

## **AVALIAÇÃO DE ASPECTOS FÍSICOS E NÍVEL DE DOR E O RELACIONAMENTO COM A QUALIDADE DE VIDA DOS ALUNOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO PARFOR DE ESPERANTINA-PI**

### **Acácio Lustosa Dantas**

Graduanda em Educação Física pelo PARFOR da  
Universidade Federal do Piauí  
E-mail: acaciodantas@hotmail.com

### **Élida Melo Araújo**

Graduanda em Educação Física pelo PARFOR da  
Universidade Federal do Piauí  
E-mail: elidameloaraujo@gmail.com

### **Francilene Rodrigues Lustosa Vasconcelos**

Graduanda em Educação Física pelo PARFOR da  
Universidade Federal do Piauí  
E-mail: marciodjemis@hotmail.com

### **Maria de Fátima Machado Barroso**

Graduanda em Educação Física pelo PARFOR da  
Universidade Federal do Piauí  
E-mail: fatimamachado20122@hotmail.com

### **Maria Francisca da Silva Souza**

Graduanda em Educação Física pelo PARFOR da  
Universidade Federal do Piauí  
E-mail: franciscasousa258@hotmail.com

### **Anselmo Alves Lustosa**

Orientador, Mestre em Ciências e Saúde, Professor  
do PARFOR da Universidade Federal do Piauí  
E-mail: anselmolustosa@yahoo.com.br

## **INTRODUÇÃO**

O contexto atual das políticas de promoção da saúde, de prevenção de doenças e saúde escolar se caracteriza pela necessidade de formação e capacitação profissional, sobretudo, na área de educação física. Pois compete a este profissional implantar e implementar programas de educação física escolar, na busca constante pelo adequado desenvolvimento motor e esportivo, prevenindo doenças e melhorando a qualidade de vida dos discentes sob sua tutela.

Nesse sentido, a formação do docente do curso de educação física também se apresenta como de suma relevância científica, uma vez que este profissional deve está preparado intelectual e fisicamente para o desempenho das suas funções.

Form@re. *Revista do Plano Nacional de Formação de Professores da Educação Básica.* Universidade Federal do Piauí, Teresina, v. 4, n. 1, p.38-43, jan. / jun. 2016.

Também há de se considerar que nenhuma outra atividade docente requer tanto do desempenho físico do profissional quanto educação física, assim, os docentes possuem na sua imagem corporal e na sua prática docente o reflexo da sua profissão.

## **OBJETIVOS**

Avaliar aspectos físicos e nível de dor e correlacionar com a qualidade de vida dos alunos do curso de educação física do PARFOR de Esperantina-PI.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de campo do tipo corte transversal que buscou avaliar os aspectos físicos e nível de dor e correlacionar com a qualidade de vida dos alunos do curso de educação física do PARFOR de Esperantina-PI. A população de estudo foi composta por 36 estudantes que atualmente frequentam o período intensivo de aulas, sendo composto por 14 homens e 22 mulheres.

A coleta de dados foi feita através da aplicação de três questionários: um questionário padrão que avalia a intensidade, distribuição da dor pelo corpo; O segundo questionário é composto por 36 questões destinadas ao levantamento de dados sobre a qualidade de vida, (*SF-36-Medical Outcomes 36-Item Short-Form Health Survey*); O terceiro questionário que avalia características socioeconômicas e pessoais dos entrevistados. Também foi feita avaliação antropométrica de todos os participantes

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao final da pesquisa, foi possível verificar que o perfil da população de estudo se caracteriza por estudantes do sexo feminino (60,6%); pessoas de 30 anos ou mais (100%), com idade média de 37,9 anos (DP= 5,14 anos) com o mínimo de 30 e o máximo de 49 anos. Também ocorreu a predominância de pessoas de cor parda (75,75%), casados/união estável (69,69%), católicos: (93,93%) que, entretanto, se consideram com pouca religiosidade (72,72%). A renda familiar mensal média da população pesquisada foi de 3.683,51 R\$ (DP= 1.549,25 R\$), variando entre 880,00

e 10.000,00 R\$. Por fim, a maioria possui longa carga horária de trabalho semanal, em média de 41,84 horas (DP= 15,93 horas), variando entre 20 e 80 horas semanais.

Com relação à este perfil profissional, é frequente entre os docentes brasileiros o acúmulo de carga horária de trabalho, com vistas à melhoria da renda familiar, fato que repercute na sobrecarga profissional, aliado à precarização das condições de trabalho que acaba por torna a atividade docente como profissão de risco à saúde (PIZZIO, KLEIN, 2015).

Com relação às características gerais de relatadas pelos estudantes, 60,60% relatam possuir alguma doença de base (hipertensão, artrose, LER/DORT, etc.), sendo que mais da metade sentem dor de modo frequente (60%). Outro aspecto relevante é que 42,42% dos entrevistados relataram nível de atividade física ruim ou péssimo. Um aspecto positivo é que 81,81% relataram ter bons hábitos alimentares 81,81%, sendo que 90,90% relatam ter um bom nível de sono. Relevante e positivo no grupo foi a ausência de tabagistas (100%) e o baixo consumo excessivo de álcool (96,96%).

Silveira et al. (2015) relatam, em estudo com professores da educação básica realizado no Rio Grande do Norte, que a saúde do professor vem sendo fonte de preocupação de segmentos variados da sociedade pois representa uma profissão de alto risco, sendo considerada a segunda categoria profissional, em nível mundial, a portar doenças de caráter ocupacional. Andrade e Silva (2004), ao fazerem uma análise teórica da saúde dos professores do ensino fundamental no Brasil, colocaram em evidência a gravidade do processo de adoecimento desses profissionais, em meio aos agravos há a necessidade de estudos voltados para orientar medidas de atenção à saúde.

