

Artigo Original

Vieira AR, Andrade Junior JLB, Costa LL, Teixeira RB, Vieira VPA, Magalhães TA, Silva NSS, Haikal DS, Silva RRV, Pinho L

Fatores associados ao estilo de vida dos professores da educação básica estadual na pandemia
Rev Gaúcha Enferm. 2023;44:e20230068

doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20230068.pt>

Fatores associados ao estilo de vida dos professores da educação básica estadual na pandemia

Factors associated with the lifestyle of state basic education teachers of state during the pandemic

Factores asociados al estilo de vida de los docentes de educación básica estatal durante la pandemia

Alexandre dos Reis Vieira^a <https://orcid.org/0000-0003-0457-2375>
Jorge Luiz Bento de Andrade Junior^a <https://orcid.org/0000-0002-5564-2217>
Lucas Linhares Costa^a <https://orcid.org/0000-0001-5589-9883>
Rafaela Borges Teixeira^a <https://orcid.org/0000-0002-3974-0458>
Vinicius de Paula Arruda Vieira^a <https://orcid.org/0000-0002-0688-5853>
Tatiana Almeida de Magalhães^b <https://orcid.org/0000-0001-8371-863X>
Nayra Suze Souza e Silva^b <https://orcid.org/0000-0002-8420-0821>
Desirée Sant'Ana Haikal^b <https://orcid.org/0000-0002-0331-0747>
Rosângela Ramos Veloso Silva^c <https://orcid.org/0000-0003-3329-8133>
Lucinéia de Pinho^c <https://orcid.org/0000-0002-2947-5806>

^aCentro Universitário FIPMoc (UNIFIPMoc). Curso de Medicina. Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

^bUniversidade Estadual de Montes Claros (Unimontes). Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde. Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

^cUniversidade Estadual de Montes Claros (Unimontes). Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde. Montes Claros, Minas Gerais, Brasil..

Como citar este artigo:

Vieira AR, Andrade Junior JLB, Costa LL, Teixeira RB, Vieira VPA, Magalhães TA, Silva NSS, Haikal DS, Silva RRV, Pinho L. Fatores associados ao estilo de vida dos professores da educação básica estadual na pandemia. Rev Gaúcha Enferm. 2023;44:e20230068. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20230068.pt>

RESUMO

Objetivo: Analisar a prevalência e fatores associados ao perfil do estilo de vida dos professores da educação básica pública de Minas Gerais na pandemia da COVID-19.

Método: Inquérito epidemiológico *websurvey* realizado com professores da educação básica pública de Minas Gerais. A coleta de dados ocorreu de agosto a setembro/2020 via formulário digital. Foram avaliadas as características antropométricas, sociodemográficas, laborais e estilo de vida. Utilizou-se a Regressão de Poisson.

Resultados: Participaram 15.641 professores e 31,1% apresentaram hábitos inadequados de saúde. Houve maior prevalência entre homens (RP=1,38; IC_{95%}:1,31;1,45), maior idade (RP=1,20; IC_{95%}: 1,07;1,34), maior carga semanal de trabalho (RP=1,10; IC_{95%}:1,03;1,17) e os insatisfeitos com o trabalho (RP=1,21; IC_{95%}:1,15;1,27). Como fator de proteção encontraram-se os professores com mais tempo de trabalho docente (RP=0,92; IC_{95%}:0,87;0,98) e contratados ou designados (RP=0,89; IC_{95%}:0,85;0,94).

Conclusão: Verificou-se inadequação do estilo de vida entre os professores homens mais velhos, com maior jornada laboral e insatisfação com o trabalho.

Descritores: Coronavírus. Docentes. Fatores de risco. Perfil de saúde. Saúde ocupacional

ABSTRACT

Objective: To analyze the prevalence and factors associated with the lifestyle profile of public basic education teachers in Minas Gerais during the COVID-19 pandemic.

Method: Epidemiological websurvey carried out with public basic education teachers in Minas Gerais. Data collection took place from August to September 2020 via digital form. Anthropometric, sociodemographic, work, and lifestyle characteristics were evaluated. Poisson Regression was used.

Results: 15,641 teachers participated and 31.1% had inadequate health habits. There was a higher prevalence among men (PR=1.38; 95%CI:1.31;1.45), older age (PR=1.20; 95%CI: 1.07;1.34), greater weekly workload (RP=1.10; 95%CI:1.03;1.17) and those dissatisfied with work (RP=1.21; 95%CI:1.15;1.27). As a protective factor, professors with longer teaching experience (RP=0.92; 95%CI:0.87;0.98) and those hired or appointed (PR=0.89; 95%CI:0.85;0.94).

Conclusion: Lifestyle inadequacy was found among older male teachers, with longer working hours and job dissatisfaction.

Descriptors: Coronavirus. Faculty. Risk factors. Health profile. Occupational health.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la prevalencia y los factores asociados al perfil de estilo de vida de los docentes de educación básica pública de Minas Gerais durante la pandemia de COVID-19.

Método: Encuesta epidemiológica de tipo *websurvey* realizada con profesores de educación básica pública en Minas Gerais. La recolección de datos ocurrió de agosto a septiembre 2020 a través de formulario digital. Se evaluaron características antropométricas, sociodemográficas, laborales y de estilo de vida. Se utilizó la Regresión de Poisson.

Resultados: Participaron 15.641 docentes y el 31,1% presentaba hábitos de salud inadecuados. Hubo mayor prevalencia en hombres (RP=1,38; IC 95%: 1,31; 1,45), mayor edad (RP=1,20; IC 95%: 1,07; 1,34), mayor carga de trabajo semanal (RP=1,10; IC 95%: 1,03; 1,17) y los insatisfechos con el trabajo (RP=1,21; IC95%:1,15;1,27). Como factor protector, profesores con mayor experiencia docente (RP=0,92; IC95%:0,87;0,98) y contratados o nombrados (RP=0,89; IC95%:0,85;0,94).

Conclusión: Se encontró inadecuación en el estilo de vida entre los maestros hombres y mayores, con jornadas laborales más largas e insatisfacción laboral.

Descriptores: Coronavirus. Docentes. Factores de riesgo. Perfil de salud. Salud laboral.

