

## INDICADORES DE QUALIDADE DE VIDA EM PROFESSORES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE ESTUDOS DESCRITIVOS

**Mateus Cardoso Colares**

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Adair da Silva Lopes**

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Valter Cordeiro Barbosa Filho**

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Anelise Bavaresco**

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Fabiana Cristina Scherer**

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

### Resumo

O objetivo foi sistematizar informações sobre indicadores de qualidade de vida (QV) de professores do Ensino Fundamental e Médio. A busca foi realizada em cinco bases de dados e nas referências dos artigos. Dos 14 estudos resultantes, 57% eram com professores de Educação Básica e 43% de Educação Física. A maioria dos estudos ressaltou insatisfação com a remuneração, condições de trabalho inconvenientes, escassez de tempo, ambiente desfavorável e problemas vocais. Conclui-se que a estrutura física, salários e sistemas organizacionais se destacam na literatura como aspectos negativamente associados à QV de professores. Estas evidências servem para nortear políticas de gestão escolar voltadas à melhoria da QV no trabalho e saúde em profissionais do âmbito escolar.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida. Docentes. Escola. Saúde

### Introdução

A qualidade de vida (QV) é um aspecto humano que envolve um estado de completo bem estar físico, mental, espiritual e social (WHO, 2003), bem como a “percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores, nos quais ele vive e em relação a seus objetivos, expectativas e preocupações” (SEIDL; ZANNON, 2004). O ambiente de trabalho é um importante foco de estudos sobre QV, visto que muitos passam parte do seu tempo e também constroem seu envolvimento socioafetivo nele (NAHAS, 2013).

Surge assim o conceito de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), como a satisfação pessoal, a criatividade, a aceitação de mudanças e a motivação (QUIRINO; XAVIER, 1987). Logo, refere-se diretamente ao indivíduo, ao ser único, ao bem estar pessoal baseado nos atos

legislativos que protegem o trabalhador e no suprimento das necessidades e aspirações humanas. Portanto, estudar a QVT é fundamental para orientar melhorias no âmbito ocupacional que favoreçam as boas condições de saúde, satisfação com o trabalho e vida gerando maior rendimento do e para o trabalhador (QUIRINO; XAVIER, 1987; RODRIGUES, 1994; FERNANDES, 1996).

A escola, como ambiente ocupacional, tem sido foco de investigações (BENMANSOUR, 1998; PITHERS; SODEN, 1998; DELCOR *et al.*, 2004; GASPARINI *et al.*, 2005) e a profissão de professor categorizada como a mais estressante em comparação com outras como enfermagem, administração e serviços comunitários (CHAN; HUI, 1995; PITHERS; FOGARTY, 1995). Assim, diante da natureza exigente da profissão, principalmente em escolas públicas, identificar aspectos da QV deste profissional torna-se um importante objeto de estudo (GASPARINI *et al.*, 2005; KYRIACOU, 2000; KYRIACOU, 1998).

Kyriacou e Sutcliffe em 1977 introduziram pela primeira vez o tema na literatura analisando aspectos como ansiedade, frustração e depressão. Contudo, o interesse por esta temática teve seu auge na década de 90 (PULLIS, 1992; BURKE; GREENGLASS e SCHWARZER, 1996; TRAVERS; COOPER, 1996; DUNHAM; VARMA, 1998; VANDENBERGHE; HUBERMAN, 1999; KYRIACOU, 2000) e no início do século XXI, outros estudos também abordaram esta temática (ARIKEWUYO, 2004; ANTONIOU *et al.*, 2006; HADI *et al.*, 2008; HUNG, 2011), porém, desconhece-se uma sumarização das evidências sobre indicadores de QV em professores. Assim, diversas conclusões sobre a percepção da sua QV e seus potenciais determinantes estão limitadas a estudos pontuais, tornando-se fundamental um estudo que sintetize estas evidências para a compreensão de quais indicadores de QV são mais destacados em professores e quais destes fatores estão associados aos diferentes indicadores da sua QV. Desta forma, o objetivo desta revisão foi sistematizar as informações dos estudos publicados de 1990 a 2013 sobre indicadores de QV em professores de Ensino Fundamental e Médio.

## Método

Esta revisão foi baseada no manual *Cochrane* (ALDERSON *et al.*, 2004) e considerou os artigos publicados de janeiro de 1990 a agosto de 2013. A busca de artigos ocorreu de junho a agosto de 2013, nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS/SciELO), *US National Library of Medicine (PubMed/MedLINE)*, *Web of Science*, *American Psychological Association database (Psycinfo)* e *Google Acadêmico*.

A estratégia de busca combinou descritores do *Medical Subject Headings (MeSH)* e palavras de texto que caracterizem componentes da QV (*quality of life; perception of health; satisfaction with life; quality of life related to health; depression e stress*), de professor de Ensino Fundamental e Médio (*educator; elementary school teacher; high school teacher; primary school teacher; secondary school teacher*) e escola (*school*) e os operadores booleanos *OR* e *AND* para garantir a inclusão de todos os artigos potencialmente relevantes e a precisão da busca destes.

Foram incluídos artigos originais, publicados em periódicos avaliados por pares, a partir de 1990 e com delineamento transversal, excluindo-se, editoriais e estudo de caso,

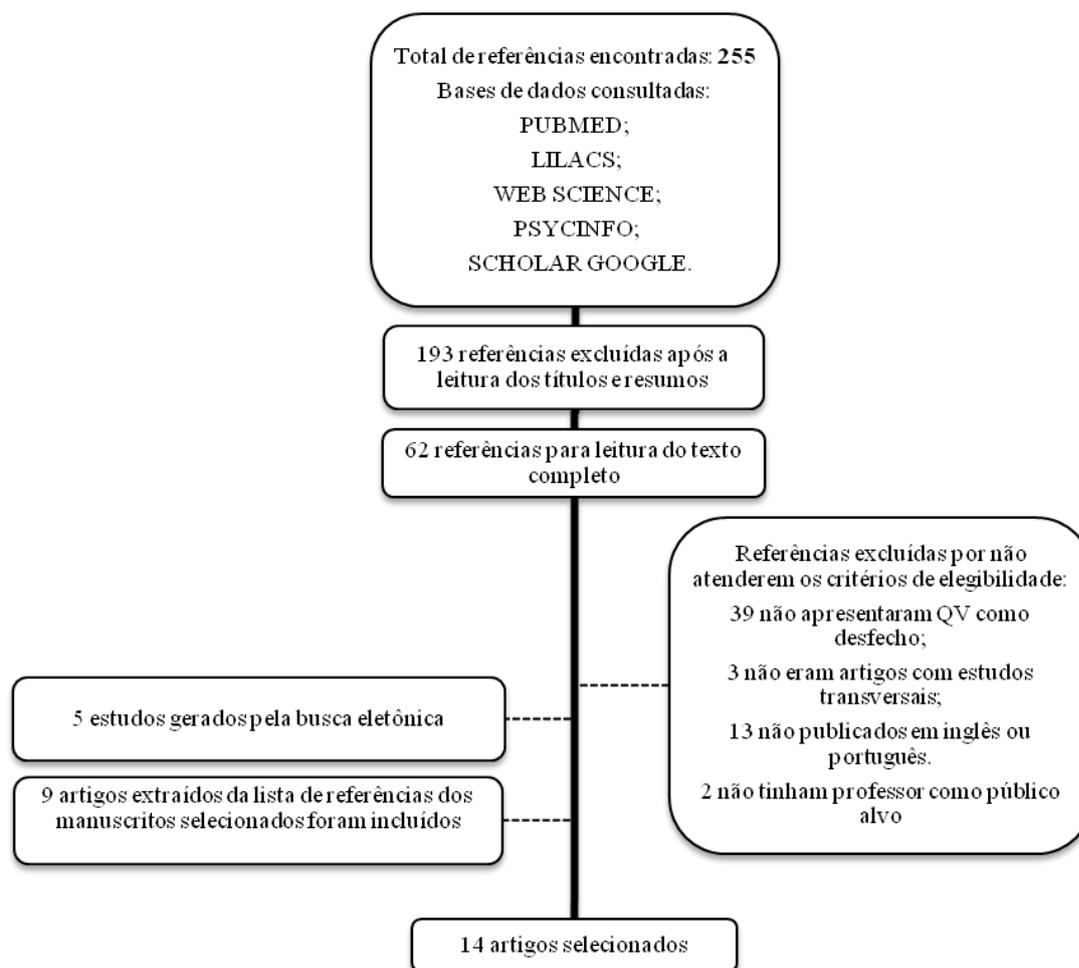
estudos incluindo professores de Ensino Fundamental e Médio em pleno exercício da profissão, artigos que reportaram instrumentos para análise de algum indicador de QV, estudos publicados em português e inglês. Além disso, foram selecionadas referências adicionais da bibliografia desses artigos que contemplassem os critérios de inclusão.

