,4%. Professores com renda familiar de 5 a 10 salários mínimos apresentaram uma maior porcentagem de indivíduos ativos ou muito ativos (80%) quando comparados aos que têm renda inferior. A diferença numérica foi pequena entre a inatividade física dos professores que moram com um companheiro se comparado aos que não moram. O fato de ter filhos também não revelou grande diferença numérica no nível de atividade física dessa amostra.

Entre os professores que declararam ter diabetes, 100% são ativos fisicamente e entre os que não têm, esse percentual cai para 62,7%. Já entre os que declararam ter hipertensão 90% são fisicamente ativos, entre os que declararam não ter o percentual é de 60,8%. Entre os que necessitam fazer dieta por alguma enfermidade, 77,8% cumprem as recomendações de atividade física, já entre os que não necessitam de dieta, o percentual que cumpre é de 60,7%.

O nível de atividade física entre os que alegaram já ter se afastado do trabalho por motivo de doença e os que não se afastaram foi numericamente pequeno. Com relação ao tempo de docência, os professores com menos de 02 anos de trabalho e os com mais de 10 anos parecem ser mais ativos. Os que alegaram diminuição na atividade física habitual no período da pandemia da COVID 19 apresentaram um maior índice de inatividade física

(45,3%) do que aqueles que alegaram que sua atividade física aumentou (14,2%) ou permaneceu da mesma forma (16,7%).

Tabela 05 - Distribuição da frequência das variáveis em relação ao Nível de Atividade Física- (N=79)

Variáveis	IPAQ				
	Sedentário	Irregularmente Ativo A	Irregularmente Ativo B	Ativo	Muito Ativo
	(número absoluto) %				
Faixa Etária (anos)					
Até 29	(04) 40,0 ¹	(01)10,0	(01)10,0	(03)30,0	(01)10,0
30 a 39	(01) 4,0	(05) 20,0	(04) 16,0	(12) 48,0	(03) 12,0
40 a 49	(04) 14,3	(00) 0,0	(02) 7,1	(09) 32,1	(13) 46,5
50 a 59	(00) 0,0	(01) 7,1	(04) 28,6	(07) 50,0	(02) 14,3
60 ou mais	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 50,0	(01) 50,0	(00) 0,0
Sexo					
Feminino	(08) 11,4	(07)10,0	(10) 14,3	(28) 40,0	(14) 24,3
Masculino	(01) 12,5	(00) 0,0	(02) 25,0	(03) 37,5	(02) 25,0
IMC (kg/m²)					
Baixo Peso	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 100,0	(00) 0,0
Eutrófico	(03) 9,7	(03) 9,7	(04) 12,9	(10) 32,3	(11) 35,4
Sobrepeso	(05) 14,7	(03) 8,8	(06) 17,6	(15) 44,1	(05)14,7
Obesidade Grau I	(01) 12,5	(00) 0,0	(01) 12,5	(04) 50,0	(02) 25,0
Obesidade Grau II	(00) 0,0	(01) 33,3	(01) 33,3	(01) 33,4	(00) 0,0
Obesidade Grau III	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 50,0	(01) 50,0
Raça					
Amarelo	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 100,0	(00) 0,0
Branco	(03)12,5	(02) 8,3	(05) 20,8	(10) 41,7	(04) 16,7
Pardo	(05) 11,4	(05) 11,4	(06)13,6	(18) 40,9	(10) 22,7
Preto	(01) 10,0	(00) 0,0	(01)10,0	(03) 30,0	(05) 50,0
Mora com companheiro?					
Não	(04) 12,5	(03) 9,4	(05)15,7	(10) 31,2	(10) 31,2
Sim	(05) 10,6	(04) 8,5	(07) 14,9	(22) 46,9	(09) 19,1
Tem filhos?					
Não	(03) 13,6	(02)9,1	(04) 18,2	(08) 36,4	(05) 22,7
Sim	(06) 10,5	(05) 8,8	(08) 14,0	(24) 42,1	(14) 24,6
Diabetes					
Não	(09) 12,0	(07) 9,3	(12) 16,0	(30) 40,0	(17) 22,7
Sim	(00) 0,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(02) 50,0	(02) 50,0
Hipertensão					
Não	(09) 13,0	(07) 10,1	(11) 15,9	(25) 36,2	(17) 24,6
Sim	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 10,0	(07) 70,0	(02) 20,0
Faz dieta por alguma enfermidade?					
Não	(07) 13,1	(06) 9,8	(10) 16,4	(23) 37,7	(14) 23,0
Sim	(01) 5,6	(01) 5,6	(02) 11,1	(09) 50,0	(05) 27,8
Já se afastou do trabalho por doença?					
Não	(04) 8,7	(05) 10,9	(08) 17,4	(18) 39,1	(11) 23,9
Sim	(05) 15,2	(02) 6,1	(04) 12,1	(14) 42,4	(08) 24,2
Tempo de docência (anos)					
Menos de 2	(00) 0,0	(00) 0,0	(01) 16,7	(03) 50,0	(02) 33,3
De 2 a 5	(03) 27,3	(01) 9,1	(01) 9,1	(02) 18,2	(04) 36,3
De 6 a 10	(02) 11,8	(04) 23,5	(02) 11,8	(06) 35,3	(03) 17,6
Mais de 10	(04) 8,9	(02) 4,4	(08) 17,8	(21) 46,7	(10) 22,2

Tabela 05 - Distribuição da frequência das variáveis em relação ao Nível de Atividade Física- (N=79)

(conclusão)

Variáveis	IPAQ				
	Sedentário	Irregularmente Ativo A	Irregularmente Ativo B	Ativo	Muito Ativo
	(número absoluto) %				
Renda familiar (salários mínimos – s.m.)					
Até 1	(00) 0,0	(02)25,0	(01) 12,5	(03) 37,5	(02) 25,0
De 2 a 3	(05) 14,7	(03) 8,8	(05) 14,7	(13) 38,3	(08) 23,5
4	(02) 7,4	(02) 7,4	(06) 22,2	(10) 37,1	(07) 25,9
De 5 a 10	(02) 20,0	(00) 0,0	(00) 0,0	(06) 60,0	(02) 20,0
Carga horária semanal (horas aula)					
Até 08	(02) 20,0	(02) 20,0	(01) 10,0	(02)20,0	(03) 30,0
De 09 a 16	(01) 12,5	(01) 12,5	(01) 12,5	(02) 25,0	(03) 37,5
De 17 a 24	(02) 18,2	(00) 0,0	(03) 27,3	(04) 36,3	(02) 18,2
De 25 a 32	(01) 4,0	(02) 8,0	(04) 16,0	(11) 44,0	(07) 28,0
Acima de 32	(03) 12,5	(02) 8,3	(03) 12,5	(12) 50,0	(04) 16,7
Sua atividade física na pandemia					
Aumentou	(01) 7,1	(00) 0,0	(01) 7,1	(05) 35,7	(07) 50,1
Diminuiu	(06) 11,3	(07) 13,2	(11) 20,8	(21) 39,6	(08) 15,1
Inalterado	(02) 16,7	(00) 0,0	(00) 0,0	(06) 50,0	(04) 33,3

Fonte: Dados do estudo

3.4 Discussão

O presente estudo apresenta uma descrição da prática de atividade física habitual e fatores relacionados, dos professores da educação básica de uma cidade do interior do estado de MG com uma amostra não probabilística.

Quase 65% dos participantes são fisicamente ativos, cumprindo as recomendações mínimas da OMS com relação à duração de 150 minutos de atividade física por semana e uma frequência de cinco dias semanais. Esse percentual é semelhante ao encontrado por Santos, e Marques (2013) em uma amostra de 414 professores no Rio Grande do Sul, utilizando o mesmo instrumento. Percentuais menores de professores fisicamente ativos foram encontrados nos estudos de Silva *et al.* (2019) (49,4%) em Montes Claros/MG com uma amostra de 689 professores e Brito *et al.* (2012) (56,7%) na cidade de São Paulo/SP com uma amostra de 1681 professores, ambos os estudos também coletaram dados através do IPAQ versão curta. O percentual de professores fisicamente ativos encontrado neste estudo está acima da média para a população adulta brasileira, que é de cerca de 50% (GUTHOLD *et al.*, 2018; HALLAL, *et al.*, 2003).

Uma das especificidades da cidade de residência da amostra que pode explicar um maior nível de atividade física suficiente entre os participantes e a extensão geográfica da zona urbana, por ser uma cidade pequena, com um número bastante limitado de linhas e horários de transporte público, existe uma boa possibilidade de deslocamento por caminhada entre os moradores. É comum que as pessoas se desloquem para o trabalho caminhando, por exemplo. Biernat e Gajewski (2012), em uma amostra de 1089 professores escolares da Varsóvia, relataram que um percentual 23,5% não alcançou os níveis recomendados de atividade física, a análise também mostrou que a forma mais comum de atividade física do professor é caminhar.

A distribuição da amostra do presente estudo pela variável sexo demonstra assenso com a tendência de maioria do sexo feminino entre os professores da educação básica brasileira (80%) (INEP, 2020) e reforça os dados de caracterização da amostra por sexo, evidenciados em outros estudos sobre atividade física de professores da educação básica (SILVA *et al.*, 2019; DIAS *et al.*, 2017; BRITO *et al.*, 2012; DELFINO *et al.*, 2020; JUNIOR *et al.*, 2017). Não foram encontradas grandes diferenças do nível de atividade física entre homens e mulheres na amostra do presente estudo, corroborando com os resultados de Silva *et al.* (2019), que analisaram fatores associados à prática de atividade física em professores da educação básica com uma amostra de 689 professores. Hallal *et al.* (2003), em inquérito sobre a prevalência de inatividade física em adultos brasileiros, não encontrou diferenças significativas entre os índices de atividade física geral de homens e mulheres. O IPAQ engloba as tarefas do âmbito doméstico, mais comumente realizadas pelas mulheres, no entanto na versão curta não é possível separar os índices por âmbito doméstico, deslocamento, trabalho e lazer, o que não permite investigar se há diferença entre homens e mulheres em cada um desses domínios, a baixa participação de homens no estudo, também pode ter influência sobre esse resultado.

