



**Trabalho de Conclusão do
Curso de Educação Física**

Licenciatura



NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA UNIVERSITÁRIOS

Andrea de Lourdes Bárbara Valadão*
Orientador: Ademir Schmidt**

Resumo: A docência no ensino superior exige uma elevada carga de trabalho, responsabilidades institucionais, pedagógicas e administrativas, o que pode gerar estresse, comprometendo a saúde física e mental dos docentes. **Objetivo:** Identificar o nível de atividade física e a qualidade de vida de professores de educação física universitários e verificar a existência de diferença na qualidade de vida entre professores que atendem ou não as diretrizes mínimas de atividade física. **Método:** Pesquisa de campo, descritiva, com recorte transversal, da qual participaram 12 docentes. O nível de atividade física foi avaliado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). A avaliação da qualidade de vida foi realizada por meio do instrumento WHOQOL-Bref. **Resultados:** Um total de 67% da amostra atende às recomendações mínimas de atividade física, apresentando maior escore de satisfação com a saúde ($p = 0,005$). Embora não tenham sido observadas diferenças estatisticamente significativas nos domínios do WHOQOL-Bref, os participantes fisicamente ativos apresentaram escores superiores nos domínios físico e psicológico. **Conclusão:** Não houve diferença significativa entre os diferentes domínios do WHOQOL-Bref, no entanto, observou-se que a prática regular de atividade física está associada a uma melhor satisfação com a saúde. **Palavras chaves:** Atividade física. Professores universitários. Qualidade de vida.

Abstract - Teaching in higher education requires a high workload, institutional, pedagogical and administrative responsibilities, which can generate stress, compromising the physical and mental health of teachers. **Objective:** To identify the level of physical activity and quality of life of university physical education teachers and to verify the existence of differences in quality of life between teachers who meet or do not meet the minimum guidelines for physical activity. **Method:** Field, descriptive, cross-sectional research, in which 12 teachers participated. The level of physical activity was assessed using the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Quality of life was assessed using the WHOQOL-Bref instrument. **Results:** A total of 67% of the sample met the minimum recommendations for physical activity, presenting a higher score of satisfaction with health ($p=0.005$). Although no statistically significant differences were observed in the WHOQOL-Bref domains, physically active participants presented higher scores in the physical and psychological domains. **Conclusion:** There was no significant difference between the different domains of the WHOQOL-Bref; however, it was observed that regular physical activity is associated with better satisfaction with health.

Key words: Physical activity. University professors. Quality of life.

Submissão: 31/05/2025

Aprovação: 11/06/2025

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

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

1 INTRODUÇÃO

O estudo sobre a qualidade de vida (QV) e a atividade física (AF) de professores universitários tem ganhado mais atenção recentemente, pois reflete aspectos do cotidiano desses profissionais. Uma das variáveis que influencia a QV está relacionada ao pouco tempo disponível para o cuidado com a saúde corporal, considerando a rotina universitária e a carga horária muitas vezes extensa e altamente desgastante. Outras variáveis a serem investigadas incluem a qualidade da alimentação e hábitos relacionados a vícios. Um dos métodos de pesquisa utilizados por Dumith (2020) inclui a aplicação do questionário *The Medical Outcomes Study 36-item Short Form Health Survey* (SF-36), amplamente reconhecido para a avaliação da QV.

Com base nos resultados da pesquisa de Oliveira *et al.* (2019), a atividade física proporciona alterações neurofisiológicas e melhora nas funções cognitivas durante o processo de envelhecimento. Portanto, a compreensão do público-alvo sobre a importância de um estilo de vida mais ativo e suas consequências na qualidade de vida depende, conseqüentemente, da melhoria e/ou alteração dos hábitos de vida.

Adotar um estilo de vida mais ativo, incluindo atividades físicas, contribui para o aprimoramento cognitivo, facilitando a tomada de decisões adequadas e melhorando a qualidade de vida. De acordo com Oliveira Filho, (2012), em seu estudo com o instrumento da Organização Mundial da Saúde – WHOQOL-Bref (1998) para avaliação da QV, a relação entre QV dos Professores de Educação Física universitários pesquisados, há uma percepção de satisfação em relação a saúde superior a satisfação de professores do ensino médio.

