

Jornada de trabalho, qualidade de vida e prática de atividades físicas de professores

Diego Francisco da Silva⁽¹⁾

Data de submissão: 7/1/2019. Data de aprovação: 10/5/2019.

Resumo – O presente estudo buscou verificar jornada de trabalho, qualidade de vida e prática de atividades físicas de professores, e se caracteriza como pesquisa de campo de cunho transversal. Participaram do estudo, 17 professores, de ambos os sexos. Os participantes possuíam idade média de 43 anos. Para avaliar a jornada de trabalho, foi utilizado um questionário próprio (QJT); e para avaliar a qualidade de vida e a prática de atividades físicas, foram utilizados os questionários, Whoqol-Bref e o Ipaq-Versão curta. Verificou-se que os professores possuíam uma ampla jornada de trabalho, com média de 42 horas de trabalho formal, e média de 14 horas de trabalho informal; 58,8% dos professores encontravam-se como sedentários e irregularmente ativos; os outros 41,2%, como ativos e muito ativos. Os professores demonstraram qualidade de vida de regular a boa, com média de 62 pontos no escore de qualidade de vida. O estudo revelou, portanto, que os professores dispõem de uma extensa jornada de trabalho. Por outro lado, poucas horas são dedicadas ao lazer.

Palavras-chave: Atividade física. Jornada de trabalho. Professor. Qualidade de vida.

Workday, quality of life and teachers' practice of physical activities

Abstract – The present study sought to verify work hours, quality of life and practice of physical activities of teachers, and is characterized as cross - sectional field research. Seventeen teachers of both sexes participated in the study. Participants had a mean age of 43 years. To evaluate the working day, a questionnaire was used “QJT” (questionnaire about the working day); and to evaluate the quality of life and the practice of physical activities, the questionnaires, “Whoqol-Bref” and the “Ipaq”- short version. It was verified that the teachers had a long working day, with an average of 42 hours of formal work, and an average of 14 hours of informal work; 58.8% of teachers were sedentary and irregularly active; the other 41.2% as active and very active. Teachers demonstrated good quality of life, with an average of 62 points in the quality of life score. The study thus revealed that teachers have an extended working day. On the other hand, few hours are devoted to leisure.

Keywords: Physical activity. Workday. Teacher. Qualify of life.

Introdução

O professor é um facilitador do processo educativo. Ele tem uma importante função para a valorização e a adoção de uma vida mais crítica e humana, assumindo um papel político, com o objetivo de propor uma educação crítica e problematizada, investigando o porquê do ato educativo (RUIZ, 2003; SANTOS, 2006).

O professor, além de ensinar, deve envolver-se nas ações ligadas à escola, ou seja, deve participar do planejamento escolar e da gestão, o que lhe acarreta uma dedicação mais ampla ao trabalho docente. Esse tempo dedicado ao trabalho passa a ter impactos diretos na vida do indivíduo, ou seja, pode trazer danos à integridade física, psíquica e social dos trabalhadores, podendo desencadear prejuízos à saúde o trabalhador (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005; BAIÃO; CUNHA, 2013). A baixa remuneração dos docentes tem como consequência a busca pela dupla jornada de trabalho, em que serão realizadas atividades para aumentar a renda (BAIÃO; CUNHA, 2013).

¹ Pós-Graduando em Docência em Educação Física e Práticas Pedagógicas pela Faculdade Única de Ipatinga e graduado em licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal de Pernambuco (2018). *diegofdasilva95@gmail.com

A insatisfação salarial, agregada à ampla jornada de trabalho, induz o professor a buscar formas de complementar a renda familiar, seja realizando trabalhos domésticos, ou exercendo atividades em pequenos comércios e em cursos preparatórios para vestibular, gerando uma jornada de trabalho informal.

No Brasil, a jornada de trabalho possui duração aproximada de 40 horas semanais; em alguns casos utiliza-se cerca de 10% ou 20% das 40 horas para o trabalho extraclasse (GOMES; AMÉDIS, 2006). Com isso, muitas atividades passam a compor o horário extraclasse, consumindo o tempo livre do professor.

