



ARTIGO DE PESQUISA

AS POSSÍVEIS ALTERAÇÕES NO ESTILO DE VIDA E SAÚDE DE PROFESSORES

POSSIBLE CHANGES IN TEACHERS' HEALTH AND LIFESTYLE

POSIBLES CAMBIOS EN EL ESTILO DE VIDA Y SALUD DE PROFESORES

Lidiane Naiara Teixeira¹, Ana Laura Rodrigues², Flávia Mendes Silva³, Renata Cristina da Penha Silveira⁴.

RESUMO

Objetivos: Realizar revisão integrativa da literatura e descrever as possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores nos níveis do ensino fundamental, médio e superior. Realizou-se busca nas bases de Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), identificados por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de 2010 a 2014. Utilizou-se os descritores: Saúde, Trabalho, Docentes, Professor, Ensino fundamental e médio, Estilo de vida, Saúde ocupacional. Foram encontrados 98 artigos, entretanto apenas 22 foram elegíveis para a pesquisa. Os resultados mostrados apresentam as principais alterações de saúde da classe profissional de professores, sendo que os artigos estudados agruparam e correlacionaram conhecimentos com o atual estilo de vida e qualidade dos docentes.

Descritores: Estilo de vida; Trabalho; Docentes; Ensino fundamental e médio; Saúde do trabalhador.

ABSTRACT

Objectives: To conduct an integrative literature review and describe the possible changes in health and lifestyle of school teachers and university teachers. We performed a search in the following databases: Latin American Literature on Health Sciences (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), identified through the Virtual Health Library (BVS) in the period from 2010 to 2014. We used these descriptors: Health, Work, Teacher, Elementary, middle and high school, Lifestyle, Occupational Health. 98 articles were found; however, only 22 were eligible for the study. The results show the main health changes of the teacher profession; the articles studied group and correlate knowledge with their current lifestyle and quality of life.

Descriptors: Lifestyle; Work; Teachers; Education, Elementary, Middle and high school; Occupational health.

RESUMEN

Objetivos: Llevar a cabo la revisión integradora de la literatura y describir los posibles cambios en el estilo de vida y salud de profesores en los niveles enseñanza primaria, secundaria y superior. Se realizó la búsqueda en las bases de Literatura Latinoamericana en Ciencias de la Salud (LILACS), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), identificados por medio de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), en el periodo de 2010 a 2014. Se utilizaron los descriptores: Salud, Trabajo, Docentes, Profesor, Enseñanza primaria y secundaria, Estilo de vida, Salud ocupacional. Se encontraron 98 artículos, sin embargo, solo 22 se pudieron elegir para la investigación. Los resultados mostrados presentan los principales cambios en la salud de la clase profesional de profesores, los artículos estudiados agruparon e correlacionaron conocimientos con su actual estilo y calidad de vida.

Descriptores: Estilo de vida; Trabajo; Docentes; Enseñanza primaria y secundaria; Salud laboral.

¹ Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de São João Del Rei UFSJ CCO. Atuando em pesquisas Ciência da Saúde. Foi bolsista do PET Redes de Atenção e Cuidado à Saúde das Pessoas Estomizadas durante o período de agosto de 2013 a abril de 2014, recentemente, participou como voluntária de abril de 2014 a setembro de 2013. Participou como voluntária do projeto de extensão de Cuidados Paliativos. Iniciou como bolsista de Iniciação Científica CNPQ UFSJ em agosto de 2014 até julho de 2015. Técnica em administração com ênfase em gestão de negócios. Atuará na pesquisa com os seguintes temas: Saúde do Trabalhador; Acidentes de Trabalho; Estilo de vida e Promoção em saúde, ² Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de São João Del Rei UFSJ CCO, ³ Enfermeira Especialista em Oncologia pela Universidade Federal de Minas Gerais. Mestranda em Enfermagem pela Universidade Federal de São João Del Rei, Campus CCO-Dona Lindu, ⁴ Enfermeira. Mestre, Doutora e Pós Doutora em Enfermagem pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto (EERP-USP). Professor Adjunto IV da Universidade Federal de São João Del Rei, Campus CCO-Dona Lindu.

INTRODUÇÃO

Desde a década de 1970, houve transformações nas classes trabalhadoras, com destaque na fragmentação, na heterogeneização e nas novas configurações do trabalho. A partir de 1990, a redefinição administrativa e acadêmica das instituições públicas universitárias brasileiras caracterizou-se pelo aumento do trabalho docente e com a construção de uma cultura centrada no capitalismo, tendo como elementos fundamentais as exigências de metas e excelência produtivas, além de mudanças importantes no conjunto de direitos trabalhistas. Devido às reformas ocorridas, houve vários protestos, reivindicações e revolta, principalmente na comunidade acadêmica. Isso se deu pela maneira impositiva de programas governamentais, com a prevalência das leis do mercado de trabalho e a importação das teorias administrativas de educação ⁽¹⁾.

Segundo pesquisadores, observa-se, entretanto, que existem diversas pesquisas que tratam da precarização do trabalho e do adoecimento dos docentes, estas se focaram nas condições e organização do trabalho e em suas relações com o adoecimento, muitas delas em virtude de mudanças macroeconômicas. Apenas em 2002 houve um encaminhamento congressual com debate do tema “saúde docente” devido à solicitação das seções sindicais em âmbito das mesas de negociações sobre assistência à saúde do Sistema Único de Saúde (SUS), foi realizado por meio de debates, levantamentos e estudos conforme o tema proposto ⁽²⁾.

A condição de saúde é um aspecto fundamental para a qualidade de vida, bem como para a capacidade de trabalho das pessoas. O quadro de vida dos professores, das instituições federais de ensino superior, vem apresentando complicações de saúde, incluindo os distúrbios psicológicos, problemas

ergonômicos relacionados ao trabalho e outros de ordem geral, em que tomam importância as doenças crônicas associadas ao estilo de vida. Destacam-se entre os distúrbios psicológicos o estresse, a depressão, o esgotamento mental e a Síndrome de *Burnout*; e entre os problemas ergonômicos os sintomas osteomusculares e os distúrbios vocais. Esses fatores estão relacionados com a implicação de múltiplas das seguintes exigências: cumprimento da carga horária extensa, realização de pesquisas e orientação de alunos, convivência com riscos de acidentes nas práticas, exigências extras envolvidas no serviço e a ambição pelo crescimento profissional, que, muitas vezes, refletem em uma má alimentação e causam estresse ⁽³⁾.

Dentro dessa temática, é importante destacar que o estilo de vida pode ser compreendido como uma forma cultural e social de viver, abrangendo hábitos e condutas capazes de contribuir de forma positiva ou negativa para a saúde de refletir no aumento das taxas de morbidade e mortalidade. O sedentarismo, o consumo de álcool e fumo e a dieta inadequada são exemplos de hábitos que podem aumentar o risco de morte e agravo à saúde; outros hábitos como a dieta equilibrada e atividade física regular são considerados protetores ⁽⁴⁾.

