



GT 01 – EDUCAÇÃO FÍSICA E CONTEXTO ESCOLAR

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E CARACTERÍSTICAS DO TRABALHO DE PROFESSORAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Leticia Ribeiro Bonfim¹
Jhenyfer Gonzaga de Oliveira Rocha²
Anna Paula Nogueira³
Jordana Alves Castro⁴
Renata Carvalho dos Santos⁵

Palavras-chave: Atividade física, características socioeconômica, condições de saúde.

Introdução

Quando se trata de qualidade de vida a ideia de saúde já é intuitiva para as pessoas, isso não se difere quando o se relaciona ao trabalho, se transformando em um aspecto fundamental para eficácia no ambiente laboral (SANTOS E MARQUES, 2013). Há uma preocupação com âmbito educacional, sendo evidenciadas disfunções osteomusculares em professores associados a condições de trabalho, como grandes períodos na posição ortostática para aulas e sentado na correção de avaliações; peso do material didático carregado (principalmente para professores de educação inicial); movimentos inadequados como excesso de flexão de ombro e extensão da coluna para escrever na lousa; exacerbação na flexão de coluna cervical e tronco no auxílio particular de alunos; número grande de aluno por turma; pequenos intervalos para repouso. (RIBEIRO et al, 2011).

Tais problemas gerados por essas circunstâncias são apenas uma parte de um arsenal de complicações relativas a docentes, correspondendo como exemplo os prejuízos a saúde psicológica (ansiedade, estresse, depressão) saúde vocal, respectivamente, a síndrome de Burnout, e os distúrbios osteomusculares incluindo problemas articulares, da coluna, distúrbios em tecidos moles, problemas ósseos e traumas (CARVALHO, ALEXANDRE, 2006; MEIRA et al, 2014).

¹ Universidade Estadual de Goiás – E-mail: leticiaribeirobon76@gmail.com.

² Universidade Estadual de Goiás

³ Universidade Estadual de Goiás

⁴ Universidade Estadual de Goiás

⁵ Universidade Estadual de Goiás

A realização de atividades físicas podem prevenir o desenvolvimento de distúrbios osteomusculares e várias outras doenças físicas, devido a melhora da força, flexibilidade, agilidade, coordenação, além do melhor controle cardíaco e respiratório entre outros (MEDEIROS et al, 2014).

O excesso de carga horária dos professores pode contribuir para o aumento do nível de sedentarismo e agregar diversos riscos à saúde. No estudo de Santos e Marques (2013) foi evidenciado que os professores que tinham um maior índice de inatividade física apresentaram uma pontuação negativa na percepção de saúde geral quando comparado com os docentes que praticavam atividades físicas.

Dessa forma, torna-se relevante investigar as características do trabalho no ambiente escolar para contribuir com a elaboração de ações para torna-lo mais promotor da saúde. Assim, o objetivo desse estudo foi identificar característica do trabalho e o nível de atividade física de professoras da educação infantil.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo e transversal, realizado com profissionais da educação (professoras e auxiliares) que atuavam em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI), localizado na cidade de Goiânia/GO. Todos os participantes que aceitaram participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Participaram das coletas 37 profissionais da educação, porém nem todos concluíram todas as fases de coletas, resultando em 35 participantes. As coletas ocorrerão nos meses de maio e junho de 2018 nos períodos matutino e vespertino.

Foram aplicados os seguintes questionários: a) Questionário Sócio Ocupacional de autoria dos próprios autores, b) Questionário de Classificação Econômica (ABEP, 2015) e c) Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares (PINHEIRO, et al 2002).

Os critérios de inclusão foram os professores ativos no período da coleta de dados e que estavam trabalhando em salas de aula, diretamente com os alunos e os auxiliares de sala. Foram excluídos os professores que estavam de afastamento ou licença no período da coleta dos dados, e que participavam da gestão e não estavam em desenvolvendo atividades em sala de aula.

Os professores selecionados através dos critérios de inclusão responderam aos questionários em uma sala restrita do CMEI garantindo a privacidade das informações coletadas. A coleta foi realizada no período de recreação dos alunos para que não houvesse interferência na

rotina escolar. As primeiras informações coletadas foram através do Questionário Sócio Ocupacional com informações como nome, data de nascimento, sexo, estado civil, tempo de docente, carga horária semanal, entre outros.

Em seguida foram realizadas as avaliações antropométricas (peso, altura e circunferências da cintura). Após essa avaliação foi aplicado o Questionário Internacional de Atividade Física – Versão Curta, avaliando o tempo que elas gastavam realizando atividades físicas na última semana (MATSUDO et. al., 2001). Foi aplicado também o questionário de caracterização socioeconômica da ABEP. Posteriormente foi utilizado o Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares (PINHEIRO, et al 2002).

As informações foram digitadas em um banco de dados criado no software Excel, depois analisados pelo programa Statistical Package for Social Sciences (SPSS), aplicando teste t para amostras independentes para dados paramétricos ou Mann-Whitney para dados não paramétricos.

RESULTADOS

A amostra foi composta por 35 professoras da educação infantil, na tabela 1 encontram-se os dados de caracterização da amostra do estudo quanto ao estado civil, atuação profissional, trabalha em quantos períodos por dia, em quantas escolas atua como docente e qual a sua classe econômica.

Tabela 1- Caracterização socioeconômica e características do trabalho das participantes.