Dada a importância da atividade física para a melhoria da qualidade de vida dos professores universitários, o profissional de Educação Física desempenha um papel fundamental na prescrição e no incentivo para um estilo de vida mais ativo, mediante a prática regular de exercícios. Essa função destaca o impacto social e público das políticas e programas de promoção da saúde, especialmente no contexto do ensino superior.

A fadiga entre os professores, frequentemente associada ao desgaste da atividade laboral, pode levar ao desenvolvimento de doenças físicas, psíquicas e crônicas. Esse quadro não apenas afeta diretamente a saúde dos docentes, mas também gera impactos socioeconômicos significativos, como o aumento dos afastamentos por motivos de saúde, resultando em maiores custos para os cofres públicos.

Nesse contexto, os profissionais de Educação Física, em parceria com outros especialistas da saúde, desempenham um papel fundamental ao promover estudos e ações voltados à saúde física, psicológica e socioeconômica. Esses esforços buscam envolver a comunidade acadêmica em práticas que reforcem a importância da atividade física, visando não apenas o bem-estar individual, mas também a redução de despesas públicas relacionadas a problemas de saúde.

Partindo dessa análise, se questiona: Qual é o nível de atividade física e percepção da qualidade de vida de professores de educação física de uma instituição de ensino superior privada do município de Goiânia? Existe na percepção da qualidade de vida de professores que atendem e não atendem as diretrizes mínimas de atividade física?

Assim sendo, o objetivo do presente estudo foi identificar o nível de atividade física e a qualidade de vida de professores de educação física universitários e verificar

a existência de diferença na qualidade de vida entre professores que atendem ou não as diretrizes mínimas de atividade física.

2 METODOLOGIA

Tratou-se de uma pesquisa descritiva de campo com recorte transversal, que se enquadrou na linha de pesquisa em Ciências do Esporte e Saúde, do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Educação Física (NEPEF, 2014).

Foram contatados todos os professores que atuavam no curso de Educação Física no segundo semestre letivo de 2022 e primeiro semestre de 2023, os quais receberam uma breve explicação sobre a pesquisa e aqueles que concordaram em participar do estudo, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Participaram do estudo 12 professores universitários de ambos os sexos (03 do sexo feminino e 09 do masculino), que atuavam no curso de Educação Física de uma instituição de ensino superior privada de Goiânia, no Centro Oeste brasileiro.

Os voluntários preencheram um questionário sociodemográfico e posteriormente foram submetidos à classificação do nível de atividade física e avaliação da percepção subjetiva da qualidade de vida.

Os dados sociodemográficos foram coletados por meio de um formulário eletrônico desenvolvido especificamente para o estudo, contemplando informações referentes a idade, sexo, escolaridade (em anos de estudo), estado civil, quantidade de filhos, jornada de trabalho, hábitos de tabagismo e etilismo, média de horas de sono, dentre outras.

O nível de atividade física foi estimado com base no Questionário Internacional de Atividades Físicas (*International Physical Activity Questionnaire - IPAQ*) versão curta e preenchido eletronicamente. O IPAQ foi desenvolvido por pesquisadores da Organização Mundial de Saúde, do Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos e do Instituto Karolinska da Suécia. O IPAQ permite classificar os avaliados em “sedentários”, “insuficientemente ativos”, “ativos” e “muito ativos”. Após essa classificação inicial, os sedentários e insuficientemente ativos foram agrupados como aqueles que não atendem os requisitos mínimos de atividade física semanal. Já os ativos e muito ativos, foram agrupados na categoria daqueles que atendem a diretrizes.

A avaliação subjetiva da qualidade de vida foi realizada por meio do instrumento WHOQOL-Bref, e 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 demais 24 questões são subdivididas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. As respostas seguem uma escala de *Likert* (de 1 a 5, quanto maior a pontuação melhor a qualidade de vida) (Fleck *et al.*, 2000).

