



Trabalho de Conclusão do
Curso de Educação Física

Licenciatura



FADIGA E PERCEÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DE FUTUROS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Maria Eliza Martins Ferreira¹
Orientador: Ademir Schmidt²

Resumo - Objetivo: Identificar o nível de fadiga e percepção de qualidade de vida de futuros professores de educação física e verificar se existe diferença entre os sexos. **Método:** Pesquisa transversal descritiva, realizada com 90 estudantes (43 do sexo feminino e 47 do sexo masculino), com mediana de idade de 22,3 (20,8-25,7) anos. O nível de fadiga foi estimado através do Questionário de Escala de Fadiga de Piper e a avaliação subjetiva da qualidade de vida por meio do WHOQOL-Bref. **Resultados:** Os domínios da fadiga comportamental e afetiva foram classificados com maior prevalência no nível médio. O domínio psicológico apresentou maior porcentagem de fadiga no nível severo. Quando comparados os grupos masculino e feminino, não se registrou diferença significativa nos domínios entre os grupos. A avaliação da percepção de qualidade de vida mostrou diferença significativa nos domínios físico e psicológico para o grupo masculino. **Conclusões:** Os futuros professores de educação física apresentam maior prevalência de fadiga classificada no nível médio, contudo, sem diferença estatística entre os grupos. Os domínios físico e de relações sociais da qualidade de vida apresentaram escala média superior aos domínios psicológico e de meio ambiente, sendo constatada diferença significativa entre os grupos para os domínios físico e psicológico.

Palavras-chave: Educação Física. Fadiga. Professores. Qualidade de vida.

Abstract - Objective: To identify the level of fatigue and perception of quality of life of future physical education teachers and verify whether there is a difference between the sexes. **Method:** Descriptive cross-sectional research, carried out with 90 students (43 females and 47 males), with a median age of 22.3 (20.8-25.7) years. The level of fatigue was estimated using the Piper Fatigue Scale Questionnaire and the subjective assessment of quality of life using the WHOQOL-Bref. **Results:** The domains of behavioral and affective fatigue were classified with higher prevalence at the medium level. The psychological domain showed a higher percentage of fatigue at the severe level. When comparing the male and female groups, there was no significant difference in the domains between the groups. The evaluation of the perception of quality of life showed a significant difference in the physical and psychological domains for the male group. **Conclusions:** Future physical education teachers have a higher prevalence of fatigue classified at the medium level, however, with no statistical difference between the groups. The physical and social relationship domains of quality of life presented a higher average scale than the psychological and environmental domains, with a significant difference being found between the groups for the physical and psychological domains.

Keywords: Physical Education. Fatigue. Teachers. Quality of life.

Submissão: 06/11/2023 **Aprovação:** 14/12/2023

¹Discente do curso de Licenciatura em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

² Docente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Mestre e Doutor em Educação Física (ademir@pucgoias.edu.br)

1 INTRODUÇÃO

A formação em educação física contempla um processo teórico e prático que interfere na formação desse profissional. Tendo em vista que a qualidade de vida deste pode estar intimamente associada a adesão ou não da prática de atividades aplicada pelo próprio professor e das próprias exigências do trabalho. Diante disso, Freudenberger (1974 *apud* Santini; Molina Neto, 2005) relata que os profissionais que têm como função de cuidar ou um trabalho direto com outras pessoas, tal qual o do professor, estão sujeitos a síndrome do esgotamento profissional que é decorrente de desânimo, apatia e despersonalização, prejudicando a percepção de qualidade de vida do profissional.

Como processo pedagógico a educação física tem um desenvolvimento integral, o qual permite ao sujeito construir a autonomia e a reflexão crítica diante a sociedade (Metzner, 2017 *apud* Montiel *et al.*, 2021), sendo essa uma singularidade para que o próprio profissional tenha uma percepção de cuidar de si.

Assim, Barros *et al.* (2020) discorrem que a teoria e prática são um norteador do processo de ensino-aprendizagem, envolvendo a relação professor-aluno e professor-conhecimento, os referindo como aspectos inseparáveis. Logo, laochite *et al.*, (2018) discorrem acerca da cobrança do profissional de educação física ter um perfil físico considerado como papel relevante para a proposta de trabalho oferecido. Além disso, um dos papéis do profissional de educação física dentro do âmbito escolar é promover aos alunos o conhecimento sobre a saúde e não apenas oferecer uma abordagem técnica de diferentes modalidades (Ferreira, 2013).

