

Atividade física no lazer e fatores associados em professores pré-escolares de Pelotas, RS, Brasil

Leisure-time physical activity and associated factors in preschool teachers of Pelotas city, RS, Brazil

Marcelo Cozzensa da Silva^{1,2}
Luciane Goulart da Silva¹
Christine Vieira Spieker¹

RESUMO

O estudo objetivou identificar o nível de atividade física no lazer e os fatores a ele associados em professores pré-escolares da rede pública de ensino da cidade de Pelotas, RS. Foi realizado um estudo transversal do tipo censo nas escolas do município e estado que ofereciam a pré-escola. Foi aplicado um questionário incluindo questões sociodemográficas, econômicas, comportamentais, nutricionais, de saúde e trabalho. O nível de atividade foi avaliado por meio da seção de lazer da versão longa do International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) e foram considerados ativos os indivíduos que realizaram 150 minutos ou mais de atividade física na semana. A análise multivariável foi realizada através de regressão de Poisson (razão de prevalência). A média de idade dos professores foi de 39,6 anos (DP= 8,7 anos), sendo todos do sexo feminino e 63,9% casados/viviam com companheiro. Trabalhavam 40 horas ou mais 76,6% dos professores e somente 7,2% ganhava mais de três salários mínimos. Mais de 55,0% foram classificadas com sobrepeso/obesidade, 12,6% fumavam atualmente e 36,9% consideravam sua saúde como excelente/muito boa. Em relação ao desfecho estudado, 27,0% foram considerados ativos no tempo de lazer. Na análise multivariável somente a renda mensal docente permaneceu associada ao desfecho, sendo que as professoras com renda entre 1 e 2 salários mínimos apresentaram 220% mais chance de praticar atividades físicas no lazer quando comparadas ao grupo de maior renda. A prevalência de atividade física suficiente entre esses trabalhadores, apesar de superior a da população geral, é baixa, principalmente quando comparada a de professores de outras séries.

PALAVRAS-CHAVE

Atividade motora; Saúde do trabalhador; Docentes; Saúde escolar; Epidemiologia

ABSTRACT

The study aimed to identify the level of leisure time physical activity and associated factors in preschool teachers from public schools in the city of Pelotas, Brazil. A census cross-sectional study was carried out in the pre-schools of the county and state. The instrument applied was a questionnaire including demographic, economic, behavioral, nutritional, health and work variables. The activity level was assessed by the leisure section of the long version of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) and were considered active individuals who underwent 150 minutes or more of physical activity a week. Multivariate analysis was performed using Poisson regression (prevalence ratio). The mean age of teachers was 39.6 years (SD = 8.7 years), all were female and 63.9 % were married / living with a partner. Reported working 40 hours or more 76.6 % of teachers and only 7.2 % earned more than three minimum wages. Over 55.0 % were classified as overweight / obese, 12.6% currently smoked and 36.9% rated their health as excellent / very good. Regarding the outcome studied, 27.0 % were considered active in leisure time. In multivariate analysis, only the teaching monthly income remained associated with the outcome being the teachers earning between 1 and 2 minimum wages had 220 % more likely to practice physical activities during leisure time compared to the group with higher income. The prevalence of sufficient physical activity among these workers, although higher than the general population, is low, especially when compared to teachers of other grades.

KEYWORDS

Motor activity; Occupational health; Teacher; School health; Epidemiology.

INTRODUÇÃO

Ensinar é, em geral, uma atividade altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no próprio desempenho profissional dos professores¹. Esses profissionais, além de ministrar aulas, devem realizar trabalhos administrativos, planejar, investigar, orientar alunos e interagir com os pais dos mesmos^{2,3}. Além disso, fazem parte de sua rotina de trabalho organizar atividades extracurriculares, participar de reuniões de coordenação, seminários, conselhos de classe; preencher relatórios relativos às dificuldades de aprendizagem e, muitas vezes, cuidar do patrimônio, materiais, recreios e locais de refeições. Essa variedade e acúmulo de funções de trabalho podem levar os professores a problemas de saúde mental e física³.

Segundo Paschoal e Machado⁴, o cansaço físico das professoras que atuam na educação infantil é mais acentuado do que o de professores de outras séries porque o trabalho com crianças menores exige maior esforço físico e equilíbrio emocional. Tarefas específicas como carregar crianças no colo, levantá-las do chão, agachar, ajoelhar e curvar-se para acompanhar as atividades escolares dos mesmos dependem um maior contato físico no ambiente laboral com os alunos comparados a docentes de outras faixas etárias. Essa sobrecarga de trabalho a qual os professores estão sujeitos pode acarretar uma série de problemas que vão desde os transtornos psiquiátricos como tensão, ansiedade, frustração e depressão até os problemas relacionados à saúde musculoesquelética⁴.