Para análise e entendimento dos escores de qualidade de vida do WHOQOL-Bref, foram levadas em consideração as seguintes categorias de resultados: de 1 a 1,99 necessita melhorar; de 2 a 2,99 regular; de 3 a 3,99 boa; e de 4 a 5 muito boa (Asaiag *et al.*, 2010; WHOQOL GROUP, 1998).

As análises estatísticas foram realizadas no *software Jamovi* (versão 2.6.26). Para a verificação da distribuição dos dados das variáveis quantitativas foi usado o

teste de normalidade de *Shapiro-Wilk*. Na comparação entre grupos (que atendem e não atendem a diretriz de atividade física) foi utilizado o teste *t* não pareado (distribuição normal) e teste de *Mann-Whitney* (distribuição não normal). Em todas as situações foi adotado um nível de significância de 5% ($p < 0,05$). As variáveis quantitativas foram apresentadas com valores de média/desvio padrão (distribuição normal) ou mediana/intervalo interquartil (distribuição não normal).

3 RESULTADOS

Após a análise dos dados, observou-se que 75% da amostra foi constituída por voluntários do sexo masculino e 92,0% são casados. Quanto à cor da pele, 58,0% se declararam brancos, 83,0% afirmaram ter filhos e 58,0% possuíam pós-graduação *Stricto Sensu*. No que diz respeito aos hábitos de vida, 92,0% dos participantes eram não fumantes, enquanto 67,0% relataram o consumo de bebidas alcoólicas. Por fim, verificou-se que 67,0% da amostra atendia à diretriz de atividade física adotada neste estudo (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica da amostra.

Variáveis	n	%
Sexo		
Feminino	3	25,0%
Masculino	9	75,0%
Estado civil		
Casado(a)	11	92,0%
Divorciado(a)/Separado(a)	1	8,0%
Raça/Cor da pele		
Branca	7	58,0%
Parda	3	25,0%
Preta	2	17,0%
Filhos		
Não	2	17,0%
Sim	10	83,0%
Escolaridade		
Pós-graduação <i>Lato Sensu</i>	5	42,0%
Pós-graduação <i>Stricto Sensu</i>	7	58,0%
Fuma		
Fumei, mas parei	1	8,0%
Não	11	92,0%
Bebida alcoólica		
Não	4	33,0%
Sim	8	67,0%
Clasipa2		
Atende diretriz	8	67,0%
Não atende diretriz	4	33,0%

Fonte: Própria autora (2025)

Quando comparada a autopercepção da qualidade de vida entre os voluntários que atendem e não atendem os requisitos de atividade física semanal (Tabela 2), observou-se diferença estatisticamente significativa para o escore de satisfação com saúde, sendo que o grupo que atende a diretriz apresentou escore superior ($p=0,005$).

Tabela 2 – Comparação da autopercepção do entrevistado de sua qualidade de vida com a classificação da atividade física.

Variáveis	Geral	Atende Diretriz	Não Atende Diretriz	p
	(n=12) (Mediana – IQ)	(n=8) (Mediana – IQ)	(n=4) (Mediana – IQ)	
Como avalia a qualidade de vida	4 (3,75 – 4,00)	4 (4,00 – 4,25)	3 (1,75 – 4,00)	0,107
Quão satisfeito está com a saúde	4 (3,00 – 4,00)	4 (4,00 – 4,25)	2,5 (1,75 – 3,00)	0,005*

IQ: Mediana e intervalo interquartil; Teste de *Mann-Whitney*

Fonte: Própria autora (2025)

Na análise comparativa entre a prática de atividade física e os quatro domínios do WHOQOL-Bref, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os escores dos participantes que atendem e os que não atendem às diretrizes. O domínio de relações sociais apresentou o maior escore entre os quatro domínios avaliados (escore 4), e o menor escore foi evidenciado para o domínio do meio ambiente (3,7). Nos domínios físico e psicológico, observou-se escores ligeiramente maiores entre os fisicamente ativos, o que indica uma tendência positiva para o grupo (Tabela 3).

Tabela 3 – Comparação entre os quatro domínios do WHOQOL-Bref com a classificação da atividade física.