Em vista disso, evidencia-se que as características da docência de preparar aula, realizar correções, ou seja, a rotina de trabalho que envolve o antes, o durante e o pós-turno, são fatores que podem interferir nos níveis de fadiga e na percepção da qualidade de vida. Por meio disso, salienta-se que o professor está inserido num contexto no qual também está sujeito a riscos psicossociais, provocados pela organização escolar, causando esgotamento mental pelo fato de não haver uma linearidade na rotina (Pereira *et al.*, 2013).

O Consenso Brasileiro de Fadiga (CBF, 2010) relata que a fadiga pode se caracterizar como uma sensação subjetiva decorrente de cansaço, exaustão física, emocional e/ou cognitiva que aparentam serem desproporcionais as atividades de vida diária. Por outro lado, o Nahas (2017) adverte que a qualidade de vida se destaca como a forma que o indivíduo vê a sua inserção e a sociedade no seu derredor e como a cultura, bem-estar, relações sociais, poder aquisitivo, dentre outros.

Assim, Silva e Fisher (2020) retratam que a percepção de saúde pode ser influenciada pelas interferências da vida no trabalho e por fatores etiológicos considerados multiformes. Diante disso, Pereira *et al.* (2000 *apud* Silva; Nunez, 2009), apontam que a prática docente em ambientes com a presença de barulhos, faz com que os professores aumentem o volume de suas vozes devido à concorrência sonora e à necessidade de se destacar em meio ao ruído ambiente, desse modo, afetando a sua qualidade de vida de forma física. Nesse contexto, torna-se claro que há uma conexão significativa entre saúde, trabalho e qualidade de vida.

Desse modo a Escala de Fadiga de Piper (1998) classifica a fadiga em três diferentes níveis de escores, leve, moderada e intensa, onde cada escore representa uma singularidade da percepção da fadiga (Bahia, 2013). Ademais, se

classificando a fadiga em primária e secundária de maneira respectiva, a primeira desrespeita a fadiga de fato, a qual não necessita de outros fatores correlacionados. Já a secundária está intimamente associada a morbidades ou tratamento delas (CBF, 2010).

Por outro lado, a percepção de qualidade de vida pode ser detectada por um questionário como o proposto na WHOQOL-Bref, que é composto por um total de 26 perguntas, abrangendo quatro áreas temáticas: física, psicológica, relações sociais e meio ambiente (Fleck, 2000).

Desse modo, a fadiga e a percepção de qualidade de vida são decorrentes de diferentes fatores, logo, quanto ao futuro professor de educação física, Claumann *et al.* (2017), partem do princípio de que existe uma conexão intrínseca entre o curso de educação física e a qualidade de vida, pois consiste numa área na qual o professor atua não só com a prevenção de doenças, mas também com a promoção da saúde. Em suma, tornando-se o foco desse trabalho na fadiga primária, não desconsiderando o fato de a fadiga do professor de educação física também estar atrelada a uma doença, mas sendo analisado o autocuidado e a sua percepção de qualidade de vida.

Diante a esse processo na rotina, com a carga horária de trabalho a busca de ter saúde e oferecer saúde para os alunos, o trabalho dentro e fora da instituição escolar, se questiona: Qual é o nível de fadiga e a percepção de qualidade de vida de futuros professores de educação física? Existe diferença entre os futuros professores do sexo masculino e feminino?

Logo, o objetivo geral do estudo foi identificar o nível de fadiga e a percepção de qualidade de vida de futuros professores de educação física, bem como verificar se existe diferença entre o sexo masculino e feminino.

2 METODOLOGIA

O estudo se enquadra na linha de pesquisa em Ciências do Esporte e da Saúde, pois o trabalho objetiva analisar e relacionar o perfil de saúde com enfoque na fadiga e na percepção de qualidade de vida de futuros professores de educação física (NEPEF, 2014).

A pesquisa se classifica como transversal descritiva que, de acordo com Mattos, Rossetto Júnior e Rabinovich (2017), é definida pela observação, registro, análise e entrega de variáveis sem intervenção direta, com o objetivo de determinar, com a maior precisão possível, a frequência de ocorrência de um fenômeno, sua relação com outros fatores, bem como sua natureza e características.

Este estudo está vinculado ao projeto de pesquisa intitulado “Influência do curso de graduação em educação física da PUC Goiás no perfil de saúde de alunos, professores, colaboradores e comunidade atendida no Campus II”, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob o parecer de número 4.492.311 e CAAE 39642520.2.0000.0037.

A amostra foi constituída por 90 estudantes voluntários do curso de educação física, sendo 43 do sexo feminino e 47 do masculino, com mediana de idade de 22,3 (20,8-25,7) anos.

Os estudantes voluntários foram convidados a participar do estudo, aqueles que aceitaram o fizeram mediante concordância no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), disponibilizado eletronicamente.