O estilo de vida e o nível de satisfação no trabalho interferem no cotidiano dos trabalhadores, uma vez que profissionais motivados e possuidores de um estilo de vida saudável apresentam fatores importantes para a manutenção da saúde ⁽⁵⁾.

O trabalho pode ser visto, então, como fundamental e com grande influência no estilo e na qualidade de vida das pessoas, tendo em vista que boa parte das horas do dia elas dedicam-se às atividades laborais. Nesse cenário das relações entre o homem e o trabalho, salientam-se as questões relacionadas ao perfil do estilo e vida e a qualidade de vida no trabalho, ambas

influenciando e sendo influenciadas constantemente ⁽⁶⁾.

Em um estudo com 403 docentes da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), cuja pesquisa foi realizada entre outubro de 2009 e março de 2010, foram selecionados 96 efetivos, sendo 40 mulheres (41,7%), idade média de 46,7 anos, variando entre 26 e 68 anos, distribuídos por 18 departamentos acadêmicos. Entre os participantes da amostra, 94,8% trabalham em regime de dedicação exclusiva e têm, em média, 14,6 anos de atividade na universidade; 43,8% assinalaram que estão trabalhando demais; 34,4% informam que não se sentem produtivos; 71,9% sentem-se desestimulados ao trabalhar com colegas; quanto ao adoecimento, 81,3% têm procurado atendimento médico e/ou psicológico nos últimos dois anos ⁽⁷⁾.

A carga de trabalho excessiva para a maioria dos docentes, a flexibilidade da jornada de trabalho e a constante exigência de produtividade fazem com que, na prática, eles encontrem pouco tempo para as atividades diárias. Um estudo realizado em 2008, em Popayán, na Colômbia, teve como amostra 44 docentes de duas universidades privadas; 43% relataram trabalhar entre 48-63 horas/semanais; 75% gastam mais de 3/4 do tempo de trabalho interagindo com os alunos. Em relação à síndrome de *Burnout*, verificou-se que 9% tinham níveis positivos de despersonalização; em relação a consequente esgotamento, verificou-se um subtotal de 15 professores ⁽⁸⁾.

Em estudo realizado em Belo Horizonte/MG, entre maio de 2004 e julho de 2005, com 2.133 professoras do ensino fundamental da Rede Municipal de Ensino, os seguintes resultados foram percebidos: entre os problemas apresentados, os autores constataram a disfonia, que é a alteração da voz decorrente de um distúrbio funcional e/ou orgânico do trato vocal. O estudo mostrou que

nas últimas duas semanas antes da coleta, 61% das professoras referiram cansaço para falar; 56% perceberam piora na qualidade da voz; 30% foram afastadas da sala de aula por problemas vocais ⁽⁹⁾.

Um estudo realizado no município de Bagé/RS, entre agosto e setembro de 2010, teve como objetivo investigar a condição de saúde, estilo de vida e as características de trabalho dos professores do município. Conforme os dados da secretaria Municipal de Educação, a rede contava com 59 escolas, compreendendo a educação infantil, o ensino fundamental e a educação de jovens e adultos, com um quadro com 1.238 professores. Todos eles foram convidados a participar e foram excluídos os cedidos para outras secretarias municipais ou para outras instituições do município ou fora dele, os professores afastados do trabalho e os estagiários. Os resultados foram: 414 responderam ao questionário, assim, 58 escolas participaram do estudo, sendo 93% da zona urbana e 7% da zona rural. A maioria dos indivíduos possui pós-graduação, 59%. Quanto aos hábitos do estilo de vida, 65,2% dos sujeitos foram fisicamente ativos, enquanto 32,3% apresentaram sobrepeso e 14,4%, obesidade. Os professores com mais tempo de docência (mais de 21 anos) apresentaram prevalência de percepção de saúde geral ruim/regular cerca de duas vezes maior que os demais ⁽¹⁰⁾.

Para docentes do sexo feminino implica um esforço ainda mais intenso, pois elas buscam conciliar trabalho doméstico e trabalho profissional no mesmo espaço físico e no mesmo intervalo temporal. Apesar dessa situação retratada, um estudo mostra que 82,5% das mulheres possuem titulação de doutorado e apenas 78,6% dos homens possuem a mesma titulação. Por sua vez, são eles os que mais se vinculam aos programas de pós-graduação, com 73,2%. De maneira geral, os problemas que afetam a saúde dos

docentes são mais frequentes entre as mulheres do que entre os homens, 36% apresentam queixas relacionadas a agravos de ordem psicoemocional (principalmente depressão e ansiedade). Outro conjunto de problemas inclui enxaqueca, cistite e crise gástrica - que são afecções passíveis de serem desencadeadas por aspectos ligados à dimensão psicoemocional - e atinge 14,1% dos docentes. Nesse caso, novamente as mulheres são as mais atingidas. Apresentam essa modalidade de problema 20% do grupo feminino e 9,3 do grupo masculino ⁽¹¹⁾.

O presente estudo teve como objetivo descrever quais as possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores do ensino fundamental, médio e superior.

O interesse pelo tema se originou pelas condições de convivência e saúde desses profissionais, sendo uma preocupação frequente do pesquisador do presente estudo.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa descritiva, exploratória, com delineamento não experimental, baseada em documentação secundária, do tipo levantamento bibliográfico, que ocorreu no período entre outubro e novembro de 2014. Utilizou-se o sistema informatizado de busca nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana de Ciências da Saúde da América Latina e do Caribe (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), identificados por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Na primeira fase, foi realizada uma busca simples sem critério de refinamento, sendo utilizados os seguintes descritores e suas combinações: “Saúde”, “Trabalho”, “Docentes”, “Professor”, “Ensino fundamental e médio”, “Estilo de vida”, “Saúde ocupacional”. Com todos os cruzamentos,

chegou-se a um total de 4.753 artigos. Após essa primeira etapa, fez-se o refinamento pelos critérios de inclusão e exclusão.

Já na segunda fase da busca, os critérios de inclusão pré-estabelecidos foram: data de publicação no período de 2010 a 2014; idioma de publicação em português, espanhol e inglês; estudos apenas quantitativos; Qualis da revista de publicação na enfermagem e fator de impacto, sendo de B2 a A1. Após aplicado esse refinamento, foi realizada a leitura e análise dos títulos e resumo dos selecionados. Iniciou-se a segunda fase com análise do título do artigo. Se este fosse elegível, de acordo com o tema da pesquisa, far-se-ia a leitura do resumo. Estando o resumo também de acordo com os critérios, estes seriam lidos na íntegra. Houve, assim, em um primeiro momento, um total de 98 artigos. Todos esses trabalhos foram agrupados e analisados individualmente e os que não respondiam à pergunta do estudo foram excluídos desta pesquisa, totalizando para a próxima fase 54 artigos, com os seguintes resultados: com o cruzamento do descritor “Trabalho” com os demais descritores foram selecionados 20 artigos, que foram lidos na íntegra, destes, quatro foram selecionados, sendo três na base de dados SCIELO e um na LILACS; os demais foram repetidos pelos outros cruzamentos. Com o descritor “Estilo de vida” com os respectivos descritores, foram selecionados seis artigos, após a leitura e análise, foi selecionado um na base de dados LILACS; com o termo “Saúde ocupacional” com também todos os descritores foram selecionados 28 artigos, que também foram lidos e analisados, destes, 17 preencheram todos os critérios da revisão, sendo 13 na base de dados SCIELO, um na MEDLINE e dois na LILACS. Após todos esses critérios, chegou-se a um total de 22 artigos para que os objetivos do presente estudo fossem atingidos.