Segundo, dados da Organização Mundial da Saúde a prática regular de atividade física beneficia a preservação da saúde porque reduz os riscos de adoecimento por diabetes, hipertensão e problemas cardiovasculares, além de prevenir as dores músculo-esqueléticas promovendo o bem estar psicológico, reduzindo o estresse, a ansiedade e a depressão⁵. Especificamente em relação as atividades físicas realizadas no tempo de lazer, Barros e Nahas⁶ relatam que sujeitos que praticam esse tipo de atividade de forma regular apresentam melhor percepção de saúde quando comparados a indivíduos sedentários. Ao contrário, a inatividade física nesse domínio pode estar relacionada a fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, como tabagismo e obesidade⁷.

Existe na literatura científica uma escassez de estudos referentes a categoria de professores de pré-escola em comparação com demais professores e trabalhadores de outras profissões. Alguns importantes estudos nessa área foram realizados, no Brasil, por Codo⁸ e Gasparini et al.⁹ enfocando, especificamente, a saúde mental de professores do ensino fundamental e médio e Silvany-Neto et al.¹⁰, Silva e Silva¹¹, Delcor et al.¹² e Vedovato et al.¹³ descrevendo as condições de trabalho e saúde do educador. Recentemente, estudo realizado na Bélgica¹⁴ avaliou a associação entre diferentes tipos de atividade física e percepção de saúde física, mental e de trabalho em professores do ensino médio. Entretanto, até o presente momento, nenhum estudo analisou o comportamento da atividade física no lazer em educadores que trabalham com educação infantil, os quais apresentam características, especialmente laborais, distintas de professores de outras séries.

Como já é reconhecida a importância da atividade física como meio de prevenção e tratamento de uma série de morbidades não transmissíveis, torna-se, agora, importante entender as relações existentes entre a atividade física

de lazer e os fatores que podem estar a ela associados em professores da educação infantil. Tal desafio poderá auxiliar na formulação de propostas para o incentivo da prática entre esses profissionais.

Portanto, o objetivo do presente estudo foi descrever o nível de atividade física no lazer e os fatores a ele associados em professores pré-escolares da rede pública de ensino da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul.

MÉTODOS

Realizou-se um estudo epidemiológico observacional de caráter transversal sobre nível de atividade física no lazer e fatores associados em professores pré-escolares da rede municipal e estadual de ensino na cidade de Pelotas/RS. O Protocolo do estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas (Número do protocolo 120/2010).

A rede pública municipal e estadual é constituída por um total de cento e quarenta e três (143) escolas sendo que dessas, apenas sessenta e duas (62) oferecem Educação Infantil, com 116 professores pré-escolares. Foram pesquisadas todas professoras de Educação Infantil - pré-escolar que atendem crianças de três a cinco (3 a 5) anos de idade distribuídas pelas 62 escolas da rede pública, sendo que quatro professoras estaduais, de uma mesma escola, foram selecionadas aleatoriamente para participar de um Grupo Focal, o qual deu subsídio para criação de perguntas referentes a especificidade do trabalho por elas realizado.

Como critério de inclusão considerou-se todos os professores pré-escolares de escolas públicas efetivos da zona urbana da cidade de Pelotas, ativos no período da coleta de dados e trabalhando em sala de aula, diretamente com os alunos. Foram excluídas as professoras que estavam em algum tipo de afastamento ou licença no período da coleta de dados, e aquelas que participaram do Grupo Focal (GF) realizado para auxiliar na construção do instrumento final.

Para realizar as entrevistas foi solicitada autorização junto à Secretaria Municipal de Educação e à 5ª Coordenadoria Regional de Educação. De posse das respectivas licenças e da lista com os nomes das escolas de Educação Infantil, fez-se contato com a direção das mesmas para agendar as entrevistas com as professoras pré-escolares, preferencialmente no local de trabalho e de maneira a não atrapalhar as atividades das escolas.