A avaliação das medidas antropométricas dos participantes da pesquisa permitiu verificar um baixo nível de Flexibilidade medidas através do Banco de Wells, sendo o alcance médio de 14,38 cm (DP= 7,43 cm) com o mínimo de 0 cm e o máximo de 29,5 cm. A classificação geral dos participantes conforme as medidas obtidas permitiu observa que a flexibilidade é fraca em 42,42 %, regular em 09,09%, média 15,15%, os demais apresentaram flexibilidade boa ou muito boa.

A avaliação do risco cardiovascular com base na relação entre circunferência abdominal e Índice de Massa Corpórea (IMC) permitiu verificar que há um alto risco (15,38%) e muito alto (38,46%) risco de um evento cardiovascular entre os participantes do sexo masculino. Em relação às mulheres, o risco cardiovascular é ainda mais grave, uma vez que o risco alto prevalece sobre 35,00% e o risco muito alto sobre 50,00%. A perimetria abdominal média do grupo foi de 93,21 cm (DP=12,74cm), variando entre 72 e 123 cm. O IMC médio foi de 26,46 (DP= 5,35), com o mínimo de 15,6 e o máximo de 38,3, sendo que a categorização do IMC permitiu classificar os participantes com IMC baixo (03%), normal (33,33%) e acima de 25 (63,63%).

A análise da qualidade de vida com base no questionário padrão utilizado permitiu verificar que no geral, os participantes do estudo relatam uma qualidade de vida média considerada boa, entretanto, alguns participantes, observados de forma individual possuem comprometimento severo da qualidade de vida em muitas das dimensões apresentadas abaixo. Os escores calculados para todos os participantes permitiu verificar os escores médios para as seguintes dimensões da qualidade de vida, baseados numa escala que varia de 0 a 100.

Qualidade de vida média de todos os participantes foi de 74,69, sendo que as dimensões estudadas apresentaram as seguintes médias: Capacidade Funcional = 70,45; Limitação por aspectos físicos = 6,039; Dor = 66,18; Estado geral de saúde = 70,66; Vitalidade = 70,66; Limitação por aspectos físicos = 77,62; Aspectos emocionais = 63,48; Saúde mental =75,33.

A categoria docente é uma das mais expostas a ambientes conflituosos e a alta exigência de trabalho, que podem repercutir na saúde física e mental dos professores. Nesse sentido, a qualidade de vida dos professores e o desenvolvimento do seu trabalho se influenciam mutuamente (BRUM ET AL., 2012).

Fatores psicológicos ligados ao estresse docente incluem ansiedade, depressão, irritabilidade e exaustão emocional, sendo que entre as repercussões orgânicas mais citadas destacam-se doenças cardiovasculares, faringite, fadiga e tensão nervosa (Reis et al., 2006).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final deste estudo foi possível observar que os estudantes do 1º período do curso de educação física do PARFOR/UFPI em Esperantina-PI são professores que possuem uma elevada carga de trabalho semanal, que implica em uma renda familiar mensal média boa comparada a outros extratos de trabalhadores brasileiros. Entretanto, essa elevada carga de trabalho semanal limita o tempo disponível desses profissionais para o desenvolvimento de atividade física regular, esses fatores associados provavelmente implicam em presença de dor e doenças de base, observada em parcela significativa da população de estudo.

Aspectos positivos como idade média do grupo relativamente baixa, aliados à ausência de tabagismo, baixo nível de consumo excessivo de álcool e boa alimentação representam fatores de proteção ao grupo estudado. Entretanto, a baixa flexibilidade, elevados níveis de IMC e circunferência abdominal, representam um risco cardiovascular elevado que devem direcionar a adoção de práticas saudáveis no grupo estudado.

Por fim, o profissional de educação física deve zelar pela sua formação intelectual e física, uma vez que a sua postura docente e sua imagem corporal estão atrelados essencialmente ao bom desempenho do seu trabalho.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE M., SILVA N. Resiliência e criatividade: análise teórica da saúde dos professores do ensino fundamental no Brasil. **Revista de Pós-graduação - UNIFIEL** 2004.

BRUM, L. M. et al. Qualidade de vida dos professores da área de ciências em escola pública no Rio Grande do Sul. **Trab. educ. saúde**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 125-145 June 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1981-77462012000100008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462012000100008&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 03 Abr. 2016.

PIZZIO, A.; KLEIN, K. Qualidade de vida no trabalho e adoecimento no cotidiano de docentes do Ensino Superior. **Educ. Soc.**, Campinas , v. 36, n. 131, p. 493-513, June 2015. Disponível em:

Form@re. *Revista do Plano Nacional de Formação de Professores da Educação Básica.* Universidade Federal do Piauí, Teresina, v. 4, n. 1, p.38-43, jan. / jun. 2016.

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-73302015000200493&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302015000200493&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 02 Abr. 2016.

SILVEIRA, R. E. et al . Qualidade de vida de docentes do ensino fundamental de um município brasileiro. **Rev. Enf. Ref.**, Coimbra , v. serIII, n. 4, p. 115-123, jul. 2011. Disponível em <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0874-02832011000200012&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832011000200012&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 04 abr. 2016.

Form@re. *Revista do Plano Nacional de Formação de Professores da Educação Básica.* Universidade Federal do Piauí, Teresina, v. 4, n. 1, p.38-43, jan. / jun. 2016.