Em análise do estado nutricional, quase 60% da amostra deste estudo está acima do peso, conforme medidas de massa corporal e altura fornecidas pelos próprios participantes. Esse percentual é equivalente ao encontrado por Häfele *et al.* (2014), em estudo descritivo realizado na cidade de Morro Redondo/RS com uma amostra de 73 professores, e superior aos encontrados entre a população de professores da educação básica por Silva *et al.* (2019) (53,1%), Dias *et al.* (2017) (52%) e SANTOS *et al.* (2013) (46,7%).

A faixa etária com o maior percentual de insuficientemente ativos foi até 29 anos, essa foi também a faixa etária que apresentou maior índice de excesso de peso. Os professores com idade < 39 anos foram mais propensos ao excesso de peso, assim como indivíduos

autodeclarados brancos. Esses dados foram conflitantes com o estudo de Rocha *et al.*(2015), que encontraram uma maior prevalência de excesso de peso nos professores do município de Jequié-BA, com idade > 39 anos e um percentual de excesso de peso maior entre os indivíduos pardos da amostra.

Oliveira *et al.* (2015), encontraram associação entre IMC elevado e hipertensão em professores da educação básica, em estudo transversal, a prevalência de hipertensão arterial foi de 20%, percentual superior ao encontrado neste estudo (12,7%), no entanto a variável no presente estudo, foi identificada por autodeclaração, e no estudo citado foi realizada a medida direta, considerando que algumas pessoas podem não ter conhecimento do acometimento pela hipertensão, essa pode ser uma influência nos resultados. Os autores enfatizaram a necessidade de implantação de medidas de prevenção e controle dos fatores de risco que se associaram à hipertensão.

No presente estudo, o excesso de peso foi um fator que preponderou em indivíduos que declararam acometimento por hipertensão e por diabetes e também nos que necessitam fazer dieta por alguma enfermidade. Esses três grupos, também tiveram uma maior proporção de fisicamente ativos. Uma possível explicação para esse fato podem ser recomendações médicas para prática de atividade física, uma vez que os indivíduos têm conhecimento da doença crônica e provavelmente realizam tratamento. Em estudo transversal de base populacional com cerca de 970 indivíduos da cidade de Pelotas, Knuth *et al.* (2009), encontraram maior conhecimento sobre os benefícios do exercício físico no tratamento da hipertensão e do diabetes nos indivíduos com alto IMC. No mesmo estudo, também relataram que as mulheres apresentaram maior conhecimento sobre o papel do exercício na prevenção e tratamento do diabetes e no tratamento da hipertensão. Fato esse que pode ter influência nos resultados do presente estudo, uma vez que a amostra foi composta por uma maior parcela feminina.

Dos professores que alegaram já terem se afastado do trabalho por motivo de doença, a maioria teve como causa doenças psiquiátricas, seguido de com problemas osteomusculares e articulares. Os sintomas mais frequentes entre os participantes são dor na coluna/lombalgia, seguido de dor nas articulações e de sintomas depressivos. Silva *et al.* (2015), afirmam que a relação do trabalho com a vida cotidiana do professor tem reflexo direto no bem estar de sua saúde. Eles relatam que a insatisfação no trabalho docente, pode interferir em seu bem estar na profissão, sendo fator determinante para algumas patologias, principalmente de cunho emocional. Em seu estudo de caso descritivo, os autores apontaram problemas destacados pelos professores com relação às condições laborais a que são submetidos, destacando as

condições salariais, desinteresse dos alunos e ausência da família na escola. E ainda destacaram outros problemas recorrentes nas escolas do Brasil, como indisciplina dos alunos, falta de materiais didáticos e condições estruturais e ambientais da escola.

Em estudo descritivo-transversal com 349 professores de Educação Básica da rede pública de Florianópolis, Pereira *et al.* (2014), destacaram que ambientes ruidosos, grande carga horária, grande número de alunos, entre outros aspectos, estão diretamente relacionados às disfonias e à baixa qualidade de vida dos educadores. Eles quantificaram a percepção negativa dos professores para esgotamento físico e mental (52,8%), problemas físicos como dores no corpo (52,5%) e a influência negativa do trabalho na saúde/qualidade de vida (40,2%). Costa e Silva (2019), encontraram um percentual de aproximadamente 50,0% dos docentes participantes de seu estudo que revelaram sintomatologia que indica adoecimento mental. Eles concluíram que as doenças mentais, sobretudo quadros de ansiedade e de depressão, têm sido um dos maiores responsáveis pelo afastamento de professores por causa dos problemas de saúde, fato que corrobora com os resultados do presente estudo.

Em revisão de literatura, Marques *et al.* (2018) verificaram relação do trabalho docente associado ao estilo de vida inadequado com o desenvolvimento de distúrbios osteomusculares. Segundo os autores, a categoria apresenta disfunções ligadas ao sedentarismo e a falta de tempo para o lazer, levando em conta o excesso de trabalho. Eles constataram a ocorrência de sintomas musculoesqueléticos com predomínio em região lombar, e um acometimento maior nas mulheres. Em estudo transversal, envolvendo 157 professores efetivos da rede pública de ensino, Carvalho, (2018) concluíram que os sintomas osteomusculares representam um significativo problema para este grupo e que qualidade de vida apresentou-se particularmente comprometida nas dimensões dor, vitalidade e aspectos emocionais. Revelaram ainda as atividades ocupacionais consideradas mais fatigantes em relação ao sistema osteomuscular no grupo avaliado: atividades que demandam inclinação do tronco, postura estática, carregar pesos e manter um dos membros superiores elevados. Rottermund *et al.* (2015) ,em estudo com 998 professores no Sul da Polônia, também encontraram resultados que confirmam que os professores escolares representam um grupo ocupacional no qual a prevalência de distúrbios musculoesqueléticos, em diferentes locais do corpo é alta. Seus dados apontaram para o fato de que a dor nas costas representa uma preocupação séria entre os professores. Eles não encontraram associação com o IMC elevado, porém concluíram que a limitação da atividade física leva a dores nas costas mais frequentes.

Não foram encontradas associações na comparação do nível de atividade física dos professores da amostra com as variáveis profissionais, o que refuta a hipótese inicial do

presente estudo, de que as características laborais do trabalho docente poderiam influenciar no nível de atividade física da amostra. Entre o grupo de professores que são regentes de turma, a maioria trabalha em escolas municipais e lecionam na educação infantil e anos iniciais do ensino fundamental, esse grupo apresentou maior percentual de excesso de peso do que o grupo que ministra disciplinas específicas, neste, a maioria trabalha em escolas estaduais, e lecionam nos anos finais do ensino fundamental e no ensino médio. Com relação ao estado nutricional, essas características parecem ter certa influência, já que entre os professores municipais, que são em maioria regentes de turma, o percentual de indivíduos acima do peso é maior do que dos professores estaduais, que em sua maioria ministram disciplinas específicas. Não foram encontrados estudos que comparem essas variáveis com relação à atividade física e ao estado nutricional de professores da educação básica.

Conforme demonstrado, a população de professores da educação básica do presente estudo apresentou um nível de atividade física maior que a média para os adultos brasileiros, no entanto apresentou um percentual de excesso de peso maior que a média nacional (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Ao analisar os resultados, é importante levar em consideração que todos os dados foram autorreferidos, neste aspecto, conforme concluíram Júnior *et al.* (2017), existe uma tendência do IPAQ em superestimar o nível de atividade física da população estudada. No entanto Hallal *et al* (2003) afirmam que quaisquer limitações do IPAQ versão curta são mais propensas a comprometer o valor absoluto de prevalência, em vez das associações com outros variáveis. Ao observar o percentual elevado de excesso de peso, também é necessário ponderar quanto ao momento em que o estudo foi realizado, em meio a uma pandemia mundial que ocasionou isolamento social, Marçal e Rabelo (2021), em revisão integrativa, sugerem que condições decorrentes da pandemia e da necessidade de distanciamento social, como os impactos econômicos, sociais e na saúde, podem favorecer o padrão que predispõem o ganho de peso corporal. Costa *et al* (2021), destacaram o predomínio do ganho de peso sobre a perda de peso durante a pandemia da covid-19.

Mesmo que as descrições realizadas neste estudo não apontem níveis gerais de atividade física menores do que os estimados para a população brasileira, é importante assumir que grande parcela dos professores ainda se demonstrou com níveis insuficientes de atividade física habitual (35,5%). O fato das pessoas que possuem doenças como diabetes, hipertensão e obesidade serem mais ativas fisicamente, chama atenção para as estratégias de tratamento com inclusão do exercício físico, o que é um fator positivo para o aspecto

multifatorial da saúde em seu conceito amplo e revela certo grau de conhecimento da população estudada com relação aos benefícios da prática de atividade física para as DCNT.

Os resultados aqui apresentados, não são passíveis de inferência para toda a população de professores da educação básica do município devido às limitações da amostra não probabilística por conveniência. Por esse motivo, pretendeu-se aqui trazer somente uma descrição da amostra estudada. Como em todo estudo transversal não há determinação de causalidade.

3.5 Conclusão

Fatores preocupantes, já evidenciados em diversos estudos com os professores da educação básica, são os distúrbios psiquiátricos, mais comuns na forma de ansiedade e depressão, e os distúrbios osteomusculares e articulares como agravos que provocam dores na coluna e nas articulações, que afetam a população estudada. Com base nos dados e nos estudos aqui discutidos, pode-se admitir que as especificidades do trabalho docente, no que tange a rotina e ao ambiente de trabalho podem influenciar de alguma forma de um viés negativo para o estado de saúde geral dos professores. Trazendo como consequência a baixa qualidade de vida, distúrbios psiquiátricos, excesso de peso e complicações osteomusculares e articulares.

Observa-se, contudo, a necessidade de mais estudos que verifiquem as especificidades laborais dos professores da educação básica no que tange a atividade física e fatores associados. Neste estudo, foram encontrados dados descritivos que sugerem que os professores regentes de turma e da rede municipal de ensino têm maior proporção de excesso de peso do que os professores de disciplinas específicas e da rede estadual de ensino, no entanto os dados não permitem uma análise que motive tal descoberta. É importante também, a concepção de estudos que busquem a motivação dos professores com relação à prática de atividade física, que investiguem a influência geográfica e outros fatores das localidades, e também seus aspectos nutricionais e possíveis motivações para o excesso de peso.

