

Unimontes

Universidade Estadual de Montes Claros



RESULTADOS PRINCIPAIS

CONDIÇÕES CRÔNICAS DE SAÚDE E FATORES ASSOCIADOS ENTRE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

**Montes Claros-MG
2020**



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS

Programa de Pós-graduação em Ciência da Saúde



RESULTADOS PRINCIPAIS

CONDIÇÕES CRÔNICAS DE SAÚDE E FATORES ASSOCIADOS ENTRE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

**Montes Claros-MG
2020**

CONDIÇÕES CRÔNICAS DE SAÚDE E FATORES ASSOCIADOS ENTRE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL *Projeto ProfSMoc*– Resultados Principais

Autores

- Tatiana Almeida de Magalhães
- Luiza Augusta Rosa Rossi Barbosa
- Lyllian Aparecida Vieira Almeida
- Marta Raquel Mendes Vieira
- Nayra Suze Souza e Silva
- Rosângela Ramos Veloso Silva
- Thalita Emily Cezário Prates
- Marise Fagundes Silveira
- Desirée Sant’Ana Haikal

Equipe técnica responsável pela elaboração e condução do *Projeto ProfSMoc*

Coordenadora: Desirée Sant’Ana Haikal

Professores envolvidos:

- Alfredo Maurício Batista de Paula
- Andréa Maria Eleutério de Barros Lima Martins
- Celina Aparecida Gonçalves Lima
- Jairo Evangelista Nascimento
- Luiza Augusta Rosa Rossi Barbosa
- Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito
- Marise Fagundes Silveira
- Rosângela Ramos Veloso Silva
- Wellington Danilo Soares

Doutorandas:

- Magda Mendes Vieira
- Marta Raquel Mendes Vieira
- Tatiana Almeida de Magalhães

Mestrandas:

- Andréia Brito de Souza
- Amanda Rodrigues Santos
- Lyllian Aparecida Vieira Almeida
- Nayra Suze Souza e Silva

Iniciação Científica (Graduação):

- Andressa Samantha Oliveira Souza
- Ângela Siqueira Carvalho
- Carolina Amaral Oliveira
- Emerson Willian Santos de Almeida
- Franciele Ornelas Cunha
- Mariza Dias Xavier
- Lucas Henrique A Ribeiro
- Thalita Emily Cezário Prates
- Thiago Braga Veloso
- Vanessa Boaventura Araújo
- Vinícius Evangelista Carlos da Mota

Iniciação Científica (Ensino Médio):

- Adriane Stefany Oliveira Souza
- Luiza Haikal de Paula

Estagiárias:

- Flávia Colares Soares Silva
- Iara Costa Machado
- Jéssica Fagundes Correia
- Renata Fernandes Pereira

Colaboradores:

- Viviane Maia Santos
- Erasmo Daniel Ferreira
- Joyce Elen Murça de Souza

C745 Condições crônicas de saúde e fatores associados entre professores da rede pública: estudo de base populacional: projeto ProfSMoc - resultados principais / Tatiana Almeida de Magalhães... [et al.] – Montes Claros, MG: Unimontes, 2020.
58 p.; il.; 21 x 29,7cm

Inclui Bibliografia.

Produto do Doutorado - Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde /PPGCS, 2020.
ISBN 978-65-00-07898-5

1. Professores – Condições de trabalho - Saúde ocupacional. 2. Perfil sociodemográfico e ocupacional. 3. Doenças crônicas. 4. Condições de saúde. 5. Projeto ProfSMoc. I. Magalhães, Tatiana Almeida. II. Haikal, Desirée Sant'Ana. III. Silveira, Marise Fagundes. IV. Nascimento, Jairo Evangelista. V. Universidade Estadual de Montes Claros. VI. Título. VII. Título: Estudo de base populacional: Projeto ProfSMoc - Resultados principais.

CDD 371.1



Toda a equipe de planejamento do “*Projeto ProfSMoc*” ressalta o profundo reconhecimento e agradecimento às seguintes pessoas e instituições:

A todos os acadêmicos e profissionais envolvidos na execução do trabalho de campo;

Aos serviços de Saúde Mental da UNIFIP-Moc (Psicologia) e da UNIMONTES (Psiquiatria) especialmente aos professores: Simone Monteiro Ribeiro, Valéria Wolker e Romerson Brito Messias, parceiros do *Projeto ProfSMoc* que gentilmente acolheram e conduziram o tratamento dos professores encaminhados;

À Superintendência Regional de Educação de Montes Claros/MG e à Secretaria Estadual de Educação de Minas Gerais, extensivo aos membros de suas equipes de trabalho, que autorizaram e recomendaram o *Projeto ProfSMoc*;

A Danilo Lima Carrero que conduziu o treinamento da equipe de digitação dos dados;

A Wagner Coutinho que gentilmente cedeu os esfigmomanômetros utilizados na coleta de dados;

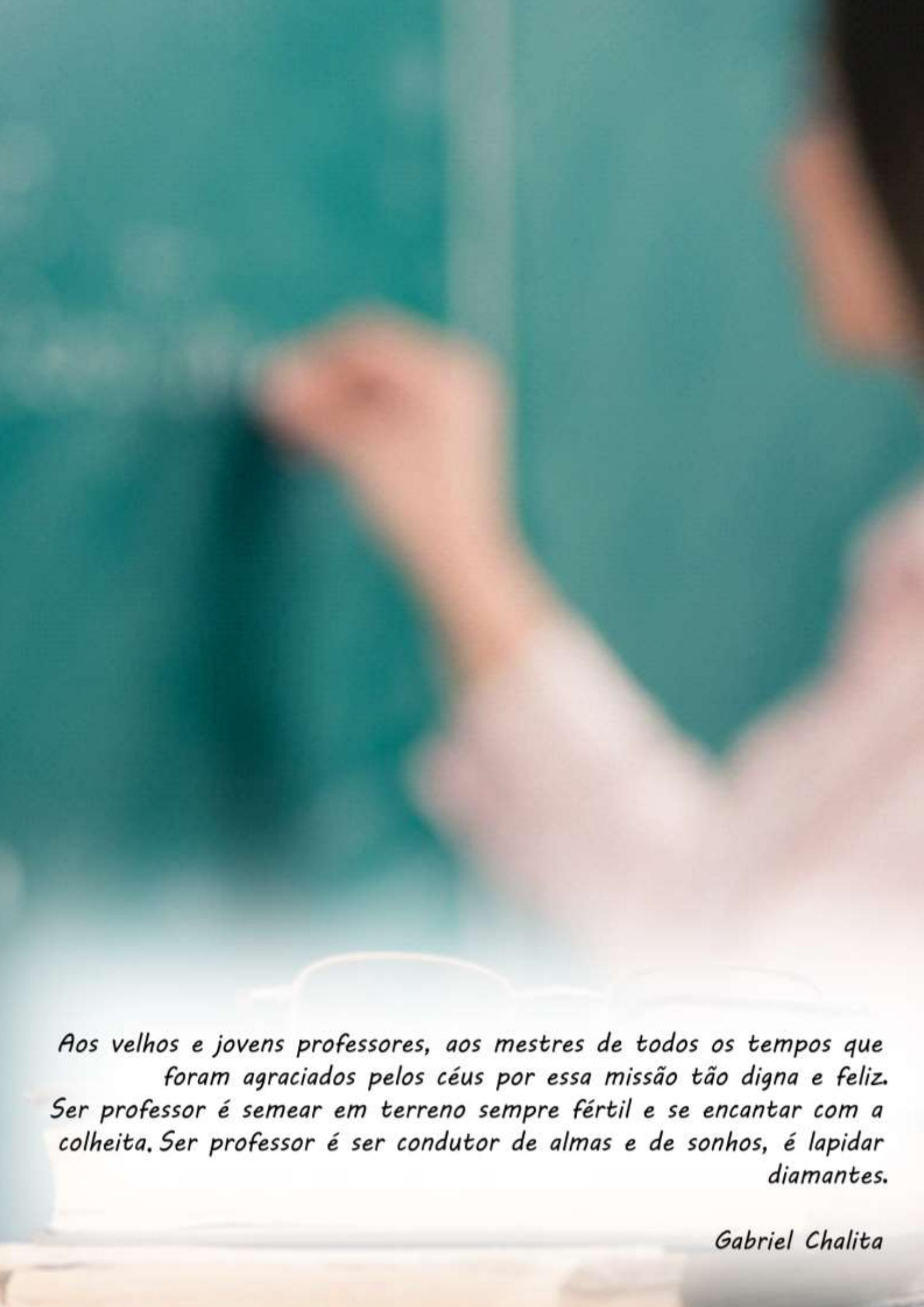
A Vinícius Dias Rodrigues e ao grupo NUPEMOC que gentilmente cederam o aparelho de bioimpedância utilizado na coleta de dados;

A Mirna Rossi Barbosa Medeiros pela disponibilidade em contribuir sempre;

Às instituições UNIMONTES, FAPEMIG e ao CNPq pelas concessões de bolsas de iniciação científica e de estágios;

Às escolas participantes do projeto, seus gestores, professores, funcionários e alunos que nos receberam e acolheram tão carinhosamente;

E, principalmente, aos professores participantes, sem os quais nada seria possível ou faria sentido nesse estudo. A vocês, mais do que agradecimento, nosso respeito, admiração e compromisso na luta por uma educação melhor!



Aos velhos e jovens professores, aos mestres de todos os tempos que foram agraciados pelos céus por essa missão tão digna e feliz. Ser professor é semear em terreno sempre fértil e se encantar com a colheita. Ser professor é ser condutor de almas e de sonhos, é lapidar diamantes.

Gabriel Chalita

LISTA DE TABELAS

Tabela 01: Descrição do perfil sociodemográfico, ocupacional, satisfação com o trabalho e condições laborais que geram incômodos no trabalho dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	20
Tabela 02: Hábitos de vida dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	23
Tabela 03: Nível de atividade física dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	24
Tabela 04: Serviços de saúde utilizados pelos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	25
Tabela 05: Qualidade de vida de professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.....	27
Tabela 06: Saúde da Mulher e do Homem de professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	31
Tabela 07: Medidas antropométricas dos professores da rede básica estadual de Montes Claros- MG, 2016	33

LISTA DE FIGURAS

Figura 01: Distribuição do consumo alimentar entre professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	23
Figura 02: Frequência do uso de medicamentos pelos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	26
Figura 03: Autopercepção da saúde de professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	30
Figura 04: Prevalência de problemas psicossociais em professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	35
Figura 05: Principais problemas vocais autorrelatados pelos professores da rede estadual de Montes Claros-MG, 2016	37
Figura 06: Dicas importantes para prevenir ou minimizar problemas vocais.....	38
Figura 07: Porcentagem do Tempo Máximo de Fonação do som do /s/ de acordo com o variável sexo dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	40
Figura 08: Porcentagem do Tempo Máximo de Fonação do som do /z/ de acordo com a variável sexo dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	41
Figura 09: Valores da relação /s/ e /z/ (normal, diminuída ou aumentada) segundo o sexo masculino dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	42
Figura 10: Valores da relação /s/ e /z/ (normal, diminuída ou aumentada) segundo o sexo feminino das professoras da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	42
Figura 11: Condições Crônicas autorrelatadas por professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	43
Figura 12: Diabetes em professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	45
Figura 13: Hipertensão arterial em professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016	46

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
2 OBJETIVOS.....	13
3 MÉTODOS.....	15
4 RESULTADOS.....	18
4.1 Perfil sociodemográfico, ocupacional, satisfação com o trabalho e condições laborais que geram incômodos no trabalho docente.....	19
4.2 Hábitos de vida.....	22
4.3 Nível de atividade física.....	24
4.4 Utilização dos serviços de saúde.....	25
4.5 Uso de medicamentos (estresse/depressão, hipertensão, diabetes e colesterol), licenças médicas por estresse/depressão e acidentes de trabalho.....	26
4.6 Qualidade de vida.....	27
4.7 Autopercepção da saúde.....	30
4.8 Saúde da Mulher e do Homem.....	31
4.9 Medidas Antropométricas.....	33
4.10 Condições de Saúde Mental.....	35
4.11 Problemas vocais.....	37
4.12 Respiração: Tempos Máximos de Fonação	40
4.13 Condições Crônicas de saúde autorrelatadas.....	43
4.14 Diabetes e Hipertensão.....	45
5. PRODUTOS ALCANÇADOS.....	47

1 INTRODUÇÃO

“O educador se eterniza em cada um que ele educa”
Paulo Freire

Valorizar a saúde dos professores da educação básica de ensino é reconhecer a educação como ferramenta fundamental para o desenvolvimento de uma nação. Os temas saúde do professor e condições de trabalho docente estão inseridos na agenda de valorização desse profissional previstos no Plano Nacional de Educação (PNE) e estão em sintonia com a Estratégia de Promoção de Saúde na Escola (PSE), por meio de ações de promoção de saúde são aplicadas estrategicamente no cenário escolar. É imperativo entender a dinâmica de trabalho e de vida dos professores, bem como sua relação com as condições de saúde. O adoecimento, além de originar prejuízos à saúde e ao bem-estar do professor em si, pode comprometer suas atividades profissionais, acarretar faltas e afastamentos precoces do trabalho.

A ausência do professor no trabalho é um problema social que pode ocasionar diversos prejuízos, especialmente aqueles relacionados ao processo educacional. Além da ausência, a precariedade de dados relacionados à saúde dos professores torna difícil priorizar ações direcionadas ao campo das políticas públicas. Esse panorama, de certa forma pouco explorado, levou ao questionamento sobre qual seria o perfil de saúde/condições crônicas dos professores de ensino fundamental e médio da rede pública estadual e a que fatores tais condições estariam associadas.

Assim, foi desenvolvida a presente pesquisa, intitulada “Condições crônicas de saúde e fatores associados entre professores da educação básica, rede pública de ensino: estudo de base populacional – *Projeto ProfSMoc*”.

O *Projeto ProfSMoc* foi conduzido durante o ano de 2016 e analisou a situação de saúde de 760 professores com o objetivo de gerar dados representativos dos professores da educação básica, da rede estadual de ensino do município de Montes Claros/MG e proporcionar informações úteis ao planejamento de programas de prevenção e tratamento, em nível municipal, estadual e até mesmo nacional.