Após a concordância em participar do estudo, os voluntários foram submetidos à avaliação do nível de fadiga e da percepção da qualidade de vida.

Para avaliar o nível de fadiga foi disponibilizado por meio de formulário eletrônico o Questionário de Escala de Fadiga de Piper *et al.* (1998), o qual é composto por 22 itens subdivididos em quatro diferentes dimensões subjetivas: afetivo, sensorial, cognitivo e comportamental. Nesse instrumento, os escores podem variar de 0 (zero) à 10 (dez), onde: 0 – representa ausência de fadiga; 1 a 3 – nível médio de fadiga; 4 a 6 – níveis moderados de fadiga; 7 a 10 – níveis severos de fadiga. Ainda possui cinco questões abertas, que não são usadas para cálculo do escore do instrumento, mas são dados para investigação adicional. O presente estudo não utilizou os dados das questões abertas. O escore total foi calculado pela média de todos os itens do questionário e os escores das dimensões separadas foram calculados pela média dos itens contidos em cada dimensão (Cantarero-Villanueva *et al.*, 2013; Mota; Pimenta; Piper, 2009; Piper *et al.*, 1998).

A avaliação subjetiva da qualidade de vida foi realizada por meio do WHOQOL-Bref, preenchido por meio de formulário eletrônico. O WHOQOL-Bref é um instrumento de avaliação da qualidade de vida desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), adaptado e validado no Brasil por Fleck *et al.* (2000). O instrumento é constituído de 26 perguntas (sendo as perguntas número 1 e 2 sobre a autopercepção do entrevistado de sua qualidade de vida). As respostas seguem uma escala de *Likert* (de 1 a 5, quanto maior a pontuação melhor a qualidade de vida). As demais 24 questões são subdivididas em quatro dimensões: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente (Fleck *et al.*, 2000).

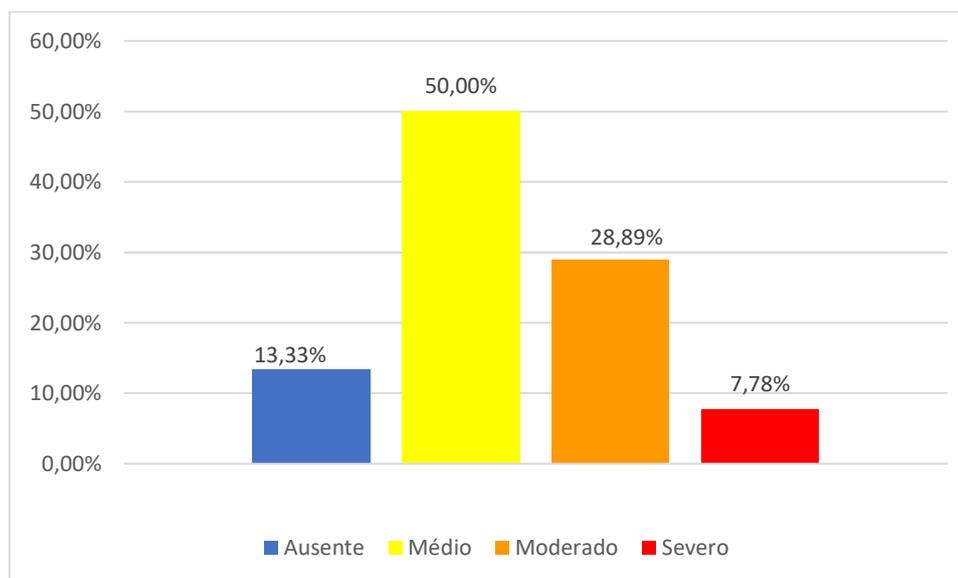
Os dados coletados foram organizados por meio da planilha eletrônica Excel e tabulados de acordo com os preceitos estabelecidos na Escala de Fadiga de Piper e WHOQOL-Bref. As análises estatísticas foram realizadas no *software Stata* (versão 12.0). A análise da distribuição da normalidade das variáveis quantitativas foi realizada através do teste *Kolmogorov-Smirnov*. A comparação entre os grupos foi realizada por meio dos testes Qui-quadrado de *Pearson* e/ou Exato de *Fisher* (variáveis categóricas) e Teste *t* de *Student* (variáveis com distribuição normal), sendo considerado o nível de significância $p < 0,05$.

3 RESULTADOS

Dos 90 futuros professores de educação física pesquisados, verificou-se que 6,7% são casados, 11,2% têm filhos, 2,2% são divorciados, 91,1% são solteiros, 82,2% não fumam e 52,2% consomem bebida alcoólica. Além disso, trabalham em média $6,4 \pm 2,4$ horas por dia e dormem em média $6,7 \pm 1,1$ horas por dia.