Nos artigos selecionados, em relação ao delineamento de pesquisa, pautou-se em uma

análise e nas sínteses dos dados extraídos dos estudos, que foram realizadas de forma descritiva, o que possibilitou observar, descrever e classificar os dados, com o objetivo de reunir o conhecimento produzido sobre o tema pesquisado na revisão ⁽¹²⁾.

Para amostra final desta revisão, foram constituídos os artigos catalogados e identificados por autor, título do artigo, periódico, ano de publicação, objetivos da pesquisa, resultados e conclusão. Em seguida,

os artigos foram agrupados segundo os assuntos abordados, totalizando assim 22 artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os 22 artigos pesquisados foram agrupados em seis quadros com as alterações mais encontradas.

Quadro 1 - Distribuição de artigos localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e SCIELO sobre os principais sintomas osteomusculares em professores do ensino fundamental, médio e superior de 2010-2014. Divinópolis, Minas Gerais, 2015

Título do Artigo	Autores	Resultados	Recomendações/Conclusões
Aspectos psicossociais do trabalho docente e dor musculoesquelética ⁽¹³⁾	Maria Silvia Martins Mango, Mônica Kopplin Carilho, Bianca Drabovski, Emerson Joucoski, Maurício Camargo Garcia, Anna Raquel Silveira Gomes.	Os participantes tinham idade média de 38,6 ± 9,4 anos, sendo 95,2% do gênero feminino e 4,7% masculino, (amostra composta por 126 indivíduos). A prevalência de distúrbios osteomusculares encontrada nessa investigação foi de 91%.	Os distúrbios musculoesquelético têm despertado cada vez mais a atenção de pesquisadores preocupados com questões referentes à saúde e ao trabalho, em virtude do custo e do impacto na qualidade de vida desses trabalhadores.
Análise dos Sintomas osteomusculares de professores do ensino fundamental em Matinhos/PR ⁽¹⁴⁾	Jefferson Paixão Cardoso, Tânia Maria de Araújo, Fernando Martins Carvalho, Nelson Fernandes de Oliveira, Eduardo José Farias Borges dos Reis.	Foram investigados 4.496 (95,7%) professores, 3.197 responderam ao questionário de forma completa. As prevalências de DME nos membros superiores e dorso entre professores da rede municipal de ensino de Salvador foram elevadas: ambas 41,1%, apontando que quase metade dos docentes apresentou dor nos segmentos corporais.	Esse estudo investigou uma população relativamente jovem, predominantemente feminina, com sobrecarga no trabalho, carga horária excessiva, trabalhando em mais de um turno e em trabalho de alta exigência.
Prevalência de sintomas osteomusculares em professores de escolas públicas e privadas do ensino fundamental ⁽²¹⁾	Jerônimo Costa Branco, Felipe Guido e Silva, Karen Jansen, Patrícia Haertel Giusti.	A prevalência geral de sintomas osteomusculares referido pelos docentes nos últimos doze meses foi de 89,7% e de 68,4% nos últimos sete dias. Verificou-se nesse estudo que quanto mais avançada a idade, maior é a presença de sintomas osteomusculares nos membros inferiores, com uma prevalência de 60% de queixas.	Acredita-se que os professores que trabalham até 20h têm mais tempo para atividades de lazer, os de mais de 41h não possuem tempo de realizar outras atividades, e os de 21h a 40h, além de trabalhar, podem realizar atividades extras conjuntamente, implicando sobrecarga física.

Fonte: BVS (<http://www.bireme.br/php/index.php>, acessado em outubro de 2014). Elaborado pelo autor.

A manutenção de um ambiente escolar que seja saudável é considerada um desafio,

já que acarreta incertezas sobre o funcionamento da instituição escolar, que

deve valorizar o trabalho docente, preocupando-se com as condições de trabalho no quais estes estão inseridos ⁽²²⁾.

Dentre os 22 artigos selecionados, nove, 40,9%, referem que a alteração de saúde mais acometida em suas amostras estão relacionadas à prevalência de algum tipo de sintomas osteomusculares ^(13-14,16,19,21-22,25-26,31).

As regiões do corpo que geralmente são mais acometidas são lombar, seguida de dorsal, ombros, cervical e membros inferiores. Esse achado interfere significativamente no estilo de vida desses trabalhadores, visto que esses sintomas muitas vezes causam impedimento do docente de realizar suas atividades cotidianas ^(14,22).

Pesquisa realizada com professores universitários com o objetivo de verificar a relação entre nível de saúde geral, dor musculoesquelética, frequência de sintomas musculoesqueléticos e a Síndrome de *Burnout*, constatou ainda que a presença de dores musculoesqueléticas pode estar associada também ao estresse emocional desses professores, que além de manter dupla jornada de trabalho, número elevado de horas trabalhadas e vínculo com mais de uma instituição, sofrem cobranças psicológicas, com exigências e cumprimento de ordens que levam à exaustão profissional ⁽²⁵⁾.

Quadro 2 - Distribuição de artigos localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e SCIELO sobre as condições de saúde em professores do ensino fundamental, médio e superior de 2010-2014. Divinópolis, Minas Gerais, 2015