A seleção e a avaliação dos artigos foram realizadas em três etapas, aos pares, simultânea e independentemente. Em caso de discordância entre os avaliadores foi realizada discussão com um terceiro revisor até se obter um consenso. Na primeira etapa fez-se a leitura dos títulos de estudos potencialmente relevantes, sendo excluídos os que não se adequaram a qualquer um dos critérios de inclusão ou que fossem repetidos. Na segunda etapa, foi realizada a leitura dos resumos dos artigos e selecionados os que atendiam aos critérios de inclusão. Na terceira etapa, todos os estudos considerados relevantes foram obtidos na íntegra, lidos e analisados, resultando nos artigos que compuseram esta revisão (Fig 1).

Dos artigos selecionados foram extraídos local e ano de estudo, tamanho amostral, gênero, amplitude e média da idade dos participantes, instrumentos de avaliação, domínios/dimensões da avaliação com seus respectivos escores e outros achados relevantes, sendo que os resultados foram apresentados respeitando-se uma sequência cronológica por ano de publicação (Tab 1 e Fig 2, 3, 4).

## **Resultados**

A busca eletrônica identificou 255 artigos, dos quais, após a análise por etapas, restaram 14 que foram incluídos nesta revisão (Fig 1) e reportam análises da QV de professores das redes públicas municipais e estaduais de Ensino Fundamental e Médio, das cinco regiões do Brasil e dois estudos internacionais (Tab 1).



**Figura 1:** Fluxograma de busca e seleção dos estudos.

Estes estudos compreenderam os diversos domínios da QV e estão sumarizados com seus principais indicadores na Tabela 1.

**Tabela 1. Características e indicadores de QV de professores do Ensino Fundamental e Médio dos artigos publicados de 1990 a 2013 (n=14).**

LOCAL, AUTOR(S), (ANO)	AMOSTRA	INSTRUMENTOS	DOMÍNIOS/ DIMENSÕES	PRINCIPAIS ACHADOS	
				Média do escore ou porcentagem de cada domínio/dimensão	Outros achados
Florianópolis – Santa Catarina, Brasil.	349 Prof. ens. fund. e Prof. ens. med.*  (291 mulheres) (58 homens)	WHOQOL/bref <sup>(1)</sup>	QV geral Percepção geral de QV Percepção geral de Saúde Físico Psicológico Relações sociais Meio ambiente	(63,8)  (67,3)  (60,2) (65,7) (68,6) (73,1) (53,9)	Os dados da QV geral apontam para um resultado classificado como regular.  Professores com maior carga horária apresentaram índices piores de QV  1 em 4 professores afirmaram estar insatisfeitos ou muito insatisfeitos com sua saúde.  O domínio Ambiente que contempla dimensões como segurança, clima, transporte, renda, entre outros, apresenta-se com o menor escore, fato que pode ser atributo da grande desvalorização salarial e o pouco incentivo a educação continuada.  Professores formam uma categoria desvalorizada que acarreta na insatisfação e o abandono do trabalho docente.
Pereira <i>et al.</i> , (2013)	Idade n.d. $\bar{X}$ 39,2 anos				
Campo Grande – Mato Grosso do Sul, Brasil.	200 Prof. ens. fund. e Prof. ens. med.*  (101 mulheres) (94 homens)	SF-36 <sup>(1)</sup>	CF <sup>(a)</sup> LAF <sup>(b)</sup> DOR <sup>(c)</sup> EGS <sup>(d)</sup> VIT <sup>(e)</sup> AS <sup>(f)</sup> LAE <sup>(g)</sup> SM <sup>(h)</sup>	n.d.	Professores com mais tempo de carreira possuíam piores índices de QV.  Mulheres acusavam mais dores que homens.  Em muitas realidades o professor é mal remunerado, sendo esta situação sinônimo do abandono da carreira.  Mudanças na forma de ensinar e no próprio cotidiano geram dificuldades dos professores em lidar com essas situações acarretando desequilíbrios na estrutura corporal.
Souza; Costa (2011)	Idade n.d. $\bar{X}$ n.d.				

Estado do Paraná, Brasil.  Moreira <i>et al.</i> , (2010)	654 Prof. est.*  (355 mulheres) (299 homens) Idade n.d. $\bar{X}$ n.d.	QVT-PEF <sup>(IV)</sup>	RC <sup>(i)</sup>	Insatisfeito (44,7%)	Satisfeito (20,2%)	<b>QVT-PEF:</b> A maioria encontra-se satisfeito com a QVT, porém insatisfeitos em relação a: remuneração; condição de trabalho; integração social com pares e comunidade; equilíbrio do tempo de trabalho sobre o lazer/família.	
			CT <sup>(j)</sup>	(31,8%)	(38,8%)		
			OCH <sup>(k)</sup>	(4,2%)	(74,5%)		
			OFC <sup>(l)</sup>	(5,0%)	(71,5%)		
			IST <sup>(m)</sup>	(10,9%)	(51,2%)		
			COT <sup>(n)</sup>	(6,1%)	(76,5%)		
			TEV <sup>(o)</sup>	(21,3%)	(47,7%)		
			RST <sup>(p)</sup>	(5,5%)	(77,6%)		
			AQVT <sup>(q)</sup>	(8,4%)	(65,3%)		
			PEVI <sup>(V)</sup>	Negativo	Positivo		<b>PEVI:</b> Comportamentos negativos foram relatados nos componentes: nutrição, atividade física e controle do estresse. Professores novatos adotam comportamentos mais positivos no componente atividade física do que os mais experientes.
			AF <sup>(r)</sup>	(24,4%)	(52,6%)		
			NUT <sup>(s)</sup>	(33,6%)	(33,8%)		
			IS <sup>(t)</sup>	(6,7%)	(75,5%)		
			CP <sup>(u)</sup>	(7,3%)	(78,7%)		
CE <sup>(v)</sup>	(22,2%)	(51,2%)					
AGEV <sup>(w)</sup>	(6,8%)	(61,1%)					
Estado do Rio Grande do Sul, Brasil.  Moreira <i>et al.</i> , (2009)	149 Prof. est.*  (84 mulheres) (65 homens) Idade n.d. $\bar{X}$ n.d.	QVT-PEF <sup>(IV)</sup>	RC <sup>(i)</sup>	Insatisfeito (69,1%)	Satisfeito (8,1%)	<b>QVT-PEF:</b> Os professores indicaram insatisfação com as dimensões remuneração e compensação. Além destas, outras com menor satisfação foram: condições de trabalho; espaço de vida; oportunidade futura de crescimento e segurança. Na avaliação global da QV no trabalho, constatou-se que a maioria dos docentes encontra-se satisfeito, embora grande parcela manifeste indecisão em sua percepção.	
			CT <sup>(j)</sup>	(28,2%)	(35,0%)		
			OCH <sup>(k)</sup>	(2,0%)	(80,5%)		
			OFC <sup>(l)</sup>	(18,8%)	(51,0%)		
			IST <sup>(m)</sup>	(9,4%)	(56,4%)		
			COT <sup>(n)</sup>	(6,0%)	(79,9%)		
			TEV <sup>(o)</sup>	(21,5%)	(47,7%)		
			RST <sup>(p)</sup>	(5,4%)	(82,5%)		
			AQVT <sup>(q)</sup>	(8,7%)	(57,0%)		
			MBI <sup>(VIII)</sup>	Baixo	Alto		<b>MBI:</b> 1 em 3 docentes possui elevada exaustão emocional; poucos apresentam alta despersonalização; a maioria sente-se realizado profissionalmente.
			EE <sup>(x)</sup>	(32,2%)	(36,9%)		
			DES <sup>(y)</sup>	(47,0%)	(16,1%)		
			RP <sup>(z)</sup>	(16,8%)	(31,5%)		