Variável	n(%)
Estado Civil	
Com Companheiro	45,7%
Sem Companheiro	54,3%
Classe Econômica	
A	20%
B	57,1%
C	20%
D	2,9%
Cargo	
Professoras	37,1%
Auxiliar Educacional	62,9%
Leciona em quantos períodos/dia	
Um período	62,9%
Dois períodos	37,1%

Trabalha em quantas escolas	
Somente uma escola	71,5%
Duas ou mais escolas	28,5%

Na Tabela 2, encontram-se os dados médios de Atividade Física e de tempo sedentário. Destaca-se que a média de atividade física moderada foi maior do que a recomendação de 150 minutos por semana, porém o tempo sentado durante a semana e no final de semana também foi elevado. Mais da metade da amostra (51,4%) realizam 150 minutos ou mais de atividades físicas por semana.

Na tabela 3 foram realizadas comparações das médias de variáveis econômicas e de trabalho segundo grupos separados pela classificação de atividade física. Nenhuma variável apresentou diferença estatística, porém chamamos a atenção para classificação econômica segundo o grupo de AF que teve uma tendência ($p=0,07$) em se diferenciar entre os grupos, sendo maior no grupo com menor nível de AF. Possivelmente o grupo com maior nível de AF gasta mais tempo ativo no deslocamento e tipo de trabalho (docente ou auxiliar) do que o grupo com menor nível de AF, pois possuem melhor nível econômico.

Em relação aos sintomas de dor em partes do corpo, não houve diferença estatística segundo os grupos separados pelos minutos de atividade física semanal. Porém, observou-se que a região lombar foi aquela que apresentou maior nível de dor quando comparada as outras regiões do corpo.

Tabela 2- Tempo médio gasto em atividade física nos domínios do IPAQ.

Domínios do IPAQ	N(DP)
Tempo em AF moderada	244,3(482,4)
Tempo em AF vigorosa	128 (567,7)
Tempo sentado durante a semana	222,8 (149,6)
Tempo sentado durante final de semana	336,8 (179,7)

Tabela 3 - Comparação dos valores médios das variáveis econômicas e de trabalho segundo o nível de atividade física das participantes.

Variável	Atividade Física		Valor de p
	<150 min/sem M(DP)	≥ 150 min/sem M(DP)	
Classe Econômica ¹	37,7(11,4)	31,2(9,0)	0,073
Tempo de trabalho ¹	11,2(7,5)	10,4(7,4)	0,761
Tempo sentado semana ²	338,8(146,9)	335,0(210,4)	0,813
Tempo sentado fim de semana ¹	211,8(123,9)	233,3(173,6)	0,726

Dor no ombro ²	3,2(2,5)	2,8(3,1)	0,528
Dor no joelho ²	2,5(3,3)	2,7(3,4)	0,746
Dor lombar ²	4,1(3,8)	4,0(3,6)	0,878

¹ Teste T; ² Mann-Whitney.

Em todas as variáveis ficou evidente que os grupos não atingem a recomendação da Organização Mundial de Saúde de 150 minutos por semana de atividade vigorosa e não houve uma tendência de melhora na dor nos grupos para aqueles que praticavam ou não atividade física. E os indivíduos de uma classe socioeconômica mais baixa praticavam mais atividade física em relação aos de classes mais altas.

CONCLUSÃO

Em relação às atividades físicas observou-se que a maior parte das professoras realiza mais de 150 min/semana, porém aquelas com maior nível econômico tendiam a realizar menos atividade física. Não houve diferença estatística entre as variáveis separadas por quantidade de atividade física semanal. Apesar disso, observou-se que o segmento lombar foi a região com maior queixa de dor nos últimos doze meses, independente da prática de atividade física. Recomenda-se mais estudos com amostra maior para compreender melhor a influência do ambiente de trabalho no nível de atividade física de professores.

REFERÊNCIA

- ABEP - Critério Padrão de Classificação Econômica Brasil / 2015 acessado em 03/11/2018. CARVALHO, A. J. F. P.; ALEXANDRE, N. M. C. SINTOMAS OSTEOMUSCULARES EM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v. 10, n. 1, p. 35-41. São Paulo, 2006.
- FILHO, A. O.; OLIVEIRA, E. R. N.; OLIVEIRA, A. A. B. QUALIDADE DE VIDA E FATORES DE RISCO DE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS. **Revista da Educação Física / UEM**, v. 23, n. 1, p. 57-67, 1. trim. 2012.
- MAZO G. Z, MOTA J., GONÇALVES L.H.T., MATOS M.G. Nível de atividade física, condições de saúde e característica sócio-demográficas de mulheres idosas brasileiras, **Revista Port. Cien. Desp.**, vol. 2 p. 202–212.
- MEDEIROS, M. L.; NOGUEIRA, M. S.; VILLAR, A. C. Benefícios da aplicação de um programa de ginástica laboral à saúde de trabalhadores. **Revista Faculdade Montes Belos**, v. 7, n. 1, p. 1-15, 2014.

MEIRA, T. R. M.; CARDOSO, J. P.; VILELA, A. B. A.; AMORIM, C. R.; ROCHA, S. R.; ANDRADE, A. N.; FREIRE, D. S. PERCEPÇÕES DE PROFESSORES SOBRE TRABALHO DOCENTE E REPERCUSSÕES SOBRE SUA SAÚDE; **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 27, n. 2, p. 276-282, abr./jun. Fortaleza, 2014.

PINHEIRO, F. A.; TROCCOLI, B. T.; CARVALHO, C. V. Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. *Revista de Saúde Pública*, v. 36, n. 3, p.307- 12, São Paulo, 2002.

RIBEIRO, I. Q. B.; ARAUJO, T. M.; CARVALHO, F. M.; PORTO, L. A.; REIS, E. J. F. B. FATORES OCUPACIONAIS ASSOCIADOS À DOR MUSCULOESQUELÉTICA EM PROFESSORES. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.35, n.1, p.42-64, jan./mar. 2011.

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, n. 3, p. 837-846. Pelotas, 2013.