INTRODUÇÃO

O estilo de vida de cada indivíduo pode impactar na saúde e na performance no trabalho. O trabalhador docente tem risco de desenvolver agravos relacionados à saúde, com destaque para as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). A presença das DCNT nessa

categoria profissional pode ser influenciada por hábitos alimentares inadequados, sedentarismo e consumo de tabaco⁽¹⁾.

No contexto da pandemia da COVID-19 a recomendação foi de que os trabalhadores realizassem as atividades em domicílio⁽²⁾. Com as escolas fechadas a pandemia impôs aos professores, em um curto período de tempo, que reformulassem suas práticas pedagógicas, adotando o ensino remoto. Contudo, isso sobrecarregou ainda mais alguns profissionais que não estavam preparados para essa súbita mudança com consequente avanço das demandas laborais sobre a vida cotidiana particular no horário da folga⁽³⁾. Em uma nova rotina marcada pelo isolamento social e aumento da demanda de trabalho, os fatores de risco para DCNT foram potencializados, o que pode comprometer ainda mais a saúde desses profissionais^(4,5).

Na vigência da pandemia do novo coronavírus a vida virtual se tornou parte da vida cotidiana diante da necessidade de se realizar o isolamento, transformando o dinamismo das atividades diárias, saídas e movimentações a uma vivência ligada à internet, ou seja, mais sedentária e passiva⁽⁶⁾. Há que se considerar o impacto na saúde e vida das pessoas, principalmente entre os professores em decorrência das alterações emocionais, entre elas medo, insegurança, humor depressivo, excesso de preocupação, ansiedade, crises de pânico, mudanças essas que ocasionam alterações de sono e agilidade⁽⁷⁾.

O estilo de vida saudável é importante para que os professores possam desempenhar bem o seu papel no ambiente escolar. Entender os fatores que estão associados a estilo de vida do docente pode contribuir para implementação de medidas para promoção da saúde e melhor capacidade para o trabalho desta categoria profissional. Assim, o objetivo deste estudo foi analisar a prevalência e fatores associados ao perfil do estilo de vida dos professores da educação básica pública, de Minas Gerais na pandemia da COVID-19.

MÉTODO

Este estudo fez parte do Projeto ProfSMoc – Etapa Minas Covid “Condições de saúde e trabalho entre professores da rede estadual de ensino do estado de Minas Gerais na pandemia da COVID-19”. O Projeto buscou realizar um levantamento acerca das condições de saúde e de trabalho dos professores das escolas estaduais de Minas Gerais no contexto da pandemia da COVID-19. Foi realizado pela Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES) e contou com o apoio da Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais (SEE-MG) e subsecretaria do ensino superior⁽⁸⁾.

Trata-se de um inquérito epidemiológico do tipo *websurvey*, realizado conforme as recomendações do *Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology*

(STROBE). Estudo desenvolvido com professores da educação básica (educação infantil, ensino fundamental e médio) da rede pública estadual de ensino de Minas Gerais, Brasil. Em 2020, o estado de Minas Gerais apresentava 3.441 escolas com aproximadamente 90 mil professores. O estado de Minas Gerais possuía seis polos e cada polo era subdividido em Superintendências Regionais de Ensino (SREs), apresentando um total de 45 SREs.

Por se tratar de *websurvey*, não é possível que os pesquisadores tenham controle sobre o tamanho amostral (visto que foi divulgado o prazo de tempo em que o formulário de coleta estaria ativo/disponível para receber respostas). Apesar disso, foi conduzido cálculo amostral somente com a intenção de se conhecer o “n” mínimo necessário para garantir poder de inferência para a população de professores do estado de Minas Gerais. Para o tamanho amostral foi utilizada fórmula para populações infinitas. Considerou-se prevalência de 50% com a intenção de obter o maior tamanho amostral e, conseqüentemente, o maior poder de inferência para diferentes variáveis. O erro tolerável adotado foi de 3%. A amostra foi duplicada ($Deff=2$), por se tratar de conglomerados. Foi realizado acréscimo de 20% no tamanho amostral para compensar possíveis perdas (taxa de não resposta). Assim, estimou-se amostra mínima de 2.564 professores. Após estimar o tamanho total da amostra, a composição da amostra foi calculada de acordo com a participação percentual dos professores em cada superintendência de ensino, visando garantir proporcionalidade mínima por cada região do estado.

Estudo piloto foi realizado com a participação de um total de 20 professores de cinco municípios para testar, ajustar o instrumento de coleta de dados e estimativa do tempo necessário para o preenchimento. Os participantes do estudo foram excluídos da coleta definitiva de dados. A coleta ocorreu de 20 de agosto a 11 de setembro de 2020. Nesse período (cinco meses após o primeiro caso da COVID-19 no estado de Minas Gerais – 8 de março de 2020) os estados brasileiros enfrentavam as rígidas medidas de distanciamento social, visando conter a expansão da pandemia, entre essas medidas estavam presentes o trabalho remoto, a proibição de eventos com elevados números de pessoas, restrições de entrada e saída em aeroportos, rodoviárias e fronteiras, fechamento das instituições de ensino (públicas e privadas), juntamente com o uso obrigatório de máscaras.

A coleta de dados foi realizada por meio de formulário digital online disponibilizado via plataforma *Google Forms*®. O *link* do formulário foi enviado pela Secretaria de Estado de Educação (SEE-MG) para o e-mail institucional de todos os professores do estado. Para evitar o preenchimento automático do formulário por sistemas computacionais, foi utilizado um reCAPTCHA, que apresentava testes em imagens, impedindo que o formulário fosse enviado

com sucesso por sistemas computacionais. Todas as questões do formulário foram de preenchimento obrigatório, minimizando perdas de informação. O estudo também garantiu o anonimato dos professores.

Foram incluídos os professores que possuíam vínculo em, pelo menos, uma escola estadual de MG, atuantes na educação infantil, ensino fundamental e/ou ensino médio e ser professor regente no exercício da função em 2020. Não participaram professores aposentados.

