

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO
RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Autor(es): DESIRÉE SANT ANA HAIKAL, TATIANA ALMEIDA DE MAGALHÃES, ANDRESSA SAMANTHA OLIVEIRA SOUZA, ROSÂNGELA RAMOS VELOSO SILVA, WELLINGTON DANILO SOARES, MARTA RAQUEL MENDES VIEIRA, THALITA EMILY CEZÁRIO PRATES

Nível de Atividade Física de Professores da Rede Pública Estadual de Montes Claros: *Projeto ProfSMoc*

Introdução

O sedentarismo é um problema de saúde pública na sociedade moderna, especialmente quando se considera que cerca de 70% da população adulta não atinge os níveis mínimos recomendados de atividade física. Estudos epidemiológicos indicam altos índices de inatividade física em adultos (DIAS; *et. al.*, 2010).

Segundo Ducan (2012) e Malta; *et. al.* (2014) a inatividade física associada a uma má alimentação contribui para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). As DCNT constituem o maior problema global de saúde e têm gerado elevado número de mortes prematuras, perda de qualidade de vida, com alto grau de limitação e incapacidade, além de serem responsáveis por impactos econômicos para famílias e comunidades, e para a sociedade geral. A adoção do estilo de vida ativo como um fator de proteção contra inúmeras doenças crônicas não degenerativas como diabetes tipo II, hipertensão e doença arterial coronariana, entre outras, é excelente meio de promoção da saúde (MENDES; *et. al.*, 2010)

Desse modo, o presente estudo teve como objetivo avaliar o nível de atividade física dos professores da rede pública estadual de Montes Claros, com intuito de contribuir com o desenvolvimento de políticas públicas adequadas as reais necessidades de saúde da população docente.

Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, realizado com professores da Educação Básica (Ensinos Fundamental e Médio) distribuídos nas escolas da Rede Estadual de Ensino na zona urbana de Montes Claros – MG. A amostra foi definida por meio de cálculo amostral para populações finitas, considerando a prevalência do evento de 50%, nível de confiança de 95%, erro padrão de 5%, $Deff=2$ e acréscimo de 10% para compensar possíveis perdas. A seleção da amostra foi do tipo probabilístico por conglomerados em um único estágio (escolas). A amostra final estimada foi de 700 professores distribuídos em 35 escolas, porém este estudo apresenta apenas dados parciais, uma vez que a coleta de dados ainda não foi finalizada.

Todos os professores das escolas participantes, aleatoriamente selecionadas, são convidados a participar. O critério de inclusão foi estar em exercício há pelo menos um ano. Foram excluídos professores aposentados ou de licença por qualquer natureza. Para a coleta de dados, utilizou-se um questionário auto aplicável.

Para avaliação do nível de atividade física foi avaliado pelo Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta, validado no Brasil (PARDINI, *et. al.*, 2011). Com aplicação de questionários referindo-se a semana usual, contendo questões sobre frequência e intensidade de moderada a intensa. O indivíduo foi classificado como ativo > 150 minutos por semana e sedentário < 150 minutos por semana, (VESPARSIANO; DIAS; CORREA, 2012). Os dados foram analisados através da estatística descritiva, utilizando o programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS), versão 18.0.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unimontes, por meio do parecer substanciado nº 1.293.458.

Resultados e Discussão

Até o momento, foram analisados dados de 400 professores, distribuídos em 19 escolas, sendo 358 (89,5%) regentes e o restante ocupando cargos de professor de apoio, eventual, supervisor, sala de recursos e interprete de libras. A idade média foi 40,9 (9,6) anos, variando de 22 a 67 anos. A renda familiar média foi de R\$ 4.538,00 (R\$3269,81). Dos docentes avaliados 78 eram do sexo masculino e 322 do sexo feminino.

Foi observado que 16,8% dos docentes se caracterizavam como sedentários 34,1% como insuficientemente ativos, ou seja, a prevalência de professores que não atingem os níveis mínimos de atividade física correspondeu a 50,9%. Os ativos correspondem a 37,5% dos entrevistados e muito ativos que representaram a 11,8%.

Estudo é semelhante ao realizado por Filho (2012) que avaliou a prática de atividades físicas entre os docentes, indicou a ocorrência de 28,3% de sedentários. Somando-se aos inativos os insuficientemente ativos, verificou-se que mais da metade dos docentes participantes do estudo eram também pouco ativos ou sedentários.

Apoio financeiro:

Aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros-UNIMONTES: nº 1.293.458

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Silva (2015) também encontrou resultados semelhantes na sua pesquisa, essa avaliou o nível de atividade física de 361 pessoas com idade de 20 a 60 anos através do IPAQ e verificaram a relação com o perfil lipídico. Apesar de não encontrarem diferença significativa entre os grupos masculino e feminino, a maioria se apresentou como irregularmente ativos. Essa análise condiz com os dados propostos nesse estudo, devido à correspondência da faixa etária e o nível de atividade física.