Carneiro e Ferreira (2007) afirmam que “A jornada de trabalho tem impactos sobre a vida dentro e fora do trabalho”. A jornada de trabalho é um dos alvos de disputas entre contratantes e empregados (CARNEIRO; FERREIRA, 2007). Para Silva, Rotenberg e Fischer (2011), “as extensas jornadas de trabalho atingem negativamente o ambiente profissional quanto o ambiente social e familiar dos indivíduos”. A jornada de trabalho exerce um grande impacto na vida do trabalhador, podendo acarretar problemas dentro e fora do ambiente de trabalho. Uma extensa jornada de trabalho pode inibir o trabalhador de usufruir de momentos de lazer.

A expressão jornada de trabalho refere-se ao tempo despendido com o trabalho remunerado executado pelo trabalhador para um empregador, mediante um contrato regular de prestação de serviço, que pode ser o tempo diário, semanal, mensal ou anual (MOCELIN, 2011, p. ?).

Para Minayo et al. (2000), a qualidade de vida aborda um conceito social desenvolvido a partir de procedimentos subjetivos (bem-estar, felicidade, amor, prazer, realização individual) e objetivos, cujas referências são as realizações das necessidades fundamentais e das necessidades impostas pelo sistema econômico e social. Nahas (2003, p.14), define a qualidade de vida como “condição humana resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano”. Trata-se de um conceito com caráter subjetivo, complexo e multidimensional, pois depende de fatores intrínsecos e extrínsecos, alterando de indivíduo para indivíduo (ROCHA; FELLI, 2004). A qualidade de vida possui caráter subjetivo, por isso, o entendimento de qualidade de vida modifica de pessoa para pessoa, sendo relacionado a fatores internos e externos.

Diante desse contexto, cabe refletir sobre a situação da jornada de trabalho, qualidade de vida e a prática de atividade física dos professores.

Materiais e Métodos

Este estudo consistiu em uma pesquisa de campo de cunho transversal, que buscou avaliar a jornada de trabalho, a qualidade de vida e a prática de atividade física dos professores. O público-alvo da pesquisa são professores da rede estadual de educação da cidade do Recife, Estado de Pernambuco. Foram escolhidas três escolas através do método não probabilístico por conveniência, as quais possuem regime de ensino integral, na rede estadual de educação, e são vinculadas à Gre² Recife Sul. Participaram uma escola técnica estadual (ETE) e duas escolas de referência em ensino médio (EREM).

Das três escolas onde foram realizadas as coletas, obteve-se um total de 17 professores de ambos os sexos. A baixa amostragem do presente estudo ocorreu porque muitos professores não concordaram com o instrumento de coleta ABEP, que busca mensurar dados referente a questões financeiras, e os classificam em diferentes classes sociais. Para participar da pesquisa, os docentes deveriam: possuir vínculo empregatício com a escola, e que esta

estivesse vinculada à Gre¹ Recife Sul; ser graduado em licenciatura; possuir entre 22 e 65 anos de idade; atuar como docente; e aceitar participar da pesquisa.

TABELA 1 – Demonstra a relação entre os professores e as escolas em que atuam.

		Escolas			
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	ETE	7	41,2	41,2	41,2
	EREM	10	58,8	58,8	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

De acordo com a Tabela 1, dos 17 participantes da pesquisa, 58,8% atuam nas Erem, totalizando 10 participantes. Os outros 7, 41,2%, são funcionários da Ete.

Para a avaliação da qualidade de vida (QV) dos participantes, foi utilizado o questionário Whoqol-Bref, que é constituído por 26 questões, sendo duas questões gerais sobre a QV e 24 questões agrupadas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambientes. Para a avaliação do perfil de atividade física dos (as) docentes, foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física versão curta – IPAQ. Para a avaliação da jornada de trabalho, foi aplicado um questionário próprio, de conhecimento acerca da jornada de trabalho (QJT), abordando a jornada de trabalho dentro e fora da escola. Para a avaliação dos dados socioeconômicos, foi utilizado o questionário Abep², que busca avaliar a classe social e dados básicos: nome, idade, sexo, entre outros.

