

Nível de atividade física no lazer dos professores de educação física do ensino básico

Leisure time physical activity level of primary and secondary school physical education teachers

Lúcio Kerber Canabarro¹
Marilda Borges Neutzling^{1,2}
Airton José Rombaldi¹

1- PPG Educação Física - Universidade Federal de Pelotas

2- Departamento de Medicina Social. Faculdade de Medicina. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS, Brasil

Resumo

Introdução: Estimar o nível de atividade física é importante para o planejamento de intervenções, no entanto há poucos trabalhos que investigam o comportamento de professores neste aspecto. **Objetivo:** verificar, através de um estudo transversal, o nível de atividade física no lazer dos professores de educação física do ensino básico que atuam na zona urbana da cidade de Pelotas - RS. **Método:** estudo de caráter censitário, que utilizou o IPAQ (International Physical Activity Questionnaire) longo para verificação do nível de atividade física no lazer destes profissionais. **Resultados:** 188 professores responderam o questionário, 61,3% do sexo feminino, 55,4% concluíram pós-graduação e 56,4% foram classificados como ativos no lazer. O nível de atividade física no lazer, na análise ajustada, apresentou associação inversa com tabagismo ($p=0,04$) e direta com autopercepção de saúde ($p=0,001$). **Conclusão:** os professores apresentaram um nível de atividade física no lazer superior aos encontrados na população de Pelotas e não demonstraram os mesmos fatores de risco para inatividade física que a população em geral.

Palavras-chave: Professores; Educação física, Atividade física no lazer

Abstract

Introduction: To estimate the level of physical activity is important for planning interventions, however there are few studies that investigate the teacher's behavior in this aspect. **Objective:** the aim of this study was to verify, through a cross-sectional study, the level of physical activity of primary school and high school physical education teachers working in the urban area of the city of Pelotas, southern Brazil. **Method:** a census study, using the IPAQ long to check the level of physical activity in the leisure of these professionals. **Results:** 188 teachers answered the questionnaire, 61.3% females, 55.4% completed post graduation studies and 56.4% were classified as active in leisure-time. The level of physical activity during leisure time, in the adjusted analysis, presented inverse association with smoking ($p=0.04$) and direct with health's self-perception ($p=0.001$). **Conclusion:** The teachers presented a level of leisure time physical activity considered higher than those found in the population of Pelotas and have not shown the same risk factors for physical inactivity when compared with the population in general.

Keywords: Teachers, Physical education, Leisure time physical activity

Endereço para Correspondência

Airton José Rombaldi
Rua Luis de Camões, 625 - Bairro Areal
Pelotas - RS
CEP 96055-630
e-mail: rombaldi@brtrubo.com.br

• Recebido: 21/5/2010
• Re-submissão: 17/07/2010
06/08/2010
• Aceito: 11/8/2010

INTRODUÇÃO

Grande número de evidências¹⁻⁵ tem demonstrado que baixos níveis de atividade física, o hábito de fumar e a má alimentação são comportamentos responsáveis por grande número de doenças, tais como obesidade, diabetes, hipertensão, infarto, e alguns tipos de câncer. Sabe-se também que o hábito de realizar atividades físicas regulares, por no mínimo cento e cinquenta minutos semanais em adultos, exerce um efeito protetor contra muitas destas enfermidades⁶.

O âmbito profissional parece também ser fator de risco para determinadas doenças. Profissionais da educação, em especial professores, parecem estar mais expostos a doenças relacionadas a problemas vocais, lesões por movimentos repetitivos, alergias e transtornos emocionais⁷⁻⁹. No Brasil, segundo dados do INEP, existem cerca de 1.542.879 professores atuando no ensino básico, cerca de 60 mil somente de educação física, sendo 5000 no estado do Rio Grande do Sul¹⁰, número expressivo que carece de estudos que possam nortear políticas específicas para melhora e/ou prevenção de doenças e agravos a saúde.