As entrevistas foram realizadas por entrevistadoras treinadas. Antes disso, as professoras assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, quando foram informadas sobre os objetivos da pesquisa e elucidadas quanto ao sigilo mantido sobre as informações dadas, utilizadas somente para fins de pesquisa.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário elaborado pelos autores. O mesmo constituiu-se de 161 questões envolvendo aspectos socioeconômicos (nível econômico - através do questionário ABEP, renda em salários mínimos, escolaridade - anos completos de estudo) demográficos (sexo - masculino e feminino, idade - anos completos, cor da pele - auto relatada pelo entrevistado) condições de trabalho (horas-aula semanais, turnos de trabalho, número de alunos por turma, pausas durante o período de trabalho, adequação de mobiliário, de iluminação; movimentos repetitivos, esforço físico despendido para levantar e mover objetos pesados, crianças;

exposição a ruídos internos e externos em sala-de-aula, ao pó de giz), além de comportamentais em relação à saúde (auto percepção de saúde, hábito de fumar, nível de atividade física, índice de massa corporal, transtornos psiquiátricos menores e problemas musculoesqueléticos).

O instrumento utilizado para avaliar o nível de atividade física no lazer foi o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão longa, proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e pelo Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC). Para o presente estudo foi considerada a atividade nos domínios do lazer em uma semana habitual e avaliadas as práticas de caminhada, outras atividades físicas moderadas (aquelas que fazem aumentar um pouco os batimentos cardíacos e aceleram um pouco a respiração) e vigorosas (aquelas que fazem aumentar muito os batimentos cardíacos e aceleram muito a respiração). Os indivíduos que relataram a prática semanal igual ou superior a 150 minutos foram considerados ativos. Para construção deste escore, o tempo gasto com a prática de caminhada, atividades físicas moderadas e vigorosas foram somados, sendo que o tempo das atividades vigorosas foi multiplicado por dois. Esta classificação vai ao encontro das recomendações atuais de atividade física¹⁵.

O índice de massa corporal (IMC) dos indivíduos foi calculado pelo peso (Kg) referido, dividido pela altura (cm) referida elevada ao quadrado, conforme recomendações da Organização Mundial da Saúde (World Health Organization – WHO)¹⁶.

A coleta de dados foi realizada, no período de setembro a novembro de 2010, por 13 entrevistadoras previamente selecionadas, que passaram por um treinamento de 20 horas. Para garantir maior padronização, além do treinamento, foi utilizado um manual de instruções básicas para orientar os procedimentos durante as entrevistas.

Para um total de 10% das professoras já entrevistadas pelas entrevistadoras foi aplicada uma versão resumida do questionário, incluindo, porém, questões essenciais do instrumento para fins de controle de qualidade.

O banco de dados foi construído no programa Epi Info 6.0, sendo realizada dupla digitação de cada questionário com posterior análise de consistência. Para a análise utilizou-se o programa STATA 10.0. Realizou-se uma análise descritiva dos dados, através do uso de tabelas de frequência para variáveis categóricas e estatísticas descritivas (média e desvio-padrão) para as variáveis numéricas. Na análise bruta e ajustada foi utilizado o modelo de regressão de Poisson com variância robusta. Especificamente na análise ajustada, utilizou-se modelo hierárquico, constituído de três níveis: o primeiro, em que estão inseridas as variáveis demográficas (idade e cor da pele), o segundo que abrange as variáveis socioeconômicas (situação conjugal, renda familiar, escolaridade), o terceiro representado por variáveis nutricional (IMC), comportamental (tabagismo), de saúde (auto percepção de saúde) e de trabalho (satisfação no trabalho e horas semanais de trabalho). O desfecho em questão situa-se no terceiro nível, juntamente com as variáveis nele também contidas. Os efeitos das variáveis do primeiro nível foram controlados entre si; as do segundo nível foram controladas entre elas e para as do primeiro nível e as do terceiro nível foram controladas entre elas e para as dos dois níveis anteriores. Para a modelagem estatística, adotou-se a estratégia de seleção para trás e um nível crítico de $p \leq 0,20$ para permanência no modelo, para controle de confusão.

Foram calculadas razões de prevalências (RP) com os respectivos intervalos de confiança (IC95%). Foram consideradas significativas associações com $p < 0,05$.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa todos (100%) os professores ativos ($n=111$) que trabalhavam no ensino pré-escolar dos estabelecimentos de ensino estadual e municipal da cidade de Pelotas/RS no ano de 2010. A média de idade dos entrevistados foi de 39,6 anos ($dp= 8,7$), sendo a totalidade do sexo feminino. Observou-se que mais de 84,0% das professoras era de cor da pele branca e 63,9% era casada/vivia com companheiro. A média de anos de estudos encontrada entre as pesquisadas foi de 15,8 anos ($dp= 2,2$ anos), sendo que 13,5% possuíam nível médio completo, 39,6% nível superior e 46,9% pós-graduação (Tabela 1).