A variável desfecho – hábitos inadequados de saúde durante a pandemia – foi criada a partir de seis variáveis que contemplam hábitos de saúde, listadas a seguir:

- a) Baixo consumo de frutas (não; sim)
- b) Baixo consumo de verduras e legumes (não; sim)
- c) Sobrepeso/Obesidade (não; sim)
- d) Inatividade física (não; sim)
- e) Etilismo (não bebe; bebe)
- f) Tabagismo (não fuma; fuma)

Para os hábitos saudáveis de saúde foram consideradas as seguintes recomendações: IMC $<24,9\text{Kg/m}^2$ (ausência de sobrepeso e obesidade); não fumar; não ingerir bebida alcoólica; consumir frutas diariamente; consumir verduras e legumes diariamente; praticar atividade física regularmente; e não adicionar sal às refeições ou alimentos já preparados⁽⁹⁾.

A não adesão a três ou mais dos hábitos saudáveis definiu a medida da variável denominada ‘hábitos inadequados de saúde’, considerada variável desfecho no presente estudo. O sujeito foi considerado como positivo para o desfecho quando não aderiu três ou mais hábitos em saúde.

As variáveis independentes foram organizadas em blocos de assunto: ‘Perfil sociodemográfico e econômico’, ‘Perfil ocupacional’ e ‘Questões sobre a COVID-19’.

No bloco perfil sociodemográfico e econômico constavam as variáveis sexo (feminino; masculino), idade em anos (menos de 60; 60 ou mais), área censitária em que o professor trabalha (rural; urbana), diminuição na renda familiar durante a pandemia (não; sim) e situação conjugal (com cônjuge; sem cônjuge).

O bloco perfil ocupacional foi composto pelas variáveis tempo de trabalho na docência (até 20 anos; 20 ou mais anos), horas de trabalho docente semanal (menos de 40 horas; 40 horas ou mais), vínculo com a escola (concursado/efetivo; contratado/designado), insatisfação com o trabalho docente durante a pandemia (não; sim) e sentiu esgotado com o trabalho docente durante a pandemia (não; sim).

Quanto às questões relacionadas à COVID-19, as variáveis apresentadas foram ser grupo de risco da COVID-19 (não; sim), adesão ao distanciamento social (totalmente; parcialmente/não), testou positivo para a COVID-19 (não; sim), algum amigo ou familiar faleceu pela COVID-19 (não; sim) e apresentou muito medo da COVID-19 (não; sim). A variável grupo de risco foi elaborada a partir de uma lista dos principais grupos de risco, foram agrupados em ‘sim’ os respondentes que relataram fazer parte de pelo menos um dos grupos listados. O medo da Covid foi medido pela Escala de Medo da COVID-19 já validada para o Brasil. Trata-se de um instrumento que investiga o medo das pessoas em relação à COVID-19. O escore total foi obtido a partir da soma dos itens (variando de 7 a 35 pontos), sendo categorizado como “muito medo” apresentando 27 ou mais pontos⁽¹⁰⁾.

Para a análise foi utilizado o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS®) versão 22.0. Foi apresentada frequência simples e prevalência dos hábitos inadequados de saúde durante a pandemia e das variáveis independentes. Também foram realizadas análises bivariadas através da Regressão de Poisson, apresentando Razão de Prevalência (RP) bruta, Intervalo de Confiança de 95% (IC95%) e p-valor. Apenas as variáveis que apresentaram p-valor $\leq 0,20$ foram selecionadas para compor inicialmente o modelo múltiplo através da Regressão de Poisson, com variância robusta. A magnitude das associações do modelo múltiplo foi estimada pela RP ajustada, IC95% e nível de significância de 5% ($\alpha \leq 0,05$). Para avaliar a qualidade do modelo, utilizou-se o teste *Deviance*. Esse teste avalia se os valores preditos pelo modelo desviam dos valores observados de uma maneira que a distribuição de Poisson não prediz. Se o p-valor do teste de qualidade do ajuste for superior ao nível de significância adotado ($\alpha \geq 0,05$), a distribuição de Poisson fornece um bom ajuste.

O projeto foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes) com parecer consubstanciado nº 4.200.389, aprovado em 07 de agosto de 2020, CAAE 35982220.0.0000.5146. Todos participantes receberam cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e assinalaram “sim” à questão relativa à concordância em participar da pesquisa. A pesquisa também cumpriu com a resolução 466/12 do Conselho Nacional da Saúde/Ministério da Saúde, que trata de pesquisa com seres humanos.

RESULTADOS

O formulário foi acessado por 16.210 professores(as), destes(as) 15.641 aceitaram participar da pesquisa, resultando em uma taxa de adesão de 96,5% e taxa de completude de

100%. Do total de professores participantes, 81,9% eram do sexo feminino, 96,5% tinham menos de 60 anos de idade, 13,3% trabalhavam na zona rural, 40,9% tiveram diminuição na renda familiar durante a pandemia e 66,8% viviam com cônjuge.

O perfil ocupacional dos professores mostrou que 25% trabalharam 20 ou mais anos na docência, 15,8% trabalhavam 40 horas ou mais por semana, 54% eram concursados ou efetivos, 33,7% estavam insatisfeitos com o trabalho doméstico durante a pandemia e 36,5% se sentiram esgotados com o trabalho remoto durante a pandemia. Com relação às questões sobre a COVID-19, 35,8% pertenciam a algum grupo de risco da COVID-19, 79,8% aderiram totalmente ao distanciamento social, 1,2% testaram positivo para a COVID-19, 20,5% relataram que algum amigo ou familiar faleceu pela COVID-19 e 43,7% apresentaram muito medo da COVID-19.

Entre os professores participantes do estudo, 31,1% apresentaram hábitos inadequados de saúde durante a pandemia da COVID-19. A prevalência de cada fator avaliado foi demonstrada na Tabela 1.

Tabela 1 - Frequência dos hábitos inadequados do estilo de vida relacionado à saúde de professores durante a pandemia da COVID-19 (n=15.641). Minas Gerais, Brasil, 2020

Componentes para hábitos inadequados de saúde DP	n	%
Baixo consumo de frutas	11.106	71,0
Baixo consumo de verduras e legumes	8.802	56,3
Sobrepeso/Obesidade*#	8.059	51,5
Inatividade física	6.843	43,8
Etilismo	7.589	48,5
Tabagismo	853	5,5

Fonte: Dados do estudo, 2020.