Domínios – WHOQOL-Bref	Geral (n=12)	Atende Diretriz (n=8)	Não Atende Diretriz (n=4)	p
Domínio Físico †	3,8 ± 0,6	3,9 ± 0,4	3,6 ± 1,0	0,520
Domínio Psicológico †	3,8 ± 0,5	4,0 ± 0,4	3,5 ± 0,5	0,180
Domínio Relações sociais #	4 (3,7 – 4,0)	4 (3,7 – 4,0)	4 (3,5 – 4,2)	0,635
Domínio Meio Ambiente †	3,7 ± 0,5	3,7 ± 0,25	3,5 ± 0,8	0,544

† Média e desvio padrão; Teste t não pareado

Mediana e intervalo interquartil; Teste de *Mann-Whitney*

Fonte: Própria autora (2025)

4 DISCUSSÃO

O propósito desse estudo foi avaliar o nível de atividade física e a percepção da qualidade de vida de professores universitários de Educação Física que atuam em uma instituição de ensino superior privada no município de Goiânia.

Os resultados indicam que a prática de atividade física tem um impacto positivo na qualidade de vida dos professores universitários. Dentre aqueles que atendem as diretrizes de atividade física, registrou-se maior satisfação com a saúde ($p=0,005$). Por outro lado, de acordo com os dados coletados, não houve diferença significativa entre os diferentes domínios do WHOQOL-Bref (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) entre os fisicamente ativos e insuficientemente ativos. No entanto, o grupo de professores que atende aos critérios mínimos de atividade física semanal, mostrou uma avaliação melhor (escore mais alto) em relação aos domínios físico, psicológico e relações sociais.

Os benefícios oriundos da prática regular de exercícios físicos são muitos, dentre estes Bompa (2001) mostra que a adaptação ao treinamento de força é um elemento essencial na produção de um bom condicionamento físico, sendo fundamental na construção da base fisiológica de um bom desempenho, com fortalecimento muscular e aumento da funcionalidade corporal, onde a força melhora com uma alta tensão no músculo, fruto da ativação de muitas unidades motoras de contração rápida (CR), para além de contribuir para o desempenho esportivo. Ademais, o processo de adaptação ao treinamento de força traz impactos positivos para a saúde e qualidade de vida, contribuindo para a melhora da composição corporal, o aumento da massa magra e a prevenção de disfunções musculoesqueléticas.

Segundo Pollock e Wilmore (1993), para a melhora na aptidão cardiorrespiratória, o exercício físico colabora diretamente ao condicionamento físico correlacionando a capacidade máxima do (VO_2 máx.) na capacitação e utilização de oxigênio. O estudo ressalta que, em indivíduos treinados, as alterações fisiológicas exercem um papel importante na prevenção secundária de doenças cardiovasculares, atuando como fator de proteção e contribuindo consideravelmente para a melhora da função aeróbica. Nesse contexto, as diretrizes para a prescrição do treinamento físico, conforme orientações do *American College of Sports Medicine* (ACSM, 2014), ressalta a necessidade de considerar princípios fundamentais como frequência, intensidade, tempo e tipo de atividade, como caminhar, correr, nadar ou pedalar. Para alcançar benefícios efetivos à saúde, com quantidade mínima de esforço físico necessária e significativo ao sistema cardiovascular.

Não raro, a elevada demanda de trabalho semanal está entre os motivos mais citados pelos docentes pela não prática ou prática insuficiente de atividade física. Nesse sentido, o estudo feito por Silva *et al.* (2021), sobre a carga de trabalho de professores, constatou que 83,3% relataram não ter tempo suficiente para o lazer, e 82,4% relataram sentimentos negativos frequentes, como ansiedade, mau humor e depressão. Esses indicadores podem estar relacionados à síndrome de *Burnout*, especialmente quando associadas às longas jornadas de trabalho, alta cobrança institucional e falta de tempo para descanso e atividades prazerosas. Os professores com tal síndrome se sentem exaustos tanto emocionalmente como fisicamente e muitas vezes se veem irritados, ansiosos, raivosos ou tristes (Alves, 2017).