REFERÊNCIAS

- ASSUNÇÃO, A.A; OLIVEIRA, D.A. Intensificação do trabalho e saúde dos professores. **Educ. Soc.**, v. 30, n.107, p. 349-372,2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-73302009000200003>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
- BATISTA, J.B.V. **Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental: um problema de saúde pública não percebido**. 2010. 192 f. Tese (Saúde pública) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Recife, 2010. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/10509>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
- BIERNAT, E; POZNAŃSKA, A; GAJEWSKI, AK. Determinants of health oriented physical activity among Warsaw teachers. **Przegląd epidemiologiczny**, v. 66, n.1, p.119-126, 2012. Disponível em:<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22708310/>> Acesso em 10 de nov.2021.
- BOTREL, T.E.A; COSTA, R.D; COSTA, M.D; COSTA, A.M.D. Doenças cardiovasculares: causas e prevenção . **Revista Brasileira de Clínica e Terapêutica**, v. 26, n. 3, p. 87-90, Brasil, 2000. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-303754>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
- BRITO, W.F; SANTOS, C.L; MARCOLONGO, A.A, *et al.* Nível de atividade física em professores da rede estadual de ensino. **Revista de Saúde Pública**. v. 46, n. 1, p. 104-109, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102012000100013>>.Acesso em: 10 nov. 2021.
- BRITO, W.F; SANTOS, C.L; MARCOLONGO, A.A, *et al.* Nível de atividade física em professores da rede estadual de ensino. **Revista de Saúde Pública**. v. 46, n. 1, p. 104-109, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102012000100013>>.Acesso em: 10 nov. 2021.
- CARVALHO, A. J. F. P. Qualidade de vida e sintomas osteomusculares relacionados ao trabalho em professores do ensino fundamental. **Fisioterapia Brasil**, v.7, n. 4, p. 279-284, 2018. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/1916>. 09 de nov. 2021.
- CASADO, L; VIANNA, L.M; THULER, L.C.S. Fatores de Risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil: uma Revisão Sistemática. **Rev. Bras. Cancerol**, v.55, n.4, p. 379-88, Brasil, 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2009v55n4.1594>>. Acesso em: 22 jun. 2020.
- CASPERSEN, C.J; POWELL, K.E; CHRISTENSON, G.M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health**. v. 100, n. 2, p.126-131, 1985. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3920711/>> Acesso em: 31 de mai 2021.
- COSTA, R. Q; SILVA, N. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. **Pro-Posições**, v. 30, 2019. Disponível em<

<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8656506>> Acesso em: 09 de nov. 2021.

DELFINO, L.D; TEBAR, W.L; GIL, F.C. Association of sedentary behaviour patterns with dietary and lifestyle habits among public school teachers: a cross-sectional study. **Bmj Open**. London: **Bmj Publishing Group**, v. 10, n. 1, p.9, 2020. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/196674>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

DIAS, D.F, LOCH, M.R, GONZÁLEZ, A.D, *et al.* Insuficiente atividade física no tempo livre e fatores ocupacionais em professores de escolas públicas brasileiras. **Rev Saude Publica**, p.51-68, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051006217>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

DIEHL, L; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**,v.7, n. 2, p. 64-85, Londrina, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005> . Acesso em: 11 nov. 2020.

FLORINDO, A.A; ROMERO, A; PERES, *et al.*..Desenvolvimento e validação de um questionário de avaliação da atividade física para adolescentes. **Rev. Saúde Pública** v.40, n. 5, p. 802-809, 2006. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102006005000002>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

FREITAS, R.W.J.F; SILVA, A.R.V; ARAÚJO, M.F.M, *et al.* Prática de atividade física por adolescentes de Fortaleza, CE, Brasil. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 63, n. 3, p. 410-415, 2010. Disponível em:< <https://doi.org/10.1590/S0034-71672010000300010>>. Acesso em: 11 nov. 2020

GUEDES, D.P; GUEDES, J.E.R.P. **Manual prático para avaliação em educação física**. 1. ed. São Paulo, Manole, 2006.

GUTHOLD, R; STEVENS, G.A; RILEY, L. M; BULL, F.C. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: A pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. **Lancet Glob. Health**, v.6, ed.10, p. 1077–1086, 2018. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2214109X18303577>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

HÄFELE, V; SILVA, M. Nível de atividade física de professores da cidade de Morro Redondo/RS. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 19, n. 4, p. 475-475, 2014. Disponível em< <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/3847>>. Acesso em: 13 out. 2021.

HALLAL, P.C; DUMITH S.C; BASTOS, J.P, *et al.* Evolução da pesquisa epidemiológica em atividade física no Brasil: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública** [online], v. 41, n. 3 p. 453-460, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102007000300018>>. Acesso em: 31 de mai 2021.

HALLAL, P.C; VICTORA, C.G; WELLS, J.C.K; LIMA, R.D.C. Physical Inactivity: Prevalence and Associated Variables in Brazilian Adults. **Medicina e ciência nos esportes e**

exercício, v.35, n. 11, p. 1894-1900, 2003. Disponível em:
<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14600556/>> Acesso em: 13 out. 2021.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Panorama, Brasil/Minas Gerais/Diamantina on-line. Disponível em
<<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/diamantina/panorama>>. Acesso em: 13 out. 2021.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. Sinopse Estatística da Educação Básica 2020. Brasília: **Inep**, 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/inep/pt-br/aceso-a-informacao/dados-abertos/sinopses-estatisticas/educacao-basica>>. Acesso em: 12 nov. 2021.

JEVAUX, G. D; TAETS, G. G. C.C. Impacto da pandemia de COVID-19 na obesidade de adultos. **Saúde Coletiva** (Barueri), v. 11, n. COVID, p. 7095-7104, 2021. Disponível em <<http://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/1762>> Acesso em: 10 de Nov. 2021.

JÚNIOR, R. J. M; TAVARES, D. D. F; GOMES, Á. K. V, *et al.* Nível de atividade física em professores do ensino básico avaliados por dois instrumentos. **Journal of Physical Education**, v. 28, n.1, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2833>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

KNUTH, A. G; BIELEMANN, R. M; SILVA, S. G. D, *et al.* Conhecimento de adultos sobre o papel da atividade física na prevenção e tratamento de diabetes e hipertensão: estudo de base populacional no Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.25, n. 3, p. 513-520, 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2009000300006>> Acesso em: Acesso em 11 de nov. 2021.

KNUTH, A.G; HALLAL P.C. Temporal trends in physical activity: a systematic review. **J Phys Act Health**, v.6, n.5, p. 548–559, 2009. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19953831/>. Acesso em: 11 nov. 2020.

LIRA, B.A; SOUZA, P; GOMES, D.J.O, *et al.* Inatividade física e fatores de risco para doenças crônicas em professores universitários. **ComScientiae Saúde**, v. 17, n.4, p. 454-462, 2018. Disponível em <<https://periodicos.uninove.br/saude/article/view/8748>> Acesso em: 31 de mai 2021.

MALTA, D.C; CEZÁRIO, A. C; MOURA, L. D, *et al.* A construção da vigilância e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis no contexto do Sistema Único de Saúde. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v.15, n.3, Brasília, 2006. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5123/S1679-49742006000300006>>. Acesso em: 18 jun. 2020.

MARÇAL, T. A; RABELO, D. M. R. Reflexos da pandemia de COVID-19 e do distanciamento social sobre o peso corpóreo da população. **Brazilian Journal of Health Review**, v.4, n.3, p. 11666-11679, 2021. Disponível em <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/30414>> Acesso em: 12 de nov. 2021.

MARQUES, A. D.C; NASCIMENTO, L. L; LIMA, P. C, *et al.* Análise dos distúrbios musculoesqueléticos em professores: revisão de literatura. **Saúde & Ciência em ação**, v. 4, n. 1, p. 12-20, 2018. Disponível em <<https://revistas.unifan.edu.br/index.php/RevistaICS/article/view/389>> 09 de nov. 2021.

MATSUDO, S.M; MATSUDO, V.K.R; NETO, T.L.B. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V. 7, n.1, p. 2-13, 2001. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1517-86922001000100002>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

MATSUDO, S; ARAÚJO, T; MATSUDO, V, *et al.* Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Rev bras ativ fís saúde**, v. 6, n. 2, p. 5–18, 2001. Disponível em: <<https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/931>>. Acesso em: 13 out. 2021.

MIELKE, G. I.; HALLAL, P. C; RODRIGUES; G. B. A, *et al.* Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.24, n. 2, p. 277-286, 2015. Disponível em <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-751919>>. Acesso em: 13 nov. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde. Série G. **Estatística e Informação em Saúde**. Ed. 1, p.22, Brasília, 2011. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes_coleta_analise_dados_antropometricos.pdf> Acesso em 10 jun. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. **Ministério da Saúde**, Brasil, 2011. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf>. Acesso em: 22 jun. 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Vigitel Brasil 2019: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2019. **MS**, Brasília, 2020a. Disponível em: <https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/27/vigitel-brasil-2019-vigilancia-fatores-risco.pdf>. Acesso em: 28 maio 2021.

NAHAS, M.V. Atividade Física, Aptidão Física e Saúde: Mudanças no Modus Vivendi do Ser Humano. In: **NAHAS, M.V.** Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. cap. 2. p. 38. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017. Disponível em: <https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IIduWnhVZnP7.pdf> Acesso em 18 de mar. 2021.

OLIVEIRA, R. A. R. D; MOTA, R. J; TAVARES, D. D. F, *et al.* Fatores associados à pressão arterial elevada em professores da educação básica. **Revista da Educação Física/UEM**, v.26, n. 1, p.19-129, 2015. Disponível em <<https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i1.24693>> Acesso em 11 de nov. 2021.