Universidade de Ostrava – República Tcheca.	48 Prof. ens. fund.* (45 mulheres) (3 homens)	SEIQOL <sup>(VI)</sup>	Primeiros 5 objetivos de vida auto referidos: Saúde Ambiente Família Relações sociais Filhos	(39/48) = (81,2%) (35/48) = (72,9%) (33/48) = (68,8%) (26/48) = (54,2%) (23/48) = (47,9%)	Satisfação dos objetivos de vida: 78,78%  Satisfação de vida global: 67.59%  Os professores deste estudo apresentaram elevado nível de QV.		
Simickova <i>et al.</i> , (2009)	Idade 22 – 49 anos $\bar{X}$ 33,42 anos						
Heping – Shenyang, China.	2929 Prof. ens. fund. e Prof. ens. med.*	SF-36 <sup>(I)</sup>		Homens (80,1)	Mulheres (76,7)	A QV entre os professores foi menor do que entre a população geral na China, e a tensão no trabalho era muito maior do que a relatada por médicos no País. Professoras tinham pior saúde física e maior estresse ocupacional do que professores.  As mulheres são mais emocionais e fortemente afetadas pelas emoções negativas, enquanto os homens geralmente têm um forte senso de independência e sentimentos mais resistentes.	
Yang <i>et al.</i> , (2009)	(2510 mulheres) (419 homens) Idade n.d. $\bar{X}$ 34,5 anos		CF <sup>(a)</sup> LAF <sup>(b)</sup> DOR <sup>(c)</sup> EGS <sup>(d)</sup> VIT <sup>(e)</sup> AS <sup>(f)</sup> LAE <sup>(g)</sup> SM <sup>(h)</sup>	(75,1) (70,7) (54,7) (56,7) (68,1) (83,2) (61,9)	(73,6) (67,3) (53,0) (52,9) (67,4) (83,1) (62,7)		
Campo Grande – Mato Grosso do Sul, Brasil.	69 Prof. mun.* (27 mulheres) (42 homens)	WHOQOL/bref <sup>(II)</sup>	Físico Psicológico Relações sociais Meio ambiente	(58,75) (65,22) (75,24) (60,64)			Devido a insatisfação salarial, grande parte dos professores opta pelo pluriemprego para aumentar sua renda. Além disso, foram relatados baixos níveis nos domínios físico, psicológico e ambiental.  Físico: Ficar em pé durante a aula e demonstrar os movimentos podem ser precursores das dores físicas; Ambiental: as condições ambientais, renda e tempo, podem ter sido indicativos para o baixo nível.
Silva; Nunez (2009)	Idade 22 – 57 anos $\bar{X}$ 35,5 anos						
Natal – Rio Grande do Norte, Brasil.	242 Prof. mun.* (197 mulheres) (44 homens)	WHOQOL/bref <sup>(II)</sup>	Físico Psicológico Relações sociais Meio ambiente	(62,68) (67,77) (68,70) (54,02)			Os professores estão descontentes nos domínios físico, psicológico e ambiental.  Físico: tempo necessário para realizar as atividades, a quantidade excessiva de trabalho e a presença de demandas conflitantes. Psicológico: Trabalho repetitivo, concentração intensa em uma mesma tarefa, carga excessiva de trabalho, conflito com colegas e familiares de alunos, tempo
Fernandes; Rocha (2009)	Idade 18 – 64 anos $\bar{X}$ 43,24 anos						

insuficiente para cumprir as tarefas.

Meio ambiente: infraestrutura escolar fraca, em geral caracterizada pela falta de ventilação, níveis elevados de ruído, poeira de giz, e baixa iluminação.

Jequié – Bahia, Brasil.  Rocha; Fernandes (2008)	91 Prof. ens. fund.* (87 mulheres)	SF-36 <sup>(l)</sup>	CF <sup>(a)</sup> LAF <sup>(b)</sup> DOR <sup>(c)</sup> EGS <sup>(d)</sup> VIT <sup>(e)</sup> AS <sup>(f)</sup> LAE <sup>(g)</sup> SM <sup>(h)</sup>	(65,71) (61,53) (53,00) (62,62) (46,26) (62,08) (62,63) (60,30)	Todos os domínios na amostra indicaram média menor que o escore 70, com destaque maior para vitalidade e dor, mostrando que a QV desta amostra não foi positiva e encontra-se em estado de atenção.		
	Idade n.d. $\bar{X}$ 36,05 anos						
	Estado de Santa Catarina, Brasil.	580 Prof. est.* (315 mulheres)	QVT-PEF <sup>(iv)</sup>	RC <sup>(i)</sup> CT <sup>(j)</sup> OCH <sup>(k)</sup> OFC <sup>(l)</sup> IST <sup>(m)</sup> COT <sup>(n)</sup> TEV <sup>(o)</sup> RST <sup>(p)</sup> AQVT <sup>(q)</sup>	Insatisfeito (54,0%) (33,1%) (3,6%) (8,3%) (11,7%) (5,2%) (26,2%) (4,0%) (7,9%)	Satisfeito (14,1%) (35,7%) (82,8%) (67,4%) (51,7%) (81,0%) (42,9%) (79,3%) (62,3%)	<b>QVT-PEF:</b> Professores catarinenses apresentaram índices preocupantes em relação a insatisfação com as dimensões remuneração e compensação, condições de trabalho, trabalho e espaço total de vida.
	Both <i>et al.</i> , (2008)	(265 homens) Idade n.d. $\bar{X}$ n.d.					
			PEVI <sup>(v)</sup>	AF <sup>(r)</sup> NUT <sup>(s)</sup> IS <sup>(t)</sup> CP <sup>(u)</sup> CE <sup>(v)</sup>	Negativo (18,6%) (25,5%) (5,0%) (4,0%)	Positivo (57,6%) (41,6%) (80,5%) (84,8%)	<b>PEVI:</b> A maioria dos professores de educação física apresentou comportamento alimentar inadequado; Há uma necessidade de atenção à dimensão atividade física; Professores parecem não conseguir controlar o estresse.