Título do Artigo	Autores	Resultados	Recomendações/Conclusões
Condições de trabalho e saúde de professores pré-escolares da rede pública de ensino de Pelotas, RS, Brasil ⁽³¹⁾	Luciane Goulart da Silva, Marcelo Cozzensa da Silva.	Os estudados eram do sexo feminino, mais de 55% foram classificadas com sobrepeso, 12,6% fumavam atualmente e 73,0% eram insuficientemente ativos no tempo de lazer. Quanto às condições de trabalho, 66,7% relataram trabalhar em posição incômoda, 40,5% o mobiliário de trabalho inadequado e 50,5% as pausas realizadas durante o trabalho são insuficientes para o descanso. A prevalência de dor nas regiões lombar, torácica, pescoço e ombros foram elevadas (17,8%).	Encontrou-se uma população de professores jovens e exclusivamente do sexo feminino, com baixa renda mensal e alta demanda psicológica e física de trabalho. Destacou-se que a prevalência de professores com distúrbios psiquiátricos menores foi inferior à encontrada em professores de outros níveis de ensino e os problemas musculoesqueléticos.
Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e Síndrome de <i>Burnout</i> em professores universitários ⁽²⁵⁾ .	Eneida Yuri Suda, Ana Tereza Coelho, Alynne Cristina Bertaci, Bianca Balbe dos Santos.	Foram avaliados 50 professores de uma universidade privada. A maioria dos professores apresentou comprometimento do nível de saúde, sendo que 70% apresentaram dor no pescoço e 64% na região lombar nos últimos 12 meses. Houve correlação positiva entre nível geral de saúde e a dimensão exaustão emocional do inventário de <i>Burnout</i> . Porém, não houve correlação entre as dimensões do MBI-HSS e dor musculoesquelética.	Na população estudada houve associação entre nível geral de saúde e exaustão emocional, ou seja, quanto maior o comprometimento da saúde, maior o índice de exaustão. Embora não tenha sido encontrada correlação entre a ocorrência de dor musculoesquelética nos últimos 12 meses e as dimensões do MBI-HSS, a maioria da população apresentou dor nas regiões do pescoço e lombar.
Riscos e doenças ocupacionais do docente universitário de enfermagem: implicações na saúde do trabalhador ⁽²⁶⁾	Jefferson Moraes de Oliveira, Priscilla Furtado Santos, Rafaela de	Participaram da pesquisa 45 (90%) docentes do curso de graduação de enfermagem. Observou-se a predominância do sexo feminino (64,44%). No que tange às condições de trabalho, a utilização do giz	Esse estudo possibilitou identificar as condições do trabalho e os riscos ocupacionais, bem como analisar as doenças ocupacionais e os motivos de afastamento do docente universitário de enfermagem, no intuito de propor medidas de

	Godoy Feliciano, Maíra Muniz Assis, Elane Antunes Cortez, Geilsa Soraia Cavalcanti Valente.	foi considerado o pior item organizacional correlacionado às doenças respiratórias (12,5%), sendo o segundo à acústica/arquitetônica. No que concerne aos riscos ocupacionais, o mais evidenciado foi o excesso de peso (75,56%) que os docentes carregam durante a jornada diária de trabalho, devido ao grande número de turmas que acumula na função e a falta de um local cedido para armazenamento de materiais em excesso.	prevenção aos docentes. Assim, é salutar que se deve intervir com estratégias de prevenção e promoção da saúde, estimulando a prática de atividades físicas e de lazer, orientações do uso adequado da voz, visando proporcionar a esses trabalhadores da educação uma melhoria das condições de saúde.
--	---	--	---

Fonte: BVS (<http://www.bireme.br/php/index.php>, acessado em outubro de 2014). Elaborado pelo autor.

Corroborando estudo com o objetivo de identificar as condições do trabalho e os motivos de afastamento entre docentes universitários, evidenciou-se que 25% dos afastamentos laborais estavam relacionados a comprometimento musculoesquelético, geniturinário (15,66%), respiratório (14,58%), cardiovascular e vocal, ambos com (9,38%)⁽²⁶⁾.

Tais resultados se justificam pelas condições de trabalho no qual esses docentes estão envolvidos, como posição incômoda, mobiliário inadequado, poucas pausas para

descanso⁽²¹⁾, além da carga horária extensa, trabalhando em mais de um turno com trabalho de alta exigência e sobrecarga de trabalho^(13,21). Em um estudo com 320 professores do ensino fundamental da rede pública e privada de Pelotas/RS, com o objetivo de verificar a prevalência de sintomas osteomusculares, evidenciou-se que quanto mais avançada a idade maior é a prevalência de sintomas osteomusculares, principalmente nos membros inferiores⁽²¹⁾.

Quadro 3 - Distribuição de artigos localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e SCIELO sobre condições de saúde e estilo de vida em professores do ensino fundamental, médio e superior de 2010-2014. Divinópolis, Minas Gerais, 2015

Título do Artigo	Autores	Resultados	Recomendações/Conclusões
Condições de saúde autorreferidas de professores de uma universidade regional ⁽¹⁶⁾	Rosane Teresinha Fontana, Débora Avello Pinheiro	Entre os 59% que consideram sua saúde de regular a boa, as maiores queixas referem-se às dores. As dores mais frequentes, referidas pelos professores, foram lombalgia (26%), cefaleia (19,3%), artralguas (16,1%), cervicalgia (16,1%) e dor nos membros inferiores (13%). Houve relato de outro tipo de dor. Estresse (23%) e irritabilidade (14,2%) foram citadas como agravos decorrentes da ocupação. Aos riscos ocupacionais, a maioria (73,5%) dos docentes pesquisados 26,4% referiu dificuldade na emissão.	Os professores vêm sofrendo ao longo do tempo transformações no seu cotidiano em decorrência das novas tecnologias, mudanças no sistema educacional e nas formas de organização do seu trabalho. A rotina do trabalho modificou e as exigências socioeconômicas aumentaram, o que favorece a exposição desse trabalhador a cargas de trabalho fatigantes e a dispor de menos tempo para o lazer e o convívio familiar, tornando-o vulnerável ao sofrimento e ao adoecimento.

Professores do ensino público superior: produtividade, produtivismo e adoecimento ⁽³⁰⁾	Izabel Cristina Ferreira Borsol, Flavilio Silva Pereira.	O questionário foi respondido por 98 professores de uma universidade federal. Os resultados apontam que a procura de ajuda médica e/ou psicológica é mais frequente entre docentes de programas de pós-graduação, 62.5%, principalmente entre mulheres com maior número de orientandos. Além disso, mais de 80% deles informaram ter problemas como enxaqueca, cistite e crises gástricas. Indicam, também, que é devido à diversidade de atividades.	Uma relação direta entre sofrimento/adoecimento e atividades realizadas em contato com estudantes, o que tende a corroborar o que vem sendo apresentado pela literatura que destaca a ocorrência de casos de Síndrome de <i>Burnout</i> entre professores. A pesquisa aponta que essa relação se apresenta de forma mais explícita entre as mulheres.
The psychosocial work environment and mental health of teachers: a comparative study between the United Kingdom and Hong Kong ⁽²⁸⁾	Jessica Janice Tang, Stavroula Leka, Sara MacLennan.	Amostra de 259 professores de tempo integral, sendo 155 do Reino Unido e 104 de Hong Kong. Os professores de HK são mais propensos a perceber os níveis de estresse mais elevados devido a essa imagem social na sociedade. A maioria (93,2%) estava com um alto esforço e uma baixa recompensa, gerando uma situação de desequilíbrio nos participantes. O estresse percebido foi encontrado para prever professores saúde mental. Houve diferenças significativas na variável psicossocial entre os professores do Reino Unido e Hong Kong.	Os professores tinham mais estresse percebido que a população normal estudada em pesquisas anteriores. Professores relataram pior saúde mental e ter mais limitações devido a problemas emocionais que o normal, a população. Os resultados de ambos os professores do Reino Unido e Hong Kong mostraram que houve uma negativa estatisticamente significativa correlação entre saúde mental e estresse percebido, uma descobrindo que novamente é semelhante a estudos anteriores sobre os professores.
Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil ⁽¹⁵⁾	Marcio Neres dos Santos, Alexandre Carriconde Marques.	Com relação aos hábitos do estilo de vida, 65,2% dos sujeitos foram fisicamente ativos, enquanto 32,3% apresentaram sobrepeso e 14,4% obesidade. A maioria (79,1%) declarou realizar três ou mais refeições completas diárias, mas 79,6% consumiam menos de três porções de frutas e verduras por dia. O consumo de álcool foi relatado por 21,6%; o tabagismo por 14,1% e hipertensão em 20,3% dos professores.	Mais tempo atuando como professor e a ocorrência de uma ausência no trabalho relacionada a questões de saúde/doença afetaram negativamente a percepção de saúde. Ser fisicamente inativo, ter excesso de peso, alimentar-se com menor frequência e apresentar um nível elevado de pressão arterial e de estresse contribuíram para uma percepção de saúde desfavorável.