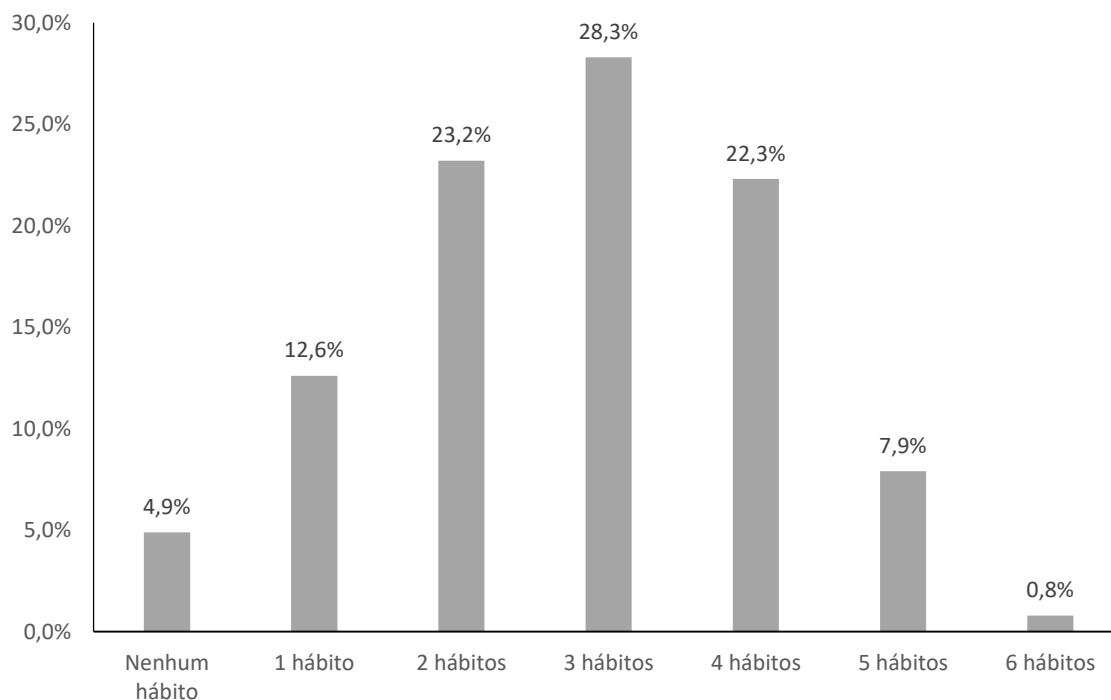
DP: Durante a pandemia

*Variação no n devido à perda de informação

#Foram desconsideradas da análise as mulheres grávidas

No Gráfico 1, encontram-se as distribuições dos professores participantes segundo o número de comportamentos inadequados que registraram, com maior percentual (28,3%) entre aqueles que apresentaram três hábitos inadequados de saúde durante a pandemia (Gráfico 1).

Gráfico 1 - Distribuição dos professores durante a pandemia da COVID-19 segundo o número de componentes dos hábitos inadequados do estilo de vida relacionado à saúde (n=15.385). Minas Gerais, Brasil, 2020



Fonte: Dados do estudo, 2020.

Na análise bivariada, as variáveis sexo ($p < 0,001$), idade ($p = 0,001$), área censitária ($p = 0,063$), tempo de trabalho ($p = 0,013$), horas de trabalho semanal ($p < 0,001$), vínculo com a escola ($p < 0,001$), insatisfação com o trabalho ($p < 0,001$), grupo de risco da COVID-19 ($p = 0,028$) e muito medo da COVID-19 ($p = 0,092$) apresentaram associação com a presença de hábitos inadequados de saúde durante a pandemia ao nível de 20% de significância e foram selecionadas para compor inicialmente o modelo múltiplo (Tabela 2).

Tabela 2 - Análise bivariada e razão de prevalência bruta das variáveis independentes em relação aos hábitos inadequados do estilo de vida relacionado à saúde durante a pandemia entre os professores (n=15.385). Minas Gerais, Brasil, 2020

Variáveis	Hábitos inadequados de saúde durante pandemia DP		RP bruta (IC _{95%})	p-valor
	Não n (%)	Sim n (%)		
<i>Perfil sociodemográfico e econômico</i>				
Sexo				<0,001
Feminino	8.951 (71,2)	3.624 (28,8)	1,00	
Masculino	1.656 (58,9)	1.154 (41,1)	1,42 (1,35;1,50)	
Idade (anos)				0,001
Menos de 60	10.273 (69,2)	4.581 (30,8)	1,00	
60 ou mais	334 (62,9)	197 (37,1)	1,20 (1,07;1,34)	