A análise estatística realizou-se através de cálculos de porcentagens referentes aos níveis de qualidade de vida, jornada de trabalho e de atividade física. O programa utilizado para a análise estatística foi o Stood for Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 25.

Resultados e Discussões

Dos 17 professores, 10 (58,8%) são do sexo feminino, dos quais 6 pertencem à EREM e 4 à ETE. Do sexo masculino, participaram 7 professores (41,1%): 4 da Erem e 3 da ETE. Os participantes do estudo possuem idade entre 27 e 60 anos, com média de 43 anos.

TABELA 2 – Aborda o número de professores e as disciplinas ministradas.

		Graduação			
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Português	1	5,9	5,9	5,9
	Matemática	2	11,8	11,8	17,6
	História	2	11,8	11,8	29,4
	Geografia	1	5,9	5,9	35,3
	Biologia	3	17,6	17,6	52,9
	Química	2	11,8	11,8	64,7
	Inglês	2	11,8	11,8	76,5
	Sociologia	1	5,9	5,9	82,4
	Artes	1	5,9	5,9	88,2
	Educação Física	2	11,8	11,8	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

1 Gerência Regional de Educação.

2 Critério Brasil 2015 e atualização da distribuição de classes para 2016.

De acordo com a Tabela 2, dos 17 professores, 17,6% lecionam a disciplina de Biologia; 11,8% são professores de Matemática, História, Química, Inglês e Educação Física; e 5,9% são professores de Português, Geografia, Sociologia e Artes.

TABELA 3 – Informa as classes econômicas.

		Classificação Econômica			
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	A	3	17,6	17,6	17,6
	B1	3	17,6	17,6	35,3
	B2	8	47,1	47,1	82,4
	C1	3	17,6	17,6	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

Os professores obtiveram classificação entre as classes econômicas A e C: 17,6% foram classificados como classe A; como B1, 17,6%; como B2, 47,1%; e como C1, 17,6% dos professores. A maioria dos professores está classificada na classe B2, que, segundo a Abep (2016), possui uma renda familiar mensal por volta de R\$ 4.852,00 (quatro mil oitocentos e cinquenta e dois reais).

Considerando as respostas obtidas mediante a aplicação do questionário QJT (Questionário acerca da jornada de trabalho), inicialmente buscou-se verificar a jornada de trabalho dos docentes, seja ela dentro da escola (trabalho formal) ou fora da escola (trabalho informal). Trabalho formal se refere às horas dedicadas ao trabalho como professor, já o trabalho informal é qualquer atividade que possa ajudar na renda mensal, ou seja, realizar trabalhos domésticos ou outras atividades que possam gerar renda para a família.

TABELA 4 – Relata as horas dedicadas pelos professores ao trabalho e ao lazer.

	Horas de Trabalho formal e informal				
	N	Mínimo	Máximo	Média	Erro Desvio
Horas trabalhada como Professor por semana	17	40	45	42,06	2,536
Trabalho Informal	17	4	26	14,53	7,787
Lazer	17	0	15	5,47	4,598
N válido (de lista)	17				

Os professores possuem, como média, 42,06 horas de trabalhos semanais como professor, 14,53 horas de trabalho extraescolar, e 5,4 horas dedicadas ao lazer. Pode-se compreender através da análise da Tabela 5 que o trabalho como professor e os trabalhos informais consomem, em média, 56 horas semanais da vida dos professores, privando-os de exercer atividades voltadas ao lazer, que possui média de 5,47 horas semanais.

Serão abordadas agora as respostas obtidas mediante a aplicação do questionário IPAQ – versão curta, que buscou avaliar o nível de atividade física dos professores, classificando-os como: sedentário, irregularmente ativo b, irregularmente ativo a, irregularmente ativo, ativo, e muito ativo. Dentre os resultados obtidos, foi destacada a relação entre os gêneros e a classificação de ambos os sexos. Nesta última, observou-se que 23,5% foram classificados como sedentários; como irregularmente ativo foi obtido um número de 35,2%; como ativos um total de 23,5% dos professores; e como muito ativos foi obtido um total de 17,3% dos professores. Entre as professoras, 11,7% foram classificadas como sedentárias; como irregularmente ativas são 17,6%; como ativas, 23,5%; e muito ativas, 5,85%. Entre os professores, foram classificados como sedentários 11,7%; como irregularmente ativos, 17,6%;

e como muito ativos, 11,7%. Foram classificados com baixos níveis de atividades físicas 58,8% dos professores entrevistados, e com níveis moderados a altos, 41,2%.