Este relatório, contendo os principais resultados do *Projeto ProfSMoc*, é fruto do trabalho conjunto de mais de 30 pessoas, com destaque aos pesquisadores, professores de graduação e pós-graduação, alunos de iniciação científica, de mestrado e doutorado, estagiários e colaboradores da Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, considerando os profissionais da Educação Física, Enfermagem, Matemática, Estatística, Fonoaudiologia, Medicina, Odontologia, Psicologia, Biomedicina entre outras áreas do conhecimento.

Para além da contribuição quanto ao conhecimento relativo à população de professores, uma vez que constitui um importante instrumento de orientação ao desenvolvimento de políticas públicas adequadas às reais necessidades de saúde que afligem a população docente, este trabalho também promove a valorização desse profissional, apontado como essencial à educação e, conseqüentemente, ao desenvolvimento do País.



OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

O *Projeto ProfSMoc* objetivou produzir um levantamento acerca do perfil sociodemográfico, ocupacional e das condições de saúde entre os professores do ensino fundamental e médio de escolas públicas estaduais da zona urbana de Montes Claros-MG.

2.2 Objetivos Específicos

- Descrever o perfil sociodemográfico, ocupacional, satisfação com o trabalho e condições laborais que geram incômodos no trabalho docente;
- Caracterizar os hábitos de vida como alcoolismo, tabagismo, consumo alimentar e de cafeína, consumo abusivo de remédios e automedicação;
- Identificar o nível de atividade física;
- Identificar o padrão de utilização dos serviços de saúde;
- Caracterizar o uso de medicamentos, licenças médicas por estresse/depressão e acidentes de trabalho;
- Caracterizar a autopercepção da saúde;
- Identificar a realização de exames relacionados à Saúde da Mulher e do Homem;
- Analisar os índices antropométricos (IMC, percentual de gordura corporal, relação cintura-quadril; circunferência de cintura e relação cintura-estatura);
- Estimar a prevalência das doenças psicossociais relacionadas ao trabalho como os sintomas de estresse, depressão e síndrome de Burnout;
- Descrever a prevalência dos problemas vocais autorrelatados e o tempo máximo de fonação (respiração);
- Descrever a prevalência das condições crônicas autorrelatadas;
- Descrever a prevalência de diabetes e hipertensão nos professores da educação básica.



MÉTODOS

3 MÉTODOS

O *Projeto ProfSMoc* “Condições crônicas de saúde e fatores associados entre professores da rede pública: estudo de base populacional” refere-se a um estudo epidemiológico transversal, conduzido no município de Montes Claros/MG, que representa o principal centro urbano da região norte do Estado de Minas Gerais, com características de capital regional. O *Projeto ProfSMoc* foi concebido por professores e alunos do Programa de Pós graduação em Ciências da Saúde da Unimontes, que juntamente com outros parceiros da Unimontes, conduziram a realização do Projeto.

A população do estudo foi composta por professores de educação básica (ensinos fundamental e médio) da rede pública estadual. Foi conduzida amostra probabilística por conglomerado em único estágio (escolas). A amostra estimada foi de 700 professores, considerando população finita, prevalência de 50% do evento de interesse, nível de confiança de 95%, erro tolerável de 5%, acréscimo de 10% para compensação de perdas e $deff=2,0$. Das 49 escolas estaduais da área urbana do município foram incluídas 35, considerando probabilidade proporcional ao tamanho. Todos os professores vinculados às escolas que exerciam a docência há pelo menos um ano foram convidados a participar, sendo excluídos aqueles em desvio da função docente ou afastados do trabalho.

Foi realizado estudo piloto prévio, para teste e acerto do instrumento e da estratégia de coleta de dados. Os dados foram coletados de março a dezembro de 2016, com a realização de três etapas em cada escola. A primeira etapa foi o contato com a gestão da escola para apresentação do projeto, obtenção de consentimento da direção e agendamento de reunião com os professores. Na segunda etapa ocorreu uma reunião com professores para sensibilização e convite, realizada durante reunião de Módulo II (reunião pedagógica). Esse momento era destinado à entrega de questionários autoaplicáveis àqueles docentes que aceitaram participar da pesquisa, havendo a coleta do termo de consentimento e o agendamento da terceira etapa. Essa última etapa foi destinada à devolução e conferência dos questionários preenchidos para evitar possíveis perdas de informações ou inconsistências e à realização de uma avaliação física.

No questionário foram coletadas informações acerca de Perfil Sociodemográfico, Perfil Ocupacional, Satisfação com o Trabalho, Condições laborais, Hábitos/Estilo de vida, Nível de Atividade Física, Utilização dos serviços de saúde, Uso de Medicamentos, Licenças médicas por estresse/depressão, Acidentes de trabalho, Qualidade de Vida, Autopercepção da Saúde, Saúde da Mulher e do Homem, Condições físicas e psicossociais de saúde, Problemas vocais autorrelatados, dentre outros.

Além do questionário, foi conduzida uma avaliação física constituída por aferição dos seguintes parâmetros: peso, estatura, bioimpedância, circunferência da cintura (CC), circunferência do quadril (CQ), pressão arterial (PA), força manual e avaliação vocal. Todos esses procedimentos foram realizados de acordo com as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) com cumprimento dos procedimentos padronizados e obedecendo as normas de biossegurança. Todos os avaliadores foram devidamente treinados e calibrados e atingiram concordância intra e interexaminadores satisfatórios. As medidas foram aferidas duas vezes, adotando-se como resultado final a média das mensurações.

O *Projeto ProfSMoc* foi aprovado e recomendado pela Superintendência Regional de Educação de Montes Claros-MG e pela Secretaria Estadual de Educação de Minas Gerais. Foram atendidos todos os princípios éticos do Conselho Nacional de Saúde (CNS) / Resolução nº466/2012 e da Declaração de Helsinque da Associação Médica Mundial. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Unimontes (parecer nº 1.293.458). Todos os gestores e professores das escolas participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Com relação à análise dos dados, em se tratando de amostra complexa, as estimativas de médias, prevalências e os respectivos erros-padrão foram calculados com o uso do módulo “*Complex Samples*”, do programa *Statistical Package for the Social Science* (SPSS), que considera as variáveis de planejamento e inclusão dos pesos básicos resultantes do processo de amostragem, além das taxas de não resposta. Os pesos amostrais foram calculados, para cada indivíduo examinado. Nesse relatório, são apresentadas as análises descritivas dos principais dados coletados no *Projeto ProfSMoc*.



RESULTADOS

4 RESULTADOS

“Se não fosse imperador, desejaria ser professor. Não conheço missão maior e mais nobre que a de dirigir as inteligências jovens e preparar os homens do futuro”.
Dom Pedro II

4.1 Descrição do perfil sociodemográfico, ocupacional, satisfação com o trabalho e condições laborais que geram incômodos no trabalho docente

Participaram da coleta de dados do *Projeto ProfSMoc* 760 professores de 35 escolas estaduais de Montes Claros/MG. No entanto, este relatório considerou somente 745 que estavam atuando em sala de aula.

A média de idade observada foi de 40,5 anos. A média de renda *per capita* relatada foi de R\$1.496,50. Observou-se predomínio de mulheres, de casados, com filhos e da classe econômica B. Estes resultados foram coerentes com outros estudos realizados com a classe docente brasileira 1,2,3,4,5,6,7.

A maior parte dos professores investigados pelo *Projeto ProfSMoc* atuava exclusivamente na rede pública (91,5%), sendo que 58% deles eram contratados/designados, 50% possuíam mais de 10 anos de experiência profissional, trabalhava em média 26 horas por semana e 56% atuavam somente no ensino fundamental. Quanto à satisfação com o trabalho, 60% estavam indiferentes ou insatisfeitos com o trabalho e 64% relataram desejo de mudar de profissão.

Mais de 90% dos professores investigados afirmaram incômodos no exercício da profissão relativos à: violência, indisciplina, superlotação de turma, infraestrutura da escola, baixos salários e falta de apoio da família do aluno, sugerindo que esses são pontos que mais afligem os professores no exercício da profissão. De forma coerente aos nossos achados, o estudo prévio verificou que as pressões sofridas no ambiente de trabalho docente, como indisciplina de alunos, conflitos interpessoais, baixos salários e jornada excessiva de trabalho são os principais determinantes de insatisfação com a profissão entre professores¹.

Tabela 01: Descrição do perfil sociodemográfico, ocupacional, satisfação com o trabalho e condições laborais que geram incômodos no trabalho dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016

Variáveis	n	%
Sociodemográficas		
Sexo		
Masculino	127	14,6
Feminino	618	85,4
Idade		
21 a 40 anos	375	50,3
41 anos ou mais	370	49,7
Estado civil		
Casado (a) / união estável	465	62,0
Solteiro (a)	197	27,1
Divorciado (a)/viúvo(a)	83	10,9
Possui filhos		
Não	231	31,0
Sim	514	69,0
Classe econômica^π		
Classe A	83	11,2
Classe B	448	60,4
Classes C e D/E	199	26,8
Perfil Ocupacional		
Titulação		
Graduação	329	44,8
Especialização	387	51,8
Mestrado e/ou doutorado	29	3,4
Nível de ensino em que atua		
Fundamental	380	56,4
Fundamental e médio	236	28,7
Médio	129	14,9
Tempo trabalho docente		
1 a 20 anos	600	81,2
Acima de 20 anos	145	18,8
Atividade remunerada além da docência		
Não	581	78,3
Sim	164	21,7
Vínculo empregatício		
Contratado/ designado	409	58,3
Concursado/efetivo	336	41,7
Rede de Ensino em que trabalha		
Somente na rede pública	676	91,5
Redes pública e privada	69	8,5
Carga horária semanal de trabalho		
Até 24 horas	415	56,7
25 horas ou mais	330	43,3
Satisfação no trabalho^π		
Satisfeito	297	40,0
Indiferente/Insatisfeito	445	60,0
Desejo mudar Profissão		
Não	265	35,8
Sim	480	64,2
Condições laborais que geram incômodos		
Violência		
Não incomoda	147	7,0
Incomoda	598	93,0
Indisciplina		
Não incomoda	25	1,2
Incomoda	720	98,8

Superlotação de turma		
Não incomoda	132	8,2
Incomoda	613	91,8
Infraestrutura da escola		
Não incomoda	104	8,1
Incomoda	641	91,9
Insegurança na escola		
Não incomoda	198	15,1
Incomoda	547	84,9
Falta de Capacitação		
Não incomoda	250	16,4
Incomoda	495	83,6
Falta de colaboração dos colegas		
Não incomoda	353	22,7
Incomoda	392	77,3
Falta de apoio direção		
Não incomoda	430	29,8
Incomoda	315	70,2
Baixo Salário		
Não incomoda	75	6,0
Incomoda	670	94,0
Falta apoio da família do aluno		
Não incomoda	37	2,6
Incomoda	708	97,4

^aVariação no “n” de 745 por perda de informações.

REFERÊNCIAS

1. Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educação e Pesquisa*. 2005; 31(2):189-199.
2. 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. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2010; 13(3): 502-512
3. Tabeleão VP; Tomasi E; Neves SF. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Caderno de Saúde Pública*. 2011; 27(12): 2401-2408.
4. Santos MN, Marques AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. *Ciências & saúde coletiva*. 2013; 18(3):837-846.
5. Guerreiro NP, Nunes EFPA, González AD, Mesas AE. Perfil sociodemográfico, condições e cargas de trabalho de professores da rede estadual de ensino de um município da região sul do Brasil. *Trabalho, educação e saúde*. 2016; 14 (supl. 1): 197-217.
6. Alves ALS, Bombarda TM, Graeff D, Doring JBM, Gonçalves CBC, Scortegagna AS, *et al.* Características do consumo alimentar de funcionários e professores de uma universidade comunitária. *Arquivos de Ciências da Saúde*. 2017 [S.l.]; 24 (4): 42-46.
7. Araújo TM, Godinho TM, Reis EJFB, Almeida MMG. Diferenciais de gênero no trabalho docente e repercussões sobre a saúde. *Ciênc. saúde coletiva*. 2006; 11(4): 1117-1129

4.2 Hábitos de Vida

“Professores brilhantes ensinam para uma profissão. Professores fascinantes ensinam para a vida”.
Augusto Cury

Hábitos de vida saudáveis trazem importantes benefícios para a saúde e estão relacionados com a diminuição da morbidade e da mortalidade. Muitos hábitos de vida são fatores de risco para Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (hipertensão, diabetes, problemas cardíacos ou cérebro vascular, entre outros) e para a Saúde Mental (depressão, estresse e síndrome de burnout), condições consideradas como “os maiores males da contemporaneidade”. No *Projeto ProfSMoc*, foi possível perceber entre os professores investigados, o predomínio de bons hábitos de vida relacionados a saúde (Tabela 02).

Dos professores avaliados, 81% afirmaram nunca consumir álcool ou consumir menos de uma vez por semana, 88% afirmaram nunca ter fumado, 77% nunca realizaram consumo abusivo de remédios e 46% nunca ou raramente realizavam automedicação. Já o consumo de cafeína foi alto entre os professores, sendo que 89% a consumiam diariamente.

Em relação ao consumo alimentar, os professores foram divididos em dois grupos de padrões alimentares. Houve predomínio do grupo com padrão alimentar adequado (64%), grupo que apresentou maior média semanal de consumo de alimentos saudáveis, tais como frutas, verduras, legumes e carnes sem gordura. Já no grupo com padrão considerado inadequado, houve maior média de consumo de doces, bebidas açucaradas, alimentos processados e substituição de refeições por lanches. Apesar do predomínio de hábitos considerados saudáveis, quanto ao consumo alimentar, há que se destacar a alta prevalência de substituição de refeições principais por lanches entre os professores, hábito indesejável relatado por quase 92% dos professores (Figura 01).

Quando comparadas às prevalências de hábitos de vida entre os professores investigados neste estudo e os adultos brasileiros participantes do VIGITEL¹, constata-se, no geral, melhor situação entre os professores, com prevalência maior dos seguintes fatores: consumo regular de hortaliças e legumes (68,3% vs 36,5%), consumo regular de frutas/ suco natural (47,3% vs 24,1%), enquanto apresentaram menores prevalências de fumantes (2% vs 10,8%), ex-fumantes (10,3% vs 21,2%), de consumo abusivo de álcool (2,4% vs 16,5%), de consumo regular de refrigerantes/ suco artificial (4,6% vs 20,8%), de consumo de carnes com excesso de gordura (19,6% vs 29,4%). Por outro lado, os professores apresentaram pior situação do que os adultos brasileiros quanto ao consumo elevado de sal (22,8% vs 15,6%) e à substituição de refeições principais por lanches (91,7% vs 16,2%).