Área censitária				0,063
Rural	1.441 (70,7)	596 (29,3)	1,00	
Urbana	9.166 (68,7)	4.182 (31,3)	1,07 (0,99;1,15)	
Diminuição na renda familiar DP				0,370
Não	6.241 (68,7)	2.848 (31,3)	1,00	
Sim	4.366 (69,3)	1.930 (30,7)	0,97 (0,93;1,02)	
Situação conjugal				0,568
Com cônjuge	7.118 (69,1)	3.184 (30,9)	1,00	
Sem cônjuge	3.489 (68,6)	1.594 (31,4)	1,01 (0,96;1,06)	
<i>Perfil ocupacional</i>				
Tempo de trabalho*				0,013
Até 20 anos	7.858 (68,4)	3.631 (31,6)	1,00	
20 ou mais anos	2.748 (70,6)	1.147 (29,4)	0,93 (0,88;0,98)	
Horas de trabalho semanal*				<0,001
Menos de 40 horas	9.025 (69,7)	3.922 (30,3)	1,00	
40 horas ou mais	1.582 (64,9)	854 (35,1)	1,15 (1,09;1,22)	
Vínculo com a escola				<0,001
Concursado/Efetivo	5.545 (66,7)	2.764 (33,3)	1,00	
Contratado/Designado	5.062 (71,5)	2.014 (28,5)	0,85 (0,81;0,89)	
Insatisfação com o trabalho DP				<0,001
Não	7.275 (71,3)	2.931 (28,7)	1,00	
Sim	3.332 (64,3)	1.847 (35,7)	1,24 (1,18;1,30)	
Sentiu esgotado com o trabalho DP				0,797
Não	6.728 (68,9)	3.041 (31,1)	1,00	
Sim	3.879 (69,1)	1.737 (30,9)	0,99 (0,94;1,04)	
<i>Questões sobre a COVID-19</i>				
Grupo de risco da COVID-19				0,028
Não	6.867 (69,6)	3.006 (30,4)	1,00	
Sim	3.740 (67,9)	1.772 (32,1)	1,05 (1,00;1,10)	
Adesão ao distanciamento social				0,886
Totalmente	8.483 (68,9)	3.826 (31,1)	1,00	
Parcialmente/Não	2.124 (69,1)	952 (30,9)	0,99 (0,93;1,05)	
Testou positivo para a COVID-19				0,360
Não	10.475 (68,9)	4.727 (31,1)	1,00	
Sim	132 (72,1)	51 (27,9)	0,89 (0,70;1,13)	
Algum amigo ou familiar faleceu pela COVID-19				0,716
Não	8.443 (69,0)	3.791 (31,0)	1,00	
Sim	2.164 (68,7)	987 (31,3)	1,01 (0,95;1,07)	
Apresentou muito medo da COVID-19				0,092
Não	5.908 (68,4)	2.731 (31,6)	1,00	
Sim	4.699 (69,7)	2.047 (30,3)	0,96 (0,91;1,00)	

Fonte: Dados do estudo, 2020.

RP: Razão de Prevalência

IC95%: Intervalo de Confiança de 95%

p-valor: Teste de Wald

DP: Durante a Pandemia

*Variação no n devido à perda de informação

A análise ajustada indicou maior prevalência de hábitos inadequados de saúde durante a pandemia entre os homens (RP=1,38; IC_{95%} 1,31;1,45), aqueles com 60 anos ou mais (RP=1,20; IC_{95%} 1,07;1,34), que trabalham 40 horas ou mais durante a semana (RP=1,10; IC_{95%} 1,03;1,17) e os insatisfeitos com o trabalho durante a pandemia (RP=1,21; IC_{95%} 1,15;1,27). Como fator de proteção encontraram-se os professores com 20 ou mais anos de trabalho docente (RP=0,92; IC_{95%} 0,87;0,98) e aqueles que estavam vinculados à escola como contratados ou designados (RP=0,89; IC_{95%} 0,85;0,94). A estatística do teste de *Deviance* obtido no modelo múltiplo final foi igual a 0,715 (p-valor=0,690), indicando que o modelo apresentou ajuste adequado (Tabela 3).

Tabela 3 - Associação bruta das variáveis independentes e hábitos inadequados do estilo de vida relacionado à saúde entre os professores (n=15.385). Minas Gerais, Brasil, 2020

Variáveis	RP ajustada (IC _{95%})	p-valor
<i>Perfil sociodemográfico e econômico</i>		
Sexo		<0,001
Feminino	1,00	
Masculino	1,38 (1,31;1,45)	
Idade (anos)		0,002
Menos de 60	1,00	
60 ou mais	1,20 (1,07;1,34)	
<i>Perfil ocupacional</i>		
Tempo de trabalho*		0,008
Até 20 anos	1,00	
20 ou mais anos	0,92 (0,87;0,98)	
Horas de trabalho semanal*		0,002
Menos de 40 horas	1,00	
40 horas ou mais	1,10 (1,03;1,17)	
Vínculo com a escola		<0,001
Concursado/Efetivo	1,00	
Contratado/Designado	0,89 (0,85;0,94)	
Insatisfação com o trabalho DP		<0,001
Não	1,00	
Sim	1,21 (1,15;1,27)	

Deviance: 0,715 / p-valor: 0,690

Fonte: Dados do estudo, 2020.

RP: Razão de Prevalência

IC_{95%}: Intervalo de Confiança de 95%

p-valor: Teste de Wald

DP: Durante a Pandemia

*Variação no n devido à perda de informação

DISCUSSÃO

Entre os professores avaliados durante a pandemia de COVID-19 um terço apresentou hábitos inadequados de saúde. Aproximadamente metade dos pesquisados referiram baixo

consumo de verduras e legumes, apresentavam sobrepeso ou obesidade, inatividade física e faziam consumo de álcool. A maioria dos professores referiram baixo consumo de frutas e o hábito de fumar foi relatado pela minoria. Tais hábitos podem interferir negativamente na qualidade de vida desses profissionais. Um inquérito realizado em 35 países europeus demonstrou a associação entre condições de trabalho adequadas e a saúde do trabalhador⁽¹¹⁾. A relação entre a saúde e o trabalho no contexto escolar pode impactar nos recorrentes quadros de adoecimento dos professores e afetar negativamente a capacidade para o trabalho^(3,12,13).

Na pandemia da COVID-19 a estratégia de quarentena e isolamento foi importante para o controle da disseminação da infecção. Em estudo conduzido na China, demonstrou-se que as medidas de distanciamento social contribuíram para a redução da disseminação da infecção por COVID-19, com impacto significativo na redução da mortalidade⁽¹⁴⁾. No Brasil, investigação prévia identificou que foi expressiva prevalência de adesão às medidas de isolamento social entre os docentes, e que essa prática foi associada a características sociodemográficas, fatores ocupacionais e condições de saúde dos profissionais da educação⁽¹⁵⁾.

A alteração do estilo de vida neste período reduziu a prática de atividade física da população, o que contribui para o desenvolvimento de sedentarismo e obesidade/sobrepeso⁽⁴⁾. Uma investigação sobre o comportamento e a saúde de indivíduos adultos durante a pandemia de COVID-19 no norte da Itália observou-se uma redução de 68% na prática de atividades físicas entre aqueles classificados como ativos antes da implementação das medidas restritivas⁽¹⁶⁾.