			AGEV <sup>(w)</sup>	(20,3%) (5,2%)	(51,4%) (67,9%)	
Estado de Rio Grande do Sul, Brasil.	380 Prof. est.* (239 mulheres) (141 homens)	QVT-PEF <sup>(IV)</sup>	RC <sup>(i)</sup>	(60,8%)	(10,5%)	<p><b>QVT-PEF:</b> A maioria dos professores encontra-se satisfeito com a QVT, com exceção da dimensão remuneração e compensação. O aumento do nível de satisfação da QV do trabalhador está associado ao avanço na carreira docente. Os maiores escores QV foram encontrados entre os professores casados do ciclo de diversificação da carreira e do ciclo de consolidação da carreira.</p> <p><b>PEVI:</b> A maioria dos professores de Educação Física apresentaram percepção positiva, principalmente dos ciclos de entrada na carreira; Há uma necessidade de atenção à dimensão atividade física; Professores parecem não controlarem de estresse e a alimentação.</p>
Farias <i>et al.</i> , (2008)	Idade 23 – 60 anos $\bar{X}$ 40,2 anos		CT <sup>(j)</sup>	(28,4%)	(40,0%)	
			OCH <sup>(k)</sup>	(4,2%)	(73,7%)	
			OFC <sup>(l)</sup>	(7,9%)	(72,6%)	
			IST <sup>(m)</sup>	(10,5%)	(52,6%)	
			COT <sup>(n)</sup>	(5,5%)	(76,6%)	
			TEV <sup>(o)</sup>	(23,2%)	(45,8%)	
			RST <sup>(p)</sup>	(3,4%)	(80,3%)	
		PEVI <sup>(V)</sup>		Negativo	Positivo	
			AF <sup>(r)</sup>	(16,1%)	(62,4%)	
			NUT <sup>(s)</sup>	(28,2%)	(39,7%)	
			IS <sup>(t)</sup>	(5,0%)	(82,6%)	
			CP <sup>(u)</sup>	(9,5%)	(78,7%)	
			CE <sup>(v)</sup>	(20,3%)	(51,8%)	
Rio Claro – São Paulo, Brasil.	128 Prof. ens. méd.* (89 mulheres) (39 homens)	WHOQOL/bref <sup>(II)</sup>	Físico	(68,2)		<p><b>WHOQOL/bref:</b> QV geral foi considerada regular, com escore médio de 66. Pontos negativos: Mais de 78% relataram ausência do tempo de lazer, salários insuficientes, e ~56% destacaram a falta de informações e ambiente de trabalho insalubre. Pontos positivos: Mais de 80% ressaltaram o sentido à vida, e locomoção.</p>
Penteado; Pereira (2007)	Idade 20 – 60 anos $\bar{X}$ 39,6 anos		Psicológico	(68,2)		
			Relações sociais	(70,3)		
			Meio ambiente	(56,7)		

		QVV <sup>(III)</sup>	Utilizada 1 questão de auto avaliação da qualidade vocal		QVV: 60,9% boa a excelente – 39,1% razoável a ruim
Belo Horizonte – Minas Gerais, Brasil.	2.133 Prof. ens. fund. (2.133 mulheres)	QVV <sup>(III)</sup>	Total (84,2) Físico (79,4) Sócio-emocional (90,6)		QVV: Dividido em quartil, P <sub>25</sub> = pior QV. Corte P <sub>25</sub> para total = 78. Corte P <sub>25</sub> para domínio físico = 67. Corte P <sub>25</sub> para domínio Sócio-emocional = 88. As médias apresentadas ficaram relativamente próximas da linha de corte P <sub>25</sub> , indicando um desequilíbrio na QV relacionada à voz. Problemas comuns relatados pelos professores: ruídos elevados, carência de tempo e autonomia, além de violência nas escolas.
Jardim <i>et al.</i> , (2007)	Idade n.d. $\bar{X}$ 42 anos				
		GHQ-12 <sup>(VII)</sup>	Psicológico = “Rastrear transtornos mentais: depressão e ansiedade”.		GHQ-12: ~50% apresentaram transtornos mentais
Região de Ribeirão Preto – São Paulo, Brasil.	120 Prof. ens. fund.* (113 mulheres) (7 homens)	QVV <sup>(III)</sup>	Global (84,2)		Média geral dos valores foi considerada boa, porém destaca-se que quanto maior o tempo de magistério, maior a depressão e falta de ar por causa da voz.
Grillo; Penteadó (2005)	Idade 23 – 65 anos $\bar{X}$ 38,7 anos				

<sup>(I)</sup> *Medical Outcome Study – Short form – 36 (SF-36)* = Capacidade funcional<sup>(a)</sup>, Limitação por aspectos físicos<sup>(b)</sup>, Dor<sup>(c)</sup>, Estado geral de saúde<sup>(d)</sup>, Vitalidade<sup>(e)</sup>, Aspectos sociais<sup>(f)</sup>, Limitação por aspectos emocionais<sup>(g)</sup>, Saúde mental<sup>(h)</sup>

<sup>(II)</sup> *World Health Organization Quality Of Life-Bref (WHOQOL/bref)*

<sup>(III)</sup> Qualidade de Vida e Voz (QVV)

<sup>(IV)</sup> Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por professores de Educação Física (QVT-PEF) = Remuneração e compensação<sup>(i)</sup>, Condições de trabalho<sup>(j)</sup>, Oportunidade imediata para uso e desenvolvimento das capacidades humanas<sup>(k)</sup>, Oportunidade futura de crescimento e segurança<sup>(l)</sup>, Integração social na organização do trabalho<sup>(m)</sup>, Constitucionalismo na organização do trabalho<sup>(n)</sup>, Trabalho e espaço total de vida<sup>(o)</sup>, Relevância social da vida no trabalho<sup>(p)</sup>, Avaliação global da qualidade de vida no trabalho<sup>(q)</sup>

<sup>(V)</sup> Perfil de Estilo de Vida Individual (PEVI) = Atividade física<sup>(r)</sup>, Nutrição<sup>(s)</sup>, Interação Social<sup>(t)</sup>, Comportamento Preventivo<sup>(u)</sup>, Controle de estresse<sup>(v)</sup>, Avaliação global do estilo de vida<sup>(w)</sup>

<sup>(VI)</sup> *Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life (SEIQOL)*

<sup>(VII)</sup> *General Health Questionnaire (GHQ-12)*

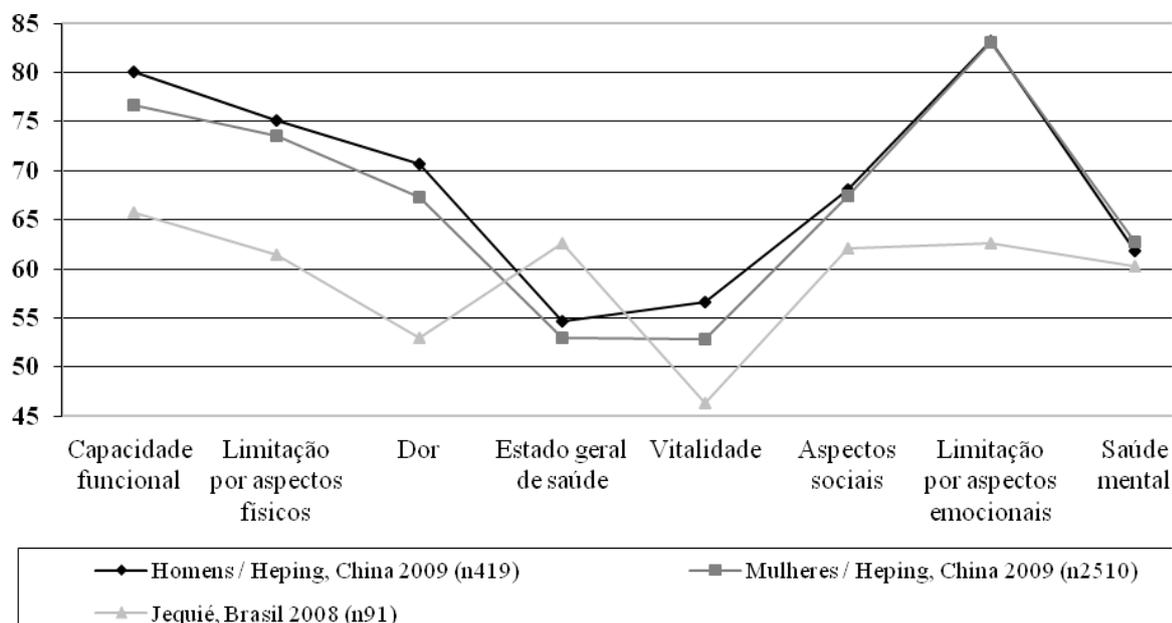
<sup>(VIII)</sup> *Maslach Burnout Inventory* (MBI) = Exaustão Emocional<sup>(x)</sup>, Despersonalização<sup>(y)</sup>, Realização profissional<sup>(z)</sup>.