No que tange ao nível de atividade física dos professores que lecionam a disciplina de educação física os dados parecem ser mais escassos, pois parece haver uma espécie de senso comum que parte do pressuposto de que o professor de uma determinada disciplina é naturalmente mais ativo, o que os exclui de determinadas investigações^{7,8}. Entretanto, alguns trabalhos realizados na Europa com professores de educação física apresentaram níveis de atividade física superiores a seus colegas que ministram outras disciplinas como também a população em geral¹¹⁻¹³. Conhecer assim os níveis de atividade física e fatores e grupos de risco para o sedentarismo na população de professores brasileiros é uma necessidade a fim de viabilizar intervenções específicas e com mais chances de serem eficazes¹⁴.

Tendo em vista a pequena quantidade de artigos internacionais abordando o tema¹¹⁻¹³ e a inexistência de estudos nacionais de base populacional e conduzidos com instrumentos que possibilitem a comparação da prática de atividade física com o restante da população, o presente estudo tem como objetivo verificar, de forma transversal e com caráter censitário, o nível de atividade física no lazer dos professores de educação física do ensino básico da zona urbana da cidade de Pelotas, RS.

METODOLOGIA

Foi realizado um estudo observacional, de caráter transversal e cunho censitário. Foram contatadas todas as 112 escolas de ensino básico da zona urbana da cidade de Pelotas, RS, elegíveis para o estudo. Foi solicitado junto a Secretaria Municipal de Educação, responsável pelas escolas públicas municipais, e a 5ª Coordenadoria Regional de Educação, encarregada das escolas estaduais e particulares, uma autorização, devidamente protocolada para efetuar a pesquisa nas instituições de ensino. Juntamente com o pedido de autorização para efetuar a pesquisa, foi solicitada a relação de todas as escolas em funcionamento existentes na zona urbana do município, documento que serviu de base para nortear a coleta de dados.

O instrumento utilizado para avaliar o nível de atividade física foi o *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ), versão longa, composto por questões que abordam os domínios de lazer, deslocamento, atividades domésticas e trabalho. Para o presente estudo somente foi considerado o domínio

do lazer em uma semana habitual, na medida em que o nível de atividade física relatada nos ambientes do trabalho e doméstico parece ser superestimado¹⁵⁻¹⁷, e o domínio do lazer parece ser o mais lembrado^{18,19}. O escore foi calculado da seguinte forma: minutos por semana de caminhada + minutos por semana de atividade física moderada + (minutos por semana de atividade física vigorosa * 2)²⁰. Foram considerados ativos os professores que atingiram 150 minutos de atividade física semanal e insuficientemente ativos aqueles que ficaram abaixo deste valor. Dessa forma, o desfecho do presente estudo foi o nível suficiente de prática de atividade física no lazer. O nível sócio-econômico determinado segundo classificação da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa²¹. O peso e a altura foram autoreferidos.

Os questionários foram autoaplicados, sendo que 98,9% foram preenchidos no ambiente escolar. Excepcionalmente, o local de coleta foi outro ambiente de trabalho (academias) ou na residência do profissional. Foram considerados professores elegíveis todos os que estavam exercendo função docente no período de coleta de dados; profissionais que estavam trabalhando exclusivamente em funções administrativas, em desvio de função ou em licença de qualquer natureza foram excluídos. A informação do número de professores de educação física que trabalhavam na escola era fornecida pelo diretor(a) ou coordenador(a) pedagógico(a) e, em caso de dúvida, consultava-se o livro ponto. Foram consideradas recusas professores que expressaram verbalmente o desejo de não participar do estudo por duas vezes, com intervalo mínimo de uma semana. O período de coleta foi de junho a dezembro de 2009.

Contou-se com o apoio de nove acadêmicos (as) oriundos (as) dos cursos de nutrição e educação física da Universidade Federal de Pelotas, para o contato com os professores. Os acadêmicos passaram por treinamento de 12 horas. Esses auxiliares de pesquisa ajudavam na compreensão do questionário e auxiliavam em caso de dúvida sobre o preenchimento. Dez por cento dos sujeitos de pesquisa foram sorteados para o controle de qualidade o qual se deu através de contatos por telefone com os professores e por visitas as instituições escolares. Nas re-entrevistas foram aplicadas 15 questões pré-selecionadas de modo a verificar a consistência das respostas. No caso de inconsistência, as entrevistas seriam refeitas.