PEREIRA É. F; TEIXEIRA, C. S; ANDRADE, R. D, *et al.* Associação entre o perfil de ambiente e condições de trabalho com a percepção de saúde e qualidade de vida em professores de educação básica. **Cadernos Saúde Coletiva**, v.22, n.2, p. 113-119, 2014. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1414-462X201400020002>>> Acesso em 12 de nov. 2021.

RABACOW, F.M; GOMES M.A; MARQUES, P, *et al.* Questionários de Medidas de Atividade Física em Idosos. **Rev. Bras.Cineantropom. Desempenho Hum**, v.8, n.4, p, 99-106, 2006. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/view/3930/16762>> Acesso em: 13 out. 2021.

REIMERS, C.D; KNAPP, G; REIMERS, A.K. Does physical activity increase life expectancy? A review of the literature. **Journal of Aging Research**, vol. 2012, ID. 243958, 2012. Disponível em: < <https://doi.org/10.1155/2012/243958>>. Acesso em: 11 nov. 2020.

ROCHA, S.V; CARDOSO, J.P; SANTOS, *et al.* Sobrepeso / obesidade em professores: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano** ,v. 17 , n. 4, p. 450-459, 2015 .Disponível em: < <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2015v17n4p450>>. Acesso em 10 de nov. 2021.

ROTTERMUND, J; KNAPIK, A; SAULICZ, E, *et al.* Back and neck pain among school teachers in Poland and its correlations with physical activity. **Med Pr** , v. 66 , n.6, p.771-778, 2015. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26674164/>> Acesso em 10 de nov.2021.

SANTOS, M.N; MARQUES, A.C. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 837-846, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000300029>>. Acesso em: 10 nov. 2021.

SILVA, R.R; MOREIRA, A.D; MAGALHÃES, T.A, *et al.* Fatores associados à prática de atividade física entre professores do nível básico de ensino. **Journal of Physical Education**, v. 30, n. 1, p. e-3037, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3037>>. Acesso em 10. nov 2021.

TEIXEIRA, L.N; RODRIGUES; A.L; SILVA F.M; SILVEIRA, R.C.P. As possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores. **R. Enferm. Cent. O. Min.**, v. 5, n. 2, p. 1669-1683, São João Del Rei , 2015. Disponível em <<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/876>> Acesso em: 10. nov 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION -WHO. Obesity: preventing and managing the global epidemic. **WHO**, Geneva, 2000. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/handle/10665/42330>> Acesso em 10 jun.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente Dissertação possibilitou traçar um perfil descritivo dos professores da educação básica de um município do interior do estado de MG, com relação à prática de atividade física e saúde. Foi possível também através de revisão sistemática de literatura, criar um panorama dos estudos que mensuraram o nível de atividade física desta população no Brasil.

Ambos os estudos evidenciaram que o nível de atividade física dos professores da educação básica é maior do que o da população brasileira em geral, no entanto as características de excesso de peso e adoecimento, com acometimento principalmente por doenças como depressão, ansiedade e agravos osteomusculares e articulares, não devem ser desconsideradas, uma vez que podem revelar possível influência ocupacional nesta população.

É importante ressaltar que a atividade física está em todos os aspectos da vida do ser humano, por isso não deve ser desvinculada do ambiente social, individualizando-se a responsabilidade por cumprir níveis adequados como fator de proteção à saúde. É um tema que vem ganhando cada vez mais espaço nos estudos epidemiológicos, mas a atividade física tende ainda a ser confundida com o exercício físico no senso comum difundido entre a população em geral. Assim se criam imaginários, como atribuir a quem não pratica exercícios físicos o título de “preguiçoso”. Ekler *et al.*, (2013) ao estudar professores em Szombathely, na Hungria, concluíram que aquelas atividades da rotina diária, que estão relacionadas com trabalho, transporte e tarefas domésticas, podem resultar em níveis adequados de atividade física. Ou seja, se um conjunto social é incentivado a se movimentar nos aspectos cotidianos da vida, através de políticas públicas de acesso aos esportes no âmbito do lazer, criação de espaços públicos de qualidade propícios para o movimento, calçadas para caminhar, ciclovias para locomoção, iluminação e segurança nas vias públicas, o hábito é criado, e os níveis de atividade física podem ser mantidos adequados, mesmo que as pessoas não busquem individualmente realizar exercícios.

Neste contexto, as pesquisas sobre atividade física entre os mais diversos grupos sociais, se tornam importantes para que paradigmas biologicistas sejam dissolutos, e essa visão dicotômica entre atividade física e o ser humano, aos poucos confira lugar a uma visão elementar da necessidade de democratização do acesso ao movimento. Buscando-se assim, que a atividade física saia do ideário que permeia o popular de ser um “medicamento”, e passe a ser considerada no cotidiano como algo indispensável, acessível a todos e com garantia

devida pelo poder público. Espera-se que os resultados desta Dissertação, possam contribuir para uma aproximação do setor público com as necessidades dos professores da educação básica, objetivando melhorias no bem estar físico e mental da categoria.

REFERÊNCIAS

Ekler, JH, Nagyvárad, K., Kiss-Geosits, B., & Csányi, T. (2013). Atividade física moderada e vigorosa na rotina diária de 55+ professores. **Journal Of Human Sport & Exercise**, v.8, n.2, p. 204-210, 2013. Disponível em: < <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/29717>>. Acesso em 15 edd nov. 2021.

APÊNDICE A – CARTILHA: ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE



Atividade Física e Saúde

**Quais as
Recomendações?**

O que é
sedentarismo?

O que é
Exercício
Físico?

Covid 19 - O que
fazer para prática
de atividade física?

Cartilha
Informativa

O que é Atividade Física?

Atividade Física é qualquer movimento voluntário produzido pela musculatura que resulte em gasto de energia acima dos níveis de repouso. (GUEDES e GUEDES, 2006) .Ou seja, todas as atividades do dia a dia, como andar, trabalhar, praticar esportes, serviços domésticos, dentre outras.

O sedentarismo não está associado, apenas, ao indivíduo que não pratica atividade física regular. Pode ser entendido como um comportamento diário caracterizado pela quantidade de tempo destinado a um conjunto de atividades que não aumentam significativamente o gasto energético em relação aos níveis de repouso ou atividades com baixo dispêndio energético (OWEN et al., 2010; PATE et al., 2008).



Lavar Louça é uma Atividade Física Leve!



Caminhar é uma Atividade Física Moderada!



Nadar é uma Atividade Física Intensa!

Afinal de Contas, o que é Exercício Físico?

Existe diferença entre o exercício e a Atividade Física?

Se Liga!

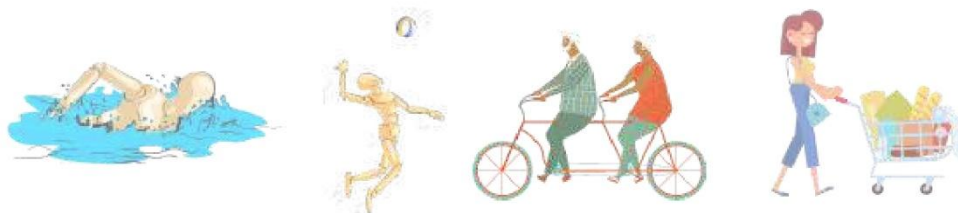


Quando a atividade física é planejada e estruturada com o objetivo de melhorar ou manter os componentes físicos, como a estrutura muscular, a flexibilidade e o equilíbrio, estamos falando do exercício físico. Nesse caso, ele geralmente é orientado por um profissional de educação física.

(BRASIL, MS, 2020)

Simple assim!

Ou seja, todo exercício físico é uma atividade física, mas nem toda atividade física é um exercício físico.



Atividade Física pode ser observada no Trabalho, no Lazer, nas Tarefas Domésticas, nos Deslocamentos e na prática de Exercícios Físicos!

#Exercite-se mesmo em casa! #Covid19



World Health Organization

Quais são as recomendações da Organização Mundial de Saúde - OMS, para a Prática de Atividade Física?



Crianças e Adolescentes:
No mínimo 60 minutos de atividade física moderada ou intensa por dia, somando 300 minutos por semana!



Adultos e Idosos:
No mínimo 30 minutos de atividade física moderada por dia, somando de 150 a 300 minutos por semana!



Para adultos e idosos se a atividade física for intensa, a recomendação é de pelo menos 75 a 150 minutos por semana!

**Mesmo que Você não Possa
Frequentar uma Academia ou Outros
Espaços Especializados em Exercícios
Físicos você Pode se Manter Ativo!**



Segundo a OMS, as recomendações para a prática de Atividade Física, ainda podem ser alcançadas mesmo em casa, sem equipamentos especiais e com espaço limitado:



Dançar, brincar com as crianças e realizar tarefas domésticas, como limpar e cuidar do jardim, são outras formas de se manter ativo em casa.



Caminhe quando precisar ir a algum lugar ou até mesmo separe um tempo para caminhar ou correr ao ar livre! Troque o elevador pelas escadas!



Siga aulas de exercícios online. Mas se você não tem experiência em realizar esses exercícios, seja cauteloso e esteja ciente de suas próprias limitações.



Se sentir desconforto durante a prática de atividades físicas, é importante procurar um médico para saber como está sua saúde.



#MOVIMENTE-SE

Veja as Dicas da OPAS/OMS Brasil

Mantenha-se ativo(a) diariamente. É benéfico ao corpo, à mente e ao espírito, especialmente em momentos de estresse como o que enfrentamos neste momento.

Quanto mais atividade física você fizer, melhor será seu sono, e isso também é essencial para uma boa saúde.



Dentro de Casa:

#Suba e desça escadas



#Faça exercícios de alongamento

#Coloque uma música e dance



#Busque mais opções na Web

SAIBA MAIS EM:

<https://www.paho.org/bra>



Referências:

Owen, N., Healy, GN, Matthews, CE e Dunstan, DW (2010). Muito sentado: a ciência da saúde da população do comportamento sedentário. Exercícios e análises de ciências do esporte , 38 (3), 105-113. <https://doi.org/10.1097/JES.0b013e3181e373a2>

Pate, Russell R.; O'Neill, Jennifer R.; Lobelo felipe A definição evolutiva de "sedentário", Avaliações de Ciências do Exercício e do Esporte: Outubro de 2008 - Volume 36 - Edição 4 - p 173-178. https://journals.lww.com/acsm-essr/Fulltext/2008/10000/The_Evolving_Definition_of__Sedentary_.2.aspx

GUEDES, D.P. & GUEDES, J.E.R.P. **Manual prático para avaliação em educação física**. 1. ed. São Paulo: Manole, 2006.

WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

BRASIL. Ministério da Saúde. Exercício Físico x Atividade Física: você sabe a diferença? Saúde Brasil, 2020. Disponível em: <<https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quer-me-exercitar-mais/exercicio-fisico-x-atividade-fisica-voce-sabe-a-diferenca>>. Acesso em: 05 de nov. de 2020.

Organização Pan-Americana de Saúde. Cartões de mídia social: Atividade física, 2020. Disponível em <<https://www.paho.org/pt/covid-19-materiais-comunicacao/cartoes-midia-social-atividade-fisica>> Acesso em 12 de nov. de 2020.



Material Apresentado como Requisito da Disciplina de Estágio em Docência I do Mestrado Profissional de Ensino em Saúde da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri.

**Discente: Patrícia de Fátima Batista
Docente/Orientadora: Lucilene Soares Miranda**



PLATAFORMA DE CRIAÇÃO E IMAGENS:

<https://crello.com>

CONFIRA DICAS PARA SE
EXERCITAR EM CASA
DURANTE O ISOLAMENTO
SOCIAL OCASIONADO
PELA PANDEMIA DA
COVID-19!



SAÚDE
BEM-ESTAR
DISPOSIÇÃO

#MOVIMENTE-SE

Atividade Física em Casa

#ISOLAMENTOSOCIAL

Material Didático
Cartilha Informativa

O que a Organização Pan-Americana da Saúde diz sobre a Covid-19

A PANDEMIA

A COVID-19 é a doença infecciosa causada pelo novo coronavírus, identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, em Wuhan, na China.

Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada pela OMS como uma pandemia.

Até onde se sabe, o vírus é transmitido principalmente pelo contato e por gotículas respiratórias. Em algumas circunstâncias, a transmissão por aerossóis pode ocorrer. Aerossóis se caracterizam por partículas microscópicas que ficam suspensas no ar e são liberadas na respiração e na fala.

•Praticar a "etiqueta respiratória" que consiste em manobras que evitem a disseminação de pequenas gotículas oriundas do aparelho respiratório e digestivo. Simples hábitos como usar lenço de papel ou colocar o braço na frente da boca quando tossir ou espirrar, lavar as mãos regularmente e evitar tocar os olhos, nariz e boca, por exemplo.;

•Evitar locais com aglomeração de pessoas, locais onde haja contato próximo e espaços confinados ou fechados e mal ventilados;

•Garantir uma boa ventilação do ambiente em todos os locais fechados e limpeza e desinfecção adequada do ambiente.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

•Usar máscara quando estiver em espaços fechados com outras pessoas para se proteger e aos outros. E também em locais públicos ao ar livre onde há transmissão comunitária.

•Praticar continuamente a higienização frequente das mãos e o distanciamento físico quando possível.



Saiba mais em:

<https://www.paho.org/pt/covid19>

O que diz a OMS- Organização Mundial de Saúde?

ATIVIDADE FÍSICA

A prática regular de atividade física contribui para a prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis, como cardiopatias, AVE-Acidente Vascular Encefálico, diabetes, câncer, obesidade e hipertensão.

Também tem contribuições na saúde mental e qualidade de vida das pessoas.

A inatividade física é o quarto principal fator de risco para mortalidade, causando entre quatro e cinco milhões de mortes no mundo, anualmente.

Estima-se que quase metade da população brasileira tenha prevalência de atividade física abaixo dos níveis recomendados pela OMS, colaborando para manter o Brasil entre os países mais sedentários do mundo!

Recomenda-se pelo menos 150 a 300 minutos de atividade física de moderada intensidade por semana para todos os adultos, e uma média de 60 minutos de atividade física aeróbica moderada por dia para crianças e adolescentes.

Mas Afinal, Como me Manter Ativo sem ir à Academia, sem Praticar Esportes Coletivos, me Deslocando Pouco ou Trabalhando de Casa?



Atividade Física é qualquer movimento que gera gasto energético acima dos níveis de repouso. Podendo ser leve, moderada ou intensa.

Já o Exercício Físico se trata de uma Atividade Física planejada e estruturada com objetivos pré-determinados, podendo ser utilizado para fins diversos, como melhoria ou manutenção das condições de saúde, musculares, da flexibilidade e do equilíbrio. Além disso, também possibilita benefícios estéticos, psicológicos, entre outros.

Você pode substituir elevadores por escadas, deixar o veículo em casa quando for ao supermercado, fazer trabalhos de casa como faxina e jardinagem. Brincar com as crianças usando atividades que possuem movimento corporal, dançar... Ou pode praticar exercícios físicos em casa, veja a seguir as dicas para essa prática.



QUALQUER ATIVIDADE FÍSICA É MELHOR DO QUE NENHUMA!

Para a Prática de Exercícios Físicos de Forma Segura:

ALGUMAS DICAS

- Se você tiver algum problema de saúde ou histórico familiar, consulte um médico antes de iniciar a prática de exercícios físicos.
- Procure buscar auxílio de um profissional de educação física. Neste período de pandemia, muitas academias e profissionais autônomos oferecem atendimento personalizado online.
- Caso não queira ou não possa obter auxílio profissional, você pode procurar material de apoio gratuito na internet como cartilhas, ebooks e vídeos, mas lembre-se sempre de observar a procedência do material. Não caia em falácias com exercícios mirabolantes e programas milagrosos, lembre-se que se trata da sua saúde!
- Se tiver dificuldades em lidar com as questões psicológicas em relação ao seu corpo e/ou sua alimentação, procure um profissional (nutricionista, psicólogo, psiquiatra) para trabalhar essas questões. Se lembre sempre que saúde não se refere apenas ao corpo.



Para a Prática de Exercícios Físicos de Forma Segura:

ALGUMAS DICAS

- Comece devagar, sempre respeitando seus limites, e escolha atividades de acordo com seus objetivos e com suas necessidades físicas, e que você tenha prazer em realizar.
- O esforço excessivo pode causar mais problemas do que benefícios, a prática de exercícios físicos não deve ser punitiva e sacrificante.
- Durma bem, tenha uma alimentação balanceada e não se exercite em jejum. Caso sinta algum desconforto durante o exercício encerre a prática e procure um médico.
- Mantenha a hidratação, utilize roupas e sapatos leves e adequadas para a prática de exercícios físicos, mesmo estando em casa.
- Reserve um horário fixo para praticar exercícios e torne parte de sua rotina. Ou realize períodos intercalados de exercícios de no mínimo 10 minutos entre as pausas no trabalho.



Conheça: <https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quero-me-exercitar-mais>

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

ALONGAMENTOS

Os alongamentos podem ser realizados a qualquer momento do dia e também antes e/ou depois dos exercícios físicos. Eles melhoram a postura e a flexibilidade corporal, possibilitando movimentos mais amplos. Além disso, reduzem o risco de lesões, aliviam a tensão muscular e proporcionam bem estar físico e mental, dentre diversos benefícios.

Ao realizar os alongamentos, mantenha a postura corporal com a coluna reta e o olhar para frente, controle a respiração. Procure manter cada alongamento por cerca de 30 segundos e realize os laterais para ambos os lados. Caso tenha dificuldades, mantenha o tempo que conseguir se sentindo confortável.

Você não precisa realizar todas as posturas descritas, são apenas sugestões para que você escolha os exercícios conforme suas condições físicas e seu tempo disponível.



VAMOS À PRÁTICA?

Inclinar a cabeça para o lado e segurar a cabeça com a mão do mesmo lado, forçando o alongamento do pescoço.

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

ALONGAMENTOS



Estique os dois braços para cima, com as mãos juntas até sentir o alongamento do tronco.

Tente unir as duas mãos na costas, cruzando os braços como na imagem.



Puxe o cotovelo de um dos braços para trás da cabeça, formando um triângulo, como na imagem.

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

ALONGAMENTOS

Estique um dos braços na horizontal e segure com o braço oposto.



Estique os dois braços para a frente com as mãos unidas.

Estique um dos braços para a frente com a mão aberta, fazendo resistência na parte dos dedos, sentindo o alongamento na mão e no braço.



De pé, segure um dos joelhos à frente do corpo com as duas mãos e mantenha o equilíbrio.

Exercíte-se em Casa! Vamos à Prática

ALONGAMENTOS

Segure uma das pernas pelo pé atrás do corpo com a mão do mesmo lado e mantenha o equilíbrio.



Flexione uma perna na frente e estique a de trás alongando a região posterior da perna, como na imagem.

Sentado no chão, estique as duas pernas para frente e tente alcançar os pés com as mãos.



Sentado no chão, estique uma perna e cruze a outra por cima, virando o corpo para o lado da perna cruzada.

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

ALONGAMENTOS



Com as pernas esticadas, se incline para frente e tente tocar os pés.

Ajoelhe, estique os braços para frente projetando o quadril para trás.



Deite de bruços com as pernas esticadas e levante o corpo apoiando os braços no chão pra alongar a coluna.



**RESPEITE SEUS LIMITES AO REALIZAR
OS ALONGAMENTOS!**

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

EXERCÍCIOS AERÓBICOS

Os exercícios aeróbicos são caracterizados pela oxigenação dos músculos. Durante a execução os grupos musculares necessitam de mais oxigênio, por isso o coração acelera o batimento cardíaco para transportar o oxigênio e suprir a necessidade.

Esses exercícios proporcionam diversos benefícios, a curto, médio e longo prazo. Alguns exemplos são a diminuição da gordura corporal e dos níveis de colesterol, da pressão sanguínea e dos níveis de glicose;
diminuição dos níveis de ansiedade e estresse;
melhora do sono; melhorias na aptidão cardiovascular e respiratória; aumento da densidade óssea, dentre outros benefícios.