Fonte: BVS (<http://www.bireme.br/php/index.php>, acessado em outubro de 2014). Elaborado pelo autor.

No que se refere a fatores psicossociais como alteração da saúde, oito artigos (36,3%) abordaram a temática ^(13,20,22,24,27-29,32), sendo que, destes, dois (9,1%) ^(20,24) trataram especificamente da Síndrome de *Burnout*, que está entre os transtornos mentais mais comuns entre os professores e tem sido considerada um problema social de grande relevância, uma vez que os professores podem apresentar um rompimento com os hábitos normais, perda do entusiasmo e da criatividade, incapacidade

para se concentrar, perda do autorrespeito e autocontrole ⁽²⁰⁾. Em um estudo com objetivo de identificar os riscos ocupacionais psicossociais no ambiente de trabalho dos professores universitários, evidenciou-se que a carga mental intensa, sobrecarga de trabalho e excesso de responsabilidade causam riscos que podem afetar a saúde, sendo que as manifestações predominantemente apontadas foram: o estresse, a ansiedade, a insônia e a dificuldade de sono ⁽²⁷⁾.

Quadro 4 - Distribuição de artigos localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e SCIELO sobre alterações da qualidade de vida em professores do ensino fundamental, médio e superior de 2010-2014. Divinópolis, Minas Gerais, 2015

Título do Artigo	Autores	Resultados	Recomendações/Conclusões
Qualidade de vida dos professores da área de ciências em escola pública no Rio Grande do Sul ⁽²²⁾	Liliani Mathias Brum, Cati Reckelberg Azambuja, João Felipe Peres Rezer, Daiana Sonogo Temp, Cristiane Kohler Carpilovsky, Luis Felipe Lopes, Maria Rosa Chitolina Schetinger.	Observou-se que a dedicação dos professores da área de ciências exige longos períodos de concentração em uma mesma tarefa para 87% deles; 71% disseram realizar suas tarefas. Os docentes (80%), quando questionados em relação à dinâmica de suas aulas de ciências, afirmaram não realizar exercícios práticos com os alunos.	O desgaste emocional foi representado pelo nervosismo, tristeza e dificuldade para realização das atividades diárias. Os desgastes físicos e emocionais identificados na pesquisa podem sugerir um déficit na qualidade de vida desses docentes, assim como uma desqualificação intelectual, em âmbito tanto individual quanto coletivo.
Qualidade de vida de professores de Instituições de Ensino Superior Comunitárias do Rio Grande do Sul ⁽²³⁾	Lydia Koetz, Claudete Rempel, Eduardo Périco.	Apenas 1% dos professores questionados teve um escore de qualidade de vida enquadrado como ruim. Para 19%, o escore indica que a qualidade de vida não é ruim nem boa, sendo que a maioria apresenta escores de qualidade vida	Conclui-se com a necessidade de pensar em espaços de apoio aos docentes, onde possam expor suas ansiedades e dúvidas. Percebe-se que o trabalho toma uma dimensão fundamental para os professores.
Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de ensino médio e fundamental do Sul do Brasil ⁽²⁴⁾	Viviane Porto Tabeleão, Elaine Tomasi, Siduana Facin Neves.	No total, 601 docentes responderam ao questionário nas 18 escolas. Em relação aos indicadores de desgaste profissional, registrou-se que 63% e 21% dos docentes apresentaram, respectivamente, níveis médios e altos de exaustão. Um terço de todos os docentes (30%) apresentou altos níveis de despersonalização; e 58% e 14% apresentaram níveis médios e baixos de realização pessoal, respectivamente. A combinação desses indicadores resultou em uma prevalência global de <i>Burnout</i> de 31%.	Conclui-se que a idade/tempo de docência e total de alunos não se associou significativamente à qualidade de vida. Docentes das escolas municipais pontuaram mais no domínio físico do que os da rede estadual. Os homens estavam melhores do que as mulheres somente nos domínios físico e psicológico. Quanto maior a renda familiar, mais alta a pontuação na qualidade de vida. Quanto maior a carga horária na escola, melhor a pontuação nos domínios físico e ambiente.
Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil ⁽³²⁾	Érico Felden Pereira, Clarissa Stefani Teixeira, Adair da Silva Lopes.	A amostra foi formada por 349 professores das redes estadual e municipal de ensino que responderam a um questionário. A média de qualidade de vida geral foi de 63,75 pontos. O domínio meio ambiente apresentou menor escore médio (53,93 pontos); e o domínio relações social o maior (73,1 pontos). Os professores da rede estadual de ensino apresentaram menores escores de qualidade de vida, os quais estiveram correlacionados com maior tempo de magistério e maior carga de trabalho semanal.	Os professores investigados apresentaram escores na avaliação da qualidade de vida que podem ser classificados como regulares. A rede de ensino estadual, mais tempo de magistério e mais carga horária de trabalho semanal foram as variáveis mais associadas a baixos escores na avaliação da qualidade de vida. Os domínios meio ambiente e físico apresentaram maior importância para a percepção geral de qualidade de vida e suas dimensões.

Fonte: BVS (<http://www.bireme.br/php/index.php>, acessado em outubro de 2014). Elaborado pelo autor.

Confirmado estudo que objetivou investigar as manifestações clínicas de estresse e os fatores estressantes no trabalho de docentes da área da saúde de uma universidade pública do norte do Brasil, 24,2% dos docentes apresentaram manifestações

clínicas de estresse, entre as quais as sintomatologias mais frequentes foram sintomas físicos (63,6%) e sintomas psicológicos (36,4%) ⁽³³⁾.