Todos os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, e a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas (ESEF/UFPel) com número de protocolo 032/2009.

O banco de dados foi construído no Epi-Info 6.0, sendo realizada dupla digitação de cada questionário a fim de verificar erros de digitação. Para a análise dos dados utilizou-se os programas SPSS versão 13.0 e Stata, versão 9.0. Foi feita uma análise descritiva dos sujeitos em termos do nível de atividade física no lazer e das variáveis socioeconômica, demográficas, comportamentais, de saúde e de trabalho. A análise bruta entre o desfecho e as variáveis independentes foi testada através de testes de qui-quadrado para diferença de proporção e qui-quadrado para tendência linear. A análise multivariável foi conduzida através de regressão de Poisson. Foram mantidas na análise todas aquelas variáveis que apresentaram valor $p \leq 0,2$ na análise bruta para controle de confusão. O nível de significância estabelecido foi de 5%. Na análise multivariável todas as variáveis foram colocadas ao mesmo tempo e a seguir realizou-se uma seleção para trás.

RESULTADOS

O número de professores de educação física atuando nas redes pública e privada do ensino básico na zona urbana da cidade Pelotas, RS era de 212. Destes, 188 responderam ao questionário, fato que representa uma taxa de respostas de 88,7%. A variável independente com maior número de valores ignorados foi "Jornada de trabalho semanal" com 18 indivíduos não informando suas cargas horárias semanais. No controle de qualidade não se detectou nenhuma inconsistência nas entrevistas.

Na tabela 1 verifica-se que a maioria dos indivíduos era do sexo feminino (61,7%), tinha entre 31 a 50 anos (70,3%), pertencia ao nível socioeconômico B (66,0%), nunca fumaram (78,5%), percebiam sua saúde como excelente e muito boa (62,6%) e estavam eutróficos (60,9%).

A maioria dos respondentes (97,3%), apresentava graduação concluída em educação física e 55,4% destes possuíam titulação de pós-graduação, dos quais 87,1% de especialização, 11,9% de mestrado e 1,0% de doutorado. A maioria dos professores apresentava até 15 anos de trabalho no ambiente escolar (61,7%), não exercia outra atividade remunerada (69,7%), exercia carga horária semanal total de até 40h (75,4%), trabalhava na rede pública de ensino (78%) e era ativo no lazer (56,4%) (tabela 2).

A análise bruta não mostrou associação significativa do desfecho (nível suficiente de atividade física no lazer) com as variáveis sexo, idade e nível socioeconômico, que se mantiveram sem significância na análise ajustada. As variáveis ta-

bagismo e autopercepção de saúde apresentaram associação significativa com o desfecho na análise bruta e se mantiveram significantes na análise ajustada ($p=0,04$; $p=0,001$, respectivamente). O IMC não apresentou qualquer relação com a prática de atividade física no lazer tanto na análise bruta como na ajustada (tabela 3).

Possuir pós-graduação, anos de serviço em escolas, ter emprego fora do ambiente escolar, a jornada de trabalho e a rede de ensino em que o professor atua não se associaram significativamente com o desfecho (tabela 4).

DISCUSSÃO

Um aspecto a ser destacado nesse estudo é seu caráter censitário e o baixo índice de perdas e recusas (11,3%). Por outro lado, é necessário considerar que as diferenças entre os métodos e instrumentos para avaliar nível de atividade física prejudicam a comparação com outros estudos.