TABELA 5 – Demonstra a relação entre os resultados do Ipaq nos diferentes gêneros.

Nível de atividade física

		Gênero			
		Masculino	Feminino	Total	Porcentagem total
NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA	Sedentário	2 (11,7%)	2 (11,7%)	4	23,5%
	Irregularmente ativo	3 (17,6%)	3 (17,6%)	6	35,2%
	Ativo	0 (0%)	4 (23,5%)	4	23,5%
	Muito ativo	2 (11,7%)	1 (5,8%)	3	17,6%
Total		7 (41,2%)	10 (58,8%)	17	100,00%

Com relação aos resultados obtidos no questionário Whoqol-Bref, que buscou avaliar a qualidade de vida, abordando quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente, no critério para avaliar a QV, foi utilizada uma escala de 0 a 100, em que 0 é o pior resultado e 100 o melhor resultado possível.

TABELA 6 – Ressalta os resultados obtidos na avaliação da QV.

	N	Qualidade de vida			
		Mínimo	Máximo	Média	Erro Desvio
Qualidade de Vida	17	52,6	78,1	62,082	7,0207
DOM.PSICO	17	50,0	79,2	61,271	8,9346
DOM.FISICO	17	39,3	92,9	63,865	13,8730
DOM.SOCIAL	17	50,0	83,3	60,782	10,5285
DOM.AMBIENTE	17	50,0	84,4	61,959	9,5298
N válido (de lista)	17				

A Tabela 6 demonstra que a QV, nos professores participantes, possui uma pontuação mínima de 52,6, e uma máxima de 78,1, com média de 62,082 Pontos, classificando o grupo de professores com uma QV de regular a boa. Os domínios psicológico, físico, social e meio ambiente possuem média similar à do resultado final da QV do grupo de professores, demonstrando uma regularidade entre os resultados obtidos.

O estudo de Pereira et al. (2014) avaliou o trabalho docente e a QV dos professores da educação básica, e os resultados encontrados no estudo vão ao encontro dos resultados expostos na Tabela 6. Os resultados encontrados no estudo dos autores demonstraram que a média final da avaliação da qualidade de vida geral foi de 63,7 pontos.

As evidências expostas na Tabela 6 demonstram que os professores possuem uma QV de regular a boa. Em uma escala de 0 a 100, obteve-se uma média de 62,082 pontos, indo ao encontro dos resultados obtidos por Leão et al. (2011), Folle e Farias (2012), Koetz, Rempel e Périco (2013), e Caye, Ulbricht e Neves (2014), demonstrando que os entrevistados possuem uma QV de razoável a boa em todos os domínios analisados.

Pereira (2008), em sua dissertação de mestrado, obteve resultados similares aos encontrados na Tabela 6, em que pode ser observada que a média de QV exposta no estudo foi de 63 pontos (escala de 0 a 100). O domínio meio ambiente foi o que apresentou menor escore médio (53 pontos), e junto com o domínio físico (65 pontos) foi o que mais explicou a QV. O escore de meio ambiente difere da média obtida nos achados do presente estudo, e o de domínio físico mantém uma média aproximada. Folle e Farias (2012), em seu estudo, verificaram que o domínio social foi o que alcançou a maior média entre todos os outros, com

68,42 pontos, diferindo do encontrado no presente estudo. Os autores obtiveram como menor escore o domínio físico, com média de 57,25 pontos, contrariando os achados na Tabela 6, que possui como maior escore o de domínio físico, com média de 63,865 pontos.