Estudiosos acreditam que diante da realidade de que uma revolução ocorreu na vida das pessoas nos últimos anos, podem-se relacionar fatores que alteraram os aspectos nutricionais da população e acrescentando a baixa prevalência de atividade física como por exemplo, a rotina de trabalho, número de tarefas a serem realizadas durante o dia, a distância entre locais e o tempo gasto para a preparação das refeições. Este conjunto de fatores leva ao aumento da prevalência de doenças crônico-degenerativas em populações do mundo todo (ERKET; CALDEIRA, 2009) e (Cunha *et al*, 2008).

Considerações finais

Nesse estudo a maioria dos professores foram considerados sedentários/ insuficientemente ativos, Levando em consideração os benefícios da atividade física para a saúde e o elevado nível de inatividade física, tem-se a necessidade de incentivar medidas preventivas de promoção à saúde, principalmente quanto ao estímulo da atividade física regular. Considerando a partir da metodologia utilizada no presente estudo, os resultados apresentados contribuirão para desenvolvimento e uma discussão sobre o tema e para a promoção de saúde entre esses profissionais da rede pública de ensino.

Agradecimentos

Agradecemos aos professores participantes do Projeto ProfSMoc, à FAPEMIG, ao CNPQ e a Unimontes pela concessão de bolsas.

Referências bibliográficas

CUNHA, Iana Cândido Cunha; *et. al.* **Fatores associados à prática de atividade física na população adulta de Goiânia: monitoramento por meio de entrevistas telefônicas.** Rev Bras Epidemiol. 11(3) 495-504, 2008.

DIAS, Alexandre Moreira; *et. al.* **Prevalência de Atividade Física em Montes Claros, MG.** Editora Unimontes, Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro, Montes Claros, 2010.

DUNCAN, Bruce Bartholow. **Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação.** Rev Saúde Pública, 2012.
ECKERT, R. G.; SILVA, J. M. P.; CALDEIRA, V. **Avaliação Antropométrica e Dietética de professores, funcionários e colaboradores de uma Escola Privada de Cascavel – Paraná.** 2009. (Anais do I Seminário Internacional de Ciência, Tecnologia e Ambiente). UNIOESTE, Cascavel, 2009.

FILHO, Albertino de Oliveira; OLIVEIRA, Edna Regina Netto; OLIVEIRA Amauri Aparecido Bassoli. **Qualidade de Vida de Fatores de Risco de Professores Universitários.** Rev. Educ. Fís/UEM, v. 23, n. 1, p. 57-67, 1. 2012.

MALTA, Deborah Carvalho; *et. al.* **Mortalidade por doenças crônicas não transmissíveis no Brasil e suas regiões, 2000 a 2011.** Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, 23(4):599-608, 2014.

MENDES, Márcio de Almeida; *et. al.* **Fontes de informação sobre a importância da atividade física: estudo de base populacional.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde V 15 • N 3, 2 0 1 0.

PARDINI, R, Matsudo; *et. al.* **Validação do Questionário Internacional de Nível de Atividade Física (IPAQ – versão 6): estudo piloto em adultos jovens brasileiros.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, 9:45-51, 2011.

SILVA, Luigi de Oliveira, *et. al.* **Nível de Sedentarismo em Professores do Ensino Regular da Rede Pública do Município de Cacoal – RO.** Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, São Paulo. v.9. n.52. p.166-177. 2015

VESPASIANO, Bruno de Souza; DIAS, Rodrigo; CORREA, Daniel Alves. **A Utilização do Questionário internacional de atividade Física (IPAQ) como ferramenta diagnóstica do nível de aptidão física: uma revisão no Brasil.** SAÚDE REV., Piracicaba, v. 12, n. 32, p.49-54, 2012.

Apoio financeiro:

Aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros-UNIMONTES: nº 1.293.458

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO
RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Tabela 01: Níveis de atividade física (IPAQ) segundo as variáveis sexo (masculino e feminino) dos professores da rede básica de Montes Claros-MG

	IPAQ				Total	
	Sedentário	Insuficiente ativo B	Insuficiente ativo A	Ativo		Muito Ativo
<i>Sexo</i>						
Masculino	16	11	9	26	16	78
Feminino	51	62	54	124	31	322
Total	67	73	63	150	47	400

Tabela 02: Níveis de atividade física dos professores da rede básica de Montes Claros-MG

Níveis de atividade física	n	%
Sedentário	67	16,8
Insuficiente ativo	163	34,1
Ativo	150	37,5
Muito Ativo	47	11,8
Total	400	100,0

Apoio financeiro:

Aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros-UNIMONTES: nº 1.293.458