O estudo de Oliveira *et al.* (2011) traz a correlação entre atividade física e saúde mental, relacionado à promoção a saúde. Dados epidemiológicos desse estudo sugerem que pessoas moderadamente ativas têm menores riscos de serem acometidas por distúrbios mentais do que inativas fisicamente. O estudo mostra ainda que pessoas fisicamente ativas têm desempenho cognitivo mais elevado do que as pessoas inativas, com a melhora do fluxo sanguíneo cerebral e as alterações na síntese e degradação de neurotransmissores, que favorecem o aumento da velocidade do processamento cognitivo, além da capacidade funcional geral, resultando em melhor na saúde mental e qualidade de vida (Oliveira *et al.*, 2011).

Diferentemente do presente estudo, o estudo de Melo *et al.* (2023) que também avaliou a qualidade de vida de docentes por meio do WHOQOL-Bref, comparou os escores entre docentes do ensino superior público do sexo masculino e feminino e com até 10 anos e com 11 ou mais anos de docência. Observaram diferença significativa somente entre os sexos somente para o domínio físico, com escores superiores para os homens. Além disso, observaram que o domínio que apresentou o maior escore foi o físico, o que difere da presente pesquisa, na qual se registrou escore mais alto para o domínio das relações sociais.

No estudo de Sanchez *et al.* (2019), que investigou o impacto da saúde na qualidade de vida de professores de uma instituição de ensino superior de diferentes áreas (saúde, biológica, agrárias, humanas e exatas), evidenciou que a prática de atividade física impactou tanto a qualidade de vida (QV) quanto a qualidade de vida total (QVT) dos professores. Os docentes insuficientemente ativos apresentaram uma QV e QVT significativamente pior para QV ($p=0,006$) e para QVT ($p = 0,003$), quando comparados aos docentes que praticavam atividade física regular de moderada intensidade. Esses achados se assemelham aos do presente estudo, que constatou maior satisfação com a saúde entre os docentes fisicamente ativos.

Já no estudo de Koetz, Rempel e Périco (2013), com docentes de ensino superior de instituições comunitárias não confessionais do Rio Grande do Sul, compararam a qualidade de vida dos docentes considerando a titulação e o regime de trabalho. Não observaram diferença significativa entre os diferentes domínios do WHOQPL-Bref e a titulação dos professores (especialistas, mestres e doutores) e regime de trabalho dos mesmos (horistas, tempo parcial e tempo integral).

Este estudo apresenta limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados, tais como a amostra reduzida, com apenas doze professores de uma única instituição de ensino superior privada, além da seleção por conveniência, que limita a extrapolação dos resultados a outras instituições. Além disso, trata-se de delineamento transversal, que impede a análise de relações entre causa e efeito, restringindo-se à identificação de associações entre as variáveis estudadas. Além disso, fez uso de instrumentos de autorrelato, como o IPAQ e o WHOQOL-Bref, que embora validados, podem apresentar viés relacionados à precisão das respostas.

Dessa forma, registra-se a necessidade de ampliar e realizar futuros estudos, com amostras maiores, de diferentes instituições e com delineamentos longitudinais que permitam compreender as possíveis relações entre os fatores estudados ao longo do tempo.

5 CONCLUSÃO

Diante dos resultados obtidos, constatou-se que a prevalência dos professores que atendem as diretrizes mínimas de atividade física semanal foi superior àqueles que não atendem. Evidenciou-se diferença estatística significativa e com escore superior na satisfação com a saúde para os docentes fisicamente ativos (atendem a diretriz).

Em relação aos quatro domínios da qualidade de vida avaliados pelo WHOQOL-Bref, não houve uma diferença estatística significativa entre os grupos (atendem e não atendem as diretrizes). No entanto, o domínio de relações sociais apresentou maior escore.

Sugere-se a realização de novos estudos, de preferência longitudinais e/ou de intervenção, que são capazes de analisar a efeitos da atividade física em determinados componentes da saúde dos professores, como o físico e o mental.

REFERÊNCIAS

ALVES, P. C. **Qualidade de vida e esgotamento profissional do professor universitário**. 2017. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2017. Orientadora: Helena Borges Martins da Silva Paro. Coorientadora: Áurea de Fátima Oliveira.