Com relação à auto percepção de saúde e hábito de fumar, verificou-se que 76,6% das professoras consideravam sua saúde como sendo muito boa ou boa e 12,6% admitiram fumar atualmente. Quando avaliadas sobre a realização de prática de atividades físicas no domínio de lazer, a mediana de prática encontrada foi de 0,0 minutos por semana (média= 97,0 minutos/semana; $dp= 161.3$ minutos/semana), sendo que 27,0% das professoras não atingiram a quantidade mínima recomendada pelos órgãos de saúde para benefícios a saúde (150 minutos de atividade física por semana). A média de estatura e massa corporal das professoras foi, respectivamente, de 161,3 cm ($dp=7,0$ cm) e 67,1 Kg ($dp=11,7$ kg) e 55,1% das entrevistadas foram classificadas, segundo o índice de massa corporal (IMC), nas categorias relativas a sobrepeso e obesidade (Tabela 1).

Quanto à renda mensal referente à função docente, constatou-se que 89,2% recebiam entre um e três salários-mínimos (Tabela 1) e, no que se referia à realização de outra atividade remunerada, 7,2% relataram trabalhar em outra função diferente da docência.

Aproximadamente 97,0% lecionavam na rede de ensino municipal e 2,7% na estadual. Em média, estas professoras trabalhavam na pré-escola há 8,9 anos ($dp=6,8$ anos) e sua média de horas-aula semanais era de 35,8 horas ($dp= 8,7$). Mais de 65,0% das professoras trabalhavam em uma escola somente, sendo que 60,4% ($n=67$) realizavam suas atividades nos turnos da manhã e tarde, atendendo, em média, 16,4 alunos por sala de aula ($dp=4,0$ alunos). Quanto à valorização profissional, aproximadamente 20,0% das docentes não se sentiam valorizadas pela direção e por colegas de outras séries com o trabalho desenvolvido na pré-escola; 21,6% referiram estar pouco satisfeitas com o trabalho e 19,8% relataram desejo de abandonar a profissão.

Na análise bruta somente a variável renda mensal docente esteve associada ao desfecho atividade física no tempo de lazer ($p < 0,001$). Respeitando os critérios estabelecidos, somente foram levadas a análise multivariável as variáveis com p valor menor ou igual a 0,2 na análise bruta (cor da pele e renda mensal). A variável renda mensal docente, após controle para fator de confundimento, permaneceu associada ao desfecho, sendo que aquelas com renda entre 1 e 2 salários mínimos apresentaram 220% mais chance de praticar atividades físicas no lazer quando comparadas ao grupo de maior renda (mais de três salários mínimos).

TABELA 1 – Frequência absoluta (n) e relativa (%) das variáveis socioeconômicas e demográficas de professoras da rede pública de ensino da zona urbana da cidade de Pelotas/RS, 2010 (n=111)

Variáveis	N	%
Idade (anos)		
20 -29	14	12,6
30 - 39	39	35,1
40 - 49	45	40,5
50 ou mais	13	11,8
Cor da pele		
Branca	94	84,7
Não branca	17	15,3
Estado civil		
Casada/vive companheiro	71	63,9
Solteira	40	36,1
Escolaridade		
Ensino médio	15	13,5
Superior	44	39,6
Pós graduação	52	46,9
Renda mensal docente*		
Até um salário mínimo	4	3,6
Entre um e dois salários	58	52,2
Entre dois e três salários	41	37,0
Mais de 3 salários	8	7,2
Auto percepção da saúde		
Excelente	5	4,5
Muito boa	36	32,4
Boa	49	44,2
Regular/Ruim	21	18,9
Hábito de fumo atual		
Não	97	87,4
Sim	14	12,6
Índice de Massa Corporal (IMC)		
Normal	49	45,0
Sobrepeso	44	40,4
Obeso	16	14,7
Satisfação no trabalho		
Satisfeito	87	78,4
Pouco satisfeito	24	21,6
Horas semanais de trabalho		
20 a 39 horas	26	23,4
40 horas ou mais	85	76,6
Atividade física no lazer		
Insuficientemente ativo	81	73,0
Ativo	30	27,0

* Salário Mínimo Nacional R\$ 510,00

TABELA 2 – Prevalência, análise bruta e ajustada de prática regular de AF de professoras pré-escolares das escolas públicas da cidade de Pelotas/RS, 2010.