Outro comprometimento da saúde diz respeito às alterações vocais ^(17-19,34), a carga

horária excessiva e o tempo de magistério colaboram para o surgimento dessas alterações vocais ⁽¹⁷⁾; ruído intenso no ambiente de trabalho, que exige que o professor aumente a voz ⁽³⁴⁾, além de fatores ambientais e organizacionais⁽¹⁸⁾. Entre as alterações vocais que mais afetam os professores pode-se citar: falta de ar durante o discurso, cansaço ao falar, rouquidão,

pigarro, ardência na garganta e garganta seca ⁽³⁴⁾. Há, porém, uma tendência para que o professor não considere essas alterações vocais como um risco ocupacional, pois julgam que os problemas relacionados às alterações na voz sejam inerentes à docência, não considerando a necessidade de prevenir ou tratar o problema, que passa a ser visto como natural da profissão ⁽¹⁹⁾.

Quadro 5 - Distribuição de artigos localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e SCIELO sobre alterações vocais dos professores do ensino fundamental, médio e superior de 2010-2014.

Divinópolis, Minas Gerais, 2015

Título do Artigo	Autores	Resultados	Recomendações/Conclusões
Correlação entre voz, autoavaliação vocal e qualidade de vida em voz de professoras ⁽¹⁷⁾	Edna Pereira Gomes de Moraes, Renata Rangel Azevedo, Brasília Maria Chiari.	A carga horária semanal de trabalho apresentou variação de 6 a 60 horas/semanais, com média de 36,9, \pm 9,8 horas/semanais. No presente estudo pode-se observar a presença de alguns desses fatores, como a carga horária excessiva e o tempo de magistério, que se enquadram, então, como fatores que colaboram para o surgimento de alterações vocais que podem levar a futuros afastamentos e até a readaptações no trabalho.	Ao pensar na produção vocal em relação à saúde geral, as alterações vocais podem impactar a qualidade de vida do sujeito. Os dados mostram que a voz das professoras estudadas apresentaram um impacto na qualidade de vida delas.
Distúrbio de voz e estresse no trabalho docente: um estudo caso-controle ⁽¹⁸⁾	Susana Pimentel Pinto Giannini, Maria do Rosário Dias de Oliveira Latorre, Leslie Piccolotto Ferreira	Em relação aos sintomas vocais e sensações laringofaríngeas, no grupo de caso, há mais presença de rouquidão (93,4% casos, 51% controles); de episódios de perda de voz (57,6% casos, 20,4% controles); de cansaço ao falar (86,7% casos, 50,0% controles); e de esforço ao falar (86,1% casos, 52,4% controles); situação esperada, uma vez que os grupos foram compostos para se diferenciar pela doença em questão.	Ao perder a voz, o professor também perde a possibilidade de manter-se em sua função, perdendo assim sua identidade profissional, o que coloca em risco a sua carreira e a sua sobrevivência como educador.
Prevalência de disfonia em professores do ensino público estadual afastados de sala de aula ⁽¹⁹⁾	Lucia Cristina Fernandes Antunes Provenzano, Tânia Maria Marino Sampaio.	A pesquisa constatou que a maior frequência de afastamentos para professores de ambos os sexos deu-se por motivos osteomusculares; em segundo lugar, vêm os problemas respiratórios, seguidos pelos distúrbios psiquiátricos e por necessidade de acompanhamento de familiares doentes. Em quinto, em termos de frequência, aparecem condições ginecológicas, restritas, portanto, ao sexo feminino. Somente em sexto lugar é que se constata que o motivo de afastamento foi a disfonia associada à alteração anátomo-funcional da laringe, com 6,9%.	Os distúrbios de voz dos professores são consequências da ação de fatores que se encontram distribuídos em alguns elementos dessa população, sendo exemplos as condições ambientais e organizacionais em que a docência é exercida e a falta de conhecimentos de técnicas e cuidados especiais com a saúde vocal.
Avaliação dos fatores de risco para	Raquel Aparecida	Os indivíduos do sexo masculino tiveram menos chance de	Essa pesquisa constatou associação entre o sexo, o

distúrbios de voz em professores e análise acústica vocal como instrumento de avaliação epidemiológica ⁽³⁴⁾	Pizolato.	apresentarem frequência fundamental da voz alterada do que o gênero feminino. As professoras que lecionavam para o ensino fundamental II e médio tiveram menos chance de apresentar alteração da frequência fundamental da voz do que aquelas que lecionavam para o ensino fundamental. O ruído ambiente teve associação significativa com a alteração da intensidade média da voz.	ruído ambiente e o nível de ensino de atuação do professor como indicadores de risco para alterações vocais. Houve uma maior prevalência de alterações vocais nas mulheres e aumento da intensidade vocal na amostra estudada.
--	-----------	---	--

Fonte: BVS (<http://www.bireme.br/php/index.php>, acessado em outubro de 2014). Elaborado pelo autor.

Estudo realizado com professores de escolas estaduais e municipais de ensinos fundamental e médio, com objetivo de investigar níveis de qualidade de vida, mostra que muitas vezes o trabalho docente pode ser caracterizado pela baixa remuneração, estruturas inadequadas das instituições, além de salas de aula superlotadas. Muitos professores estudados estendem a carga horária com outras atividades, situação essa que é agravada pela falta de descanso, gerando desconforto e, em alguns casos, adoecimento ⁽²⁴⁾.

Em estudo com professores de escola pública no interior do Rio Grande do Sul, com o objetivo de analisar indicadores físicos e mentais de qualidade de vida dos professores, constatou-se que o desgaste emocional foi representado pelo nervosismo, tristeza e dificuldade para realização das atividades diárias ⁽²²⁾. O trabalho relacionado ao ensino é considerado, de modo geral, muito estressante, trazendo repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional de professores, por isso tem despertado tanto interesse de pesquisadores que estão preocupados com questões referentes à saúde do trabalhador, em virtude do custo e impacto na qualidade de vida desses trabalhadores ⁽¹⁴⁾.

Todos esses agravos à saúde contribuem para um número elevado de afastamento da atividade, estresse e absenteísmo do trabalhador.

Em relação ao estilo e qualidade de vida de professores do ensino fundamental, médio

e superior do Brasil ^(15-16,23-24,32), percebe-se que as atividades extraclasse - como preparação de aulas e de provas, correções de trabalhos e provas e lançamento de notas - aumentam a jornada de trabalho e os sobrecarregam, tornando a atividade docente ainda mais intensa e causando prejuízos à saúde e à qualidade de vida ⁽¹⁵⁾.

A qualidade de vida é a percepção que o sujeito tem sobre sua posição perante a sociedade, diante da cultura, valores e cotidiano e com vista a seu objetivo e expectativas e formas de pensar sobre a vida ⁽²⁴⁾. Em um estudo com o objetivo de identificar a qualidade de vida dos docentes de ensino superior, apenas 1% dos professores investigados tiveram um escore de qualidade de vida enquadrado como ruim, 20% dos entrevistados, evidenciando que a qualidade de vida não é ruim nem boa; a maioria apresentou escores de qualidade de vida bom, 49%, e muito bom, 30% ⁽²³⁾.

Com isso, os professores ao longo dos tempos vêm sofrendo intensas transformações em seu cotidiano, principalmente com as demandas advindas das novas tecnologias, mudanças no sistema educacional, formas de organização do trabalho e exigências socioeconômicas, dispendo de menos tempo para o lazer e convívio familiar ⁽¹⁶⁾, afetando sua qualidade de vida.