No presente estudo, observou-se que os professores entrevistados apresentaram baixo consumo de frutas, verduras e legumes. O isolamento social interferiu no padrão de consumo alimentar. Essa prática pode aumentar o risco de excesso de peso nesse grupo ocupacional⁽¹⁷⁾. A adoção de um perfil de consumo não saudável foi evidenciada em pesquisa com adultos na Itália também neste contexto⁽¹⁸⁾. Os entrevistados relataram o aumento do consumo de alimentos com a motivação de melhorar o bem estar.

Entre os professores foi prevalente o consumo de álcool. Esse consumo pode ocorrer de forma recreacional e também para o alívio de sintomas físicos e mentais estressantes do cotidiano, em especial às mudanças no processo de trabalho docente durante a pandemia da COVID-19^(19,20). Em uma investigação internacional com adultos que viviam em países como Bélgica, França e Canadá observou-se mudanças no consumo de álcool durante a crise, sendo

que as pessoas ansiosas e deprimidas estariam mais suscetíveis a mudanças em seus hábitos⁽¹⁹⁾.

Na análise dos fatores associados aos hábitos de inadequados de saúde observou-se que os professores do sexo masculino com mais de 60 anos tiveram maior prevalência desse tipo de comportamento durante a pandemia. Esse resultado está em consonância com os de outro estudo realizado na população adulta durante o distanciamento social da pandemia que evidenciou alterações nos hábitos de vida. Neste período foi relevante a presença dos hábitos de vida considerados inadequados, como alimentação pobre em nutrientes, sedentarismo e obesidade/sobrepeso⁽⁴⁾. Em uma pesquisa realizada previamente à pandemia observou-se que a os docentes do sexo masculino apresentaram maior chance de hipertensão arterial⁽²¹⁾. Os homens, em comparação com as mulheres, são mais resistentes ao cuidado da saúde. A pandemia e o surgimento de outras preocupações externas (dinheiro, doenças e mortes) pode ter agravado esse padrão.

Os docentes que trabalhavam 40 ou mais horas semanais apresentaram maior prevalência de hábitos inadequados. Antes da pandemia da COVID-19, já existia uma precariedade no trabalho dos docentes em função das jornadas e condições de trabalho e, que por sua vez, podem contribuir no desenvolvimento de um estilo de vida não saudável⁽²²⁾.

Quanto ao tempo de docência, os professores com 20 ou mais anos de trabalho na função mostraram-se mais protegidos quanto aos hábitos inadequados de saúde. Um estudo que explorou o sentido do trabalho vivenciado por trabalhadores docentes submetidos a diferentes vínculos empregatícios revelou a importância de lecionar na vida desses profissionais, que atribuíram ao trabalho a sensação de estar vivo, rejuvenescimento, realização, prazer em contribuir e fazer parte da sociedade⁽²³⁾. Esses aspectos contribuem positivamente para que os professores mais experientes atravessem o momento de crise no enfrentado à pandemia.

Ainda como fator protetivo constatou-se que docentes vinculados a escolas como contratados ou designados apresentaram hábitos de vida mais saudáveis. Esse fato corrobora com um estudo que avaliou a qualidade de vida no trabalho e a qualidade de vida de professores com regimes laborais distintos⁽²⁴⁾. Os resultados sugerem que professores celetistas exigem menos das condições de trabalho fornecidas pelas instituições devido o menor tempo na função e a previsão de que as eventuais condições desfavoráveis do trabalho são por tempo limitado. Soma-se ainda o fato de estarem em uma fase inicial na carreira, entrando no mercado de trabalho à procura de experiência profissional, e ainda por

apresentarem menor carga horária de trabalho semanal. Dessa forma, sofrem menos influência das condições de trabalho sobre a sua qualidade de vida e hábitos saudáveis.

Professores concursados/efetivos estão há mais tempo na função e exigem mais para a infraestrutura necessária para o desempenho de seu trabalho. Esses profissionais passam mais tempo submetido às condições de trabalho e aos fatores de risco, o que afeta sua qualidade de vida – fator intrinsecamente relacionado a hábitos de vida saudável. Para esses pesquisadores quanto mais os professores envolvem o seu tempo à docência, menor será seu tempo para o lazer, a família, às tarefas domésticas e, conseqüentemente, menor será o tempo dedicado à própria saúde⁽²⁴⁾.

Durante a pandemia da COVID-19 o fechamento das escolas e o uso das tecnologias digitais para a manutenção do ensino-aprendizado dos brasileiros gerou profundas mudanças na forma de interagir profissionalmente e socialmente. Alguns professores, pelo fato de não saberem administrar as tecnologias com precisão, apresentaram dificuldade para se adaptar ao ensino a distância. As condições de trabalho dos educadores já consideradas hostis antes do início da pandemia⁽³⁾, podem ter sido agravadas neste período.

A insatisfação com o trabalho foi associada à variável desfecho. O fenômeno “cansaço de escola” é compreendido como uma soma dos diversos infortúnios que os professores passaram durante a pandemia ao executar suas atividades laborais, culminando em exaustão física e mental. Em investigação prévia com professores foi constatado que a probabilidade de ser acometido pela Síndrome de Burnout foi maior entre os docentes que estavam insatisfeitos com o trabalho⁽²⁵⁾.

Para a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e Organização Mundial da Saúde (OMS), o conceito de saúde define-se por completo bem-estar físico, mental e social de uma pessoa⁽²⁶⁾. A adoção de um estilo de vida saudável pode reduzir substancialmente a mortalidade prematura e prolongar a expectativa de vida de uma população. Em uma pesquisa desenvolvida previamente com a população dos Estados Unidos estimou-se que a adesão a cinco fatores relacionados ao estilo de vida de baixo risco poderia prolongar a expectativa de vida aos 50 anos em 14,0 e 12,2 anos para adultos do sexo feminino e masculino⁽²⁷⁾. Na pandemia de COVID-19, conforme demonstrou os resultados deste estudo, variáveis importantes refletiram na constituição do processo de saúde-doença dos professores.