O nível suficiente de atividade física no lazer foi encontrado em 56,4% dos professores de educação física. Essa frequência foi maior do que aquela verificada na população brasileira em geral (14,8%)²² e na população de Pelotas/RS, onde apenas 30,0% dos indivíduos eram ativos no lazer²³. Além disso, estudos internacionais têm concordado que o nível de atividade física entre professores de educação física é maior do que aquele observado em outros professores ou outros profissionais. Na Finlândia em 2007, Rintala et al. constataram que 30% das professoras de educação física, eram ativas no lazer comparado com apenas 10% das professoras de idiomas¹¹.

Tabela 1

Descrição da população de Professores de Educação Física da rede básica de ensino em Pelotas, RS - Brasil, segundo variáveis sócio-demográficas, comportamentais, nutricional e de saúde (n=188)

Variáveis	Total	
	n	%
Sexo		
Masculino	72	38,7
Feminino	114	61,3
Idade (anos)		
20-30	33	17,5
31-40	58	30,9
41-50	74	39,4
≥51	23	12,2
Nível socioeconômico		
A	59	31,4
B	124	66,0
C	5	2,6
Tabagismo		
Fumante	16	8,6
Ex-fumante	24	12,9
Nunca fumou	146	78,5
Autopercepção de saúde		
Excelente	35	18,7
Muito boa	82	43,9
Boa	62	33,2
Regular/Ruim	8	4,2
IMC (Kg/m ²)		
Eutrófico	112	60,9
Sobrepeso	58	31,5
Obesidade	14	7,6

Variáveis	Total	
	n	%
Graduado em Educação Física		
Sim	183	97,3
Não	5	2,7
Possui pós-graduação		
Sim	103	55,4
Não	83	44,6
Anos de serviço em escola (anos)		
Até 5	47	25,0
6-15	69	36,7
16-25	48	25,5
≥26	24	12,8
Trabalho exercido fora da escola		
Sim	57	30,3
Não	131	69,7
Jornada de trabalho semanal (horas)		
Até 20	42	24,6
21-30	17	9,9
30-40	70	40,9
≥41	42	24,6
Rede de ensino em que atua		
Pública		
Municipal	66	35,5
Estadual	30	16,1
Municipal e estadual	35	18,8
Federal	14	7,6
Particular	19	10,2
Particular e rede pública	22	11,8
Nível de atividade física no lazer		
Insuficientemente ativo	81	43,6
Ativo	105	56,4

Achados semelhantes foram relatados por Pihl et al. quando compararam professores de educação física com docentes de outras disciplinas da mesma idade na Estônia; os autores encontraram que 59,3% dos primeiros eram ativos no lazer contra 11,7% do grupo dos demais professores¹³. Entre profissionais de saúde das regiões nordeste e sul do Brasil o nível de atividade física foi de 72,5% de ativos¹⁴ e entre enfermeiras mexicanas 21%²⁴. É importante salientar, no entanto, que o desfecho de nosso estudo considerou apenas o domínio lazer, enquanto Siqueira e colaboradores¹⁴ verificaram todos os domínios da atividade física (lazer, deslocamento, afazeres domésticos e trabalho), o que dificulta a comparação dos resultados dada a reconhecida superestimativa de prática de atividade física relatada especialmente no domínio doméstico¹⁵⁻¹⁷.

No presente estudo o nível de atividade física foi maior entre indivíduos não fumantes e com melhor percepção sobre sua saúde. Resultados similares foram encontrados em outros estudos^{14,25}. Em educadores físicos da Croácia, 70% dos professores não fumavam; essa frequência era mais elevada que aquela verificada na população croata em geral²⁶. No estudo desenvolvido com profissionais de saúde nas regiões sul e nordeste do Brasil maiores níveis de atividade física foram encontrados entre indivíduos não fumantes e naqueles que consideravam sua saúde muito boa ou excelente¹⁴. No

mesmo sentido resultados de estudo populacional realizado em Pelotas, em 2003, com adultos²⁵ revelaram associação positiva entre melhores percepções de saúde e nível de atividade física. Ressalta-se ainda que apenas 8,6% dos professores do presente estudo eram fumantes, valor inferior a prevalência nacional da população em geral (23%)²⁷. Recentes estudos tem analisado e discutido o fato de que hábitos de vida saudáveis aparecem agregados^{28,29}, havendo indícios de que pessoas que ingerem mais frutas e verduras sejam mais ativas²⁹. Ao contrário, morbidades como a hipertensão, aparecerem associadas aos fatores de risco sobrepeso, inatividade física e avanço da idade, o que torna o incentivo a prática de atividade física ainda mais premente³⁰.