AMERICAM COLLEGE OF SPORTS MEDICINE – ACSM. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição**. 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2014.

ASAIAG, P. E. *et al.* Avaliação da qualidade de vida, sonolência diurna e burnout em médicos residentes. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 3, n. 34, p. 422-429, 2010.

BOMPA, Tudor O. **A periodização no treinamento esportivo**. São Paulo: Manole, 2001.

DUMITH, S. C. Atividade física e qualidade de vida de professores universitários. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 28, n. 3, p. 438-446, 2020.

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.

KOETZ, L.; REMPEL, C.; PÉRICO, E. Qualidade de vida de professores de instituições de ensino superior comunitárias do Rio Grande do Sul. **Ciências & Saúde Coletiva**. v. 18, n. 4, p. 1019-1028, 2013.

MELO, I. C. C. *et al.* Avaliação da qualidade de vida dos docentes em instituição pública de ensino superior pelo WHOQOL-Bref: um estudo transversal. **HU Rev.** v. 49, p. 1-9, 2023.

NÚCLEO DE ESTUDOS E PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – NEPEF. **Projeto do núcleo de estudos e pesquisa em educação física**. Curso de Educação Física. Escola de Formação de Professores e Humanidades. Pontifícia Universidade Católica de Goiás. 2014.

OLIVEIRA FILHO. A. *et al.* Qualidade de Vida e fatores de risco de Professores Universitários. **Revista de Educação Física/UEM**, v. 23, n. 1, p. 57-67, 1. trim., 2012.

OLIVEIRA, E.N. *et al.* Benefícios da atividade física para saúde mental. **Revista de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú**, Sobral, v. 3, n. 2, p. 33-38, 2011.

OLIVEIRA, R. A. *et al.* Influência da caminhada na cognição e composição corporal de mulheres idosas. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 24, p. 1-7, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório global sobre atividade física**. Genebra: OMS, 2024.

POLLOCK, M. L.; WILMORE, J. H. **Exercícios na saúde e na doença: avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação**. Rio de Janeiro: Medsi, 1993.

SANCHEZ, H. M. *et al.* Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 24, n. 11, p. 4111-4122, 2019.

SILVA, V, Z. *et al.* Qualidade de vida de professores universitários de uma instituição de ensino superior de Maringá/PR. In: **ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA – EPCC**, v. 12, 2021.

WHOQOL Group. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. **Soc Sci Med**, v. 46, p. 1569-85, 1998.



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

ATA DE APRESENTAÇÃO PÚBLICA DE TCC

Aos 6/11/2025 dias do mês de julho de 2025, em sessão pública na sala 313 do bloco "S" do Campus 2 na PUC Goiás, na presença da Banca Examinadora composta pelos professores:

Orientador(a): **ADEMIR SCHMIDT**

Parecerista: **NEUSA MARIA SILVA FRAUSINO**

Convidado(a): **THALES GILSON NASSER DA VEIGA**

O(a) aluno(a): **ANDREA DE LOURDES BARBARA VALADÃO**

apresentou o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DE
 EDUCAÇÃO FÍSICA UNIVERSITÁRIOS**

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

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

Lavraram a presente ata:

Orientador(a): _____

Parecerista: Neusa Maria Silva Frausino

Convidado(a): Thales Gilson Nasser da Veiga



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

Av. Universitária, 1069 • Setor Universitário
Caixa Postal 86 • CEP 74605-010
Goiânia • Goiás • Brasil
Fone: (62) 3946.10211 Fax: (62) 3946.1397
www.pucgoias.edu.br | prograd@pucgoias.edu.br

ANEXO 1

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DE PRODUÇÃO ACADÊMICA

Eu, **ANDREA DE LOURDES BARBARA VALADÃO** estudante do Curso de Educação Física, 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 **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA UNIVERSITÁRIOS**, 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.

Nome completo do autor: ANDREA DE LOURDES BARBARA VALADÃO

Assinatura do(s) autor(es): Andrea de Lourdes Barbara Valadao

Nome completo do professor-orientador: ADEMIR SCHMIDT

Assinatura do professor-orientador: [Assinatura]

Goiânia, 10 de julho de 2025.