Nível*	Variáveis	%	Análise bruta		Análise ajustada	
			RP (IC95%)	Valor p	RP(IC95%)	Valor p
1	Idade			0,7***		
	20 a 29 anos	35,7	1,0			
	30 a-39 anos	23,1	0,6 (0,3 a 1,6)			
	40 a 49 anos	22,2	0,6 (0,2 a 1,5)			
	50 anos ou mais	46,1	1,3 (0,5 a 3,2)			
1	Cor da pele			0,2**		0,2**
	Branco	29,8	1,0		1,0	
	Não branco	11,8	0,4 (0,1 a 1,5)		0,4 (0,1 a 1,5)	
2	Renda mensal docente (salário mínimo) ^a			<0,001**		<0,001**
	Até 1 salário	100,0	2,7 (1,1 a 6,6)		3,2 (1,2 a 8,3)	
	Entre 1 e 2 salários	19,0	0,5 (0,2 a 1,4)		0,5 (0,2 a 1,5)	
	Entre 2 e 3 salários	29,3	0,8 (0,3 a 2,2)		0,9 (0,3 a 2,6)	
	Mais de 3 salários	37,5	1,0		1,0	
2	Escolaridade			0,8***		
	Ensino médio	26,7	1,0			
	Superior completo	29,6	1,1 (0,4 a 2,9)			
	Pós graduação	25,0	0,9 (0,4 a 2,5)			
2	Situação conjugal			0,7**		
	Casado/vive com companheiro	28,2	1,0			
	Solteiro/Separado/Viúvo	25,0	0,9 (0,5 a 1,7)			
3	IMC ^b			0,5***		
	Normal	26,5	1,0			
	Sobrepeso	31,8	1,2 (0,6 a 2,3)			
	Obesidade	12,5	0,5 (0,1 a 1,9)			
3	Tabagismo			0,9**		
	Nunca fumou	26,8	1,0			
	Fumante atual	28,6	1,1 (0,4 a 2,6)			
3	Satisfação no trabalho			0,8**		
	Satisfeito	27,6	1,0			
	Pouco satisfeito	25,0	0,9 (0,4 a 2,0)			
3	Horas de trabalho semanal			0,1**		
	20 a 39 horas	38,4	1,0			
	40 horas ou mais	23,5	0,6 (0,3 a 1,1)			
3	Percepção de saúde			0,4**		
	Excelente	40,0	1,0			
	Muito bom	27,8	0,7 (0,2 a 2,3)			
	Muito bom/Bom	28,6	0,7 (0,7 a 2,3)			
	Regular/ruim	19,1	0,5 (1,1 a 1,9)			

* Níveis hierárquicos de determinação: ajuste para variáveis do mesmo nível ou nível superior; se valor $p < 0,2$; ** Teste de Wald para heterogeneidade; *** Teste de Wald para tendência; a Salário Mínimo Nacional R\$ 510,00; b Índice de Massa Corporal.

DISCUSSÃO

No histórico pedagógico da criança, a pré-escola é o alicerce para a aprendizagem formal, é o local que acolhe a criança na escola e que procura garantir aos pais confiança para a primeira separação com os filhos. A responsabilidade

para condução dessa tarefa é do professor. Esse necessita ter um domínio dos conhecimentos científicos básicos necessários a aprendizagem e cuidados da criança (conhecimentos de saúde, higiene, psicologia, linguagem, brinquedo, expressão humana, de desenvolvimento físico entre outros). Precisa constantemente adaptar-se as situações e condições diárias de trabalho para um andamento satisfatório de suas atividades laborais.

O presente estudo trata de uma pesquisa inédita sobre o comportamento da prática de atividades físicas no lazer de professores pré-escolares da rede pública de ensino em Pelotas-RS. A maioria dos estudos existentes no Brasil e exterior descrevem e relacionam a atividade física aos professores que atuam nos ensinos fundamental, médio e universitário, os quais apresentam características de trabalho diferentes dos atuantes na pré-escola^{9,12,13}.

A média de idade e a situação conjugal dos professores pesquisados foi semelhante ao de outros estudos realizados com professores do ensino fundamental e médio^{10,12}.

No presente estudo, todo o corpo docente avaliado era do sexo feminino. Pesquisa realizada pela UNESCO¹⁷ identificou que 81,3% dos professores no Brasil eram do sexo feminino. Essa predominância de mulheres na profissão docente pode ser explicada pelo processo histórico de inserção da mulher no mercado de trabalho, onde grande parte delas ingressou no campo educacional, sendo sua atividade rotulada como uma continuidade do trabalho doméstico, passando as professoras a assumir um papel de “mãe educadora”¹². Por isso, talvez seja ainda mais difícil encontrar professores do sexo masculino trabalhando com crianças de menor idade.

A maioria das professoras pesquisadas possuía nível superior completo de escolaridade, fato que pode estar ligado à implementação da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional¹⁸, que determina a formação de docentes em nível superior para atuar na educação básica.