As durações propostas para os exercícios são apenas sugestões, você pode começar com durações menores até se adaptar, e ir aumentando progressivamente.

Você não precisa realizar todas os exercícios descritos, são apenas sugestões para que você escolha conforme suas condições físicas e seu tempo disponível.

VAMOS À PRÁTICA?

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

EXERCÍCIOS AERÓBICOS



Caminhada e corrida estacionárias:

Caminhe ou corra sem sair do lugar. Como sugestão, na caminhada você pode fazer 2 sessões de 10 minutos, e na corrida 3 sessões de 03 minutos.

Joelho Cotovelo:

Toque o joelho com o cotovelo oposto, alternando os lados. Como sugestão, você pode fazer 3 sessões de 3 minutos.



Polichinelo:



De pé, com os pés juntos e os braços ao lado do corpo. Levante os braços acima da cabeça enquanto salta, afastando os pés. Imediatamente, salte de volta para a posição inicial. Mantenha os joelhos um pouco flexionados para realizar os saltos. Como sugestão, você pode fazer 3 sessões de 50 saltos.

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

EXERCÍCIOS AERÓBICOS

Pular Corda

Você vai precisar de uma corda daquelas própria para exercícios ou brincadeiras de crianças! Segure as alças na lateral do corpo com a corda atrás de você. Balance a corda para cima e sobre a cabeça. Quando a corda se aproximar de seus pés, dê um pulo para que ela passe por baixo, Faça isso em movimentos contínuos e com os joelhos um pouco flexionados.



Se você nunca pulou corda, pode ter um pouco de dificuldade na coordenação do movimento que irá melhorar com a prática. Inicie com cuidado para evitar acidentes! Como sugestão, você pode fazer 3 sessões de 1 minuto.

Dança ou Ginástica Aeróbica:

Se você não conhece alguns passos, pode colocar um vídeo do ritmo que você preferir para acompanhar os movimentos. Como sugestão, você pode dançar por 20 minutos.



Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

EXERCÍCIOS FUNCIONAIS

No exercício funcional o próprio peso do corpo é utilizado na realização dos exercícios.

São exercícios que trabalham vários grupos musculares ao mesmo tempo, com movimentos naturais como pular, agachar e empurrar.

Proporcionam diversos benefícios como ganho de força, massa muscular, equilíbrio, flexibilidade, condicionamento, resistência e agilidade. Além dos benefícios comuns entre toda atividade física, já citados neste material.

As repetições e sessões propostas para os exercícios são apenas sugestões, você pode começar com menos repetições até se adaptar, e ir aumentando progressivamente.

Você não precisa realizar todas os exercícios descritos, são apenas sugestões para que você escolha conforme suas condições físicas e seu tempo disponível.

VAMOS À PRÁTICA?

Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

EXERCÍCIOS FUNCIONAIS



Flexão de braços:

Deite de barriga para baixo, com o corpo reto apoie as mãos e os pés no solo. Deixe as mãos um pouco mais afastadas do que a linha dos ombros.

A coluna deve estar alinhada e o abdômen contraído. Inicie o movimento flexionando os cotovelos e desça até o peito estar próximo do solo. Depois estenda os cotovelos retornando à posição inicial. Se não conseguir, pode apoiar os joelhos no chão durante toda a execução. Como sugestão você pode fazer 3 sessões de 10 flexões.

Agachamento simples:

Com os pés afastados e postura ereta olhando para a frente, agache como se fosse sentar em uma cadeira, sem tirar os calcanhares do chão.

Não ultrapasse a linha das pontas dos pés com os joelhos.

Volte à posição inicial. Como sugestão você pode fazer 3 sessões de 20 agachamentos.



Exercite-se em Casa! Vamos à Prática

EXERCÍCIOS FUNCIONAIS



Abdominal supra:

Deitado no chão, flexione os joelhos mantendo os pés no chão. Levante as costas do chão fazendo uma flexão de tronco, com o abdômen contraído. Como sugestão, realize 3 sessões de 20 abdominais.

Prancha frontal:

De bruços, com as pontas dos pés e os cotovelos no chão, mantenha o corpo reto e contraia o abdômen. Como sugestão, mantenha a posição por cerca de 30 segundos e faça 3 vezes.



Ponte:

Com pés no chão e os joelhos sobre os calcanhares. Levante os quadris e abaixe-os lentamente novamente. Como sugestão você pode fazer 3 sessões de 15 repetições



RESPEITE SEUS LIMITES NA REALIZAÇÃO DOS EXERCÍCIOS, CASO SINTA DIFICULDADES NA EXECUÇÃO, PROCURE ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL



O Importante é Não Ficar Parado!

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ainda que estejamos vivenciando uma situação atípica de pandemia, que requer isolamento social para evitar a disseminação da covid-19, é possível que as pessoas mantenham o nível de Atividade Física regular.

Esse fator é muito importante para a saúde física e mental dos indivíduos.

Se mantenha ativo e não se esqueça de tomar todos os cuidados para prevenção da disseminação da covid-19.



COMPARTILHE ESSE MATERIAL!

2021

Criação e Edição: **Patrícia de Fátima Batista**

Licenciada em Educação Física pela UFVJM e Pós-graduanda no Programa de Mestrado Profissional em Ensino em Saúde da UFVJM.

Orientação e Revisão: **Lucilene Soares de Miranda**

Graduada em Nutrição pela UFV, Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela UFV e Doutora em Ciência de Alimentos pela Unicamp.

Revisão: **Herbert Silva Ribeiro**

Bacharel em Educação Física pela UFVJM e Pós-graduando no Programa de Mestrado Profissional em Ensino em Saúde da UFVJM.

Plataforma de Criação e Imagens

crello.com



APENDICE C - ESTRUTURAÇÃO DO QUESTIONÁRIO

-Data: ____/____/____

-Nome: _____

-Escola(s) em que leciona:

-Idade : ____ Sexo: F () M ()

-Peso atual: _____

-Altura: _____

-Raça : () Branco () Preto () Pardo () Amarelo () Indígena

- Você mora com um companheiro? SIM () NÃO ()

- Tem filhos? SIM () NÃO ()

- É casado (a)? SIM () NÃO ()

- Você tem diabetes? Sim () Não ()

- Você tem hipertensão? Sim () Não ()

- Você tem alguma enfermidade que necessita fazer dieta? Sim () Não ()

• Se sim qual? _____

- Você já foi afastado do trabalho por algum motivo de doença? Sim () Não ()

• Se sim por qual motivo? _____

- Você tem algum desses sintomas ? () Dor na Coluna (lombalgia) () Dor nas Articulações () Depressão () Bursite () Tendinopatia () Nenhum
*() outros - Qual? _____

- Há aproximadamente quanto tempo você trabalha como professor da educação básica?

() menos de 2 anos () de 2 a 5 anos () de 5 a 10 anos () mais de 10 anos

- Qual sua renda familiar aproximada?

() até 01 salário mínimo () de 2 a 3 salários mínimos

() de 3 a 4 salários mínimos () de 5 a 10 salários mínimos () mais de 10 salários mínimos.

- Em quais níveis de ensino você atua?

- () Educação Infantil
 () Anos Iniciais do Ensino Fundamental
 () Anos Finais do Ensino Fundamental
 () Ensino Médio

- Você é regente de turma? Quais séries?

- Ministra disciplinas específicas?
Quais? _____
- Em quantas escolas você ministra aulas? _____

- Somando todas as escolas e turmas, qual é sua carga horária de trabalho semanal em horas aula?

- () Até 08
 () de 08 a 16
 () de 16 a 24
 () de 24 a 32
 () acima de 32

QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA (VERSÃO CURTA)

Para responder as questões lembre que:

- Atividades físicas **VIGOROSAS** são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar **MUITO** mais forte que o normal;
- Atividades físicas **MODERADAS** são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar **UM POUCO** mais forte que o normal.

Para responder as perguntas pense somente nas atividades que você realiza **por pelo menos 10 minutos contínuos** de cada vez:

1.a. Em quantos dias da última semana você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos em casa, na escola ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

1.b. Nos dias em que você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou caminhando **por dia**?

horas: _____ Minutos: _____

2.a. Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **MODERADAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que fez aumentar **moderadamente** sua respiração ou batimentos do coração? (**NÃO INCLUA CAMINHADA**)

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

2.b. Nos dias em que você fez essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia**?

horas: _____ Minutos: _____

3.a. Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **VIGOROSAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou cavoucar no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que fez aumentar **MUITO** sua respiração ou batimentos do coração?

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

3.b. Nos dias em que você fez essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia**?

horas: _____ Minutos: _____

APENDICE D - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Comitê de Ética em Pesquisa



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: “**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: O PERFIL DOS PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA DA CIDADE DE DIAMANTINA - MG**”, em virtude de ser professor da educação básica da cidade de Diamantina- MG há pelo menos 2(dois) anos, coordenada pela pós-graduanda Patrícia de Fátima Batista e contará ainda com a orientação da professora doutora Lucilene Soares Miranda.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador, com a UFVJM ou com a(s) escola(s) onde leciona.

O objetivo desta pesquisa é: mensurar o nível de atividade física dos professores da educação básica da cidade de Diamantina- MG, traçando um perfil desta população com relação aos fatores associados à prática regular de atividade física e a saúde. Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao seguinte procedimento: responderá a um questionário que receberá via endereço eletrônico de e-mail, contendo perguntas sócias econômicas, de saúde e sobre sua atividade física habitual para preencher no momento que achar mais oportuno, e enviará o questionário online ao final do preenchimento. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 20 minutos.

Os riscos relacionados com sua participação são: cansaço ou aborrecimento e constrangimento ao responder o questionário; alterações na autoestima por recordações e reforços na ciência de uma condição física ou psicológica restritiva, incapacitante ou que cause descontentamento; risco de quebra de sigilo das informações do participante. E serão minimizados pelos seguintes procedimentos: você poderá recusar a participação a qualquer momento; você responderá a pesquisa de forma online, podendo escolher o horário e local em que irá preencher o instrumento, oferecendo privacidade e tranquilidade para o preenchimento; o questionário que você responderá é uma versão curta do questionário IPAQ, que tem tempo de resposta médio de 03 a 05 minutos; o envio das respostas do questionário é feito via formulário eletrônico, o que impossibilita que outras pessoas tenham acesso às suas respostas individuais; para garantir o sigilo, a pesquisa não constará informações de identificação dos participantes nem mesmo endereços ou outros dados que possibilitem a identificação pela instituição onde trabalham.