Em relação a fadiga geral (figura 1) a escala resultou em 13,33% de ausência de fadiga, 50% apresentam fadiga nível médio, 28,89% fadiga moderada e 7,78% nível de fadiga classificado como severa.

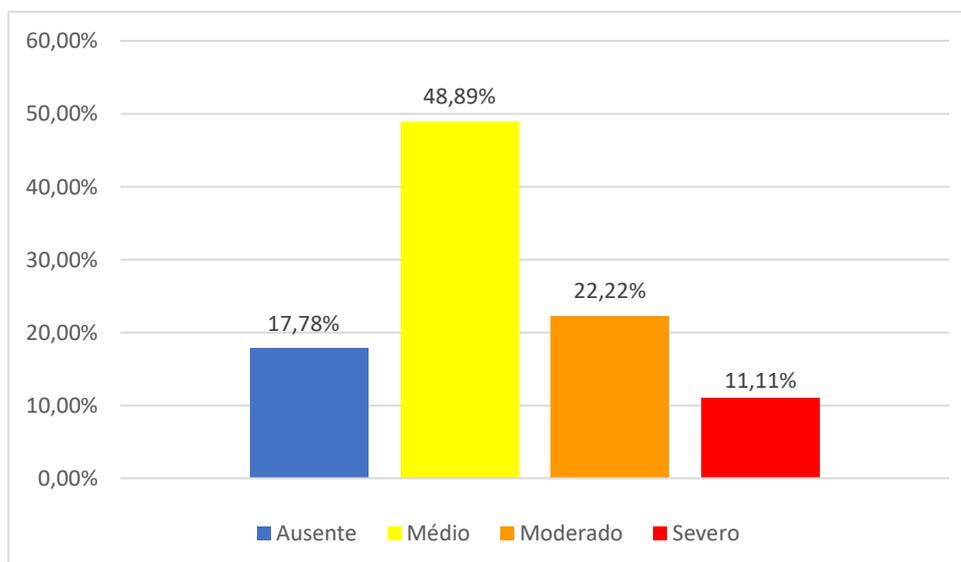
Figura 1 - Classificação geral da escala de fadiga



Fonte: Própria autora (2023)

Quanto ao domínio comportamental da fadiga (figura 2), a grande maioria foi classificada no nível médio (48,89%), 22,22% no moderado, 17,78% não apresentaram fadiga, ao passo que 11,11% foram classificados no nível severo de fadiga.

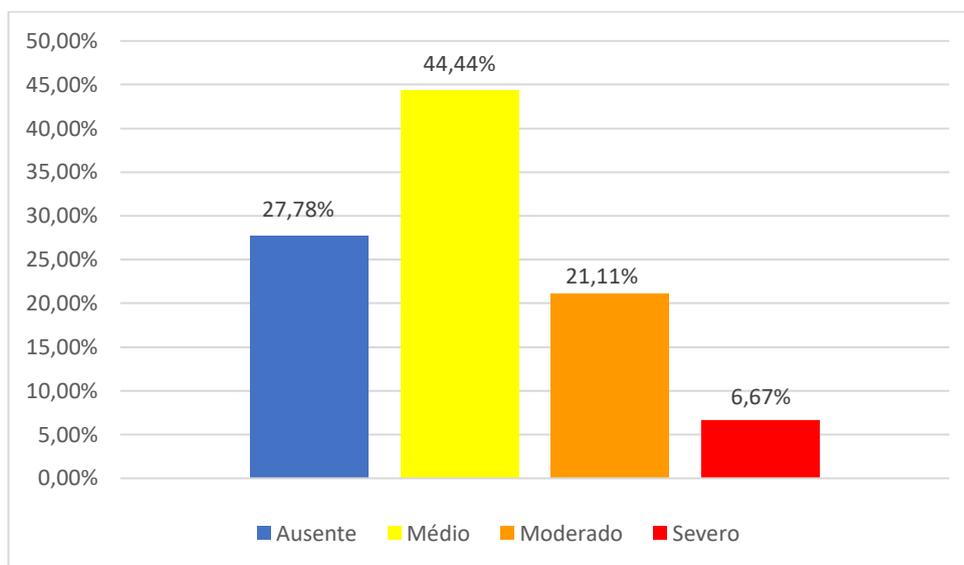
Figura 2 – Classificação do domínio comportamental da escala de fadiga



Fonte: Própria autora (2023)