A grande maioria das professoras lecionava na rede municipal de ensino. A Lei de Diretrizes e Base, no Art. 11º, inciso V, determina que os municípios devem se incumbir de oferecer a educação infantil em creches e pré-escolas, e, com prioridade, o ensino fundamental, permitindo a atuação em outros níveis de ensino somente quando estiverem atendidas plenamente as necessidades de sua área de competência e com recursos acima dos percentuais mínimos vinculados pela Constituição Federal à manutenção e desenvolvimento do ensino¹⁸. Isso pode ser comprovado pelos achados onde a grande maioria das professoras lecionava na rede municipal de ensino.

A média de horas-aula semanal encontrada, do número de professoras que realizavam suas atividades na mesma escola (manhã e tarde) e dos docentes que relataram trabalhar em outra função remunerada diferente do magistério é muito semelhante aos dados encontrados no estudo de Medeiros et al.¹⁹ com professores do ensino fundamental de Belo Horizonte. Segundo estes autores, apesar da sobrecarga psíquica de trabalho, os baixos salários forçam os professores a realizar outro tipo de atividade remunerada.

A renda per capita dos professores oscilou entre um e três salários mínimos (mediana= R\$ 1.000,00), condizente com a relatada em outros estudos com professores^{12, 13, 19}. Apesar da importância do trabalho docente na formação integral dos indivíduos, o mesmo ainda é muito pouco valorizado, sendo sua remuneração uma representação da importância que lhe é dada.

O percentual de professoras que enquadraram-se nas categorias referentes a sobrepeso e obesidade de acordo com a classificação do IMC é condizente com os valores encontrados em estudo nacional com mulheres da mesma faixa etária²⁰, mas inferior a de professoras da região do Porto/Portugal²¹.

Dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA)²² relatam que a prevalência de fumo entre as mulheres nas capitais dos estados da região sul do Brasil, em especial do Rio Grande do Sul, são superiores a de outras capitais da união. Condizente com esses dados, a frequência de fumantes atuais do presente estudo foi superior à encontrada em estudos com professores da região sudeste e nordeste do país^{9,23}. Segundo Borges et al.²⁴, o conhecimento não é suficiente para determinar o hábito e abandono do fumo, visto que a sensação de prazer momentâneo ao fumar pode ser um escape às situações estressantes do cotidiano.

Entre as docentes da pré-escola, a prevalência de professoras ativas no tempo de lazer foi superior a encontrada por Dias da Costa e colaboradores²⁵ em mulheres do mesmo município (10,6% ativas) e pouco maior do que a verificada na população brasileira em geral (22,5%)²⁶. Quando comparado à estudo exclusivamente com professores, os resultados do presente estudo apresentam-se semelhante aos descritos por da Silva et al. com professores do ensino básico da cidade de Guanambi – Bahia²⁷. Entretanto, a prevalência é inferior a encontrada em outros estudos, tais como o de Delcor et al.¹² (38,9% no total e 34,5% entre as professoras do ensino pré-escolar até ensino médio), Vedovato e Monteiro¹³ (55,5% entre professores do sexo feminino do ensino fundamental e médio) e Hoffmann e colaboradores (64,0% com professores de pré-escola)²⁸. Tal diferença pode ser, em parte, explicada pelos diferentes questionários utilizados para medir atividade física (prática de atividade física fora do trabalho: sim ou não x QSETES (Questionário com dados sociodemográficos, estilo de vida, trabalho e aspectos de saúde e riscos ocupacionais) x escala Likert indo de nunca a muito frequente/sempre) e os pontos de corte que determinaram o desfecho da prática suficiente (resposta positiva a pergunta “prática de atividade física no lazer” x realiza atividade física três vezes por semana x calculada como variável contínua) nos diferentes estudos.

A atividade física no lazer esteve unicamente associada a renda mensal docente dos professores. Grande parte das evidências na literatura científica tem demonstrado uma relação direta entre renda e atividade física²⁹⁻³¹ indicando que o estado de pobreza pode ser um complicador no combate à inatividade física nesse domínio. Indivíduos com nível educacional mais elevado, assim como com maior renda, possuem mais oportunidades, facilidades e acessos para praticar atividades físicas, além de conviverem num meio social em que a prática é reconhecida por seus pares como favorável à saúde, o que pode facilitar a adesão²⁹. Esses grupos tendem a apresentar melhores condições de saúde, melhor suporte social e assimilam com mais facilidade as recomendações e os benefícios da prática regular de atividade física²⁹. Entretanto, nossos achados demonstraram que aqueles com menor renda no trabalho foram mais ativos no lazer quando comparados aos com maior renda. Existe em nosso estudo, como era de se esperar, uma associação linear direta entre renda e carga horária trabalhada. Além disso, a carga de trabalho parece ser um mediador na relação entre renda e atividade física (RP de prática na categoria com menor renda reduziu-se para 2,2). Tal associação pode ajudar a explicar os resultados do estudo, visto que, professoras com grau de escolaridade semelhante e menor

tempo de trabalho semanal na escola, possuem mais tempo livre para realização de atividades não laborais, entre as quais as atividades físicas.