Com relação às práticas de atividades físicas, 58,8% dos professores são classificados com baixo nível de atividade física, equiparando-se aos achados de Folle e farias (2012), com 52,1% de inativos, e aos de Caye, Ulbricht e Neves (2014), em que 59,3% dos professores não praticam atividades físicas regularmente. Foram classificados como moderadamente ativos e ativos 42,2% dos participantes. Diversos achados na literatura mundial retratam a importância da prática de atividades física para a prevenção e o tratamento de doenças, e incentivam a atividade física como meio de manter e promover a saúde (FERRAZ; MACHADO, 2008). A prática de exercícios físicos desenvolve o corpo e o adapta às respostas desencadeadas pelo estresse mental (IVETA JUNIOR; SALES, 2017). Os achados de Júnior et al. (2017), com uma população amostral de 200 professores, demonstraram que a maior parte dos professores foram classificados com ativos, contrariando os achados no presente estudo, que obteve um número maior de irregularmente ativos e inativos. A inatividade física e o estilo de vida sedentário estão relacionados às doenças cardiovasculares, metabólicas e ao desenvolvimento de fatores de riscos e agravos de doenças (SILVA et al., 2010). Caye, Ulbricht e Neves (2014) relatam que 48% dos professores afirmam ter poucas atividades ou não praticar atividades relacionadas ao lazer, assimilando aos resultados obtidos na Tabela 4, em que os professores dispõem de uma média de 5 horas para se dedicar ao lazer, 42 horas como professor, e 14 horas relacionadas aos trabalhos informais.

Conclusões

O presente estudo evidenciou que os professores dispõem de uma extensa jornada de trabalho. Por outro lado, poucas horas são dedicadas ao lazer. Mais da metade dos professores são classificados como Classe B2 e C1, subentendendo-se que há uma necessidade de complementar sua renda familiar, elevando a jornada de trabalho e diminuindo as horas dedicadas ao lazer.

Mais da metade dos professores são classificados como sedentários e irregularmente ativos – 58,8%; a outra parte, 41,1%, como ativos e muito ativos, como pode ser visto na Tabela 5. Entre as mulheres, há um equilíbrio, pois 5 se encontram entre sedentárias e regularmente ativas, e 5 com ativas e muito ativas. Entre os homens, 5 são classificados como sedentários e irregularmente ativos; e como muito ativos 2 professores. Não houve participante com a classificação de ativo.

Acerca da QV, os professores demonstraram possuir uma QV de regular a boa, pois em um escore de 0 a 100, os professores possuíram, como média, uma pontuação com mais de 62 pontos.

A alta jornada de trabalho enfrentada pelos professores e a insatisfação salarial leva-os a buscar outros meios de conseguir complementar a renda mensal. Diversas são as formas utilizadas, que vai desde o trabalho doméstico e empregos em outros turnos a trabalhar em pequenos comércios. Essa alta jornada de trabalho, quando se soma ao trabalho formal, traz consequências, seja na prática de atividade física ou em usufruir de momentos de lazer. Por outro lado, a ampla jornada de trabalho demonstrou não afetar a QV dos professores, expondo que a jornada de trabalho possui impactos em atividades de lazer e na prática de atividades físicas, mas não afeta diretamente a QV dos entrevistados.

Há uma necessidade de se verificar quais os motivos que levam os docentes a encararem as altas jornadas de trabalho, privando-os de usufruir de momentos de lazer, e levando-os a exercer atividades para complementar a renda familiar, agravando ainda mais a jornada de trabalho e diminuindo as possibilidades de se dedicar à prática de atividades físicas regulares e ao lazer. Estudos com uma população amostral maior faz-se necessário para obter valores

mais consideráveis, buscando demonstrar a qualidade de vida, a prática de atividade física e a jornada de trabalho dos professores da educação básica.

Referências

BAIÃO, Lidiane de Paiva Mariano; CUNHA, Rodrigo Gontijo. **Doenças e/ou disfunções ocupacionais no meio docente**: uma revisão de literatura. **Formação@docente**, Belo Horizonte, v. 5, n. 1, p.6-22, 1 jun. 2013. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-izabela/index.php/fdc/article/view/344/338>. Acesso em: 18 set. 2018.

CAYE, Ivone Trevisan; ULBRICHT, Leandra; NEVES, Eduardo Borba. Qualidade de vida no trabalho dos professores de matemática e português do ensino fundamental. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 12, n. 2, p. 974-989, dez. 2014. Semestral.