Observou-se no presente estudo que as variáveis sexo, idade, nível socioeconômico, IMC, formação acadêmica, jornada de trabalho e tempo de serviço, não estiveram associadas com o desfecho nível de atividade física no lazer. Nossos resultados, provavelmente em função do conhecimento profissional, contrariam estudos populacionais, os quais indicam que pertencer ao sexo masculino representa fator de proteção à inatividade física no lazer^{22,23,31}.

Com relação a idade, muitos autores^{22,23,25,30} mostram que o nível de atividade física parece declinar com o avanço da idade. No entanto estudo realizado na Estônia em 2002 com

Tabela 3

Associações das variáveis sócio-demográficas, comportamentais, nutricional e de saúde com nível de atividade física no lazer dos professores de Educação Física da rede básica de ensino de Pelotas, RS - Brasil (n=188)

Variáveis	Atividade física no lazer		Razões de Prevalência (IC _{95%})	Razões de Prevalência ajustadas (IC _{95%}) [#]	Valor p
	n	%			
Sexo					0,2*
Masculino	47	65,3	1,0	1,0	
Feminino	58	50,9	0,8 (0,6 - 1,0)	0,8 (0,6 - 1,1)	
Idade (anos)					0,4**
20-30	22	66,7	1,5 (0,9 - 2,5)	0,9 (0,5 - 1,6)	
31-40	31	53,5	1,2 (0,7 - 2,0)	1,0 (0,6 - 1,6)	
41-50	42	57,5	1,3 (0,8 - 2,1)	1,1 (0,7 - 1,8)	
≥51	10	45,5	1,0	1,0	
Nível socioeconômico					0,9*
A	31	53,5	1,0	1,0	
B/C	74	57,8	1,1 (0,8 - 1,4)	1,1 (0,9 - 1,5)	
Tabagismo					0,04*
Fumante	4	25,0	1,0	1,0	
Ex-fumante	13	56,5	2,3 (0,9 - 5,7)	2,3 (1,1 - 5,0)	
Nunca fumou	87	60,0	2,4 (1,0 - 5,8)	2,3 (1,0 - 5,0)	
Autopercepção de saúde					0,001**
Excelente	26	76,4	3,1 (0,9 - 10,0)	3,0 (0,9 - 10,0)	
Muito boa	50	60,1	2,4 (0,7 - 8,2)	2,5 (0,8 - 8,2)	
Boa	26	42,6	1,7 (0,5 - 5,9)	1,8 (0,5 - 5,9)	
Regular/Ruim	2	25,0	1,0	1,0	
IMC (Kg/m ²)					0,6*
Eutrófico	64	57,1	1,0	1,0	
Sobrepeso	35	61,4	1,1 (0,8 - 1,4)	1,0 (0,8 - 1,3)	
Obesidade	4	28,6	0,5 (0,2 - 1,2)	0,7 (0,3 - 1,7)	

* Teste do qui-quadrado para heterogeneidade

** Teste de Wald para tendência linear

[#] Todas as variáveis foram ajustadas entre si.

professores de educação física com idade entre 51 e 72 anos comparados a professores de outras disciplinas da mesma faixa etária mostrou que os primeiros são significativamente mais ativos no lazer, independente da idade¹³. Uma possível explicação para a ausência de associação entre idade dos professores e nível de atividade física no presente estudo poderia ser o conhecimento sobre os benefícios para a saúde e a afinidade com a prática regular de atividade física.