Tabela 02: Hábitos de vida dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

Variáveis	%
Alcoolismo	
Nunca ou menos de uma vez por semana	80,9
Uma ou duas vezes por semana	16,7
Três ou mais vezes	2,4
Tabagismo	
Nunca fumou	87,7
Ex-fumante	10,3
Fumante	2,0
Consumo Alimentar	
Adequado	64,1
Inadequado	35,9
Consumo de cafeína	
Nunca	10,9
Uma ou duas vezes por dia	61,8
Três ou mais vezes por dia	27,4
Consumo abusivo de remédios	
Nunca	77,1
Ocasionalmente	19,7
Com frequência	3,1
Realiza automedicação	
Raramente/Nunca	46,4
Às vezes	45,4
Muito frequentemente/Sempre	8,2

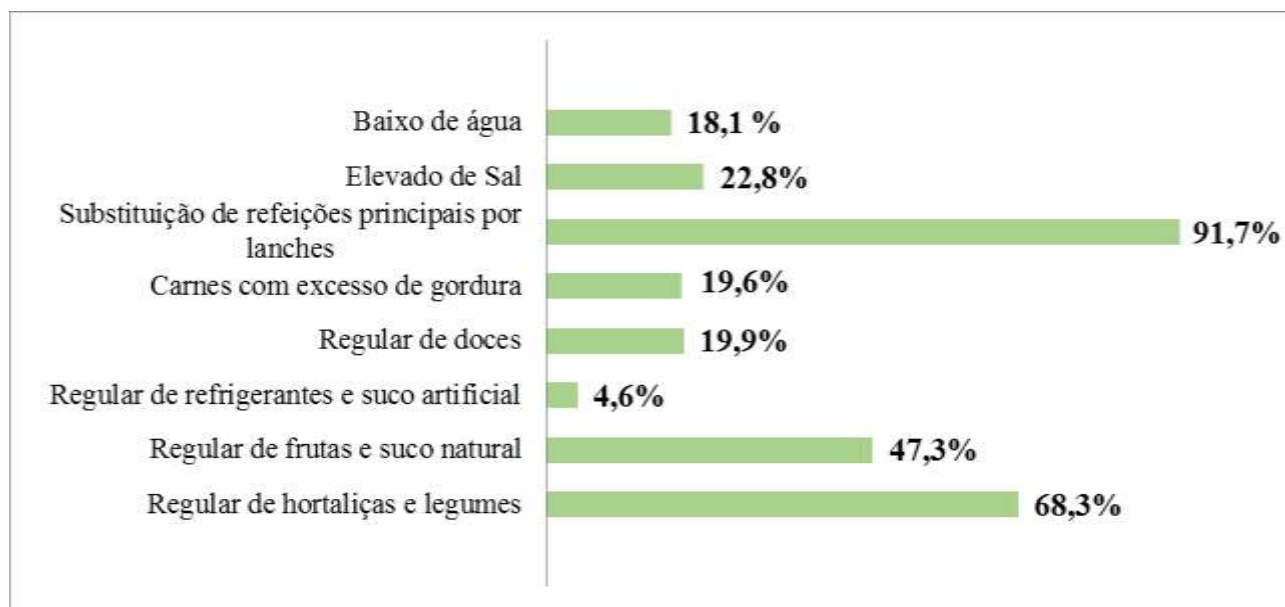


Figura 01: Distribuição do consumo alimentar entre professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

REFERÊNCIAS

1. Malta DC, Stopa SR, Iser BPM, Bernal RTI, Claro RM, Nardi ACF, *et al.* Fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico nas capitais brasileiras, Vigitel 2014. Rev Bras Epidemiol. 2015; 18(2): 238-255.

4.3 Nível de atividade física

“Exercita teu corpo, tua mente e teu espírito. Teu corpo com exercícios diário e uma boa alimentação. Tua mente com estudos e hábitos saudáveis. Teu espírito com bondade, gratidão e amor. O teu EU agradece”.

Damião Maximino

O exercício físico serve como uma forma de lazer e também de zelar pela saúde física e mental, reduzindo os efeitos nocivos do estresse presente na rotina de trabalho. Após o período inicial de adaptação à atividade física, esta se torna usualmente agradável, além de trazer inúmeros benefícios que vão desde uma melhora na condição de saúde como também da autoestima¹. Portanto, vale a pena insistir na transformação dessa prática em hábito.

Para avaliar o nível de atividade física entre os professores foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), validado para o Brasil², que permite estimar o tempo gasto em atividade física de intensidade moderada a vigorosa, em diferentes contextos do cotidiano.

Dos professores avaliados, 51,4% foram considerados insuficientemente ativos (32,6% como irregularmente ativos e 18,8% como sedentários). O resultado obtido neste estudo foi semelhante ao encontrado com adultos brasileiros (35,3% de ativos fisicamente e 15,4% de sedentários)³. Mas, foi discordante de outro estudo realizado com professores da rede estadual de São Paulo, que apresentaram alta prevalência de baixo nível de atividade física (46,3%)⁴.

Tabela 03. Nível de atividade física dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros, 2016.

Nível de atividade física	%
Ativo/muito ativo	48,6
Irregularmente ativo	32,6
Sedentário	18,8

REFERÊNCIAS

1. Silva RS, Silva I, Silva RA, Souza L, Tomasi E. Atividade física e qualidade de vida. *Ciênc. saúde coletiva*. 2010; 15(1):115-120.
2. Matsudo S, Araujo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, *et al.* Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Atividade Física & Saúde*. 2001; 6:5-18.
3. Malta DC, Stopa SR, Iser BPM, Bernal RTI, Claro RM, Nardi ACF, *et al.* Fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico nas capitais brasileiras, Vigitel 2014. *Rev Bras Epidemiol*. 2015; 18(2): 238-255.
4. Brito WF, Santos CL, Marcolongo AA, Campos MD, Bocalini DS, Antonio EL *et al.* Nível de atividade física em professores da rede estadual de ensino. *Rev Saúde Pública*. 2012; 46(1):104-9.

4.4 Serviços de saúde

“A educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo”.
Nelson Mandela

O uso de serviços de saúde é um indicador do autocuidado em saúde. Reflete, de certa forma, a autopercepção que o indivíduo tem de sua própria saúde.

A maioria dos professores da educação básica da rede pública estadual de Montes Claros (MG) relatou utilizar os serviços do Instituto de Previdência dos Servidores do Estado de Minas Gerais - IPSEMG (67,9%) como era de se esperar, uma vez que se trata de um plano de assistência à saúde oferecido aos servidores do Estado, mediante contribuição automática mensal em folha de pagamento. Nesse contexto, quase 60% dos professores relataram não utilizar o Sistema Único de Saúde (SUS) e não possuir nenhum outro plano de saúde privado (71%). Quase 90% dos professores relataram atendimento médico no último ano, sendo este um achado positivo. Entretanto, aproximadamente 50% relataram necessitar de acompanhamento regular/periódico por profissional de saúde (Tabela 4), sugerindo que parcela importante apresenta algum problema crônico de saúde que requer acompanhamento médico regular.

Tabela 04: Serviços de saúde utilizados pelos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

Variável	%
Utiliza SUS	
Sim	40,1
Não	59,9
Utiliza IPSEMG	
Sim	67,9
Não	32,1
Possui plano de Saúde	
Sim	29,0
Não	71,0
Atendimento médico no último ano	
Sim	86,1
Não	12,9
Acompanhamento regular por profissional de saúde	
Não necessita	50,4
Necessita e realiza regularmente	30,5
Necessita e realiza irregularmente	14,5
Necessita, mas não realiza	4,6

4.5 Uso de medicamentos (estresse/depressão, hipertensão, diabetes e colesterol), licenças médicas por estresse/depressão e acidentes de trabalho.

“Um professor pode encontrar a eternidade, pois nunca poderemos determinar onde para a sua influência sobre os alunos que um dia serão homens, gênios, inventores, sementes que germinaram pelas mãos de seus mestres”.
Henry B. Adams

Os inúmeros desafios da profissão docente podem colocar o professor em risco diferenciado para determinadas doenças/condições¹. Problemas de saúde mental têm sido apontados como principais motivos para afastamentos do trabalho docente por meio de licenças médicas. Além disso, outras doenças como as respiratórias e as osteomusculares, também são frequentemente relatadas como causas de absenteísmo entre esses profissionais. A ocorrência de problemas de saúde física e mental pode acarretar no maior uso de medicamentos entre os professores. Os medicamentos mais frequentemente utilizados pelos professores foram os para estresse/depressão. Quanto às licenças médicas, 23% usufruíram de licenças médicas para tratar estresse e depressão pelo menos uma vez ao longo de sua carreira profissional. Em relação aos acidentes de trabalho, 7% relataram ter algum tipo de acidente de trabalho dentro da escola ou a caminho do trabalho.

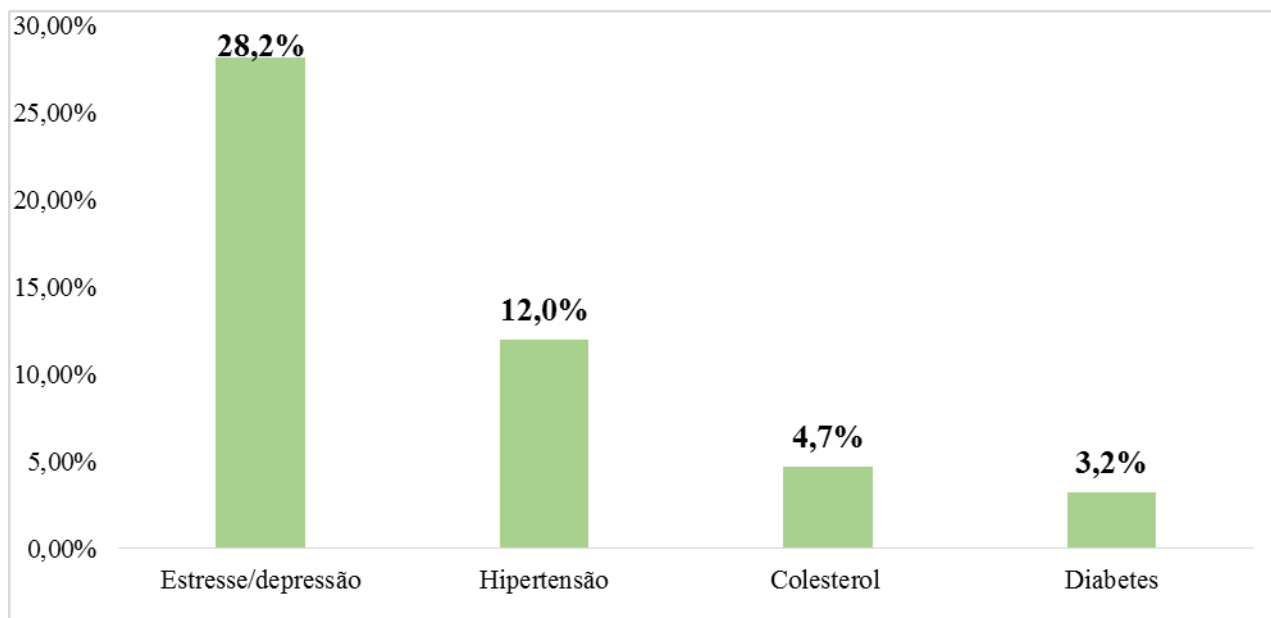


Figura 02: Frequência do uso de medicamentos pelos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

REFERÊNCIAS

1. Rodríguez-Loureiro L, Artazcoz L, López-Ruiz M, Assunção AA, Benavides FG. Joint effect of paid working hours and multiple job holding on work absence due to health problems among basic education teachers in Brazil: the Educatel Study. Cad. Saúde Pública. 2019; 35(1): e00081118.

4.6 Qualidade de Vida (QV)

“Um excelente educador não é um ser humano perfeito, mas alguém que tem a serenidade para se esvaziar e sensibilidade para aprender.”
Augusto Cury

Apesar de apresentar um conceito bastante abrangente, e por vezes complexo, a maioria das pessoas percebe intuitivamente o que é “Qualidade de Vida - QV”. A QV é comumente associada ao “sentir-se bem”, noção esta que vai de encontro aos principais fatores que a influenciam, como saúde, alimentação, trabalho, lazer e ambiente. Sua percepção é totalmente particular e individual.

No projeto *ProfSMoc*, a QV foi investigada pelo WHOQOL-Bref, uma versão abreviada em português do Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida da OMS, validado no Brasil¹. Este instrumento apresenta 26 questões, sendo duas gerais (QV geral) e as demais representando os quatro domínios da qualidade de vida: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente (Tabela 05).

Entre os professores avaliados, a QV geral foi considerada insatisfatória para 48%, confirmando importante parcela de professores com comprometimento da QV. Ao se avaliar cada domínio individualmente, observou-se o comprometimento de 45% no domínio físico, 41% no domínio psicológico, 45% no domínio relações sociais e 49% no domínio meio ambiente. A tabela 05 apresenta a distribuição dos professores segundo as respostas dadas a cada questão do instrumento de QV adotado.