\*Professores de Ensino Fundamental (Prof. ens. fund.)/Professores de Ensino Médio (Prof. ens. med.)/Professores Municipais (Prof. mun.)/Professores Estaduais (Prof. est.)

Os estudos avaliaram 8.072 professores de Educação Básica, sendo 5.095 nacionais (PEREIRA *et al.*, 2013; SOUZA; COSTA, 2011; MOREIRA *et al.*, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009; SILVA; NUNEZ, 2009; FERNANDES; ROCHA, 2009; ROCHA; FERNANDES, 2008; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS *et al.*, 2008; PENTEADO; PEREIRA, 2007; JARDIM *et al.*, 2007; GRILLO; PENTEADO, 2005) e 2.977 internacionais (SIMICKOVA *et al.*, 2009; YANG *et al.*, 2009). A amostra apresentou uma amplitude de 48 a 2.929 pessoas com predominância do sexo feminino na maioria dos estudos. Ainda, 43% da amostra foi composta por professores de educação física (SILVA; NUNEZ, 2009; SOUZA; COSTA, 2011; MOREIRA *et al.*, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS *et al.*, 2008) e 57% por professores de Educação Básica (PEREIRA *et al.*, 2013; FERNANDES; ROCHA, 2009; SIMICKOVA *et al.*, 2009; YANG *et al.*, 2009; ROCHA; FERNANDES, 2008; JARDIM *et al.*, 2007; PENTEADO; PEREIRA, 2007; GRILLO; PENTEADO, 2005). Nos artigos do exterior a amplitude da média de idade variou entre 33,4 a 34,5 anos (SIMICKOVA *et al.*, 2009; YANG *et al.*, 2009), e no Brasil entre 35,5 a 43,2 anos (PEREIRA *et al.*, 2013; SILVA; NUNEZ, 2009; FERNANDES; ROCHA, 2009; ROCHA; FERNANDES, 2008; FARIAS *et al.*, 2008; PENTEADO; PEREIRA, 2007; JARDIM *et al.*, 2007; GRILLO; PENTEADO, 2005).

Os instrumentos mais utilizados para avaliar os indicadores de QV foram QVT-PEF (MOREIRA *et al.*, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS *et al.*, 2008) e WHOQOL/bref (PEREIRA *et al.*, 2013; SILVA; NUNEZ, 2009; FERNANDES; ROCHA, 2009; PENTEADO; PEREIRA, 2007) ambos com 4 estudos cada um.

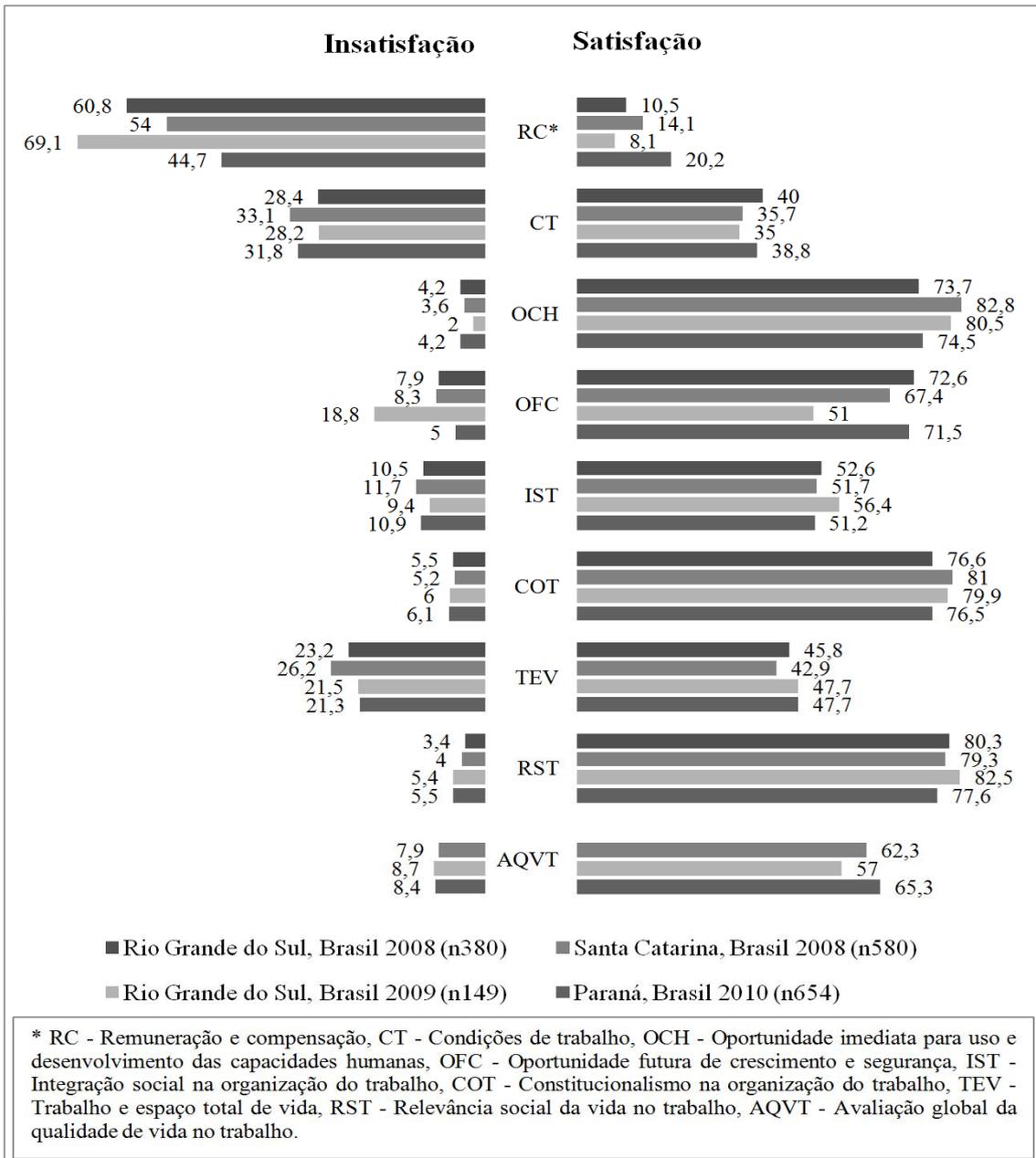
Os resultados da análise do SF-36 relacionados à percepção da QV relacionada à saúde (CICONELLI, 1999; ROCHA; FERNANDES, 2008; YANG *et al.*, 2009; SOUZA; COSTA, 2011) evidenciaram que os escores dos professores da China, mesmo sendo inferiores aos da população em geral (YANG *et al.*, 2009), foram mais elevados que dos professores do Brasil, excetuando-se o domínio Estado Geral de Saúde. Além disso, identificou-se que os piores escores na China estão atrelados à vitalidade e ao estado geral de saúde, enquanto que no Brasil destacam-se a vitalidade e a dor. Quanto aos escores positivos, em ambos, a capacidade funcional e a limitação por aspectos emocionais foram os que apresentaram os valores mais elevados (Fig 2).