Alguns aspectos devem ser destacados no presente estudo. Por um lado, além do cuidado metodológico e a inexistência de perdas e recusas, esse é o primeiro a avaliar o nível de atividade física no lazer de professores exclusivamente da pré-escola pública no Brasil (estudo de Delcor et al.¹² é o único que apresenta dados de professores do ensino privado pré-escolar até o ensino médio). Por outro lado, estudos ocupacionais de corte transversal só incluem indivíduos que sobreviveram à doença o que poderia ter afetado em algumas medidas de ocorrência. Devido a isso, não podemos deixar de considerar a possibilidade de se ter perdido informação daqueles professores que abandonaram a profissão em decorrência de alguma doença ou desgaste relacionado ao trabalho. Além disso, a avaliação da atividade física no lazer foi realizada via instrumento amplamente utilizado e validado para tal finalidade (IPAQ), diferentemente dos estudos encontrados com professores do ensino básico e fundamental. Contudo, vale a pena enfatizar que a caminhada, utilizada no cálculo do tempo semanal de atividade física, pode ter sido realizada em intensidade leve, o que poderia levar a uma redução na prevalência de atividade física suficiente encontrada.

Concluindo, encontrou-se uma população de professores jovens e exclusivamente do sexo feminino, com baixa renda mensal. A prevalência de atividade física entre esses trabalhadores, apesar de superior a da população geral, é baixa, principalmente quando comparada a de professores de outras séries. Renda mensal do docente foi a única variável preditora da atividade física no tempo de lazer. Os resultados obtidos demonstram uma realidade, até então, pouco estudada no cenário nacional e que sugere a importância da atenção a ser dada a esse tipo de profissional ainda pouco lembrado dentro do contexto escolar. Além disso, tais achados são importantes para a criação de diretrizes e leis que ajudem a preservar as condições de saúde desse grupo específico de docentes.

Contribuição dos autores

Marcelo Cozzensa da Silva e Christine Vieira Spieker realizaram a revisão de literatura, conduziram as análises, confecção das tabelas e gráfico, interpretação, escrita dos resultados e discussão. Luciane Goulart da Silva conduziu o trabalho de campo e ajudou na escrita do artigo, em todas as fases.

REFERÊNCIAS

1. Reis EJFB, Araújo TM, Carvalho FM, Barbalho L, Silva MO. Docência e exaustão emocional. *Educ Soc.* 2006; 27:229-53.
2. Mendes MLM. Condições de trabalho e saúde docente. Rio de Janeiro: Universidade Estadual do Rio de Janeiro; 2006.
3. Chong EY, Chan AH. Subjective health complaints of teachers from primary and secondary schools in Hong Kong. *Int J Occup Saf Ergon.* 2010; 16:23-39.
4. Paschoal JD, MCG M. A história da educação infantil no Brasil: avanços, retrocessos e desafios dessa modalidade educacional. *Revista HISTEDBR on line.* 2009; 33:78-95.
5. World Health Organization (WHO). Move for health: benefits of physical activity. Geneva; WHO; 2006. [citado 2006 Feb 11]. Disponível em: http://www.who.int/moveforhealth/advocacy/information_sheets/benefits/en/index.html
6. Barros MVG, Nahas MV. Comportamentos de risco, auto-avaliação do nível de saúde e percepção de estresse entre trabalhadores da indústria. *Rev Saude Publica.* 2001; 35(6):554-63.