Tabela 05: Qualidade de vida de professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

Variáveis	%
QV geral	
Satisfatória	52,2
Insatisfatória	47,8
QV Domínio físico	
Dor (física) impede de fazer o que precisa	
Nada/ Muito pouco	71,9
Mais ou menos	19,9
Bastante/ Extremamente	8,2
Necessidade de tratamento médico para levar a vida diária	
Nada/ Muito pouco	69,7
Mais ou menos	17,7
Bastante/ Extremamente	12,6
Energia suficiente para o dia-a-dia	
Nada/ Muito pouco	7,6
Médio	47,7
Muito/ Completamente	44,8
Capacidade de se locomover	
Muito ruim/ Ruim	2,6
Nem ruim nem bom	4,8
Bom/ Muito bom	92,5

Satisfação com o sono	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	22,9
Nem satisfeito, nem insatisfeito	24,8
Satisfeito/ Muito satisfeito	52,3
Satisfação com a capacidade de desempenhar atividades do dia-a-dia	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	9,4
Nem satisfeito, nem insatisfeito	26,0
Satisfeito/ Muito satisfeito	64,6
Satisfação com a capacidade para o trabalho	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	6,3
Nem satisfeito, nem insatisfeito	22,1
Satisfeito/ Muito satisfeito	71,6
QV Domínio psicológico	
O quanto aproveita a vida	
Nada/ Muito pouco	13,2
Mais ou menos	38,4
Bastante/ Extremamente	48,4
Em que medida acha que a vida tem sentido	
Nada/ Muito pouco	2,2
Mais ou menos	11,5
Bastante/ Extremamente	86,3
O quanto consegue se concentrar	
Nada/ Muito pouco	7,2
Mais ou menos	34,4
Bastante/ Extremamente	58,4
Capacidade de aceitar a aparência física	
Nada/ Muito pouco	7,4
Médio	26,1
Muito/ Completamente	66,5
Satisfação consigo mesmo	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	7,5
Nem satisfeito, nem insatisfeito	21,7
Satisfeito/ Muito satisfeito	70,8
Frequência de sentimentos negativos (mau humor, desespero, ansiedade, depressão)	
Nunca/ Algumas vezes	83,2
Frequentemente	10,1
Muito frequentemente/ Sempre	6,7
QV Domínio relações sociais	
Satisfação com as relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	5,6
Nem satisfeito, nem insatisfeito	20,5
Satisfeito/ Muito satisfeito	74,0
Satisfeito com a vida sexual	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	11,2
Nem satisfeito, nem insatisfeito	24,6
Satisfeito/ Muito satisfeito	64,2
Satisfação com o apoio que recebe de amigos	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	4,4
Nem satisfeito, nem insatisfeito	23,1
Satisfeito/ Muito satisfeito	72,5
QV Domínio meio ambiente	
Quão seguro(a) se sente na vida diária	
Nada/ Muito pouco	7,8
Mais ou menos	36,0
Bastante/ Extremamente	56,2
Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)	
Nada/ Muito pouco	15,5
Mais ou menos	51,3
Bastante/ Extremamente	33,3
Dinheiro suficiente para satisfazer as necessidades	

Nada/ Muito pouco	34,6
Médio	55,8
Muito/ Completamente	9,7
Disponibilidade de informações que precisa no dia-a-dia	
Nada/ Muito pouco	4,6
Médio	41,0
Muito/ Completamente	54,4
Em que medida tem oportunidade de atividade de lazer	
Nada/ Muito pouco	32,0
Médio	45,9
Muito/ Completamente	22,1
Satisfação com as condições do local onde mora	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	9,7
Nem satisfeito, nem insatisfeito	18,6
Satisfeito/ Muito satisfeito	71,6
Satisfação com o acesso aos serviços de saúde	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	31,6
Nem satisfeito, nem insatisfeito	33,1
Satisfeito/ Muito satisfeito	35,3
Satisfação com o meio de transporte	
Muito insatisfeito/ Insatisfeito	16,1
Nem Satisfeito, nem insatisfeito	20,2
Satisfeito/ Muito satisfeito	63,7

REFERÊNCIA

1. Fleck MPA, Louzada S, Xavier M, Chachamovich E, Vieira G, Santos L, et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". Rev. Saúde Pública. 2000; 34(2):178-183.

4.7 Autopercepção da saúde

“Com o tempo, você vai percebendo que, para ser feliz, você precisa aprender a gostar de você, a cuidar de você”.
Mário Quintana

“Autopercepção” em saúde é a capacidade individual e subjetiva de perceber e avaliar a própria saúde em um ambiente ou contexto. Essa percepção reflete a compreensão pessoal do que é saúde “normal”, dos sintomas específicos que se tenha experimentado ao longo da vida, nas experiências passadas com o sistema de saúde, sendo influenciada ainda por fatores culturais, socioeconômicos, pelo bem-estar psicossocial, pela qualidade de vida, entre outros. A autopercepção do estado de saúde exerce papel determinante na procura pelos serviços de saúde¹.

A maioria dos professores avaliou positivamente sua saúde (66,9%), conforme mostra a Figura 03. A prevalência de 33% de autopercepção negativa da saúde (regular, ruim ou péssima) entre os professores foi inferior ao verificado entre adultos brasileiros (40%)¹, sendo este um achado favorável à saúde docente.

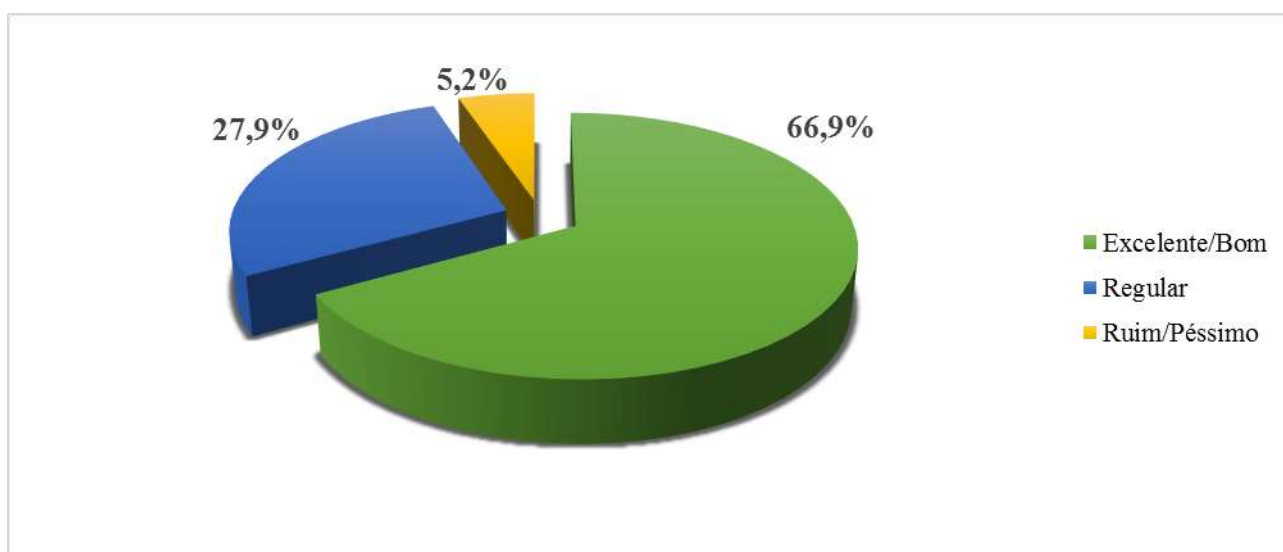


Figura 03: Autopercepção da saúde de professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

REFERÊNCIAS

1. Pavão ALB, Werneck GL, Campos MR. Autoavaliação do estado de saúde e a associação com fatores sociodemográficos, hábitos de vida e morbidade na população: um inquérito nacional. Cad. Saúde Pública. 2013; 29(4): 723-734

4.8 Saúde da Mulher e do Homem

“Onde quer que haja mulheres e homens, há sempre o que fazer, há sempre o que ensinar, há sempre o que aprender”.
Paulo Freire

As iniciativas da Atenção Básica voltadas para a promoção da saúde da mulher envolvem desde o pré-natal, puerpério e aleitamento materno até a prevenção de cânceres que mais acometem essa população¹. Já em relação aos homens, foi demonstrado que estes são mais vulneráveis às doenças que as mulheres e que morrem mais cedo, pois utilizam menos os serviços de saúde. Sendo assim, o menor cuidado masculino com a própria saúde favorece o aumento de sua morbidade, especialmente devido à busca tardia pelo atendimento².

Nossos resultados também evidenciaram menor autocuidado masculino no que se refere aos exames preventivos (Tabela 06). Praticamente 80% dos professores investigados nunca realizaram exame de próstata. Homens, independentemente da profissão, devem ser orientados sobre os principais sinais e sintomas de alerta para o câncer de próstata e para procurar o serviço de saúde em busca do diagnóstico precoce e tratamento quando necessário³.

Quanto à saúde da mulher, a maioria das professoras (52,6%) realizou o Papanicolau (exame preventivo de colo de útero) há menos de um ano, nunca realizou mamografia (44,2%) ou a realizou há mais de um ano (23%) (Tabela 06). A adoção de práticas de prevenção para o controle do câncer aumenta a possibilidade de cura e evita a progressão da doença para estágios mais avançados, sendo o Papanicolau e a mamografia práticas preventivas utilizadas para a detecção precoce da doença e recomendadas pelo Ministério da Saúde^{1,4}.

Tabela 06: Saúde da Mulher e do Homem de professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

Saúde da Mulher*	
Variáveis	%
Exame preventivo de colo de útero	
Menos de um ano	52,6
Entre 1 e 2 anos	28,8
Entre 2 e 5 anos	9,0
5 anos ou mais	1,7
Nunca fez	7,9
Realização de mamografia	
Menos de um ano	32,4
Entre 1 e 2 anos	17,2
Entre 2 e 3 anos	3,8
Entre 3 e 5 anos	1,4
5 anos ou mais	0,9
Nunca fez	44,2
Autoexame regular das mamas	
Sim	53,1
Não	46,9

Saúde do Homem**

Realização de exame físico da próstata	%
Menos de um ano	6,3
De um a menos de 2 anos	7,1
De 2 a menos de 3 anos	3,1
De 3 anos ou mais atrás	3,9
Nunca fez	79,5

Nota: Questões investigadas somente com as mulheres* e homens**

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde. Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres / Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa. Brasília: Ministério da Saúde, 2016.
2. Carrara S, Russo JA, Faro L. A política de atenção à saúde do homem no Brasil: os paradoxos da medicalização do corpo masculino. *Physis*. 2009; 19(3).
3. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Câncer de próstata: vamos falar sobre isso? Rio de Janeiro: INCA, 2017.
4. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Diretrizes para a detecção precoce do câncer de mama no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2015.

4.9 Medidas Antropométricas

“A alegria não chega apenas no encontro do achado, mas faz parte do processo da busca. Ensinar e aprender não pode dar-se fora da procura, fora da boniteza e da alegria”.

Paulo Freire

Medidas antropométricas são frequentemente empregadas na avaliação da gordura corporal devido à praticidade e ao baixo custo. O índice de massa corporal (IMC) é a medida mais utilizada. Medidas regionais de obesidade, entre as quais a medida da circunferência da cintura (CC) e a razão cintura/quadril (RCQ), por exemplo, são capazes de estimar indiretamente a gordura abdominal. Essas medidas mostram o risco de doenças crônicas não transmissíveis e risco de morte^{1,2}.

A OMS define o sobrepeso e a obesidade como o acúmulo de gordura anormal ou excessiva que apresenta um risco para a saúde³. E pode contribuir para o desenvolvimento de outras doenças, como diabetes mellitus, aumento do colesterol, hipertensão arterial, doenças cardíacas, distúrbios do sono, comprometimentos nos ossos e músculos e diversos tipos de cânceres^{4,5}.

Destacam-se os percentuais de: sobrepeso (36,6%), obesidade (16,5%), de gordura corporal elevada (89,4%), relação cintura quadril elevada (15,0%), circunferência cintura elevada (14,6%), relação cintura altura elevada (37,6%). As medidas antropométricas verificadas entre os professores estão descritos na Tabela 07.

Tabela 07- Medidas antropométricas dos professores da rede básica estadual de Montes Claros-MG, 2016.

Variáveis	%
IMC	
Normal	46,9
Sobrepeso	36,6
Obeso	16,5
%Gordura corporal	
Normal	10,6
Elevado	89,4
Relação cintura quadril	
Normal	85,0
Elevado	15,0
Circunferência cintura	
Normal	85,4
Elevado	14,6
Relação cintura/altura	
Normal	62,4
Elevado	37,6

REFERÊNCIAS

1. Rocha NP, Siqueira-Catania A, Barros CR, Pires MM, Folchetti LD, Ferreira SRG. Análise de diferentes medidas antropométricas na identificação de síndrome metabólica, com ou sem alteração do metabolismo glicídico. *Arq Bras Endocrinol Metab.* 2010; 54(7):636-643.
2. Azevedo ECC, Diniz AS, Monteiro JS, Cabral PC. Padrão alimentar de risco para as doenças não transmissíveis e sua associação com a gordura corporal- um revisão sistemática. *Ciênc. Saúde coletiva.* 2014; 19(5):1447-1458.
3. World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. Genebra: WHO, 1995.
4. Oliveros E, Somers VK, Sochor O, Goel K, Lopez-Jimenez F. The Concept of Normal Weight Obesity. *Progress In Cardiovascular Diseases.* 2014; 56(4):426 – 433.
5. Paes ST, Marins JCB, Andreazi AN. Efeitos metabólicos do exercício físico na obesidade infantil: uma visão atual. *Revista Paulista de Pediatria.* 2015; 33(1):122-129.

4.10 Condições de Saúde Mental

“O professor é como uma vela que se consome a iluminar o caminho para os outros”.
Mustafa Kemal Atatürk

A docência é considerada uma profissão altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física e mental dos professores¹. Os problemas relacionados à saúde mental referem-se a um conjunto de respostas, aos sentimentos negativos e constituem uma ameaça à autoestima ou ao bem-estar².

Os sintomas de estresse, depressão e a Síndrome de Burnout (SB) são considerados sintomas psicossociais que podem estar relacionados ao trabalho e têm sido apontados frequentemente em estudos conduzidos com professores¹. A prevalência geral de problemas relacionados à saúde mental dos professores verificada neste estudo foi de 40,3% de sintomas de estresse, 23,2% de sintomas depressivos e 13,8% manifestando sintomas de SB. Resultados similares foram observados em outras pesquisas. Em São Paulo mais de 40% dos docentes apresentaram sintomas de estresse² e no Paraná, 21,6% com depressão³, já em professores portugueses, observou-se que 14,2% com sintomas da síndrome de burnout estavam insatisfeitos com o trabalho⁴.

Portanto, a rotina estressante do trabalho do professor, a grande quantidade de alunos, as más condições de trabalho, a não valorização da profissão, dentre outras condições, podem contribuir para o desgaste profissional³⁻⁵, que conseqüentemente está associado à ocorrência do estresse, da depressão e do burnout, com forte tendência ao absentéismo, atestados médicos recorrentes, afastamentos e até mesmo abandono da profissão docente⁶⁻⁷.