**Figura 2.** Cruzamento de dados de escores dos questionários *Medical Outcome Study–Short form–36– SF-36* (YANG *et al.*, 2009; ROCHA; FERNANDES, 2008).

Dentre os estudos que avaliaram o perfil de estilo de vida para mensurar a QV relacionada a parâmetros individuais, todos analisaram professores de educação física (MOREIRA *et al.*, 2010; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS *et al.*, 2008) e mostraram uma frequência comum de resultados apresentando valores semelhantes nas diferentes dimensões. Nas cinco dimensões do questionário, dentre os perfis negativos do Estilo de Vida (EV), os índices mais elevados foram nutrição, estresse e atividade física. Da mesma forma, na avaliação dos perfis positivos do EV, os professores apresentaram os maiores índices nas dimensões interação social e comportamento preventivo.

O instrumento QVT-PEF também foi utilizado em amostras de professores de educação física (MOREIRA *et al.*, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS *et al.*, 2008) e, assim como os demais instrumentos, os resultados mostraram semelhanças nas dimensões analisadas, tanto a partir da *insatisfação* quanto à *satisfação* (Fig 3).



**Figura 3.** Porcentagem (%) de *insatisfação* e *satisfação* dos questionários QVT percebida por professores de educação física-QVT-PEF (MOREIRA *et al.*, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS *et al.*, 2008).

Dentre as dimensões analisadas a maior insatisfação dos professores é com a remuneração, seguida das condições de trabalho e espaço total de vida. A avaliação da QV geral por meio da utilização do instrumento WHOQOL/bref apresentou, na maioria dos estudos analisados, valores abaixo de 70 pontos, exceto o domínio relações sociais. Além disso, a percepção de QV geral dos professores foi similar entre os estudos, os quais evidenciaram piores escores no domínio meio ambiente e no domínio físico (Fig 4).

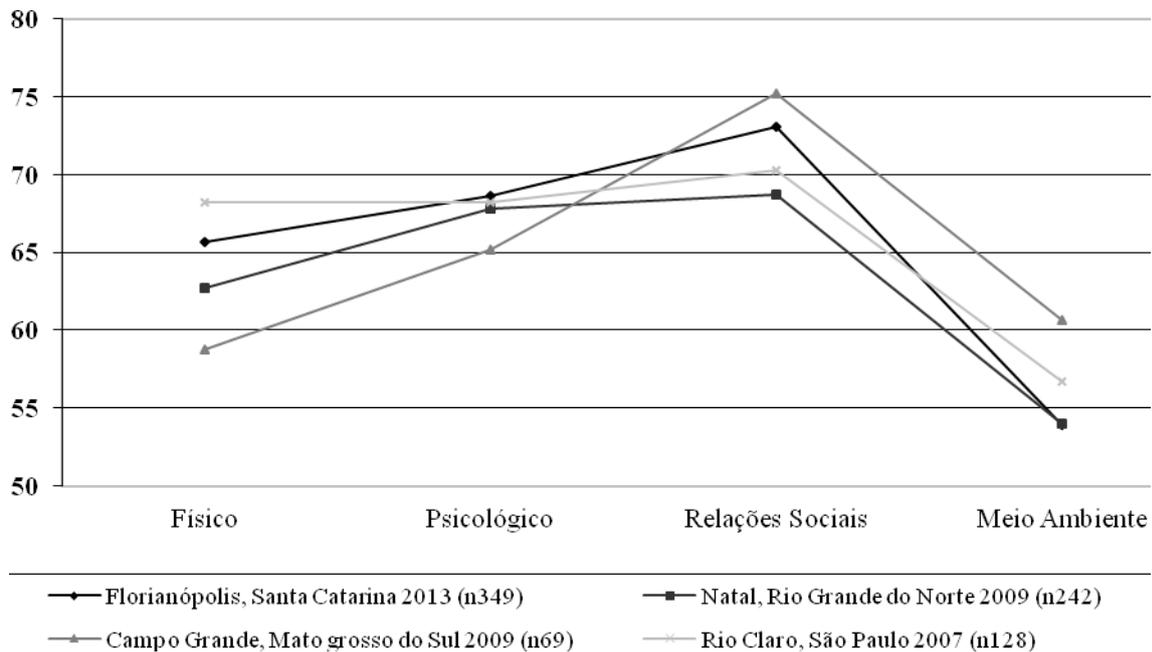


Figura 4. Cruzamento de dados dos questionários World Health Organization Quality of Life/Bref-*WHOQOL/bref* (PEREIRA *et al.*, 2013; SILVA; NUNEZ, 2009; FERNANDES; ROCHA, 2009; PENTEADO; PEREIRA, 2007).

## Discussão

Cerca de 15 anos após o auge da pesquisa sobre o tema (PULLIS, 1992; BURKE; GREENGLASS; SCHWARZER, 1996; TRAVERS; COOPER, 1996; DUNHAM; VARMA, 1998; VANDENBERGHE; HUBERMAN, 1999; KYRIACOU, 2000) houve uma valorização e divulgação de investigações sobre QV nesta população, daí a importância de estudos nesta área para um maior entendimento. Dentre os estudos encontrados (PEREIRA *et al.*, 2013; SOUZA; COSTA, 2011; MOREIRA *et al.*, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009; SIMICKOVA *et al.*, 2009; YANG *et al.*, 2009; SILVA; NUNEZ, 2009; FERNANDES; ROCHA, 2009; ROCHA; FERNANDES, 2008; BOTH *et al.*, 2008; FARIAS, *et al.*, 2008; PENTEADO; PEREIRA, 2007; GRILLO; PENTEADO, 2005), predominaram aqueles envolvendo o sexo feminino, podendo ser um dos fatores que contribuiu para o aparecimento de indicadores de insatisfação devido a sobrecarga de trabalho, muitas vezes derivada da dupla jornada de trabalho realizada pela mulher, profissão e tarefas domésticas, que exercem fortes pressões sociais e desafios que podem resultar em problemas de saúde física e psicológica (PENTEADO; PEREIRA, 2007).

A diferença das características psicológicas de homens e mulheres sugerem que as questões de gênero não podem ser desconsideradas ao se pensar em ações de promoção da saúde e QV (YANG *et al.*, 2009; JARDIM; ASSUNÇÃO, 2007), uma vez que elas estão mais expostas às responsabilidades e cargas de trabalho decorrentes do acúmulo de papéis sociais nos ambientes de trabalho e familiar.

Ao considerar os instrumentos de avaliação da QV, percebe-se que diversos indicadores foram analisados com uso de diferentes instrumentos. Em relação ao QVV, os fatores ambientais e psicológicos são umas das principais características da pior QV

relacionada à voz em professores. Tais fatores surgem devido à necessidade de falar em ambientes ruidosos, como as salas de aula; situações que envolvem aspectos subjetivos, como as emoções e sentimentos negativos dos sujeitos em relação à própria voz; dificuldades na percepção do processo saúde/doença e aspectos associados ao trabalho; estresse associado ao trabalho; relações entre estresse, emoção e voz além de características como fadiga, irritabilidade, esquecimento e alterações do sono (JARDIM; ASSUNÇÃO, 2007; PENTEADO; PEREIRA, 2007; GRILLO; PENTEADO, 2005).