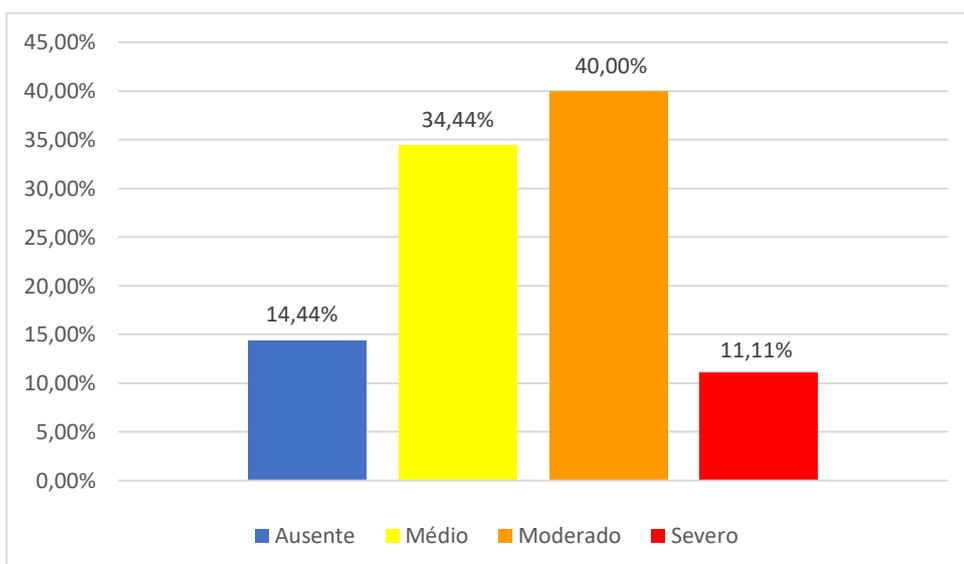
Quanto ao domínio afetivo (figura 3), o maior percentual também se classificou como médio (44,44%), seguido daqueles que não apresentaram fadiga (27,78%), sendo que 21,11% e 6,67% dos futuros professores apresentaram níveis moderado e severo de fadiga afetiva, respectivamente.

Figura 3 - Classificação do domínio afetivo da escala de fadiga



Fonte: Própria autora (2023)

Figura 4 - Classificação do domínio sensorial/psicológico da escala de fadiga



Fonte: Própria autora (2023)

Já para a classificação sensorial/psicológica, a maior prevalência se registrou no nível moderado de fadiga (40%), seguido do nível médio com 34,44%. Dos futuros professores de educação física, 14,44% não apresentou fadiga neste domínio, ao passo que 11,11% se classificaram no nível considerado severo.

Quando comparados os diferentes domínios da escala de fadiga entre os futuros professores de educação física do sexo masculino e feminino (tabela 1), não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Tabela 1 - Comparação da classificação da Escala de Fadiga entre os futuros professores do sexo masculino e feminino

Dimensões	Sexo	Ausência	Médio	Moderado	Severo	p
Geral	Feminino	16,28%	39,53%	34,88%	9,30%	0,314
	Masculino	10,64%	59,57%	23,40%	6,38%	
Comportamental	Feminino	23,26%	37,21%	25,58%	13,95%	0,194
	Masculino	12,77%	59,57%	19,15%	8,51%	
Afetiva	Feminino	34,88%	39,53%	18,60%	6,98%	0,538
	Masculino	21,28%	48,94%	23,40%	6,38%	
Sensorial/Psicológica	Feminino	16,28%	23,26%	48,84%	11,63%	0,180
	Masculino	12,77%	44,68%	31,91%	10,64%	

Legenda: Téc./Adm.: Funcionário técnico-Administrativo; p: Exato de Fisher.

Fonte: Própria autora (2023)

Em relação a percepção da qualidade de vida (tabela 2), observou-se que os futuros professores de educação física avaliam bem sua qualidade de vida, apresentando escores médios na escala variando de 3,4 a 3,9 para os quatro domínios do instrumento da WHOQOL-Bref. Quando comparados os grupos masculino e feminino, registrou-se diferença estatisticamente significativa na escala para os domínios físico ($p=0,0328$) e psicológico ($p=0,0034$), tendo o grupo masculino apresentado escores superiores em ambos.

Tabela 2 - Comparação da estimativa e classificação da percepção da qualidade de vida entre os futuros professores do sexo masculino e feminino

Dimensões	Geral	Feminino	Masculino	p
	Média ± SD	Média ± SD	Média ± SD	
Domínio físico	3,9 ± 0,6	3,7 ± 0,6	3,9 ± 0,4	0,0328*
Domínio psicológico	3,6 ± 0,6	3,3 ± 0,6	3,7 ± 0,6	0,0034*
D. Relações sociais	3,9 ± 0,7	3,8 ± 0,6	3,8 ± 0,7	0,8168
D. Meio Ambiente	3,4 ± 0,5	3,3 ± 0,5	3,4 ± 0,4	0,4330

Legenda: Teste *t Student* - $p < 0,05$.