No que se refere ao nível socioeconômico verificou-se que a grande maioria (97,4%) dos docentes, segundo a ABEP, pertenciam as classes A e B. Essa homogeneidade de classificação pode ter contribuído para a ausência de associação entre as variáveis e o desfecho. Importante destacar, no entanto, que o fato de grande parte dos professores pertencerem as classes A e B pode também ter contribuído para o maior nível de atividade física no lazer do que a população em geral. Outros estudos revelam que indivíduos com maior nível socioeconômico são mais ativos no lazer^{22,23}. Autores que analisaram as barreiras para a prática de atividades físicas, verificaram que a falta de dinheiro é uma das barreiras mais fortes à prática de atividade física no lazer, o que também auxilia no entendimento da relação entre essas variáveis^{28,32}.

No que diz respeito a variável estado nutricional (IMC), embora não sido encontrada associação significativa entre

IMC e nível de atividade física é importante salientar que as prevalências de excesso peso (39,1%) encontradas no presente estudo eram bem inferiores aquelas verificadas na população em geral 51,3%³². Esses resultados sugerem que os profissionais de educação física, por serem mais ativos no lazer que a população em geral, seriam também mais eutróficos. Essa menor prevalência de sobrepeso entre os professores de educação física foi observada também em um outro estudo realizado na Suécia em 2000¹².

A hipótese de que professores com jornadas de trabalho maiores e mais tempo de serviço seriam mais sedentários não foram comprovadas, haja vista que a análise ajustada revelou valores p de 0,7 e 0,5, respectivamente. Resultados semelhantes foram encontrados por Both et al.³³ com professores de educação física do estado de Santa Catarina, onde a jornada de trabalho e o tempo de serviço não apresentaram associação significativa com a prática de atividades físicas. Por outro lado, Lemos³⁴ em estudo realizado com professores de educação física da rede estadual de ensino do Rio Grande do Sul, verificou que profissionais com jornadas de trabalho de 40 horas ou mais relatavam melhores hábitos quanto a prática de atividades físicas. Cabe destacar, no entanto que o instrumento utilizado nesse estudo verificou qualidade de vida como um todo, distinto do empregado na presente pesquisa^{12,32}. No

Variáveis	Atividade física no lazer		Razões de Prevalência (IC _{95%})	Razões de Prevalência ajustadas (IC _{95%}) [#]	Valor p
	n	%			
Possui pós-graduação					0,4*
Sim	53	52,0	1,0	1,0	
Não	51	62,2	1,2 (0,9 - 1,5)	1,1 (0,9 - 1,4)	
Anos de serviço em escola (anos)					0,5**
Até 5	28	59,6	1,0	1,0	
6-15	41	59,4	1,0 (0,7 - 1,4)	1,2 (0,8 - 1,7)	
16-25	29	61,7	1,0 (0,7 - 1,4)	1,2 (0,7 - 1,9)	
≥ 26	7	30,4	0,5 (0,3 - 1,0)	0,6 (0,3 - 1,5)	
Trabalho exercido fora da escola					0,1*
Sim	39	68,4	0,7 (0,6 - 1,0)	0,8 (0,7 - 1,1)	
Não	66	51,2	1,0	1,0	
Jornada de trabalho semanal (horas)					0,7**
Até 20	26	61,9	1,2 (0,8 - 1,7)	0,9 (0,6 - 1,4)	
21-30	12	70,6	1,3 (0,8 - 2,0)	1,2 (0,8 - 1,8)	
31-40	41	58,6	1,1 (0,8 - 1,5)	1,0 (0,7 - 1,4)	
≥41	22	52,4	1,0	1,0	
Rede de ensino em que atua					0,9**
Pública					
Municipal	39	60,9	1,0	1,0	
Estadual	17	56,7	0,9 (0,6 - 1,3)	1,1 (0,7 - 1,5)	
Municipal e estadual	15	42,9	0,7 (0,5 - 1,1)	0,9 (0,5 - 1,3)	
Federal	8	57,1	0,9 (0,6 - 1,5)	0,7 (0,4 - 1,3)	
Particular	12	63,2	1,0 (0,7 - 1,5)	1,0 (0,7 - 1,4)	
Particular e Pública	13	59,1	1,0 (0,6 - 1,4)	1,0 (0,7 - 1,6)	

* Teste do qui-quadrado para heterogeneidade

** Teste de Wald para tendência linear

Todas as variáveis foram ajustadas entre si.

mesmo sentido Siqueira e colaboradores verificaram que profissionais com jornadas de até 20 horas nos postos de saúde eram mais ativos¹⁴.