Dos estudos que analisaram a QV relacionada à saúde usando o SF-36, observou-se que a maioria dos domínios investigados em professores de Educação Básica encontram-se prejudicados, destacando-se a vitalidade, estado geral de saúde, saúde mental e a dor, as quais apresentaram os menores escores (ROCHA; FERNANDES, 2008; YANG et al., 2009). Verifica-se, que os aspectos físicos tiveram uma predominância sobre a pior QV relacionada à saúde, o que também pode ser observado pelas análises dos autores ao retratarem aspectos físicos e estresse ligados a uma percepção negativa da QV relacionada à saúde (ROCHA; FERNANDES, 2008; YANG et al., 2009; SOUZA; COSTA, 2011).

Nos parâmetros do PEVI (MOREIRA et al., 2010; BOTH et al., 2008; FARIAS et al., 2008) notou-se que estes aspectos fortaleceram os achados anteriores da QV relacionada à saúde. Dentre os aspectos negativos destaca-se que os componentes nutrição, controle de estresse e atividade física foram evidenciados na maioria dos estudos. Tal fato decorre da sobrecarga de trabalho causadora de elevados índices de estresse e ansiedade, que por sua vez desencadeiam uma alimentação inadequada, além da inibição de atividades físicas no seu tempo supostamente livre em virtude de correções de trabalhos, provas e planejamentos de aula (GASPARINI et al., 2005).

Em contrapartida, pressupõe-se que os componentes positivos interação social e comportamento preventivo, sejam influenciados pela ligação do professor com o envolvimento escolar, o que possibilita um grande contato social, bem como seu nível educacional à frente dos comportamentos preventivos, tanto para mediação deste conhecimento para os alunos, quanto para si.

Na análise dos estudos que utilizaram o QVT-PEF (MOREIRA et al., 2010; MOREIRA et al., 2009; BOTH et al., 2008; FARIAS et al., 2008) destaca-se que cinco das oito dimensões do instrumento ficaram abaixo de 70%. Destas, a maior insatisfação está relacionada à remuneração, às condições de trabalho, à integração social e o espaço total de vida. Diferentemente dos estudos internacionais, a insatisfação salarial foi um aspecto comum encontrado na maioria dos estudos nacionais e não somente naqueles que avaliaram a QVT (PEREIRA et al., 2013; SOUZA; COSTA, 2011; MOREIRA et al., 2010; MOREIRA et al., 2009; SILVA; NUNEZ, 2009; BOTH et al., 2008; FARIAS et al., 2008; PENTEADO; PEREIRA, 2007).

A avaliação da QV geral por meio do WHOQOL/bref mostrou que, mesmo em distintas regiões e diferentes amostras os resultados permaneceram semelhantes. Além disso, os domínios estão condizentes com os achados de outros instrumentos de avaliação, nos quais os domínios que apresentaram os piores escores foram o ambiental, o físico e o psicológico. O domínio relações sociais foi o que apresentou o maior escore, também condizente aos resultados de estudos que utilizaram outros instrumentos de avaliação. O papel do professor como protagonista da educação na sociedade e o grande contato social da escola com a comunidade pode ser apontado como o principal motivo destes escores positivos (PEREIRA

*et al.*, 2013; SILVA; NUNEZ, 2009; FERNANDES; ROCHA, 2009; PENTEADO; PEREIRA, 2007; GASPARINI *et al.*, 2005).

A revisão evidenciou que as questões relacionadas ao ambiente e aos aspectos psicofisiológicos do trabalho, em virtude da QV de professores da Educação Básica, devem receber mais atenção dos profissionais de saúde e de gestores educacionais, os quais deveriam desenvolver pesquisas, estratégias e ações que visem promover a saúde e a QV destes trabalhadores. Além disso, estes resultados atentam para a necessidade de realização de intervenções que subsidiem políticas públicas que possibilitem o desenvolvimento de um trabalho docente adequado. Tais ações devem ser pautadas por processos educativos de caráter processual que se configurem como espaços de reflexão, diálogo, discussão, troca de saberes, construção partilhada do conhecimento e de construção coletiva de movimentos de transformação na sociedade.

### Pontos Positivos e Limitações do Estudo

Como pontos positivos destacam-se o ineditismo da proposta e a síntese sistemática dos principais resultados sobre a QV de professores de Educação Básica. Dentre as limitações aponta-se a diversidade de instrumentos dificultando a sumarização dos achados, a quantidade limitada de estudos abordando a temática da revisão, a busca em cinco bases de dados e a restrição às publicações em português e inglês.

### Conclusão

Considerando as evidências dos artigos analisados, concluímos que os principais pontos negativos da QV de professores da Educação Básica foram:

- QV geral: o ambiente - baixa renda, condições de trabalho precárias e falta de tempo.
- QV relacionada à voz: o ambiente ruidoso prejudica a voz.
- QV relacionada à saúde: domínio físico - falta de vitalidade e presença de dor.
- QV parâmetro individual – perfil de estilo de vida individual: alimentação e atividades físicas inadequadas.
- QV parâmetro socioambiental – QVT: baixa remuneração e pouca compensação.

Já, entre os principais pontos positivos da QV em seus mais diversos aspectos, destacam-se:

- QV geral: as relações sociais.
- QV relacionada à voz: não se autodenominam com voz ruim para o tipo de atividade que lhe é requisitada em sala de aula.
- QV relacionada à saúde: Aparentemente não possuem limitação por aspectos emocionais;
- QV parâmetro individual – perfil de estilo de vida individual: Comportamento preventivo.
- QV parâmetro socioambiental – QVT: Relevância social da vida no trabalho.

Neste cenário, sugere-se a realização de mais estudos para trazer à tona os indicadores de QV dos professores de Educação Básica na esfera municipal, estadual e principalmente

federal, visto que não foram encontrados estudos neste sentido. Dessa forma será possível captar dados suficientes para elaboração de meios de intervenção incutidos na promoção e manutenção da saúde e da QV.

### **INDICATORS OF QUALITY OF LIFE AMONG TEACHERS: A SYSTEMATIC REVIEW OF DESCRIPTIVE STUDIES**

#### **Abstract**

The aim was systematize information about indicators of quality of life (QOL) in primary and secondary school teachers. The search was performed in five databases and reference list of articles. Of the resulting 14 studies, 57% were with primary and secondary teachers and 43% of Physical Education. Most of the study emphasized the dissatisfaction with the remuneration, inconvenient working conditions, lack of time, unfavorable environment and vocal problems. In conclusion, physical structure issues, wages and organizational systems stand out in the literature as negative aspects associated with QOL of teachers. These evidences serve to guide school management policies aimed at improving the quality of work and QOL and health for working professionals within schools.

**Keywords:** Quality of life. Teachers. School. Health.

### **INDICADORES DE CALIDAD DE VIDA EN LOS MAESTROS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE ESTUDIOS DESCRIPTIVOS**

#### **Resumen**

Se objetivó sistematizar la información sobre los indicadores de calidad de vida (CV) de los docentes de la escuela primaria y secundaria. La búsqueda fue en cinco bases de datos y en las referencias de los artículos. De los 14 estudios resultantes, 57% fueran con docentes de la escuela primaria y 43% de la educación física. La mayoría resaltó la insatisfacción con la remuneración y condiciones de trabajo, falta de tiempo, ambiente desfavorable y problemas vocales. En conclusión, la estructura física, los salarios y los sistemas organizacionales se destacan en la literatura como aspectos negativos asociados a la CV. Estas pruebas sirven para orientar políticas de gestión en las escuelas destinadas a la mejoría de la CV en el trabajo y salud en profesionales del ámbito escolar.

**Palabras-clave:** Calidad de vida. Docentes. Escuela. Salud.

#### **Referências**

ALDERSON, P.; GREEN, S.; HIGGINS, J.P.T. Cochrane Reviewers' Handbook 4.2.2 [updated March 2004]. In: **The Cochrane Library**. Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.; 2004.