Fonte: Própria autora (2023)

4 DISCUSSÃO

O estudo teve como intuito de identificar o nível de fadiga e a percepção de qualidade de vida de futuros professores de educação física, assim como, verificar se existe diferença ou não entre os sexos.

Na classificação da escala de fadiga, percebeu-se que não houve diferença significativa entre os sexos para nenhuma das quatro dimensões avaliadas pela escala. Na classificação geral, o escore médio se sobressai em ambos os sexos, sendo 39,53% para o feminino e 59,57% para o masculino. No entanto, 34,88% das futuras professoras apresentaram classificação no nível moderado. Esses achados corroboram com alguns estudos os quais enfatizam que os agentes estressores predominam no sexo feminino, considerando o acúmulo de atividades dentro e fora de casa, além do ambiente de trabalho e ou estudo (Silva, 2014).

No caso de indivíduos com doenças crônicas, a fadiga se apresenta de maneira diferente da fadiga diária, onde este tipo se apresenta como um sintoma complexo provocado por condições físicas e psicológicas preexistentes (Fernandes; Lima, 2011). De maneira geral, inclusive nas doenças crônicas, a fadiga é um sintoma comumente angustiante (Rhodes *et al.*, 1988 *apud* Fernandes; Lima, 2011).

No que diz respeito à dimensão comportamental da escala de fadiga, tanto o grupo masculino quanto o feminino se destacam com o escore médio, domínio esse associado a comportamentos de riscos para o profissional de educação física. Contudo, Porto *et al.* (2021), enfatizam o comportamento vocal desse profissional, uma vez que o mesmo está inserido num contexto de constante esforço do uso da voz, contribuindo para um estresse na capacidade funcional desta.

A afetividade, para Mosquera e Stobäus (2009 *apud* Morostica, 2015) é uma expressão de sentimentos que reflete as relações entre as pessoas e é necessária para as relações da educação. Segundo os autores, a educação é um processo caracterizado pelas relações interpessoais, e cada relação interpessoal é permeada por fenômenos emocionais e afetivos dos quais resulta e tem efeitos sobre o estresse ou a depressão. Diante dessa perspectiva, na dimensão afetiva da escala, o escore médio também foi maior. Já na dimensão sensorial/psicológica, o escore moderado se destacou o grupo feminino dos futuros professores, com 48,84%, e o médio para o masculino com 44,68%.

Rocha (2016), cita que os professores de educação física manifestam algum nível de estresse, enquanto 55% não manifestam. Considerando essa informação, ao somar a fadiga geral do presente estudo entre os sexos, totalizou 26,92% para ausência de fadiga e os que se consideram fadigados se dividem em médio, moderado e severo, sendo a fadiga média destacada com as maiores prevalências para ambos os sexos. E pelo fato de o estresse ser um fator contribuinte na avaliação da percepção de fadiga, verifica-se que essa autoanálise contribui na qualidade de vida dos futuros professores de educação física.

Em suma, o conjunto dos componentes de fadiga comportamental, afetiva e psicológica da escala *likert* verificada no presente estudo, se aproxima das causas da síndrome apresentada no estudo de Silva (2014), o qual evidencia a perspectiva da síndrome de *burnout* em professores, diagnóstico esse decorrente a fatores etiológicos assim como, falta de autocontrole, recompensas insuficientes, sobrecarga de trabalho, conflito de valores e dentre outros.

Ademais, todos os fatores contribuintes somados podem levar o professor à exaustão profissional, sensação de fracasso e esgotamento, que são algumas causas de pessoas que sofrem com a síndrome de *burnout*, que acontece quando o indivíduo é consumido emocional e fisicamente pelo seu trabalho e não encontra forças para combater os estressores presentes no seu cotidiano laboral (Codo, 1999 *apud* Gonçalves; Rosseto Júnior, 2013).

Em relação a estimativa da percepção de qualidade de vida, enfatiza-se que o domínio físico se refere a aspectos da saúde orgânica, levantando informações sobre dor e desconforto, energia e fadiga, mobilidade e necessidade de assistência médica. Já o domínio psicológico diz respeito a aspectos positivos, como a memória, concentração, autoestima, imagem corporal e aparência. O domínio social investiga as relações interpessoais e redes de apoio social e o domínio ambiental trata de questões relativas à segurança física e proteção, recursos financeiros, transporte, moradia, entre outros (Rocha, 2016).