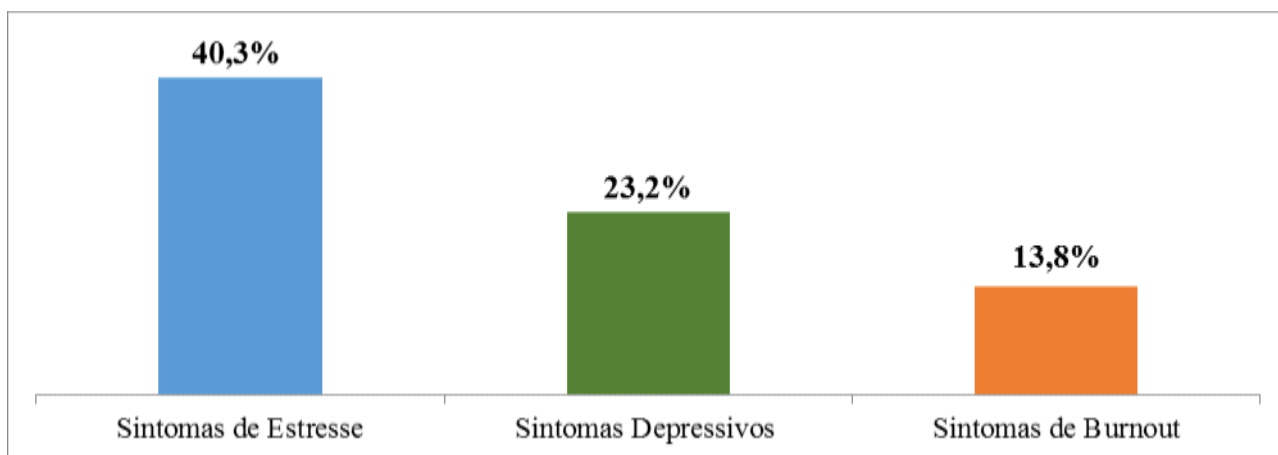


Figura 04: Prevalência de problemas psicossociais em professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

REFERÊNCIAS

1. Carlotto MS, Rejane L, Adolfo P, Mariana B. Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos professores de ensino especial. *Análise Psicológica*. 2012; 30(3):315-327
2. Mesquita A A et al. Estresse e síndrome de burnout em professores: prevalência e causas. *Psicologia Argumento*, Curitiba, v. 31, n.75, p. 627-635, out./dez. 2013.
3. Scandolara, T. B.; Wietzikoski, E. C.; Gerbasi, A. R. V.; Sato, S. W. Avaliação dos níveis de estresse e depressão em professores da rede pública do município de Francisco Beltrão - PR. *Arq. Cienc. Saúde UNIPAR*, Umuarama, v. 19, n. 1, p, 31-38, jan./abr. 2015.
4. Figueiredo-Ferraz H, Gil-Monte PR, Grau-Alberola E. Prevalencia del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (Burnout) en una muestra de maestros portugueses. *Aletheia*. 2009; (29): 6-15.
5. Kidger J, Brockman R, Tilling K, Campbell R, Ford T, Araya R, et al. Teachers' wellbeing and depressive symptoms, and associated risk factors: A large cross sectional study in English secondary schools. *J Affect Disord*. 2016 Mar 1; 192:76-82. PubMed PMID: 26707351.
6. Barros MBA, Lima MG, Azevedo RCS, Medina LBP, Lopes CS, Menezes PR, et al. Depressão e comportamentos de saúde em adultos brasileiros – PNS 2013. *Rev Saúde Pública* 2017; 51(Suppl1): 8s.
7. Ferreira LL. Lições de professores sobre suas alegrias e dores no trabalho. *Cad Saúde Pública* 2019; 35(Suppl 1): e00049018.

4.11 Problemas Vocais

“Voz boa, assim como um bom abraço, é suave, não é alta nem forte demais, não invade o espaço alheio nem se impõe a qualquer custo”.
Cida Stier

Os professores são vulneráveis aos problemas vocais cujas consequências podem levar ao absenteísmo e até mesmo à readaptação para nova função¹. Rouquidão, cansaço ao falar e garganta seca são as queixas vocais mais comuns entre os professores de diversos estados do País².

Dentre os professores pesquisados das escolas estaduais de Montes Claros, 65,9% relataram possuir algum problema de voz, sendo que, 38,6% possuíam o problema há mais de três semanas, ou seja, um problema crônico conforme o *Guideline da American Academy of Otolaryngology Head and Neck Surgery Foundation*³. Os principais sinais e sintomas autorrelatados estão na Figura 05.

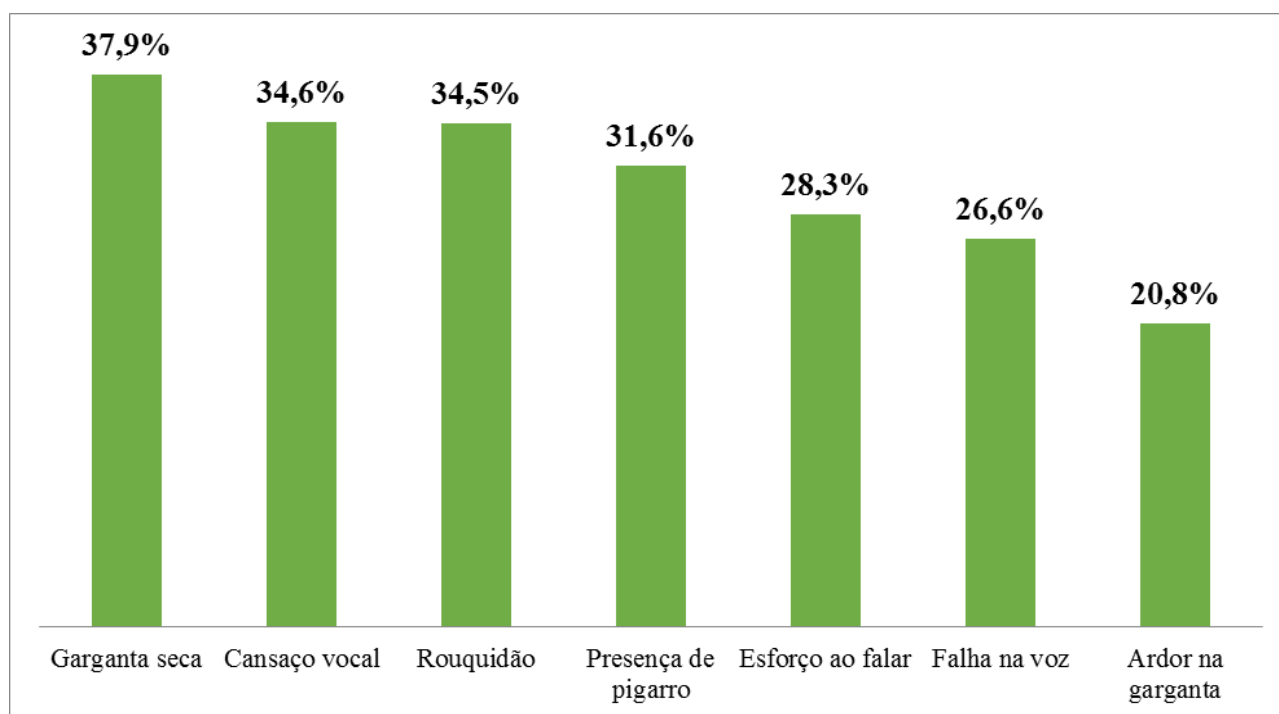


Figura 05: Principais problemas vocais autorrelatados pelos professores da rede estadual de Montes Claros - MG, 2016.

A prevalência de problema vocal verificada (65,9%) foi semelhante à de pesquisa realizada previamente com professoras do ensino fundamental de escolas municipais de Montes Claros-MG⁴ e de Belo Horizonte-MG¹. Mas foi muito acima dos 11,6% identificados em uma pesquisa de base nacional⁵. Dado curioso pode ser observado com 11,6% que relataram não ter problema vocal, porém disseram possuir um ou mais daqueles sinais e/ou sintomas (Figura 07). Isso quer dizer que

esses professores não consideram a garganta seca, o cansaço vocal, a presença do pigarro e até mesmo a rouquidão como um problema de voz e tal resultado merece reflexão.

Estudos apontam a ocorrência de voz alterada em professores que avaliaram favoravelmente suas vozes. Os professores tendem a considerar a alteração de voz como “normal” no contexto da docência, ou seja, algumas vezes, a rouquidão e outros sintomas podem ser encarados como inerentes à profissão^{1,6}.

Os problemas vocais poderiam ser minimizados ou até evitados, caso os professores tivessem acesso às políticas preventivas, seja na esfera pública ou privada. É necessário saber da existência da Lei Estadual 16.077 de 26 de abril de 2006 sobre a Política Estadual de Saúde Vocal e da Lei Municipal 3.634 de agosto de 2006 sobre o Programa de Saúde Vocal para o Professor.

Abaixo, algumas dicas importantes para prevenir ou minimizar problemas vocais (Figura 6).



Figura 06: Dicas importantes para prevenir ou minimizar problemas vocais.

Para maiores informações e dicas a respeito da voz do professor, acesse o site do Sinpro-SP através do link <http://www.sinprosp.org.br/arquivos/voz/bem_estar_vocal2016.pdf>

REFERÊNCIAS

1. Jardim R, Barreto SM, Assunção AA. Condições de trabalho, qualidade de vida e disfonia entre docentes. *Cad. Saúde Pública*. 2007; 23(10):2439-2461.
2. Gonçalves CGO, Penteadó RZ, Silvério KCA. Fonoaudiologia e saúde do trabalhador: a questão da saúde vocal do professor. *Saúde Rev*. 2005; 7(15):45-51.
3. Schwartz S, Cohen SM, Dailey SH, Rosenfeld RM, Deutsch ES, Gillespie MB. Clinical practice guideline: Hoarseness (Dysphonia). *Otolaryngology–Head and Neck Surgery*. 2009; 141:S1-S31.
4. Rossi-Barbosa LA, Gama ACC, Caldeira AP. Associação entre prontidão para mudanças de comportamento e queixa de disfonia em professores. *CoDAS*. 2015; 27(2):170-177.
5. Behlau M, Zambon F, Guerrieri AC, Roy N. Epidemiology of voice disorders in teachers and non teachers in Brazil: prevalence and adverse effects. *J Voice*. 2012; 26(5):665.
6. Penteadó RZ, Pereira IMTB. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. *Rev. Saúde Pública*. 2007; 41(2):236-243.

4.12 Respiração: Tempos Máximos de Fonação

“Não podemos respirar no passado, nem respirar no futuro. Ainda que seja algo contínuo, estamos sempre respirando o presente”.
Cecília Rothmel

Para a avaliação funcional da voz e terapia de fonoaudiologia devem-se analisar as medidas respiratórias, como o Tempo Máximo de Fonação (TMF)¹ que é considerado um marcador da eficiência dos níveis respiratórios e fonatórios, pois indicam a capacidade de sustentação máxima de fonação².

O método clássico e habitual utilizado no auxílio do diagnóstico das alterações vocais é aquele que utiliza os fonemas fricativos /s/ e /z/ e fornecem dados sobre a dinâmica de fonação. Considera-se a média de normalidade, para mulheres, entre 15 a 20 segundos e para homens, 20 a 25 segundos³.

Em nosso estudo, o método para obtenção dos dados referentes ao TMF dos professores foi o teste básico, que consiste em cronometrar a fonação sustentada em uma única expiração nos fonemas /s/ e /z/. Primeiramente foi realizado o som do /s/ duas vezes e realizada a média. Posteriormente, o mesmo procedimento com o som do /z/. Uma relação s/z em torno de 1 é considerada ideal, sendo que valores entre 0,8 e 1,2 são considerados dentro da normalidade. Quando abaixo desse intervalo, considera-se indicativo de que durante a fonação haja uma hipercontração glótica, ou seja, uma contração excessiva das pregas vocais. Quando acima desse intervalo, considera-se sinal indicativo de falta de coaptação glótica, ou seja, as pregas vocais não fecham adequadamente⁴.

Os valores absolutos e relativos dos TMF do /s/ e do /z/, em relação aos sexos verificados em nosso estudo, encontram-se nas figuras 07 e 08.

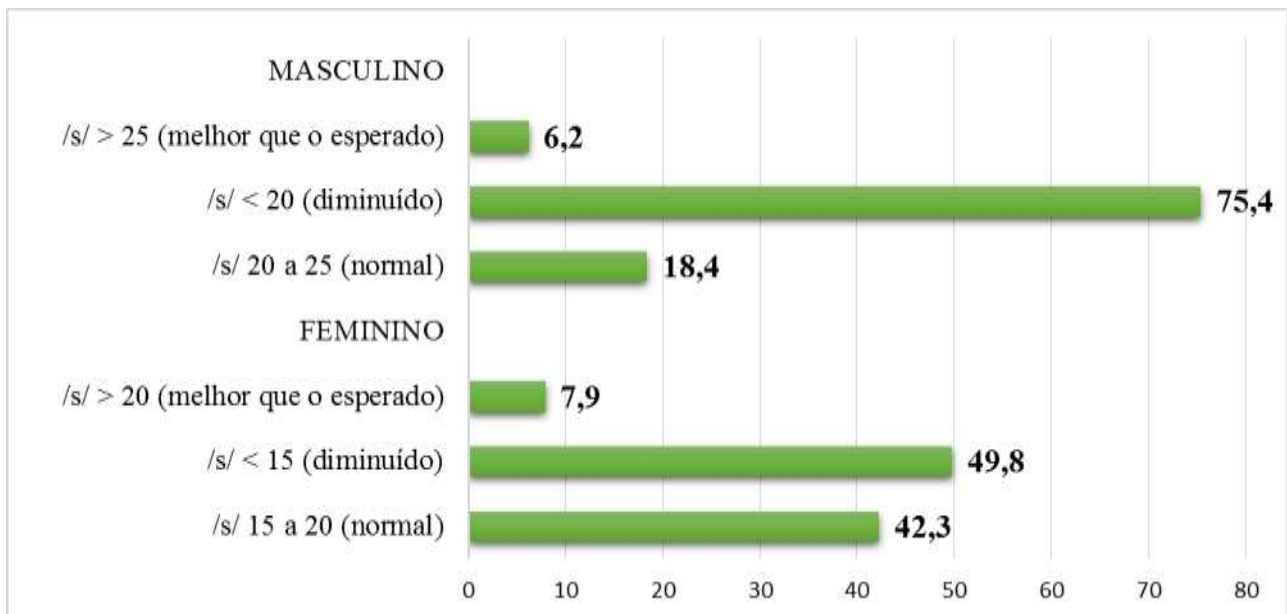


Figura 07: Porcentagem do Tempo Máximo de Fonação do som do /s/ de acordo com o variável sexo dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