Outro dado relevante a ser destacado nesta revisão foi que a maioria dos docentes era do sexo feminino ^(13-18,30), esse dado é relevante, visto que as mulheres, além de trabalho remunerado, têm uma segunda

jornada de trabalho, que são as atividades domésticas e cuidado com os filhos.

Quadro 6 - Distribuição de artigos localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e SCIELO sobre alterações na saúde dos professores do ensino fundamental, médio e superior de 2010-2014.

Divinópolis, Minas Gerais, 2015

Título do Artigo	Autores	Resultados	Recomendações/Conclusões
Prevalência da Síndrome de <i>Burnout</i> e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB (20)	Jaqueline Brito Vidal Batista, Mary Sandra Carlotto, Antônio Souto Coutinho, Lia Giraldo da Silva Augusto.	Verifica-se que 8,3% dos professores apresentaram alto nível de despersonalização; 33,6%, alto nível de exaustão emocional e 56,6%, alto nível de baixa realização pessoal no trabalho. Um terço dos professores avaliados (33,6%) apresentou alto nível de exaustão emocional; 43,4% evidenciaram baixa realização profissional e 8,3% já revelam altos índices de despersonalização. Soma-se a isso a realidade de que a maioria da classe docente submete-se a uma sobrecarga de trabalho, dedica-se exclusivamente ao magistério e sente a profissão como algo que o está estressando.	A Síndrome de <i>Burnout</i> está entre os transtornos mentais mais comuns entre professores e tem sido considerada um problema social de grande importância, sendo investigada em diversos países, uma vez que se encontra vinculada a grandes custos organizacionais e pessoais. O professor pode apresentar rompimento com os hábitos normais, perda do entusiasmo e da criatividade, incapacidade para se concentrar, perda do autorrespeito e do autocontrole em aula e reações exageradas para moderar o estresse.
Stress e trabalho docente na área de saúde ⁽³³⁾	Maria das Graças Marrocos de Oliveira, Cármen Lúcia Cardoso.	Verificou-se que 24,2% dos participantes apresentaram manifestações clínicas de estresse, entre os quais 95,4% encontravam-se na fase de resistência. Em relação à sintomatologia do estresse, 63,6% apresentavam sintomas físicos e 36,4%, sintomas psicológicos. Quanto à percepção do próprio estresse, do estresse no trabalho e nas condições de trabalho, avaliaram-se como estressados.	A maioria dos profissionais não apresentou sintomatologia de estresse, o que revela que esses profissionais estavam conseguindo lidar com as exigências. Por outro lado, aproximadamente um quarto dos docentes apresentou manifestações clínicas de estresse. Assim, destaca-se a necessidade de atenção e cuidado a essa parcela de docentes.
Working conditions of female part-time and full-time teachers in relation to health status ⁽²⁹⁾	Reingard Seibt, Annerose Matz, Janice Hegewald, Sivia Spitzer.	Os professores em empregos de tempo parcial teve apenas uma proporção ligeiramente inferior IIE. Não houve diferença entre tempo integral e professores de tempo parcial em relação à saúde Status; 18% de ambos os grupos relataram saúde mental comprometida (GHQ, 5), 48% de professores de tempo parcial e 53% dos professores em tempo integral com alta pressão sanguínea. Baixa atividade física foi observada em 12% de tempo parcial e 6% dos professores em tempo integral.	Os professores a tempo parcial ainda tiveram uma média proporcionalmente maior de tempo total de trabalho em comparação com os professores em tempo integral, para quem um tempo médio de trabalho é de 42 aulas semanais. Foi avaliado que é ligeiramente maior do que o padrão tempo de trabalho previsto no contrato de trabalho.

Fonte: BVS (<http://www.bireme.br/php/index.php>, acessado em outubro de 2014). Elaborado pelo autor.

Conforme discutido, por meio dos resultados, recomendações e conclusões dos artigos citados anteriormente, verifica-se que as situações de trabalho desfavoráveis, sobrecarga de trabalho, extensa carga horária, trabalhos em mais de um turno e alta

exigência são fatores que influenciam negativamente para um estilo de vida saudável. A exposição do trabalhador a cargas de trabalho fatigantes e a dispor de menos tempo para o lazer e o convívio familiar acaba

tornando-o vulnerável ao sofrimento e ao adoecimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A cobrança por uma produção que não valoriza a qualidade do trabalho é um dos fatores que gera estresse e angústia. A quantidade e qualidade do trabalho faz com que muitos professores sintam-se inseguros, pois temem a possibilidade de não estarem atendendo às expectativas do mercado, que cada vez mais exige qualificação e dedicação. A maioria dos professores tem colocado seu compromisso com as atividades acadêmicas acima de suas necessidades e condições pessoais e, até, acima de sua saúde física e mental.

As atividades dos docentes podem implicar, muitas das vezes, uma intensa exigência cognitiva, uma vez que eles gastam tempo em jornadas que, quase sempre, ultrapassam 40 horas semanais, sendo que, mesmo com tantos esforços, em uma visão geral dos estudos encontrados, são imateriais e são profissionais não reconhecidos. Participar de reuniões, orientar estudantes, ministrar aulas, pesquisar e preparar material, tudo isso faz parte de um cultivo quase sempre invisível aos olhos da própria comunidade acadêmica e da população fora desse contexto.

Nesse sentido, é necessário criar alternativas de promoção da saúde no ambiente de trabalho. Partindo de ideias do próprio profissional, ele pode buscar estratégias para melhoria do estilo e qualidade de vida. É importante resgatar a função de solidariedade nas relações interpessoais e resgatar o prazer social por meio de mudanças internas e externas. É essencial a conscientização dos órgãos governamentais e da própria população para que haja mais valorização dos professores, pois sabe-se que o ofício destes não se limita a ministrar aulas, eles também atuam na

extensão, gestão e pesquisa. Já se sabe da importância do docente, que além de conhecedor e transmissor é também um transformador de futuros, pois contribui para a formação de grandes mestres entre teorias e práticas, envolvendo e priorizando a ética, o caráter, o sigilo, o afeto, a cognição e, principalmente, a emoção.

Ainda assim, espera-se que os resultados sejam úteis para refletir e apontar direções que levem a ações de manutenção, prevenção e promoção da qualidade de vida no trabalho, podendo vir a auxiliar gestores, os docentes e os formuladores de políticas públicas de recursos humanos na área da educação.