Conclui-se que os professores de educação física da zona urbana da cidade de Pelotas, apresentam níveis de atividade física no lazer superiores, tanto a população brasileira das capitais como aos habitantes da cidade de Pelotas/RS, o que provavelmente se deve a natureza de sua ocupação.

Finalmente, é importante considerar que embora mais da metade dos docentes entrevistados faça atividade física regularmente no lazer (achado importante uma vez que é o dobro da frequência encontrada na população em geral), considerável parcela dos professores ainda é inativa no lazer. Estudos posteriores são necessários para compreender mais detalhadamente o comportamento dessa categoria profissional com o objetivo de se incentivar, através de políticas públicas, o aumento da prevalência de atividade física suficiente no lazer entre professores de educação física.

Contribuição dos Autores

Lúcio Kerber Canabarro e Airton José Rombaldi realiza-

ram a revisão de literatura, conduziram as análises, confecção das tabelas, interpretação, escrita dos resultados e discussão. Marilda Borges Neutzling supervisionou o trabalho de campo e ajudou na escrita do artigo, em todas as fases.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Eyre H, Kahn R, Robertson RM, et al. Preventing cancer, cardiovascular disease, and diabetes: a common agenda for the American Cancer Society, the American Diabetes Association, and the American Heart Association. *Circulation*. 2004;109(25):3244-55.
2. Bassuk SS, Manson JE. Epidemiological evidence for the role of physical activity in reducing risk of type 2 diabetes and cardiovascular disease. *J Appl Physiol*. 2005;99(3):1193-204.
3. Sofi F, Capalbo A, Cesari F, Abbate R, Gensini GF. Physical activity during leisure time and primary prevention of coronary heart disease: an updated meta-analysis of cohort studies. *Eur J Cardiovasc Prev Rehabil*. 2008;15(3):247-57.
4. Hackshaw AK, Law MR, Wald NJ. The accumulated evidence on lung cancer and environmental tobacco smoke. *BMJ*. 1997;315(7114):980-8.
5. Critchley JA, Unal B. Health effects associated with smokeless tobacco: a systematic review. *Thorax*. 2003;58(5):435-43.
6. Haskell WL, Lee IM, Pate RR, et al. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Med Sci Sports Exerc*. 2007;39(8):1423-34.
7. Delcor NS, Araujo TM, Reis EJ, et al. Labor and health conditions of private