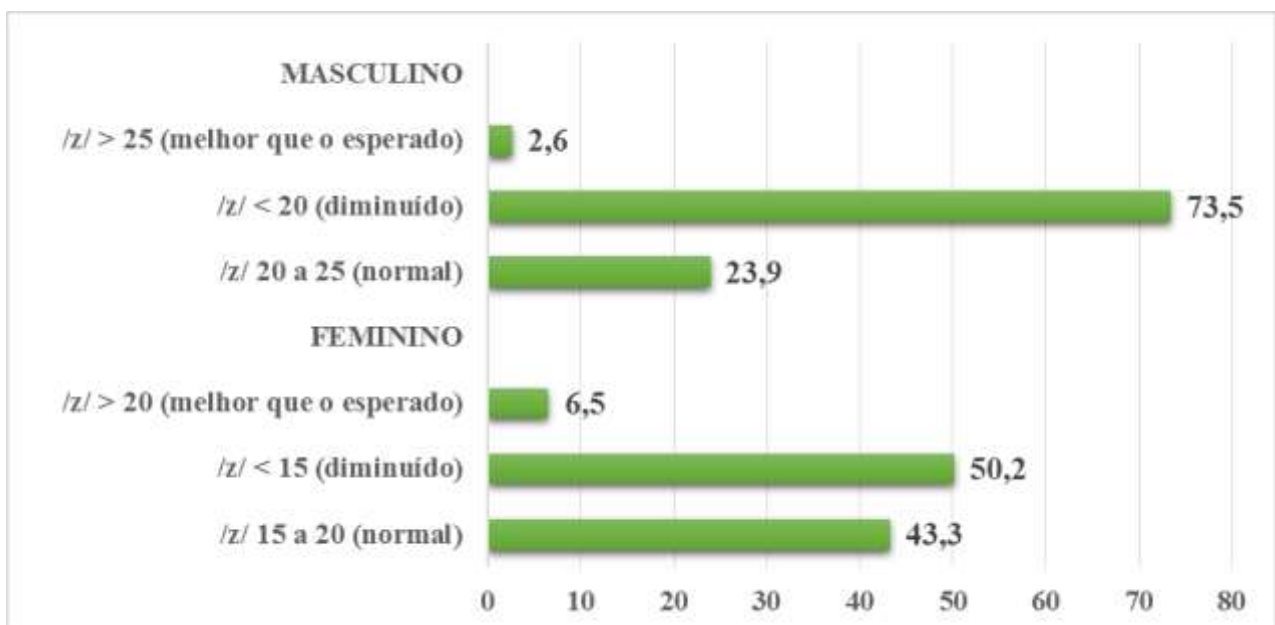


Figura 08: Porcentagem do Tempo Máximo de Fonação do som do /z/ de acordo com a variável sexo dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

De maneira geral, os resultados encontrados, tanto para o sexo feminino quanto masculino, estão abaixo dos valores da normalidade. O resultado foi semelhante ao da pesquisa realizada com indivíduos com problemas de voz⁴. Já os dados sobre a relação s/z se encontram nas Figuras 09 e 10. Observa-se que a maioria está dentro da normalidade, embora aquém do verificado em outro estudo⁵ no qual 74,2% apresentaram TMF equilibrados entre si. No nosso estudo, a porcentagem daqueles com a relação s/z diminuída (falta de coaptação glótica/força muscular diminuída das pregas vocais) foi maior do que aqueles com a relação aumentada (hipercontração glótica/tensão das pregas vocais).



Figura 09: Valores da relação /s/ e /z/ (normal, diminuída ou aumentada) segundo o sexo masculino dos professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

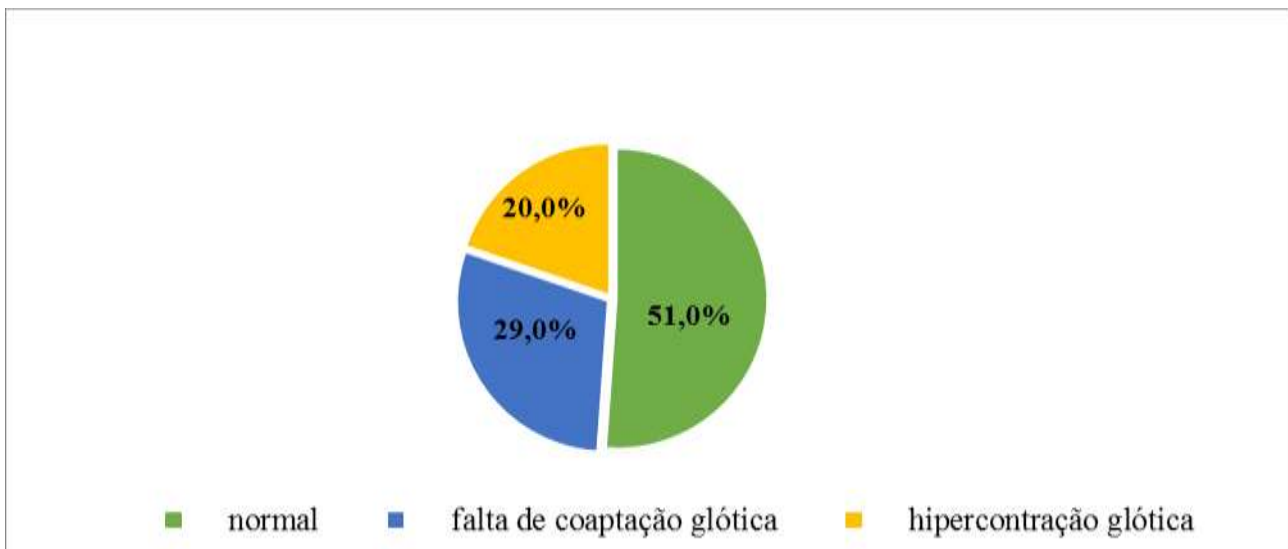


Figura 10: Valores da relação /s/ e /z/ (normal, diminuída ou aumentada) segundo o sexo feminino das professoras da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016

REFERÊNCIAS

1. Colton RH, Casper JK. Compreendendo os problemas de voz. PortoAlegre: Artes Médicas, 1996.
2. Behlau M, Pontes P. Higiene vocal: cuidando da voz. 4ª ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2009.
3. Behlau M, *et al.* Avaliação de voz. In: Behlau M. Voz: o livro do especialista. São Paulo: Revinter. Vol I. 2001. p. 185-245.
4. Cielo CA, Conterno G, Carvalho CDM, Finger LS. Disfonias: relação s/z e tipos de voz. Rev. CEFAC. 2008; 10(4):536-547.
5. Christmann MK, Scherer TM, Cielo CA, Hoffmann CF. Tempo máximo de fonação de futuros profissionais da voz. Rev. CEFAC. 2013; 15(3):622-630.

4.13 Condições Crônicas de saúde autorrelatadas

“A alma que abriga a filosofia deve, para a sua saúde, tornar o corpo são”.
Michel de Montaigne

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são consideradas problemas de saúde pública e representam aproximadamente 70% da causa dos óbitos brasileiros¹. Os principais fatores de risco para as DCNT são o tabaco, a alimentação inadequada, a inatividade física e o consumo abusivo de álcool². Essas doenças podem levar a incapacidades e limitações nas atividades de trabalho e lazer dos acometidos¹.

Cerca de 80% dos professores, do nosso estudo, relataram alguma DCNT autorreferida, variando de 1 a 14 a depender de diferentes condições coexistentes. Mesmo considerando os problemas oculares, ainda assim, 80% apresentaram algum relato de morbidade. A figura 11 apresenta as condições autorrelatadas identificadas.

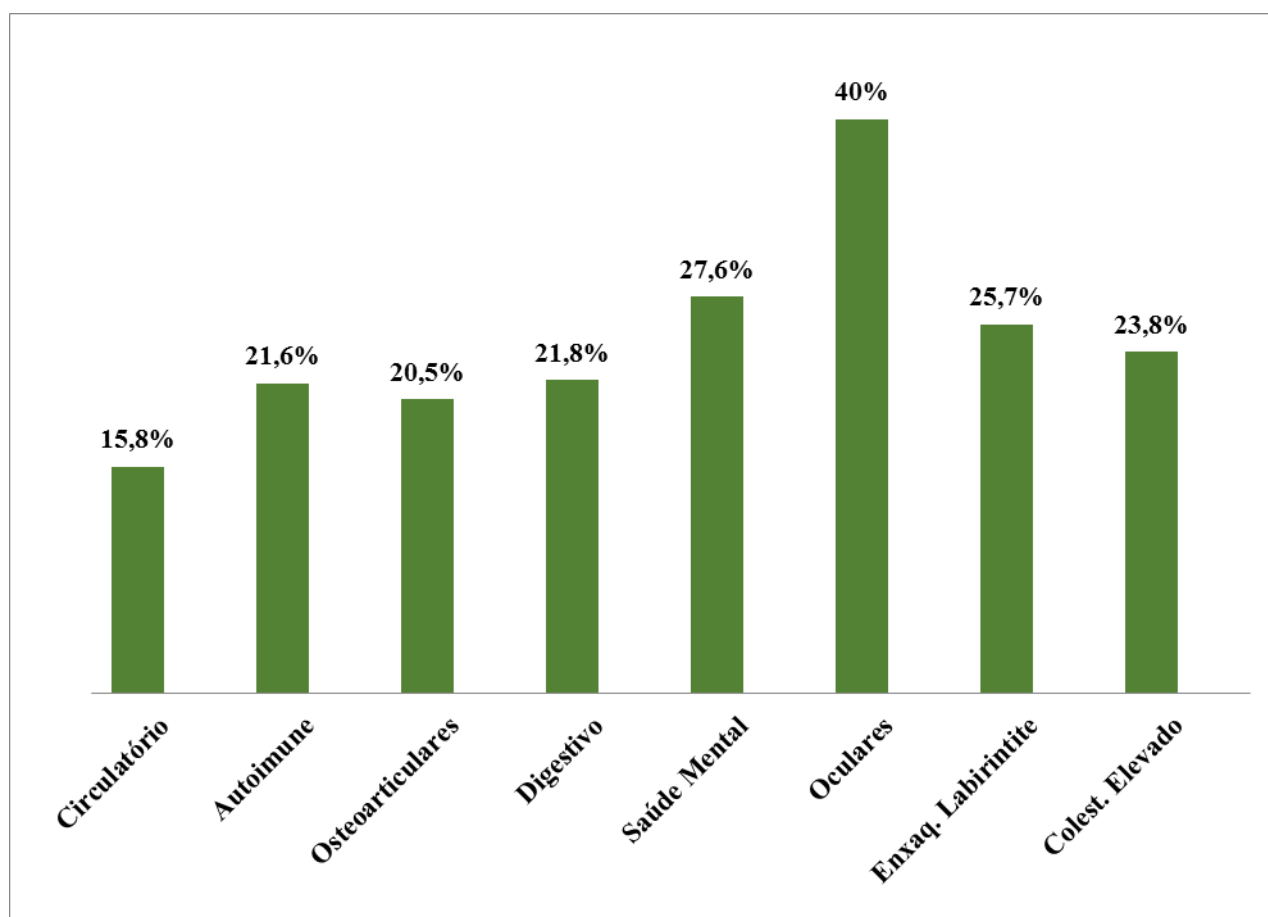


Figura 11: Condições crônicas de saúde autorrelatadas por professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

Assim, a valorização da saúde do professor é essencial ao reconhecer que a educação é primordial ao desenvolvimento da nação. É necessário conhecer as condições de saúde desses profissionais, especialmente quanto às condições crônicas, que são apontadas como as principais causas de adoecimento, faltas e afastamento do trabalho.

Alguns estudos já destacam que o trabalho docente apresenta exigências psicoemocionais, habilidades sociais e pedagógicas³. As condições de saúde dos professores dependem das relações decorrentes das condições de trabalho, derivadas das características e organização, quando tais relações são desfavoráveis, há o risco desse descompasso interferir no desenvolvimento das atividades de ensino desses profissionais⁴.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde. Ministério do planejamento, orçamento e gestão. Pesquisa nacional de saúde, 2013: Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde, 2014.
2. Malta DC, Cezário AC, Moura L, Neto OLM, Junior JBS. Construção da vigilância e prevenção das doenças não transmissíveis no contexto do sistema único de saúde. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. 2006; 47-64.
3. Lago RR, Cunha BS, Borges MFSO. Percepção do trabalho docente em uma universidade da região norte do Brasil. *Trabalho, Educação e Saúde*. 2015; 429-450.
4. Cruz RL, Lemos JC, Welter MM, Guisso L. Saúde docente, condições e carga de trabalho. *Revista Eletrônica de Investigación y Docencia*. 2010; 60-147.

4.14 Diabetes e Hipertensão

“A alegria não chega apenas no encontro do achado, mas faz parte do processo da busca. Ensinar e aprender não pode dar-se fora da procura, fora da boniteza e da alegria”.

Paulo Freire

As condições crônicas de saúde, como diabetes e hipertensão, constituem um grande desafio para o século XXI¹. No Brasil, as doenças crônicas estão em primeiro lugar em mortalidade e hospitalização². No mundo, as doenças crônicas foram responsáveis por 38 milhões (68%) das 56 milhões de mortes no ano de 2012¹. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), uma alimentação reduzida em gorduras saturadas, açúcar e sal, e com elevada ingestão de legumes e frutas, acompanhada de atividade física regular, exerce importante influência na prevenção, na morbidade e na mortalidade por doenças crônicas³.

Cerca de 2,7% dos professores relataram diagnóstico médico prévio de diabetes, estando abaixo do autorrelato observado entre adultos brasileiros em 2018 (7,7%), sendo maior entre as mulheres (8,1%) que entre os homens (7,1%)⁵. Em ambos os sexos, a frequência dessa condição aumentou com a idade.