Não há benefícios individuais para você, inicialmente você reberá informações sobre seu seu nível de atividade física e seu IMC – Índice de massa corporal. Como desdobramento, o estudo propiciará aos participantes e a toda a população de professores da cidade de Diamantina- MG, conhecer os aspetos relacionados ao nível de atividade física como fator de risco modificável para DCNTs abrindo espaço para que sejam discutidas políticas públicas para a saúde do trabalhador docente.O estudo também gerará material informativo para o público-alvo da pesquisa.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações pessoais obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. .

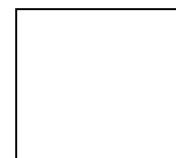
Não há remuneração com sua participação, bem como a de todas as partes envolvidas. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Coordenadora do Projeto: Patrícia de Fátima Batista
Endereço: Rua do império, nº 40, apartamento 101, Diamantina
Telefone: 38 988127986

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____



Assinatura do participante da pesquisa: _____

Informações – Comitê de Ética em Pesquisa da UFVJM
Rodovia MGT 367 - Km 583 - nº 5000 - Alto da Jacuba
Diamantina/MG CEP39100-000
Tel.: (38)3532-1240
Coordenadora: Prof.^a Simone Gomes Dias de Oliveira
Secretária: Leila Adriana Gaudencio Sousa
Email: cep.secretaria@ufvjm.edu.br

ANEXO A - CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA IPAQ

1. MUITO ATIVO: aquele que cumpriu as recomendações de:

- a) VIGOROSA: ≥ 5 dias/sem e ≥ 30 minutos por sessão
- b) VIGOROSA: ≥ 3 dias/sem e ≥ 20 minutos por sessão + MODERADA e/ou CAMINHADA: ≥ 5 dias/sem e ≥ 30 minutos por sessão.

2. ATIVO: aquele que cumpriu as recomendações de:

- a) VIGOROSA: ≥ 3 dias/sem e ≥ 20 minutos por sessão; **ou**
- b) MODERADA ou CAMINHADA: ≥ 5 dias/sem e ≥ 30 minutos por sessão; ou
- c) Qualquer atividade somada: ≥ 5 dias/sem e ≥ 150 minutos/sem (caminhada + moderada + vigorosa).

3. IRREGULARMENTE ATIVO: aquele que realiza atividade física porém insuficiente para ser classificado como ativo pois não cumpre as recomendações quanto à frequência ou duração. Para realizar essa classificação soma-se a frequência e a duração dos diferentes tipos de atividades (caminhada + moderada + vigorosa). Este grupo foi dividido em dois sub-grupos de acordo com o cumprimento ou não de alguns dos critérios de recomendação:

IRREGULARMENTE ATIVO A: aquele que atinge pelo menos um dos critérios da recomendação quanto à frequência ou quanto à duração da atividade:

- a) Frequência: 5 dias /semana **ou**
- b) Duração: 150 min / semana

IRREGULARMENTE ATIVO B: aquele que não atingiu nenhum dos critérios da recomendação quanto à frequência nem quanto à duração.

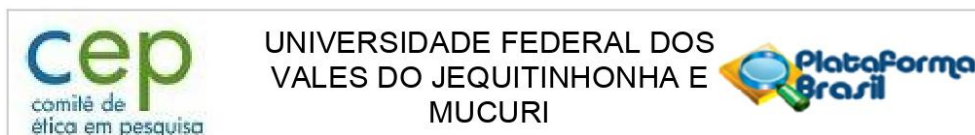
4. SEDENTÁRIO: aquele que não realizou nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana.

Exemplos:

Indivíduos	Caminhada		Moderada		Vigorosa		Classificação
	F	D	F	D	F	D	
1	-	-	-	-	-	-	Sedentário
2	4	20	1	30	-	-	Irregularmente Ativo A
3	3	30	-	-	-	-	Irregularmente Ativo B
4	3	20	3	20	1	30	Ativo
5	5	45	-	-	-	-	Ativo
6	3	30	3	30	3	20	Muito Ativo
7	-	-	-	-	5	30	Muito Ativo

F = Frequência – D = Duração

ANEXO B – PARACER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Nível de Atividade Física e Saúde: O Perfil dos Professores da Educação Básica da Cidade de Diamantina - MG

Pesquisador: PATRICIA DE FATIMA BATISTA

Área Temática:

Versão: 4

CAAE: 32489120.8.0000.5108

Instituição Proponente: Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

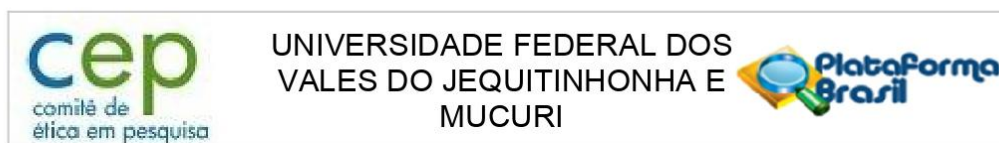
DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.291.378

Apresentação do Projeto:

Mediante a importância da realização de estudos epidemiológicos da atividade física para a saúde coletiva, o presente projeto de estudo objetiva verificar o nível de atividade física dos professores da educação básica residentes em uma cidade do interior do estado de Minas Gerais, conforme parâmetros recomendados pela Organização Mundial da Saúde. Buscando traçar o perfil destes professores com relação à atividade física e fatores associados, a proposta é um estudo de campo transversal, quantitativo, descritivo e correlacional. A amostra será composta por 224 professores da educação básica do município de diamantina-mg, os quais serão selecionados aleatoriamente no universo total de professores da educação básica das redes estadual e municipal do referido município. Haverá estratificação amostral conforme escola de atuação e sexo dos indivíduos selecionados. A coleta de dados será realizada por correio eletrônico, e utilizará a versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física, o qual foi validado por Matsudo et al, (2001) para a população adulta brasileira. O questionário será acrescido de informações sociodemográficas, como idade, renda, sexo e raça, além de informações sobre a rotina profissional, sobre acometimento por doenças crônicas não transmissíveis e medidas de peso e altura dos indivíduos. Essas variáveis permitirão o estudo da correlação desses fatores com o nível de atividade física dos professores. Serão realizadas análises descritivas bem como análises inferenciais para verificar possíveis associações entre a variável dependente (nível de atividade física) e as variáveis independentes (demais variáveis). O estudo trabalhará com hipótese de que a rotina profissional

Endereço: Rodovia MGT 367 - Km 583, nº 5000
Bairro: Alto da Jacuba **CEP:** 39.100-000
UF: MG **Município:** DIAMANTINA
Telefone: (38)3532-1240 **Fax:** (38)3532-1200 **E-mail:** cep.secretaria@ufvjm.edu.br



Continuação do Parecer: 4.291.378

reprodutibilidade conduzido por Matsudo et al, (2001) teve tempo de resposta de 03 a 05 minutos. f) O envio das respostas dos questionários é feito via formulário eletrônico, o que impossibilita que outras pessoas tenham acesso às respostas individuais. g) Para garantir o sigilo, a pesquisa não divulgará informações de identificação dos participantes nem mesmo endereços ou outros dados que possibilitem a identificação pela instituição onde trabalham.

Benefícios:

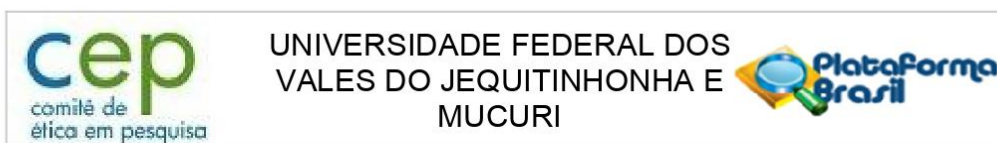
Não há benefícios individuais para os participantes, inicialmente os mesmos apenas receberão informações sobre seu nível de atividade física e seu IMC – Índice de massa corporal. Como desdobramento, o estudo propiciará aos participantes e a toda a população de professores da cidade de Diamantina- MG, conhecer os aspectos relacionados ao nível de atividade física como fator de risco modificável para DCNTs abrindo espaço para que sejam discutidas políticas públicas para a saúde do trabalhador docente. O estudo também gerará material informativo para o público-alvo da pesquisa.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Metodologia Proposta:

A proposta é um estudo de campo transversal, quantitativo, descritivo e correlacional que será realizado com os professores da educação básica do município de Diamantina. Conforme dados da sinopse estatística da educação básica, realizada pelo INEP em 2018, um total de 690 professores lecionam para educação básica na referida cidade, sendo cerca de 533 pertencentes às redes municipal e estadual. Para que a pesquisa tenha um grau de confiabilidade de 0,95, e uma margem de erro de 0,05 e supondo não se saber a prevalência do nível de atividade física desta população a amostra deverá ser COMPOSTA POR 224 PROFESSORES. Esse número de participantes será estratificado proporcionalmente pelo gênero e pelas escolas garantindo assim uma amostra representativa. O professor que lecionar em mais de uma escola será computado apenas uma vez para o cálculo amostral, o que pode gerar alteração no tamanho da amostra. Caso seja necessário aumentar o número de participantes será encaminhada ementa ao cep solicitando a alteração. Após autorização e a aprovação do projeto de pesquisa pelo comitê de ética da UFVJM, serão encaminhados ofícios ao Superintendente Regional de Ensino e para a Prefeitura Municipal de Diamantina, SOLICITANDO A AUTORIZAÇÃO e licença para a realização da pesquisa. Será formulada uma lista por ordem de sorteio aleatório contendo todos os nomes dos professores de cada escola de acordo com os critérios de estratificação amostral. Um dos métodos indiretos mais utilizados para mensuração do nível de atividade física dos indivíduos é o questionário, por ser um