No que diz respeito a classificação de percepção de qualidade de vida dos futuros professores de educação física, verificou-se que houve diferença significativa em algumas dimensões, como no domínio físico ($p=0,0328$) e psicológico ($p=0,0034$), tendo o grupo masculino apresentado escores superiores em ambos. Esses achados diferem do estudo de Rocha (2016), no qual os escores gerais do domínio físico foram menores que os demais.

No domínio de relações sociais, não houve diferença significativa, estando ambos os grupos com escala média semelhante, diferenciando somente no desvio padrão.

Por fim, no domínio de meio ambiente, também não se observou diferença significativa. Acerca deste domínio, Both *et al.* (2008), citam que o ambiente de trabalho e as relações sociais entre as outras pessoas do âmbito escolar não apresentam um tipo de experiência considerada gratificante. Diante disso, percebe-se neste estudo que até mesmo antes de entrar no âmbito escolar, os futuros profissionais de educação física estão com a relação social afetada, achados estes que diferem do estudo de Both *et al.* (2008), realizado com uma amostra maior.

5 CONCLUSÃO

Conclui-se que tanto os futuros professores de educação física do sexo masculino quanto feminino apresentam maior prevalência de fadiga classificada no nível médio, contudo, sem diferença estatística entre os grupos.

Em relação a percepção da qualidade de vida, o domínio físico e de relações sociais apresentou escala média semelhante e superior aos domínios psicológico e de meio ambiente, sendo constatada diferença significativa entre os grupos para os domínios físico e psicológico, com escores superiores para o grupo masculino.

Faz-se necessário destacar a importância do olhar relacionado à fadiga e percepção da qualidade de vida de futuros e atuais professores de educação física, já que estes devem promover um estilo de vida mais ativo e saudável no ambiente escolar e seu próprio exemplo pode interferir na efetividade desse trabalho.

REFERÊNCIAS

- BAHIA, J. C. *et al.* Fadiga em mulheres com câncer de mama submetidas à radioterapia. **Rev. Brasileira de Cancerologia**. v. 65, n. 2, p. e-09089, 2019.
- BARROS, M. S. F. *et al.* A relação teoria e prática na formação docente: condição essencial para o trabalho pedagógico. **Rev. Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 15, n. 1, p. 305–318, 2020.
- BRASIL, Consenso Brasileiro de Fadiga. **Rev. Brasileira de cuidados paliativos**, v. 3, n. 2, p. 3 – 31, 2010.
- CANTARERO-VILLANUEVA, C. *et al.* The effectiveness of a deep-water aquatic exercise program in cancer-related fatigue in breast cancer survivors: a randomized controlled trial. **Archives of Physical Medicine and Rehabilitation**, v. 94, n. 2, p. 221-230, 2013.
- CLAUMANN, G. S. *et al.* Qualidade de vida em acadêmicos ingressantes em cursos de educação física. **J. Phys. Educ.** v. 28, e2824, 2017.
- FERNANDES R. L. S.; LIMA A. C. Fadiga e síndrome de burnout entre professores da educação infantil no município de Barbalha. **Revista de Psicologia**. Ano 5, 14 de julho, 2011.

FERREIRA, H. S. *et al.* Análise da percepção dos professores de educação física acerca da interface entre a saúde e a educação física escolar: conceitos e metodologias. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 673-685, jul./set. 2013.

FLECK, M. P. A *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref" *Rev. Saúde Pública*, v. 34, n. 2, p. 178-83, 2000.

GHILARDI, R. Formação profissional em educação física: a relação teoria e prática. *Motriz*. v. 4, n. 1, junho, 1998. Doi: <https://doi.org/10.5016/6575>.

GONÇALVES F. F. V; ROSSETO JÚNIOR, A. J. J. Fatores que levam professores de educação física ao burnout. *Coleção Pesquisa em Educação Física* - v.12, n.1- ISSN: 1981-4313, 2013.

IAOCHITE, R. T. *et al.* **Teoria social cognitiva e educação física**: diálogos com a prática. São Paulo: CREF4/SP, 2018.

MATTOS, M. G. de; ROSSETTO JÚNIOR, A. J.; RABINOVICH, S. B. **Metodologia da pesquisa em educação física**: construindo sua monografia, artigos e projetos. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2017.

MONTIEL, F. C. *et al.* Perfil dos professores de educação física do instituto federal sul-rio-grandense. *J. Phys. Educ.* v. 32, p. e3224, 2021. Doi: 10.4025/jphyseduc.v32i1.3224

MOROSTICA, D.; SAMPAIO, A. A. Estresse em professores de educação física: potenciais causas e estratégias de enfrentamento. **Caderno de Educação Física e Esporte, Marechal Cândido Rondon**, v. 13, n. 2, p. 45-60, ISSN 2318-5104, jul./dez. 2015.