Quanto à hipertensão, 24,9% dos professores foram considerados hipertensos. Em nosso estudo, consideramos hipertensos aqueles professores que tiveram medidas de pressão arterial sistólica superior a 140 mmHg, e/ou pressão arterial diastólica superior a 90 mmHg e/ou que relatassem uso de medicamento para controle da pressão arterial⁴. A prevalência de hipertensão arterial verificada em nosso estudo (24,9%) foi bem próxima à observada na população adulta brasileira em 2018 (24,7%), sendo maior entre mulheres (27,0%) que entre homens (22,1%)⁵. Estudos prévios, realizados exclusivamente com docentes, mostraram prevalências um pouco menores de hipertensão, variando de 16% em 2011⁶ a 20% em 2013/2015^{7,8}.

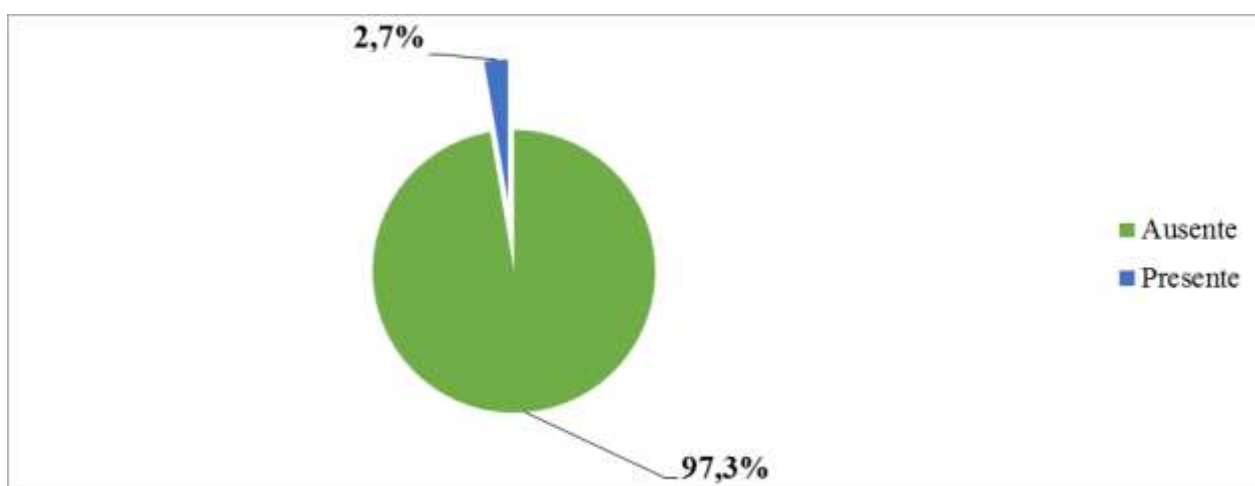


Figura 12: Diabetes em professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016.

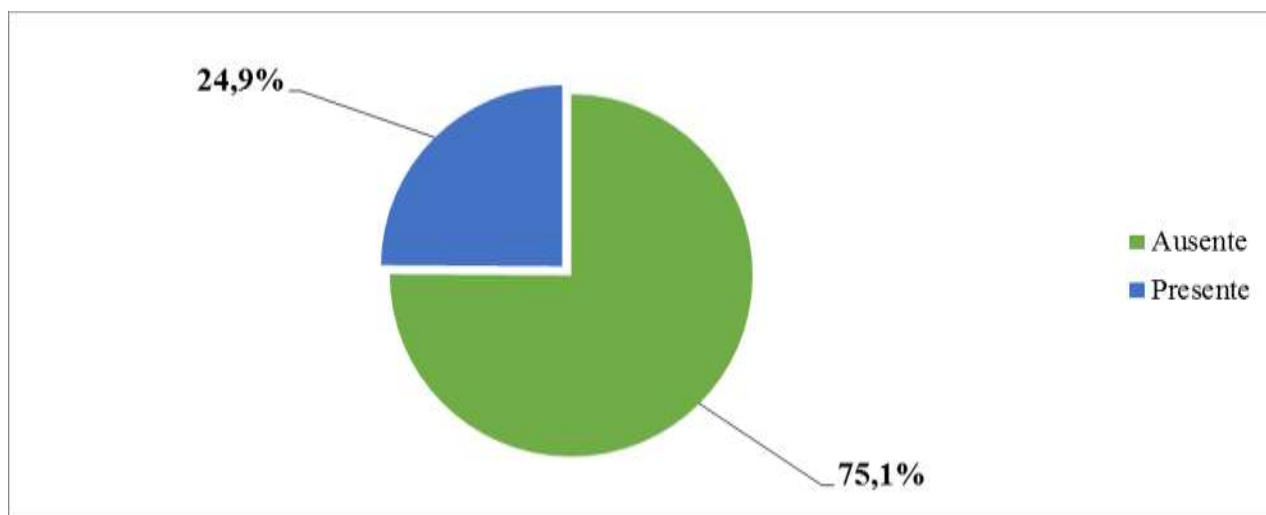


Figura 13: Hipertensão arterial em professores da educação básica da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG, 2016

REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Global status report on non-communicable diseases. Genebra: WHO, 2014.
2. Organização Pan-Americana da Saúde. Linhas de cuidado: hipertensão arterial e diabetes. Brasília: OPAS, 2010.
3. Organização Mundial da Saúde. Comunicado de Imprensa conjunto da OMS/FAO 32. Roma: OMS, 2003.
4. Brandão AA. Hipertensão Arterial. In: Rocha RM, Martins, WA. Manual de prevenção cardiovascular. Rio de Janeiro; 2017. p.16 – 29.
5. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Vigitel Brasil 2018: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2018 / Brasília: Ministério da Saúde, 2019.
6. Moreira OC, Oliveira RAR, Andrade Neto F, Amorim W, Oliveira CEP, Doimo LA, et al. Associação entre risco cardiovascular e hipertensão arterial em professores universitários. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. 2011;25:397-406.
7. Santos MN, Marques AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. Ciência & Saúde Coletiva. 2013;18:837-46.
8. Oliveira RAR, Mota Júnior RJ, Tavares DDF, Moreira OC, Marins JCB. Fatores associados à pressão arterial elevada em professores da educação básica. Revista da Educação Física / UEM. 2015; 26:119-29.



**PRODUTOS
ALCANÇADOS**

5. Produtos Alcançados

O banco de dados do *Projeto ProfSMoc* tem permitido a consolidação das informações através de divulgações científicas (artigos publicados em periódicos científicos, publicações de resumos e apresentações em anais de eventos científicos, além das apresentações orais em eventos científicos). Até o momento, 6 artigos publicados, sendo 1 aceito para publicação. Quantos aos resumos 50 foram apresentados em eventos científicos nacionais e internacionais. Além disso, dois trabalhos com dados do projeto foram premiados na III Congresso de Neurociências e II Jornada Psiquiatria do Norte de Minas/2018 e FEPEG/2019. Abaixo, a lista completa das publicações produzidas, até o momento, e a forma como as mesmas podem ser acessadas. Ressalta-se que o banco de dados construído permitirá ainda outras publicações que já estão em andamento.

Artigos Publicados

1. *Morbidade Autorreferida entre Professores da Educação Básica da Rede Pública de Ensino.* (https://www.acervosaude.com.br/doc/S-31_2017.pdf)
2. *Perfil antropométrico e composição corporal de professores da rede estadual de ensino de Montes Claros-MG.* (https://www.acervosaude.com.br/doc/S-41_2017.pdf)
3. *Hipertensão Arterial e trabalho entre docentes da educação básica da rede pública de ensino.* (<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/hipertensao-arterial-e-trabalho-entre-docentes-da-educacao-basica-da-rede-publica-de-ensino/16985?id=16985>)
4. *Fatores associados à prática de atividade física entre professores do nível básico de ensino.* (<Http://dx.doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3037>)
5. *Perfil de saúde de professoras da educação básica de escolas públicas de Montes Claros-MG.* (<http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/734>)
6. *Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres adultas.* (<https://doi.org/10.1590/1678-9865202033e190185>).
7. *Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores associados entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional* (Aceito para publicação na Revista Brasileira de Saúde Ocupacional em 25/08/2020 - aguardando a publicação).

Artigos científicos em andamento (submetidos em periódicos)

01. Perfil ocupacional, comportamentos e saúde segundo diferenciais de gênero entre professores da rede pública.

Resumo

Objetivou-se identificar possíveis diferenciais de gênero entre docentes segundo o perfil ocupacional, comportamentos e autopercepções de trabalho e saúde. Trata-se de estudo de prevalência usando amostra probabilística por conglomerados de docentes do ensino básico da rede pública. Foram estimadas prevalências e análises bivariadas corrigidas pelo desenho amostral. Dos 745 docentes investigados, as mulheres representam ampla maioria (85,4%), apresentam maiores proporções de casadas/ união estável e divorciadas/viúvas, com filhos, de classe social mais baixa, maior carga horária de trabalho, maior proporção de vínculo precário, com melhores comportamentos relacionados à saúde, apesar de relatarem maior autopercepção negativa de sua aparência e pior qualidade de vida nos domínios físico e psicológico em relação aos homens. Já os homens apresentaram maior titulação, maior prevalência de hábitos nocivos de saúde, como hábito tabagista, etilista e consumo alimentar inadequado, maior tempo diário de TV e menor frequência de busca por assistência médica/odontológica ($p \leq 0,05$). Assim, na docência, observaram-se importantes diferenças entre os gêneros nos comportamentos e percepções de saúde e trabalho, sugerindo que as estratégias de enfrentamento dos problemas identificados precisam ser distintas.

Palavras chaves: Diferença de gênero; Professores; Comportamento; Saúde.

02. Síndrome de Burnout e fatores associados às queixas vocais em professores escolares.

Resumo

Objetivou-se identificar associações da Síndrome de Burnout (SB) às queixas vocais autorreferidas em professores escolares de um município brasileiro. Trata-se de estudo de prevalência, conduzido em uma amostra probabilística por conglomerados em único estágio realizado no período letivo de 2016 com (n=634) professores. Utilizou-se questionário *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo* (CESQT) para avaliar a SB como variável dependente (SB-Total), já as variáveis independentes foram as questões sociodemográficas, ocupacionais, queixas vocais e tempo da queixa vocal classificada em (não/aguda/crônica). Utilizou-se análises descritivas, média, mediana, desvio padrão, frequências absolutas e relativas para caracterização da amostra. Os resultados apontaram que 83,0% eram mulheres, com idade média de 40,6 anos (DP $\pm 9,53$), 62,1% casados, 69% com filhos, média de 12,9 anos de tempo de docência, 26,2 horas aulas semanais, 42,3% com desgaste psíquico e 68,2% com queixas vocais. Para identificar os fatores associados às dimensões e prevalência geral (SB-Total) realizaram-se análises bivariadas, teste de Qui-quadrado, e o cansaço vocal, esforço ao falar e a sensação de garganta seca estiveram associados ($p \leq 0,05$) às quatro dimensões da SB. Através da análise de regressão de *Poisson*, as variáveis que se mantiveram associadas à SB-Total foram faixa etária ($p = 0,001$), cansaço ao falar ($p = 0,004$), dor ao falar ($p = 0,045$), tempo de queixa vocal aguda ($p = 0,003$) e crônica ($p = 0,003$). Verificou-se associação da SB às queixas vocais dos professores, portanto necessita-se de políticas públicas que promovam maior saúde e bem-estar ocupacional aos docentes.

Palavras-chaves: Burnout; Esgotamento psicológico; Distúrbios da voz; Professores escolares.

03. Prevalência de sobrepeso/obesidade e fatores associados em professores da educação básica.

Resumo

A obesidade é reconhecida como uma alteração metabólica multifatorial e uma das principais causas de morbimortalidade. Objetivou-se estimar a prevalência e identificar os fatores associados ao sobrepeso/obesidade entre professores da Educação Básica. Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal e analítico realizado entre professores da Educação Básica. Adotou-se amostragem probabilística por conglomerado. Utilizou-se questionário com variáveis sociodemográficas, ocupacionais psicossociais, estilo de vida e perfil de saúde. Participaram do estudo 707 professores. As seguintes variáveis se associaram ao sobrepeso/obesidade: sexo masculino (RP=1,25), idade > 40 anos (RP=1,33), três ou mais filhos (RP=1,47), carga horária de trabalho semanal superior a 24 horas (RP=1,16), vínculo empregatício contratado/designado (RP=1,25), presença de episódios depressivos (RP=1,32), consumo de gordura através da ingestão de carnes (RP=1,18), consumo abusivo de bebidas alcoólicas (RP=1,25), problemas endócrinos (RP=1,27), hipertensão arterial (RP=1,52) e autopercepção negativa da saúde (RP=1,24). O sobrepeso/obesidade esteve presente em aproximadamente metade dos professores.

Palavras-chave: Obesidade; Docente; Saúde do trabalhador.

04. Influência do perfil ocupacional nos sintomas depressivos de professores da educação básica pública.

Resumo

Objetivou-se investigar a associação entre o perfil ocupacional e sintomas depressivos (SD) de professores da educação básica da rede pública. Estudo transversal, com amostra probabilística por conglomerado (escolas) de um município brasileiro (n=745). Conduziu-se aplicação de questionário e avaliação física. A variável dependente foi SD e as independentes seguiram modelo teórico. Foi conduzida regressão logística binária hierarquizada ($\alpha=5\%$). A prevalência de SD foi 23,2%. Houve maior chance de SD entre os que exerciam outra atividade de trabalho além da docência (OR=1,5), os insatisfeitos com o trabalho docente (OR=4,3), com baixo capital social cognitivo (OR=1,8), com consumo alimentar inadequado (OR=1,8), que dormiam menos que seis horas por noite (OR=2,0), que não realizavam atividade de lazer (OR=2,3), com qualidade de vida insatisfatória nos domínios físico (OR=2,9), psicológico (OR=5,6) e social (OR=1,8) e os que apresentavam sintomas de estresse (OR=4,5). Conclui-se que o perfil ocupacional desses professores influenciou a presença de SD, mesmo após ajuste por outros fatores. Observou-se sobreposição entre problemas de saúde mental, o que deve ser foco de monitoramento e atenção entre professores, com práticas preventivas e de manutenção integral da saúde.

Palavras chaves: Docente; Saúde do trabalhador; Sintomas depressivos; Prevalência; Epidemiologia.