CARNEIRO, Thiago Lopes; FERREIRA, Mário César. Redução de jornada melhora a qualidade de vida no trabalho? A experiência de uma organização pública brasileira. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, Florianópolis, v. 7, n. 1, p. 131-158, jun. 2008. ISSN 1984-6657. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rpot/article/view/3271>. Acesso em: 19 maio 2017.

FERRAZ, Alex Soares Marreiros; MACHADO, André Accioly Nogueira. Atividade física e doenças crônico-degenerativas. **Diversa**, [s. l.], v. 1, n. 1, p.25-35, 2008. Semestral.

FOLLE, A.; FARIAS, G. Nível de qualidade de vida e de atividade física de professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC). **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 11, n. 01, p. 11-21, 2012. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/3219/3459>. Acesso em: 2 out. 2018.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNCAO, Ada Ávila. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 189-199, ago. 2005.

GOMES, P. C.; AMÉDIS, G. **Afastamento dos professores de 5ª à 8ª séries da rede municipal de Ipatinga da sala de aula**: principais causadores. Ipatinga, [s.d.]. Disponível em: <http://bibliotecadigital.unec.edu.br/ojs/index.php/unec03/article/view/289/365>. Acesso em: 12 out. 2017.

LEÃO, Higo Faraday Paraíso et al. Qualidade de Vida e Nível de Atividade Física de Trabalhadores com Diferentes Tempos de Serviço. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, João Pessoa, v. 15, n. 1, p.31-38, 2011.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & saúde coletiva**. 2000, vol.5, n.1, pp.7-18. ISSN 1413-8123.

MOCELIN, D. G. Redução da jornada de trabalho e qualidade dos empregos: entre o discurso, a teoria e a realidade. **Revista Sociológica e Política**. 2011, vol.19, n.38, pp.101-119. ISSN 1678-9873.

NAHAS, M.V. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 3 ed. Londrina: Midiograf, 2003.

KOETZ, Lydia; REMPEL, Claudete; PÉRICO, Eduardo. Qualidade de vida de professores de Instituições de Ensino Superior Comunitárias do Rio Grande do Sul. **Ciência & Saúde Coletiva**, Lajedo, v. 18, n. 4, p.1019-1028, 2013.

PEREIRA, E. F. **Qualidade de vida e condições de trabalho de professores de educação básica do município de Florianópolis.** 2008. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Educação Física) Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Florianópolis, 2008.

PEREIRA, E. F. *et al.* O trabalho docente e a qualidade de vida dos professores na educação básica. **Revista de Saúde Pública**, Florianópolis, v. 16, n. 2, p.221-231, 2014.

PIVETA JUNIOR; SALES, Antônio. Atividade física e suas contribuições na qualidade de vida dos docentes: breve revisão bibliográfica. *In: II Seminário formação docente: intersecção entre universidade e escolas - necessidades formativas nas/das licenciaturas*, 2., 2017, Dourados. **Seminário**. Dourados-MG: Seminário Formação Docente, 2017. p. 1 - 14.

Rocha, S. S. L. & Felli, V. E. A. Qualidade de vida no trabalho docente em enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, 12 (1), 28-35, 2004.

RUIZ, Maria José Ferreira. O papel social do professor: uma contribuição da filosofia da educação e do pensamento freireano à formação do professor. **Revista Iberoamericana de Educación**, Londrina, v. 33, p.55-70, 2003. Disponível em: <https://rieoei.org/histórico/documentos/rie33a03.PDF>. Acesso em: 18 set. 2018.

SANTOS, João Francisco Severo. Globalização, qualidade de vida e educação. **Revista Espaço Acadêmico**, n. 61. jun. 2006.

SILVA, Amanda Aparecida, Rotenberg Lúcia, Fischer Frida Marina. Jornadas de trabalho na enfermagem: entre necessidades individuais e condições de trabalho. **Revista Saúde Pública**. 2011.45(6);1117-26. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n6/2314.pdf>. Acesso em: 20 maio 2017.

SILVA, Rodrigo Sinnott *et al.* Atividade física e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 15, n. 1, p. 115-120, 2010.