MOTA, D. C. F.; PIMENTA, C. A. M.; PIPER, B. F. Fatigue in Brazilian cancer patients, caregivers and nursing students: a psychometric validation study of the Piper Fatigue Scale-Revised. *Support Care Cancer*. v. 17, p. 645-52, 2009.

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. **Sociedade Brasileira de atividade física e saúde**, 7. ed. p.341 – Florianópolis, Ed. do Autor, 2017.

PEREIRA, E. F. *et al.* Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. *Rev. Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, n. 7, p. 1963-1970, 2013.

PIPER, B. F. *et al.* **The Revised Piper Fatigue Scale**: psychometric evaluation in women with breast cancer. n. November 2016, 1998.

PORTO V. F. A. Fadiga, esforço e desconforto vocal em professores após atividade letiva. *CoDAS*. v. 33, n. 4, p. e20200067, 2021.

ROCHA R. E. R. *et al.* Prevalência de estresse e qualidade de vida de professores de educação física da educação básica. **Unoesc & Ciência** - ACHS Joaçaba, v. 7, n. 2, p. 219-226, jul./dez. 2016.

SANTINI, J.; MOLINA NETO, V. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S. l.], v. 19, n. 3, p. 209-222, 2005.

SILVA, G. M. S. **Síndrome de Burnout em professores de educação física da rede pública estadual de Sergipe**. Dissertação. Ms. São Cristóvão, 2014.

SILVA, J. P.; FISCHER, F. M. Invasão multiforme da vida pelo trabalho entre professores de educação básica e repercussões sobre a saúde. **Rev Saúde Pública**. v. 54, n. 3, 2020.

SILVA, J. V. P.; NUNEZ, P. R. M. Qualidade de vida, perfil demográfico e profissional de professores de educação física. **Rev. pensar a prática**. v. 12, n. 2, p. 1-11, maio/ago. 2009.



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E HUMANIDADES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ATA DE APRESENTAÇÃO PÚBLICA DE TCC

Aos **14** dias do mês de dezembro de 2023, em sessão pública na sala **208** do bloco "S" do Campus 2 na PUC Goiás, na presença da Banca Examinadora composta pelos professores:

Orientador(a): **ADEMIR SCHMIDT**

Parecerista: **ANDRE LUIS DOS SANTOS SEABRA**

Convidado(a): **RAFAEL FELIPE DE MORAES**

o(a) aluno(a): **MARIA ELIZA MARTINS FERREIRA**

apresentou o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

**FADIGA E PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DE FUTUROS
PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

como requisito curricular indispensável para a integralização do Curso de **LICENCIATURA** em Educação Física.

Após apresentação, a Banca Examinadora deliberou e decidiu pela **APROVAÇÃO** do referido trabalho.

Lavraram a presente ata:

Orientador(a): _____

Parecerista: _____

Convidado(a): _____



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

Av. Universitária, 1069 • Setor Universitário
Caixa Postal 86 • CEP 74005-010
Goiânia • Goiás • Brasil
Fone: (62) 3946.1021 | Fax: (62) 3946.1397
www.pucgoias.edu.br | prograd@pucgoias.edu.br

ANEXO I

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DE PRODUÇÃO ACADÊMICA

Eu, **MARIA ELIZA MARTINS FERREIRA** estudante do Curso de Educação Física, matrícula **2023.2.0049.0062-6** na qualidade de titular dos direitos autorais, em consonância com a Lei nº 9.610/98 (Lei dos Direitos do autor), autorizo a Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás) a disponibilizar o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado **FADIGA E PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DE FUTUROS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**, gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, por 5 (cinco) anos, conforme permissões do documento, em meio eletrônico, na rede mundial de computadores, no formato especificado (Texto (PDF); Imagem (GIF ou JPEG); Som (WAVE, MPEG, AIFF, SND)*, Vídeo (MPEG, MWV, AVI, QT)*, outros, específicos da área; para fins de leitura e/ou impressão pela internet, a título de divulgação da produção científica gerada nos cursos de graduação da PUC Goiás.

Goiânia, 14 de dezembro de 2023.

Nome completo do autor: **MARIA ELIZA MARTINS FERREIRA**

Assinatura do(s) autor(es): Maria Eliza Martins Ferreira

Nome completo do professor-orientador: **ADEMIR SCHMIDT**

Assinatura do professor-orientador: Ademir Schmidt

Goiânia, 14 de dezembro de 2023.