7. Hallal PC, Reichert FF, Siqueira FV, Dumith SC, Bastos JP, Silva MC, et al. Correlates of leisure-time physical activity differ by body-mass-index status in Brazilian adults. *J Phys Act Health*. 2008; 5(4):571-8.
8. Codo W. Educação: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes, 1999.
9. Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2006; 22:2679-91.
10. Silvano-Neto AM, Araújo TM, Dutra FRD, Azi GR, Alves RL. Condições de trabalho e saúde de professores da rede particular de ensino de Salvador, Bahia. *Rev Baiana Saude Publica*. 2000; 24:45-56.
11. Silva LG, Silva MC. Condições de trabalho e saúde de professores pré-escolares da rede pública de ensino de Pelotas, RS, Brasil. *Cien Saude Colet*. 2013; 18(11): 3137-3146.
12. Delcor NS, Araújo TM, Reis EJFB, Porto LA, Carvalho FM, Silva MO, et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cad Saude Publica* 2004; 20:187-96.
13. Vedovato TG, Monteiro MI. Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. *Rev Esc Enferm USP*. 2008; 42:290-97
14. Bogaert I, De Martelaer K, Deforche B, Clarys P, Zinzen E. Associations between different types of physical activity and teachers' perceived mental, physical, and work-related health. *BMC Public Health*; 2014, 14:534.
15. WHO - World Health Organization. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization; 2010.
16. World Health Organization. Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry. Geneva: WHO; 1995.
17. Organização das Nações Unidas para a educação a ciência e a cultura - UNESCO e Organização Internacional do Trabalho. Compreensão e utilização da Recomendação da OIT/UNESCO de 1966 relativa ao Estatuto dos Professores e da Recomendação de 1997 da UNESCO relativa ao Estatuto do Pessoal do Ensino Superior. Geneva: UNESCO e OIT; 2008
18. Brasil. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional Lei nº 9.394. Brasília: Diário Oficial da União; 1996.
19. Medeiros AM, Barreto SM, Assunção AA. Voice disorders (dysphonia) in public school female teachers working in Belo Horizonte: prevalence and associated factors. *J Voice*. 2008; 22:676-87.
20. Ministério da Saúde. Pesquisa nacional de demografia e saúde da criança e da mulher. [citado 2011 fev 12]; Disponível em: http://bvmsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnds_crianca_mulher.pdf
21. Freitas SV. Disfonia em professoras do Primeiro Ciclo do Ensino Básico: prevalência e factores de risco. *Arq Med*. 2006; 20 (5-6): 145-152.
22. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Inquérito domiciliar sobre comportamento de risco e morbidade referida de doenças e agravos não transmissíveis: Brasil, 15 capitais e Distrito federal, 2002-2003. Rio de Janeiro; 2004.
23. Reis EJFB, Carvalho FM, Araújo TM, Porto LA, Silvano Neto AM. Trabalho e distúrbios psíquicos em professores da rede municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2005; 21:1480-90.
24. Borges I, Silva Junior OC, Rego NGC. Enfermeiros professores universitários fumantes: quando o saber científico não é suficiente. *R de Pesq: cuidado é fundamental*. 2004; 8:59-69.
25. Dias-da-Costa JS, Hallal PC, Wells JCK, Daltoé T, Fuchs SC, Menezes AMB, et al. Epidemiology of leisure-time physical activity: a population-based study in southern Brazil. *Cad Saude Publica*. 2005; 21(1):275-82.
26. Florindo AA, Guimarães VV, Cesar CLG, Barros MBA, Alves MCGP, Goldbaum M. Epidemiology of leisure, transportation, occupational and household physical activity: prevalence and associated factors. *J Phys Act Health*. 2009; 6:625-32.
27. da Silva MCG, Andrade NL, Pires PS, Almeida CB, Mussi RFF. Comportamento de atividade física em professores da educação básica guanambiense. *Coleção Pesquisa em Educação Física*. 2010; 9(3): 79-86

28. Hoffmann SW, Tug S, Simon P. Obesity prevalence and unfavorable health risk behaviors among German kindergarten teachers: cross-sectional results of the kindergarten teacher health study. *BMC Public Health*. 2013, 13:927.
29. Pan SY, Cameron C, DesMeules M, Morrison H, Craig CL, Jiang XH. Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadians: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2009; 9:21.
30. Cerin E, Leslie E. How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity. *Soc Sci Med*. 2008; 66:2596-609.
31. de Sousa CA, César CL, Barros MB, Carandina L, Goldbaum M, Marchioni DM et al. Prevalence of leisure-time physical activity and associated factors: a population-based study in São Paulo, Brazil, 2008-2009. *Cad Saude Publica*. 2013; 29(2):270-82.

**ENDEREÇO PARA
CORRESPONDÊNCIA**

MARCELO COZZENSA DA SILVA

Escola Superior de Educação Física,
Universidade Federal de Pelotas
Rua Luiz de Camões 625 – CEP 96055-
630, Pelotas, RS, Brasil
Fone (fax): 53 3273-2752
E-mail: cozzensa@terra.com.br

RECEBIDO 15/05/2014
REVISADO 17/07/2014
APROVADO 21/07/2014