ANTONIOU, A.S.; POLYCHRONI F.; VLACHAKIS, A.N.; Gender and Age Differences in Occupational Stress and Professional Burnout between Primary and High-School Teachers in Greece. **Journal of Managerial Psychology**. 2006; 21:682-90.

ARIKEWUYO, M.O.; Stress Management Strategies of Secondary School Teachers in Nigeria. **Educational Research**. 2004; 46:195-207.

BENMANSOUR, N.; Job satisfaction, stress and coping strategies among Moroccan high school teachers. **Mediterranean Journal of Educational Studies**. 1998; 3:13-33.

BOTH, J.; NASCIMENTO, J.V.; BORGATTO, A.F.; Percepção da Qualidade de Vida no Trabalho e Perfil do Estilo de Vida dos Docentes de Educação Física do Estado de Santa Catarina. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá. 2008; 19(3):377-89.

BURKE, R.J.; GREENGLAS, E.R.; SCHWARZER, R. Predicting teacher burnout over time: Effects of work stress, social support, and self-doubts and its consequences. **Anxiety, Stress and Coping**. 1996; 9:261-75.

CHAN, D.W.; HUI, E.K.; Burnout and coping among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. **The British journal of educational psychology**. 1995 Mar; 65 ( Pt 1):15-25.

CICONELLI, R.M.; FERRAZ, M.B.; SANTOS, W.; MEINÃO, I.; QUARESMA, M.R.; Tradução para a Língua Portuguesa e Validação do Questionário Genérico de Avaliação de Qualidade de Vida SF-36 (Brasil SF-36). **Revista Brasileira de Reumatologia**. 1999; 39(3).

DELCOR, N.S.; ARAUJO, T.M.; REIS, E.J.; PORTO, L.A.; CARVALHO, F.M.; OLIVEIRA, E.; SILVA, M. [Labor and health conditions of private school teachers in Vitoria da Conquista, Bahia, Brazil]. **Cadernos de saude publica**. 2004 Jan-Feb; 20(1):187-96.

DUNHAM, J.; VARMA, V.; Stress in teachers: Past, present and future. London: Whurr; 1998.

FARIAS, G.O.; LEMOS, C.A.F.; BOTH, J.; NASCIMENTO, J.V.; FOLLE, A. Carreira Docente em Educação Física: uma abordagem sobre a qualidade de vida no trabalho de professores da rede estadual de ensino do Rio Grande do Sul. **Revista Educação Física/UEM**. 2008; 19(1):11-22.

FERNANDES, E.C. Qualidade de vida no trabalho. Casa da qualidade. 1996:21-30.

FERNANDES, M.H.; ROCHA, V.M. Impact of the psychosocial aspects of work on the quality of life of teachers. **Revista brasileira de psiquiatria**. 2009 Mar; 31(1):15-20.

GASPARINI, S.M. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e pesquisa**. 2005; 31:189-99.

GRILLO, M.; PENTEADO, R.Z. Impacto da voz na qualidade de vida de professores(as) do ensino fundamental. **Pró-Fono**. 2005; 17(3).

HADI, A.A.; NAING, N.N.; DAUD, A.; NORDIN, R. Work Related Depression among Secondary School Teachers in Kota Bharu, Kelantan, Malaysia. **International Medical Journal**. 2008; 15:145-52.

HUNG, C.L. Coping Strategies of Primary School Teachers in Taiwan Experiencing Stress Because of Teacher Surplus. **Social Behavior and Personality**. 2011; 39:1161-73.

JARDIM, R.; BARRETO, S.M.; ASSUNCAO, A.A. [Work conditions, quality of life, and voice disorders in teachers]. **Cadernos de saude publica**. 2007 Oct; 23(10):2439-61.

KYRIACOU, C.; SUTCLIFFE, J. Teacher Stress - Review. **Educational Review**. 1977; 29:299-306

KYRIACOU, C. Teacher stress: Past and Present. london: Whurr; 1998.

KYRIACOU, C. Stress-busting for teachers. United Kingdom: Stanley Thornes; 2000.

MOREIRA, H.R.; FARIAS, G.O.; BOTH, J.; NASCIMENTO, J.V. Qualidade de Vida no Trabalho e síndrome de burnout em professores de educação física do Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. 2009; 14(2):115-22.

MOREIRA, H.R.; NASCIMENTO, J.V.; SONOO, C.N.; BOTH, J. Qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida individual de professores de Educação Física ao longo da carreira docente. **Revista Motriz**. 2010; 16(4):900-12.

NAHAS, M.V. Atividade Física, Saúde e Qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 6 ed. Londrina 2013.

PENTEADO, R.Z.; PEREIRA, I.M. [Quality of life and vocal health of teachers]. **Revista de saude publica**. 2007 Apr; 41(2):236-43.

PEREIRA, E.F.; TEIXEIRA, C.S.; LOPES, A.S. [Quality of life of elementary education teachers in Florianopolis, State of Santa Catarina]. **Ciencia & saude coletiva**. 2013 Jul; 18(7):1963-70.

PITHERS, R.T.; FOGARTY, G.J. Symposium on teacher stress. Occupational stress among vocational teachers. **The British journal of educational psychology**. 1995 Mar; 65 ( Pt 1):3-14.

PITHERS, R.T.; SODEN, R. Scottish and Australian teacher stress and strain: a comparative study. **The British journal of educational psychology**. 1998 Jun; 68 ( Pt 2):269-79.

PULLIS, M. An analysis of the occupational stress of teachers of the behaviorally disordered: Sources, effects, and strategies for coping. Behavioral Disorders. **Journal of Emotional and Behavioral Disorders**. 1992; 17:191-201.

QUIRINO, T.R.; XAVIER, O.S. Qualidade de vida no trabalho de uma organização de pesquisa. **Revista de Administração**. 1987; v. 22, n.1:71-82.

ROCHA, V.M.D.; FERNANDES, M.H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **J Bras Psiquiat**. 2008; 57:23-7.

RODRIGUES, M.V.C. Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial; Quality of life in the work: evolution and analysis at managenal level. Petrópolis: **Vozes**; 1994.

SEIDL, E.M.; ZANNON, C.M. [Quality of life and health: conceptual and methodological issues]. **Cadernos de saude publica**. 2004 Mar-Apr; 20(2):580-8.

SILVA, J.V.P.; NUNEZ, P.R.M. Qualidade de Vida, Perfil Demográfico e Profissional de Professores de Educação Física. **Revista Pensar a Prática**. 2009; 12(2):1-11.

SIMICKOVA-CIZKOVA, J. VASINA, B. Quality of Life among Primary School Teachers and Other Professions. **The educational review**. 2009; 17.

SOUZA, J.C.; COSTA, D.S. Qualidade de Vida de uma Amostra de Profissionais de Educação Física. **Jornal Brasileiro Psiquiatria**. 2011; 60(1):23-7.

TRAVERS, C.J.; COOPER, C.L. Teachers under pressure: Stress in the teaching profession. . London: **Routledge**; 1996.

VANDENBERGHE, R.; HUBERMAN, A.M. Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice. . Cambridge: **Cambridge University Pres**; 1999.

YANG, X.; GE, C.; HU, B.; CHI, T.; WANG, L. Relationship between quality of life and occupational stress among teachers. **Public health**. 2009 Nov; 123(11):750-5.

World Health Organization WHO. The World Health Report: Life in the 21st Century - A Vision for All. 2003:241.

Recebido em: 04/10/2014  
Revisado em: 24/06/2015  
Aprovado em: 06/08/2015

Endereço para correspondência:

Adair da Silva Lopes

adair.lopes@ufsc.br

Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Departamento de Educação Física.

Campus Universitário - Trindade

Trindade

88040900 - Florianópolis, SC – Brasil