Endereço: Rodovia MGT 367 - Km 583, nº 5000
Bairro: Alto da Jacuba **CEP:** 39.100-000
UF: MG **Município:** DIAMANTINA
Telefone: (38)3532-1240 **Fax:** (38)3532-1200 **E-mail:** cep.secretaria@ufvjm.edu.br



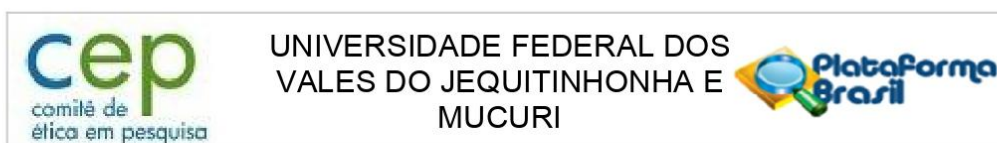
Continuação do Parecer: 4.291.378

instrumento de baixo custo e menor demanda de tempo. (Rabacow et al 2006, Guedes e Guedes, 2006). A coleta de dados será feita através da versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física, o qual foi validado por Matsudo et al, (2001) para a população adulta brasileira. Segundo os autores, a forma curta é geralmente melhor aceita pelos participantes. Não serão utilizadas as perguntas sobre velocidade de andar e pedalar, pois conforme concluíram os autores, elas não alteram o coeficiente de reprodutibilidade e nem o de validade. No início do questionário, onde o indivíduo é identificado e caracterizado, serão incluídas informações socioeconômicas, de saúde e sobre a rotina de trabalho, conforme modelo anexo. Com os dados de peso e altura será calculado o IMC e a classificação do estado nutricional (OMS, 1985). O convite para participação com o link para acesso ao questionário e ao termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) serão enviados aos indivíduos selecionados para a pesquisa por correio eletrônico. Os mesmos, serão estruturados na plataforma google docs para coleta de dados. Será feita uma apresentação prévia da pesquisa na primeira página do formulário online. O indivíduo receberá o convite por no máximo 03 vezes, em 30 dias. Caso não responda será substituído pelo próximo da lista. Os participantes poderão responder a pesquisa no ambiente em que quiserem, podendo usar computadores pessoais, da escola ou até mesmo o celular. A estruturação do questionário, a tabulação e análise dos dados serão realizada sem salas equipadas com computador e acesso a internet, disponibilizadas pela UFVJM, assim como a escrita da dissertação. Também poderão ser usadas estruturas particulares dos pesquisadores. Não haverá remuneração com a participação nesta pesquisa, mas se o indivíduo sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização. Como não haverá nenhum custo financeiro para os participantes, também não está previsto nenhum tipo de ressarcimento de gastos. A suspensão ou encerramento da pesquisa ocorrerá caso não haja interesse de participação das escolas, a previsão é de que a mesma seja encerrada quando obtidos os dados pretendidos, ou pelo não aceite por parte dos professores em participar da pesquisa em quantitativo viável.

Metodologia de Análise de Dados:

O banco de dados será construído no software Microsoft Office Excel 2007. Posteriormente serão transferidos para o software R version 3.4.4 (2018- 03-15), onde todas as análises estatísticas serão realizadas. Os resultados serão classificados em conformidade com o ANEXO II. Serão realizadas análises descritivas bem como análises inferenciais para verificar possíveis associações entre a variável dependente (nível de atividade física) e as variáveis independentes (demais variáveis). O estado nutricional será aferido de acordo com o índice de massa corporal- IMC,

Endereço: Rodovia MGT 367 - Km 583, nº 5000
Bairro: Alto da Jacuba **CEP:** 39.100-000
UF: MG **Município:** DIAMANTINA
Telefone: (38)3532-1240 **Fax:** (38)3532-1200 **E-mail:** cep.secretaria@ufvjm.edu.br



Continuação do Parecer: 4.291.378

conforme parâmetros da OMS, 1985.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Foi apresentado o Projeto de Pesquisa, Folha de Rosto, TCLE e carta da Instituição Co-partícipe. O TCLE está adequado, contendo as informações necessárias para os sujeitos da pesquisa, linguagem acessível e contato do CEP/UFVJM atualizado, conforme a Resolução 466/12.

A carta da Instituição Co-partícipe foi apresentada conforme Resolução 466/12.

Recomendações:

- Segundo a Carta Circular nº. 003/2011/CONEP/CNS, de 21/03/11, no momento da obtenção do TCLE, há obrigatoriedade de rubrica em todas as páginas do mesmo, pelo sujeito de pesquisa ou seu responsável e pelo pesquisador. O pesquisador responsável deverá apor sua assinatura na última página do referido termo.

- O Relatório final deverá ser apresentado ao CEP ao término do estudo em 37/08/2021.

Considera-se como antiética a pesquisa descontinuada sem justificativa aceita pelo CEP que a aprovou.

- Caso haja quaisquer intercorrências durante a execução do projeto de pesquisa é de responsabilidade do pesquisador responsável comunicá-la através de uma emenda ao CEP via Plataforma Brasil. Considera-se como antiética a pesquisa com modificações em seu protocolo inicial previamente aprovado sem justificativa aceita pelo CEP que a aprovou.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

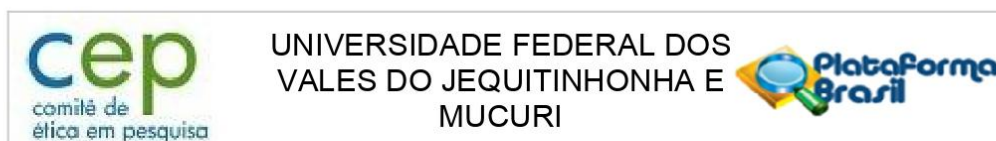
O projeto atende aos preceitos éticos para pesquisas envolvendo seres humanos preconizados na Resolução 466/12 CNS.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1551032.pdf	20/09/2020 14:04:49		Aceito

Endereço: Rodovia MGT 367 - Km 583, nº 5000
Bairro: Alto da Jacuba **CEP:** 39.100-000
UF: MG **Município:** DIAMANTINA
Telefone: (38)3532-1240 **Fax:** (38)3532-1200 **E-mail:** cep.secretaria@ufvjm.edu.br



Continuação do Parecer: 4.291.378

Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_PDF.pdf	20/09/2020 14:02:07	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito
Outros	INFORME_PESQUISADOR.pdf	25/08/2020 10:35:47	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito
Outros	REGIONAL_ACEITE.pdf	25/08/2020 09:59:35	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito
Declaração de concordância	PREFEITURA_ACEITE.pdf	01/07/2020 17:19:26	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	01/07/2020 16:55:23	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito
Outros	Questionario.pdf	19/05/2020 17:09:16	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito
Folha de Rosto	Folha_rosto.pdf	19/05/2020 16:40:18	PATRICIA DE FATIMA BATISTA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

DIAMANTINA, 22 de Setembro de 2020

Assinado por:
Simone Gomes Dias de Oliveira
(Coordenador(a))

Endereço: Rodovia MGT 367 - Km 583, nº 5000
Bairro: Alto da Jacuba **CEP:** 39.100-000
UF: MG **Município:** DIAMANTINA
Telefone: (38)3532-1240 **Fax:** (38)3532-1200 **E-mail:** cep.secretaria@ufvjm.edu.br

ANEXO C – CARTA DE ACEITE PREFEITURAM MUNICIPAL


PREFEITURA MUNICIPAL DE DIAMANTINA – MG
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO
CNPJ: 17.754.136/0001-90

Rua da Glória, 394 - Fone: (38) 3531.9285

Autorização para uso da Instituição Coparticipante

Declaro ter lido e concordado com o parecer ético emitido pelo CEP da instituição proponente UFVJM, conhecer e cumprir as Resoluções Éticas Brasileiras, em especial a Resolução CNS 466/12. Esta instituição está ciente de suas responsabilidades como instituição coparticipante do projeto de pesquisa “**Nível de Atividade Física e Saúde: O Perfil dos Professores da Educação Básica da Cidade de Diamantina - MG**” coordenado pela pesquisadora Patrícia de Fátima Batista e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos participantes da pesquisa nela recrutados, bem como autorização prévia dos professores, dispondo de infraestrutura necessária para a garantia da segurança e bem-estar.

Diamantina, 10 de junho de 2020


Sérgio Luiz nascimento
Secretário Municipal de Educação

Sérgio Luiz Nascimento
Secretário Municipal
de Educação

ANEXO D – CARTA DE ACEITE SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO

25/08/2020

SEI/GOVMG - 17493726 - Termo



GOVERNO DO ESTADO DE MINAS GERAIS

Secretaria de Estado de Educação

Subsecretaria de Ensino Superior

Termo De autorização de Pesquisa - SEE/SU

Belo Horizonte, 27 de julho de 2020.

INTERESSADO: Patrícia de Fátima Batista

A Subsecretaria de Ensino Superior, após análise do projeto proposto pela supracitada, é de parecer favorável à realização da pesquisa **Nível de Atividade Física e Saúde: O Perfil dos Professores da Educação Básica da Cidade de Diamantina - MG**

Ressaltamos que os procedimentos de aplicação da atividade proposta (pesquisa estruturada, levantamento bibliográfico e a elaboração de kits e práticas de laboratório, entre outros), deverão obedecer, criteriosamente, às orientações da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional da Saúde que estabelece as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos e que, em nenhuma hipótese, poderão interferir no desenvolvimento das atividades pedagógicas das escolas e no cumprimento de seu Calendário Escolar.

Ressaltamos ainda que a identidade dos envolvidos deverá ser mantida em sigilo e que a Secretaria de Estado de Educação, a instituição de ensino e os participantes não terão ônus com a pesquisa.

Atenciosamente,

Augusta Isabel Junqueira Fagundes

Subsecretária de Ensino Superior



Documento assinado eletronicamente por **Augusta Isabel Junqueira Fagundes, Subsecretário(a)**, em 27/07/2020, às 18:32, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **17493726** e o código CRC **9E387639**.

Referência: Processo nº 1260.01.0046014/2020-80

SEI nº 17493726