05. Inter-relações que influenciam sintomas depressivos em professores: modelagem com equações estruturais.

Resumo

Objetivo: avaliar as inter-relações entre fatores que influenciam sintomas depressivos (SD) em professores da educação básica diretamente e mediados pela insatisfação com o trabalho. **Metodologia:** Foram utilizados dados de 700 professores da educação básica da rede pública estadual de ensino de um município brasileiro. O desfecho de interesse foi SD aferido pelo Inventário de Depressão de Beck (BDI). Foram testadas inter-relações diretas e indiretas entre o desfecho e insatisfação com o trabalho, idade, renda, estilo de vida e adiposidade. Essas variáveis compuseram modelo teórico testado por meio de modelagem de equações estruturais. **Resultados:** A idade ($\beta=0,12$) e a insatisfação com o trabalho ($\beta=0,12$) apresentaram efeito direto positivo nos SD. Já o estilo de vida ($\beta=-0,60$) e a adiposidade ($\beta=-0,10$) apresentaram efeito direto negativo nos SD. As variáveis estilo de vida ($\beta=-0,06$) e adiposidade ($\beta=-0,02$), ambas apresentaram efeitos indiretos negativos nos SD, mediados pela insatisfação com o trabalho. Também foram observadas inter-relações entre estilo de vida e insatisfação com o trabalho ($\beta=-0,51$), entre estilo de vida e adiposidade ($\beta=-0,17$) e entre adiposidade e insatisfação com o trabalho ($\beta=-0,19$). **Conclusão:** Este estudo evidenciou a influência da insatisfação com o trabalho na ocorrência de SD, direta e/ou indiretamente. Tal achado deve ser alvo de atenção, buscando valorização da saúde do professor e maior satisfação desse profissional.

Palavras chave: Docentes; Sintomas depressivos; Epidemiologia; Saúde do trabalhador.

06. Prevalência de problemas vocais entre professores da educação básica e sua relação com o nível de atividade física.

Resumo

Objetivo: Apresentar a prevalência de problemas vocais e sua associação com o nível de atividade física em professores de escolas públicas da educação básica. **Métodos:** Estudo transversal analítico com amostra probabilística por conglomerado em estágio único (escolas) composta de 634 professores. A variável dependente referiu-se a existência de problemas vocais (professores que referiram quatro ou mais sinais/sintomas). As variáveis independentes foram relacionadas aos aspectos sociodemográficos, ocupacionais, hábitos de vida e saúde, consideradas na modelagem como fatores de ajuste. O nível de atividade física foi mensurado pelo *International Physical Activity Questionnaire* – IPAQ (versão curta). Procedeu-se a análise descritiva, bivariada e múltipla (Regressão de *Poisson* com variância robusta). **Resultados:** Houve alta prevalência de sinais/sintomas vocais (79,2%), bem como daqueles com quatro ou mais sinais/sintomas, denominado de problemas vocais (27,3%). No modelo final ajustado, a prevalência de problemas vocais foi maior entre professores do sexo feminino (RP=1,9), com maior tempo de docência (RP=1,3), com qualidade de vida insatisfatória no domínio físico (RP=1,9) e no domínio psicológico (RP=1,4) e entre os professores sedentários/insuficientemente ativos (RP=1,3). **Conclusão:** A prática de atividade física mostrou relação com a saúde vocal mesmo após controle por outras variáveis, o que enfatiza a necessidade de conscientização e estímulo aos professores quanto à prática de atividade física.

Palavras-chave: Voz. Disfonia; Exercício físico; Sedentarismo; Professores Escolares

07. Estilo de vida dos professores da rede pública de ensino.

Resumo

Objetivou-se analisar o estilo de vida dos professores da rede pública de ensino. Estudo transversal, analítico e quantitativo. São dados da pesquisa “Condições crônicas de saúde e fatores associados entre professores da rede pública: estudo de base populacional”. Utilizou-se o questionário Estilo de Vida Fantástico. Participaram do estudo 760 profissionais, maioria era do sexo feminino (85,7%) e idade até 40 anos (50,1%). No modelo ajustado, as variáveis que permaneceram associadas ao estilo de vida foram: IMC (RP=0,001), autopercepção de saúde (RP=0,004), tempo de docência (RP=0,057), SB (RP=<0,001), satisfação com o trabalho (RP=0,003) e licença de trabalho por estresse/depressão (RP=0,054). Este estudo observou que as condições de saúde e de trabalho podem influenciar o estilo de vida.

Palavras-chave: Estilo de vida; Docente; Saúde do trabalhador; Ambiente de trabalho.

08. Fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis entre professores da educação básica, rede pública.

Resumo

Objetivo: Descrever as prevalências dos principais fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) entre professores da educação básica pública de um município brasileiro. **Métodos:** Estudo epidemiológico transversal, desenvolvido em amostra probabilística por conglomerados. As prevalências foram apresentadas segundo sexo, faixa etária e satisfação com o trabalho docente. Razões de prevalências (RP) foram estimadas utilizando o modelo de Regressão de Poisson com variância robusta. **Resultados:** Entre os 745 professores avaliados, 83% eram do sexo feminino, 81% tinham até 49 anos, 60% estavam insatisfeitos com o trabalho. Entre professores do sexo masculino, observou-se maior prevalência de fatores de risco relacionados a hábitos nocivos, excesso de peso, relação cintura quadril elevada, embora tenham apresentado menor prevalência de sintomas relacionados à saúde mental. Professores mais velhos apresentaram menor prevalência de sintomas de Burnout e maior prevalência de comportamentos de proteção para DCNT, embora tenham apresentado maiores prevalências de comprometimentos da saúde física. Entre professores insatisfeitos com o trabalho, houve maior proporção de comportamentos de risco, aqueles com menores prevalências de ativos fisicamente e realização de exames preventivos. Também aos que alcançaram maior prevalência de abuso da internet, sintomas depressivos, sintomas de estresse e sintomas de Burnout **Conclusão:** Os fatores de risco e proteção para DCNT verificados entre professores da educação básica pública confirmaram a determinação sociodemográfica, cultural e a influência da relação com o trabalho na predisposição à ocorrência de DCNT.

Palavras-chave: Docentes; Fatores de risco; Doenças crônicas; Inquéritos Epidemiológicos; Saúde do trabalhador.

09. Fatores associados à autoavaliação negativa de saúde entre professores da educação básica.

Resumo

A autoavaliação da saúde tem sido utilizada como medida da saúde de indivíduos e grupos populacionais. Objetivou-se investigar a prevalência e os fatores associados à autoavaliação negativa de saúde entre professores da educação básica. Estudo transversal conduzido em uma amostra probabilística de professores em atividade em escolas estaduais de um município de médio porte do Sudeste brasileiro. A variável resposta foi obtida por meio da questão: “Como você classificaria seu estado de saúde atualmente?”. As opções de resposta foram agrupadas em autoavaliação positiva (excelente, bom) e negativa (regular, ruim, muito ruim). A análise dos dados foi realizada por meio da regressão de Poisson com variância robusta, em modelos bivariados e múltiplos. A prevalência de autoavaliação negativa de saúde foi de 32,9% (IC 95%=28,8-37,4). No modelo final ajustado, permaneceram associadas à autoavaliação negativa da saúde: superlotação das turmas, insatisfação com o trabalho, sedentarismo, obesidade, relatos de doenças crônicas e de uma ou mais queixas vocais. Os resultados indicam a necessidade de intervenções tanto individuais, como programas de promoção da saúde dos professores, quanto organizacionais, que visem a proteção da saúde dessa categoria profissional.

Palavras-chave: Autoavaliação Diagnóstica; Saúde do Trabalhador; Professores Escolares; Prevalência; Estudos Transversais.

Resumos publicados em Anais de eventos científicos

2016

1. Aspectos relacionados a saúde da mulher e do homem de professores da Rede Estadual: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/817>)
2. Autopercepção da saúde de professores da rede pública de ensino da cidade de Montes Claros-MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1736>)
3. Avaliação da qualidade de vida dos professores da rede básica de ensino de Montes Claros: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1214>)
4. Avaliação da qualidade de vida, características sociodemográficas e ocupacionais dos professores da rede básica: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/506>)
5. Avaliação da utilização do serviço de saúde entre professores da educação básica de Montes Claros-MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1736>)
6. Avaliação da utilização do serviço de saúde entre professores da educação básica de Montes Claros-MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1075>)
7. Capital Social entre professores da rede básica de ensino estadual: resultados parciais do Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1744>)
8. Condições Crônicas de Saúde e Fatores Associados entre Professores da Rede Pública: Relato de Experiências do Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1142>)
9. Condições sociodemográficas, formação acadêmica e perfil ocupacional dos professores da rede básica de ensino de Montes Claros-MG. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1367>)
10. Fatores de risco cardiovascular entre professores da educação básica da rede estadual de ensino: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/2908>)

11. Força de Preensão Manual em Professores da Rede Pública Estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1863>)
12. Hipertensão arterial entre professores da educação básica, rede estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1736>)
13. Morbidade autorreferida entre Professores da Rede Pública de Ensino da Cidade de Montes Claros – MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/699>)
14. Nível de Atividade Física de Professores da Rede Pública Estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1218>)
15. Perfil de consumo alimentar de professores da rede pública estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/771>)
16. Perfil socioeconômico de professores do ensino fundamental e médio da rede pública estadual de Montes Claros – Minas Gerais: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/596>)
17. Prevalência de sobrepeso e obesidade entre professores da educação básica, rede estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc/Resultados parciais. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/379>)
18. Sintomas de depressão entre professores da educação básica da rede estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/2198>)
19. Sintomas de estresse em professores da rede básica de ensino de Montes Claros-MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/935>)
20. Síndrome de Burnout em professores da educação básica da rede pública de ensino de Montes Claros - MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2016.unimontes.br/index.php/anais/ver/1284>)

2017

1. Autoavaliação de saúde e morbidades autorreferidas em docentes da rede básica de ensino de Montes Claros/MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/1095>)
2. Fatores de risco cardiovasculares em docentes da rede básica de ensino de Montes Claros/MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/1085>)
3. Condições sociodemográficas, formação acadêmica e perfil ocupacional dos professores da rede básica de ensino de Montes Claros/MG. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/930>)
4. Consumo de tabaco e álcool por professores da educação básica da rede pública de ensino. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/235>)
5. Qualidade de vida e autopercepção da saúde dos professores da educação básica de Montes Claros-MG. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/767>)
6. Satisfação e incômodos originados no trabalho docente da rede básica de ensino de Montes Claros-MG. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/1221>)
7. Saúde e trabalho docente: compreendendo as relações familiares e sociais. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/737>)
8. Saúde e trabalho docente: compreendendo os significados da docência. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/ver/638>)
9. Estilo de vida e insatisfação com o trabalho entre docentes da educação básica. (<https://proceedings.science/epi/trabalhos/estilo-de-vida-e-insatisfacao-com-o-trabalho-entre-docentes-da-educacao-basica>)
10. Consumo de álcool e tabaco por professores da educação básica da rede pública de ensino. (<https://proceedings.science/epi/trabalhos/consumo-de-alcool-e-tabaco-por-professores-da-educacao-basica-da-rede-publica-de-ensino>)
11. Consumo alimentar dos professores da educação básica da rede pública de ensino. (<https://proceedings.science/epi/trabalhos/consumo-alimentar-dos-professores-da-educacao-basica-da-rede-publica-de-ensino>)

12. Associação entre consumo de álcool e queixas vocais em professores. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/download/1279>).
13. Queixas vocais e atividade física em professores. (<http://www.fepeg2017.unimontes.br/anais/download/1278>)
14. Problemas osteomusculares e queixas vocais em professores. (http://old.funorte.edu.br/wp-content/uploads/2018/03/jonafes_2017_anais_funorte-1.pdf)
15. Rouquidão e problemas emocionais em professores. (http://old.funorte.edu.br/wp-content/uploads/2018/03/jonafes_2017_anais_funorte-1.pdf)

2018

1. Consumo alimentar entre professores da rede pública de ensino da cidade de Montes Claros – MG: Projeto ProfSMoc. (<http://www.fepeg.unimontes.br/anais/ver/3cce48b3-f832-45c7-ad1a-a1d1d184988b>)
2. Alfabetização em saúde entre docentes da rede pública de ensino. (<http://www.fepeg.unimontes.br/anais/ver/d69264ec-94a9-4f65-9ab6-c394f692fe16>)
3. Comportamentos em saúde e diferenciais de gênero entre professores da rede pública. (<http://www.fepeg.unimontes.br/anais/ver/ec2ee82d-ef16-4e1d-979f-4459b59c06a1>)
4. Consumo alimentar de professores da educação básica de Montes Claros-MG. (<http://www.fepeg.unimontes.br/anais/ver/2ec4b7ba-f05d-4d47-bbeb-d10fb8968d8c>)
5. Consumo alimentar: influência de sintomas depressivos e de estresse em professores da educação básica de Montes Claros-MG. (<http://www.fepeg.unimontes.br/anais/ver/d5434e8a-f624-43da-9cd9-4a73d967119c>)
6. Estresse ocupacional, uso de medicamentos e autopercepção da saúde em professores da rede pública de Montes Claros-MG. (<http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/819/510>)
7. Hipertensão arterial e trabalho docente na educação básica pública. (<http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/819/510>)

8. Perfil ocupacional segundo diferenciais de gênero entre docentes da rede pública de ensino de Montes Claros-MG.
(<http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/819/510>)
9. Prevalência e fatores associados ao sobrepeso/obesidade entre professores da educação básica.
(<http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/819/510>)
10. Relação entre sintomas depressivos e qualidade de vida de professores da educação básica de Montes Claros-MG.
(<http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/819/510>)
11. Sintomas de burnout em docentes da rede básica de ensino (Evento médico Científico – III Neurociências e II Jornada Psiquiatria do Norte de Minas-2018).
12. Sintomas depressivos em Professores da rede básica de ensino (Evento médico Científico – III Neurociências e II Jornada Psiquiatria do Norte de Minas-2018).
13. Problemas vocais autorreferidos por professores e fatores emocionais associados - Jonafes 2018. (http://revistabionorte.com.br/artigo_no=a136.pdf)

2019

1. O estresse e sua relação com a qualidade de vida dos professores da Educação Básica de Montes Claros-MG. (<https://www.fepeg2019.unimontes.br/anais/d097d4dc-c28a-4add-b6ff-afd608a80767>)
2. The mental health of public school teachers according to gender differentials (<https://cicsunimontes.wixsite.com/ppgcs>)
3. Chronic health conditions: assessment of its relationship with social capital between basic education teachers (<https://cicsunimontes.wixsite.com/ppgcs>)