REFERÊNCIAS

- 1- Borsoi IC, Perreira FS. Mulheres e homens em jornadas sem limites: docência, gênero e sofrimento. *Temporalis*, Brasília (DF). 2011; 11(21):119-145.
- 2- Zanin FC, Freitas JAR, Künzle LA. Estou doente profissionalmente: relato de experiência da APUFPR-SSind e reflexões sobre intervenções sindicais na saúde do trabalhador docente. *Revista publicada pelo Sindicato Nacional dos Docentes das Instituições de Ensino Superior - ANDES-SN*. 2012; 22(50):106-121.
- 3- Lacaz FAC. Capitalismo organizacional e trabalho: a saúde do docente. *Universidade e Sociedade*. 2010; 19(45):51-59.
- 4- Ferreira DKS, Bonfim C, Augusto LGS. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. *Ciênc saúde coletiva*. 2011; 16(8): 3403-3412.
- 5- Both J, Nascimento JV, Sonoo CN, Lemos CAF, Borgatto AF. Bem-estar do trabalhador docente em Educação Física ao longo da carreira. *Revista de educação física UEM*. 2013; 24(2):233-246.
- 6- Timossi LS. Correlações entre qualidade de vida e a qualidade de vida no trabalho em colaboradores das indústrias de laticínios. Ponta Grossa: [SN] [Dissertação de Mestrado

- em Engenharia de Produção] Universidade Tecnológica Federal do Paraná. 2009;173.
- 7- Borsoi ICF. Trabalho e produtivismo: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de Ensino Superior. *Cad. Psicol. Soc. Trab.* 2012; 15(1):81-100.
- 8- Corraera-Correa Z, Munoz-Zambrano I, Chaparro AF. Síndrome de Burnout em docentes de dos universidades de Popayán, Colombia. *Rev Saúde Pública.* 2010; 12(4):589-598.
- 9- Jardim R, Barreto SM, Assunção AA. Condições de trabalho, qualidade de vida e disfonia entre docentes. *Cad. de Saúde Pública.* 2007; 23(10):2439-61.
- 10- Santos MN, Marques AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. *Ciênc. saúde coletiva.* 2013; 18(3): 837-846.
- 11- Both J, Nascimento JV. Intervenção profissional na educação física escolar: considerações sobre o trabalho docente. *Movimento.* 2009; 15(02):169-186.
- 12- Polit DF, Hungler B, Beck CT. Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização. 2004; 43(2):415-421.
- 13- Mango MSM, Carilho MK, Drabovski B, Joucoski E, Garcia MC, Gomes ARS. Análise dos sintomas osteomusculares de professores do ensino fundamental em Matinhos. *Fisioter. Mov.* 2012; 25(4):785-794.
- 14- Cardoso JP, Araújo TM, Carvalho FM, Oliveira NF, Reis EJB. Aspectos psicossociais do trabalho e dor musculoesquelética em professores. *Cad. Saúde Pública.* 2011; 27(8):1498-1506.
- 15- Santos MN, Marques AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. *Ciênc e Saúde Coletiva.* 2013; 18(3): 837-846.
- 16- Fontana RT, Pinheiro DA. Condições de saúde auto-referidas de professores de uma universidade regional. *Rev. Gaúcha Enfermagem.* 2010; 31(2):270-276.
- 17- Morais EPG, Azevedo RR, Chiari BM. Correlação entre voz, autoavaliação vocal e qualidade de vida em voz de professoras. *Rev. CEFAC.* 2012; 14(5):892-900.
- 18- Giannini SPP, Latorre MRDO, Ferreira LP. Distúrbio de voz e estresse no trabalho docente: um estudo caso-controle. *Cad. de Saúde Pública.* 2012; 28(11): 2115-2124.
- 19- Provenzano LCFA, Sampaio TMN. Prevalência de disfonia em professores do ensino público estadual afastados de sala de aula. *Rev. CEFAC.* 2010; 12(1):97-108.
- 20- Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev. Bras. Epidemiol.* 2010; 13(3):501-512.
- 21- Branco JC, Silva FG, Jansen K, Giusti PH. Prevalência de sintomas osteomusculares em professores de escolas públicas e privadas do ensino fundamental. *Fisioter. Mov.* 2011; 24(2):307-314.
- 22- Brum LM, Azambuja CR, Rezer JFP et al. Qualidade de vida dos professores da área de ciências em escola pública no Rio Grande do Sul. *Rev. Trab. Edu. Saúde.* 2012; 10(1):125-145.
- 23- Koetz L, Rempel C, Périco E. Qualidade de vida de professores de instituições de ensino superior comunitárias do Rio Grande do Sul. *Rev. Ciênc e Saúde Coletiva.* 2013; 18(4):1019-1028.
- 24- Tabelão VP, Tomasi E, Neves FS. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de ensino médio e fundamental do Sul do Brasil. 2013; 27(12):2401-2408.
- 25- Suda EY, Coelho AT, Bertaci AC, Santos BB. Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e síndrome de Burnout em professores universitários. 2011; 18(3):270-274.

- 26- Oliveira JM, Santos PF, Feliciano RG, Assis MM, Cortez AE, Valente GSC. Riscos e doenças ocupacionais do docente universitário de enfermagem: implicações na saúde do trabalhador. 2013; 5(1):3267-3275.
- 27- Caran VCS, Freitas FCT, Alves LM, Pedrão LJ, Robazzi MLCC. Riscos ocupacionais, psicossociais e sua repercussão na saúde de docentes universitários. Rev. Enferm. UERJ. 2011; 19(2):255-261.
- 28- Tang JJ, Leka S, MacLennan S. The psychosocial work environment and mental health of teachers: a comparative study between the United Kingdom and Hong Kong. Int Arch Occup Environ Health. 2013; 86:657-666.
- 29- Seibt R, Matz N, Hegeward J, Spitzer S. Working conditions of female part-time and full-time teachers in relation to health status. Int Arch Occup Environ Health. 2012; 85:675-687.
- 30- Borsoi ICF, Pereira FS. Professores do ensino público superior: produtividade, produtivismo e adoecimento. Universitas Psychologica. 2013; 12(4):1211-1233.
- 31- Silva LG, Silva MC. Condições de trabalho e saúde de professores pré-escolares da rede pública de ensino de Pelotas, RS, Brasil. Ciênc. e Saúde Coletiva. 2013; 18(11):1213-1235.
- 32- Pereira EF, Teixeira CS, Lopes AS. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. Ciênc. e Saúde Coletiva. 2013; 18(7):1963-1970.
- 33- Oliveira MGM, Cardoso CL. Stress e trabalho docente na área de saúde. Estudos de Psicologia - Campinas. 2011; 28(2):135-141.
- 34- Pizolato RA, Mialhe FL, Cortellazzi KL, Ambrosano GMB, Cornacchioni Rehder MIB, Pereira AC. Avaliação dos fatores de risco para distúrbios de voz em professores e análise

acústica vocal como instrumento de avaliação epidemiológica. Rev. CEFAC. 2013; 15(4):957-966.

Recebido em: 22/12/2014

Versão final reapresentada em: 28/28/2015

Aprovado em: 28/08/2015

Endereço de correspondência

Renata Cristina da Penha Silveira
Rua Sebastião Gonçalves Coelho. 400, bloco D sala
303,2. Campus Centro-oeste Dona Lindu.
E-mail: renatacps@hotmail.com