A análise sobre o perfil de saúde dos educadores é fundamental para compreender a que situações esse grupo populacional foi exposto durante a pandemia e possíveis implicações a longo prazo. Os resultados deste estudo podem fornecer suporte para implementação de medidas para melhorar as compreensões dos impactos da pandemia sobre a saúde dos

professores. O desenvolvimento e a aplicação de políticas públicas voltadas ao aprimoramento de suporte tecnológico, metodológico e cuidado social constituem medidas de apoio para minimizar os impactos da pandemia no bem-estar físico, mental e social do docente.

O estudo tem como limitação a obtenção das suas informações por meio de autorrelatos, que em geral, são susceptíveis a viés de memória. A coleta de dados na internet, traz a possibilidade de viés de seleção, pois dependem do acesso à internet. No entanto, as pesquisas realizadas via internet são promissoras, em decorrência da baixa custos, abrangência geográfica e a possibilidade de conhecer as condições de saúde da população em tempo real. A categoria dos professores da Educação Básica brasileira é bastante heterogênea no que se refere às condições de trabalho, quando se consideram o tipo de escola, o nível do ensino e o perfil dos alunos distribuídos no território brasileiro⁽¹²⁾.

O presente estudo pode contribuir para a implementação de programas ou intervenções para apoiar a adoção de um estilo de vida saudável entre os professores. Os programas de bem-estar no local de trabalho podem fornecer informações e educação sobre a adaptação de estilos de vida saudáveis, especialmente sobre hábitos alimentares adequados e a prática de atividade física para prevenir e gerenciar os fatores de risco modificáveis para DCNT. A adoção de estratégias para a promoção da saúde deste grupo tem o potencial de impactar na sua saúde, no seu desempenho ocupacional e influenciar a adoção de hábitos saudáveis em seus alunos.

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo evidenciaram que durante a pandemia da COVID-19, professores do estado de Minas Gerais apresentaram inadequação quanto aos componentes de nutrição, atividade física, sobrepeso/obesidade, etilismo e tabagismo do estilo de vida relacionado à saúde, associados aos fatores sociodemográficos de sexo, idade e laborais. A pesquisa revelou que mais da metade dos professores entrevistados apresentaram baixo consumo de frutas, verduras e legumes, constatou-se também que aproximadamente metade da amostragem enquadrava-se nos critérios de sobrepeso/obesidade, inatividade física e etilismo, o tabagismo manteve em uma parcela menos significativa, mas não menos importante. Os hábitos inadequados de saúde se associaram com as características sociodemográficas de sexo, idade e laborais dos professores.

Uma análise do perfil do estilo de vida relacionado à saúde de professores subsidia o planejamento de estratégias para a promoção da saúde deste trabalhador e, por conseguinte,

auxilia na tomada de decisões a respeito do seu estilo de vida individual. A saúde e o bem estar do professor é fundamental na educação de qualidade e o desenvolvimento do país.

Sugere-se a realização de pesquisas longitudinais para avaliação das condições de saúde dos professores. Investigações futuras que viabilizem a coleta de dados com professores nos diferentes cenários de exercício de sua atividade laboral são recomendadas, haja vista a importância para se conhecer as condições de saúde desse trabalhador no Brasil.

REFERÊNCIAS

1. Zubery D, Kimiywe J, Martin HD. Prevalence of overweight and obesity, and its associated factors among health-care workers, teachers, and bankers in Arusha City, Tanzania. *Diabetes Metab Syndr Obes.* 2021;14:455-65. doi: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S283595>
2. Aquino EML, Silveira IH, Pescarini JM, Aquino R, Souza-Filho JA, Rocha AS, et al. Social distancing measures to control the COVID-19 pandemic: potential impacts and challenges in Brazil. *Cien Saúde Colet.* 2020;25(suppl 1):2423-46. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>
3. Silva JP, Fischer FM. Multiform invasion of life by work among basic education teachers and repercussions on health. *Rev Saúde Pública.* 2020;54:3. doi: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001547>
4. Bezerra ACV, Silva CEM, Soares FRG, Silva JAM. Factors associated with people's behavior in social isolation during the COVID-19 pandemic. *Cien Saúde Coletiva.* 2020;25(suppl 1):2411-21. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10792020>
5. Barone Gibbs B, Kline CE, Huber KA, Paley JL, Perera S. Covid-19 shelter-at-home and work, lifestyle and well-being in desk workers. *Occup Med.* 2021;71(2):86-94. doi: <https://doi.org/10.1093/occmed/kqab011>
6. Souza e Silva NS, Santos BN, Mendes JCL, Brito MFSF, Pinho L, Silveira MF, et al. Comportamento sedentário antes e durante a pandemia da COVID-19 entre professores da educação básica. *RUC.* 2023 [citado 2023 abr 03];25(1):1-15. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/5187>
7. Santos GMRF, Silva ME, Belmonte BR. COVID-19: emergency remote teaching and university professors' mental health. *Rev Bras Saude Mater Infant.* 2021;21(Suppl 1):237-43. doi: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S100013>
8. Barbosa REC, Fonseca GC, Silva NS, Haikal DS, Veloso-Silva RR. Condições de saúde e trabalho entre professores da rede estadual de ensino do estado de Minas Gerais na pandemia da covid-19. São Paulo: Assessoria Editorial; 2022.

9. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: Anexo I da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, que consolida as normas sobre as políticas nacionais de saúde do SUS. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2018.
10. Ahorsu DK, Lin C, Imani V, Saffari M, Griffith MD, Pakpour AH. The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *Int J Ment Health Addict*. 2022;20(30):1537-45. doi: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>.
11. Nappo N. Is there an association between working conditions and health? an analysis of the sixth european working conditions survey data. *PLoS One*. 2019;14(2):e0211294. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211294>
12. Moraes ÉAH, Abreu MNS, Assunção AA. Autoavaliação de saúde e fatores relacionados ao trabalho dos professores da educação básica no Brasil. *Ciênc Saúde Colet*. 2023;28(1):209-22. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232023281.07022022>
13. Alcantara MA, Medeiros AM, Claro RM, Vieira MT. Determinantes de capacidade para o trabalho no cenário da Educação Básica do Brasil: Estudo Educatel, 2016. *Cad Saúde Pública*. 2019;35(Supl 1):e00179617. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00179617>
14. Tang B, Xia F, Tang S, Bragazzi NL, Li Q, Sun X, Liang J, Xiao Y, Wu J. The effectiveness of quarantine and isolation determine the trend of the Covid-19 epidemics in the final phase of the current outbreak in China. *Int J Infect Dis*. 2020;95:288-93. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.03.018>
15. Lima CA, Lima CAG, Oliveira AJS, Silva PG, Freitas WML, Haikal DS, et al. Adherence to social isolation in the Covid-19 pandemic among primary school teachers in Minas Gerais, Brazil. *Saúde Debate*. 2022;46(spe 1):181-93. doi: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E112>
16. Canello R, Soranna D, Zambra G, Zambon A, Invitti C. Determinants of the lifestyle changes during COVID-19 pandemic in the residents of northern Italy. *Int J Environ Res Publ Health* 2020;17(17):6287. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17176287>
17. Zubery D, Kimiywe J, Martin HD. Prevalence of overweight and obesity, and its associated factors among health-care workers, teachers, and bankers in Arusha City, Tanzania. *Diabetes Metab Syndr Obes*. 2021;14:455-65. doi: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S283595>
18. Di Renzo L, Gualtieri P, Cinelli G, Bigioni G, Soldati L, Attinà A, et al. Psychological aspects and eating habits during COVID-19 home confinement: results of EHLIC-COVID-19 italian online survey. *Nutrients*. 2020;12(7):2152. doi: <https://doi.org/10.3390/nu12072152>
19. Schmits E, Glowacz F. Changes in alcohol use during the COVID-19 pandemic: impact of the lockdown conditions and mental health factors. *Int J Ment Health Addict*. 2022;20(2):1147-58. doi: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00432-8>

20. Leão ACA, Silva NSS, Messias RB, Haikal DS, Silveira MF, Pinho L, et al. Consumo de álcool em professores da rede pública estadual durante a pandemia da COVID-19. J Bras Psiquiatr. 2022;71(1):5-15. doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000368>
21. Vieira MRM, Magalhães TA, Silva RRV, Vieira MM, Paula AMB, Araújo VB, et al. Hipertensão arterial e trabalho entre docentes da educação básica da rede pública de ensino. Cien Saúde Colet. 2020;25(8):3047-61. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020258.26082018>
22. Araújo TM, Pinho PS, Masson MLV. Teachers' work and health in Brazil: thoughts on the history of research, strides, and challenges. Cad Saúde Pública. 2019;35(S1):e00087318. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00087318>
23. Irigaray HAR, Oliveira LB, Barbosa EST, Morin EM. Employment relationships and meaning of work: a RESEARCH with HIGHER education professors. RAM. 2019;20(1):eRAMG190070. doi: <https://doi.org/10.1590/1678-6971/eRAMG190070>
24. Gomes KK, Sanchez HM, Sanchez EGM, Sbroggio Júnior AL, Arantes Filho WM, Silva LA, et al. Quality of life and quality of working life of health science professors at a higher education institution. Rev Bras Med Trab. 2017;15(1):18-28. doi: <https://doi.org/10.5327/Z1679443520177027>
25. Magalhães TA, Vieira MRM, Haikal DS, Nascimento JE, Brito MFSF, Pinho L, et al. Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional. Rev Bras Saúde Ocup. 2021;46:e11. doi: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000030318>
26. Organização Pan-Americana da Saúde. Relatório da reunião OPAS/OMS Brasil “Diálogo estratégico para a preparação do documento de referência para a renovação da promoção da saúde no contexto dos objetivos de desenvolvimento sustentável. Brasília, DF: OPAS; 2018.
27. Li Y, Pan A, Wang DD, Liu X, Dhana K, Franco OH, et al. Impact of healthy lifestyle factors on life expectancies in the US population. Circulation. 2018;138(4):345-55. doi: <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.117.032047>

Agradecimentos:

Agradecemos os professores participantes do Projeto ProfSMoc – Etapa Minas Covid, ao apoio da Unimontes e da SEE-MG e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES pela concessão de Bolsas.

Contribuição de autoria:

Administração do projeto: Desirée Sant’Ana Haikal.

Análise formal: Nayra Suze Souza e Silva, Lucinéia de Pinho.

Escrita - rascunho original: Alexandre dos Reis Vieira, Jorge Luiz Bento de Andrade Junior, Lucas Linhares Costa, Rafaela Borges Teixeira, Vinicius de Paula Arruda Vieira.

Escrita - revisão e edição: Rosângela Ramos Veloso Silva, Desirée Sant’Ana Haikal, Lucinéia de Pinho.

Investigação: Alexandre dos Reis Vieira, Jorge Luiz Bento de Andrade Junior, Lucas Linhares Costa, Rafaela Borges Teixeira, Vinicius de Paula Arruda Vieira, Tatiana Almeida de Magalhães, Nayra Suze Souza e Silva, Desirée Sant’Ana Haikal, Rosângela Ramos Veloso Silva, Lucinéia de Pinho.

Metodologia: Alexandre dos Reis Vieira, Jorge Luiz Bento de Andrade Junior, Lucas Linhares Costa, Rafaela Borges Teixeira, Vinicius de Paula Arruda Vieira, Tatiana Almeida de Magalhães, Nayra Suze Souza e Silva, Desirée Sant’Ana Haikal, Rosângela Ramos Veloso Silva, Lucinéia de Pinho.

Obtenção de financiamento: Desirée Sant’Ana Haikal.

Supervisão: Lucinéia de Pinho.

Visualização: Alexandre dos Reis Vieira, Jorge Luiz Bento de Andrade Junior, Lucas Linhares Costa, Rafaela Borges Teixeira, Vinicius de Paula Arruda Vieira, Tatiana Almeida de Magalhães, Nayra Suze Souza e Silva, Desirée Sant’Ana Haikal, Rosângela Ramos Veloso Silva, Lucinéia de Pinho.

Os autores declaram que não existe nenhum conflito de interesses.

Autora correspondente:

Lucineia de Pinho

E-mail: lucineiapinho@hotmail.com

Recebido: 06.04.2023

Aprovado: 24.07.2023

Editor associado:

Carlise Rigon Dalla Nora

Editor-chefe:

João Lucas Campos de Oliveira