- school teachers in Vitória da Conquista, Bahia, Brazil. *Cad Saude Publica*. 2004;20(1):187-96.
8. Gasparin SM. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2006;22(12):2679 - 91.
 9. Porto LAR, Costa I, Moura J, et al. Doenças ocupacionais em professores atendidos pelo centro de estudos da saúde do trabalhador. *Rev Baiana Saude Publica*. 2004;28(1)33 - 49.
 10. MEC. Censo dos profissionais do magistério da educação básica, 2003. 2006.
 11. Rintala P, Pukkala E, Laara E, Vihko V. Physical activity and breast cancer risk among female physical education and language teachers: a 34-year follow-up. *Int J Cancer*. 2003;107(2):268-70.
 12. Sandmark H. Musculoskeletal dysfunction in physical education teachers. *Occup Environ Med*. 2000;57(10):673-7.
 13. Pihl E, Matsin T, Jurimae T. Physical activity, musculoskeletal disorders and cardiovascular risk factors in male physical education teachers. *J Sports Med Phys Fitness*. 2002;42(4):466-71.
 14. Siqueira FC, Nahas MV, Facchini LA, et al. **Physical activity among health professionals from south and northeast Brazil.** *Cad Saude Publica*. 2009;25(9):1917-28.
 15. Lawlor DA, Taylor M, Bedford C, Ebrahim S. Is housework good for health? Levels of physical activity and factors associated with activity in elderly women. Results from the British Women's Heart and Health Study. *J Epidemiol Community Health*. 2002;56(6):473-8.
 16. Stamatakis E, Hamer M, Lawlor DA. Physical activity, mortality, and cardiovascular disease: is domestic physical activity beneficial? The Scottish Health Survey -- 1995, 1998, and 2003. *Am J Epidemiol*. 2009;169(10):1191-200.
 17. Stamatakis E, Hillsdon M, Primatesta P. Domestic physical activity in relationship to multiple CVD risk factors. *Am J Prev Med*. 2007;32(4):320-7.
 18. Teychenne M, Ball K, Salmon J. Associations between physical activity and depressive symptoms in women. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2008;5:27.
 19. Timperio A, Salmon J, Crawford D. Validity and reliability of a physical activity recall instrument among overweight and non-overweight men and women. *J Sci Med Sport*. 2003;6(4):477-91.
 20. US Department of Health and Human Services. 2008 Physical Activity Guidelines for Americans. Disponível em: <http://www.health.gov/paguidelines/pdf/paguide.pdf>. Acessado em 29 de setembro de 2009.
 21. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de classificação econômica Brasil - 2009. <http://www.abep.org/novo/CMS/Utils/FileGenerate.ashx?id=46>.
 22. Florindo AA, Hallal PC, de Moura EC, Malta DC. Practice of physical activities and associated factors in adults, Brazil, 2006. *Rev Saude Publica*. 2009;43 Suppl 2:65-73.
 23. Dias-da-Costa JS, Hallal PC, Wells JC, et al. **Epidemiology of leisure-time physical activity: a population-based study in southern Brazil.** *Cad Saude Publica*. 2005;21(1):275-82.
 24. Venegas OU, Llerenas TC, Aguayo GA, et al. Physical activity and inactivity among female health service workers. *Ginecol Obstet Mex*. 2006;74(9):471-5.
 25. Hallal PC, Victora CG, Wells JC, Lima RC. Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc*. 2003;35(11):1894-900.
 26. Misigoj-Durakovic M, Durakovic Z, Ruzic L, Findak V. Gender differences in cardiovascular diseases risk for physical education teachers. *Coll Antropol* 2004;28(suppl 2):251-7.
 27. Azevedo e Silva G, Valente JG, de Almeida LM, de Moura EC, Malta DC. Tobacco smoking and level of education in Brazil, 2006. *Rev Saude Publica*. 2009;43 Suppl 2:48-56.
 28. Reichert FF, Barros AJ, Domingues MR, Hallal PC. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *Am J Public Health*. 2007;97(3):515-9.
 29. Neutzling MB, Rombaldi AJ, Azevedo MR, Hallal PC. Factors associated with fruit and vegetable intake among adults in a southern Brazilian city. *Cad Saude Publica*. 2009;25(11):2365-74.
 30. Capilheira MF, Santos IS, Azevedo MR, et al. **Risk factors for chronic non-communicable diseases and the CARMEN initiative: a population based study in the south of Brazil.** *Cad Saude Publica*. 2008;24 (12):2767-74
 31. Pitanga FJ, Lessa I. Prevalence and variables associated with leisure-time sedentary lifestyle in adults. *Cad Saude Publica*. 2005;21 (3):870-7.
 32. Peixoto M, Benicio MJ. The relationship between body mass index and lifestyle in a Brazilian adult population: a cross-sectional survey. *Cad Saude Publica*. 2007 23 (11) 2694 -704.
 33. Both J, Nascimento J, Borgatto A. Percepção da qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida dos docentes de educação física no estado de Santa Catarina. *Rev Edu Fis/UEM*. 2008;19(3):377-89.
 34. Lemos C. Qualidade de vida na carreira profissional de professores de educação física do magistério público estadual/RS. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; Dissertação de mestrado, 2007.