

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ACADEMIAS DE UBÁ-MGJosé Aurélio Afonso¹Elizângela Fernandes Ferreira¹Auxiliatrice Caneschi Badaró¹Renata Aparecida Rodrigues de Oliveira¹**RESUMO**

Introdução: Os profissionais de educação física trabalham com conceitos de qualidade de vida, prevenção de doenças e estética, porém a correlação entre baixa remuneração e elevada carga de trabalho pode influenciar no desempenho diário e conseqüentemente levá-los a ter hábitos sedentários. **Objetivo:** Avaliar o nível de atividade física de professores de educação física das academias de Ubá-MG. **Materiais e métodos:** Foi realizado um estudo descritivo do tipo transversal. A amostra foi composta por 64 profissionais de educação física, em que se aplicou o Questionário Internacional de Atividade Física para avaliar o nível de atividade; além disso, foram coletados dados sobre tempo de atuação, carga horária semanal de trabalho e idade. Para análise dos dados, o teste qui-quadrado foi empregado, com nível de significância de 5%. **Resultados:** A idade média dos avaliados compreendeu-se em $28,23 \pm 6,54$ anos, com tempo de atuação e carga horária semanal de trabalho em média de $3,40 \pm 3,47$ anos e $39,53 \pm 15,11$ horas, respectivamente. Em relação ao nível de atividade física, 51,6% eram muito ativos, 28,1% ativos e 20,3% insuficientemente ativo A. Quando analisado o nível de atividade física dos professores segundo o sexo (feminino e masculino), idade (<30 anos e ≥ 30 anos), tempo de atuação (< 5 anos e ≥ 5 anos) e carga horária semanal de trabalho (<40 horas e ≥ 40 horas), não foi encontrada diferença estatisticamente significantes entre os grupos. **Conclusão:** O nível de atividade física dos professores de educação física das academias de Ubá-MG apresentou uma elevada prevalência de muito ativos e ativos.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Atividade Física. Sedentarismo. Professores.

1-Faculdade Governador Ozanam Coelho-FAGOC, Ubá-MG, Brasil

ABSTRACT

Physical activity level of teachers of physical education in academies of Ubá-MG

Introduction: Physical education professionals working with concepts of quality of life, disease prevention and aesthetics, but the correlation between low pay and high workload can influence the daily performance and consequently cause them to be sedentary. **Objective:** To evaluate the level of physical activity of physical education teachers of the academies of Ubá-MG. **Materials and Methods:** A descriptive cross-sectional study was conducted. The sample consisted of 64 physical education professionals, which applied the International Physical Activity Questionnaire to assess the level of activity; moreover, they are collected data on time of work, weekly working hours and age. For data analysis, the chi-square test was used, with 5% significance level. **Results:** The mean age of this was understood in 28.23 ± 6.54 years, with time of work and weekly working hours on average of 3.40 ± 3.47 years and 39.53 ± 15.11 hours, respectively. Regarding the level of physical activity, 51.6% were very active, 28.1% active and 20.3% insufficiently active A. When analyzed the physical activity level of teachers according to sex (female and male), age (<30 years and ≥ 30 years), time of work (<5 years and ≥ 5 years) and weekly working hours (<40 hours and ≥ 40 hours), there was no statistically significant difference between groups. **Conclusion:** The level of physical activity in physical education teachers of Ubá-MG academies showed a high prevalence of very active and active.

Key words: Quality of Life. Physical Activity. Sedentary Lifestyle. Teachers.

E-mails dos autores:

leleupersonal@hotmail.com

elizangela.ferreira@fagoc.br

auxiliatrice.badaro@fagoc.br

renata.oliveira@ufv.br

INTRODUÇÃO

Aproximadamente 1,9 milhão de pessoas morrem devido ao baixo nível de atividade física, o qual é responsável por cerca de 10% de casos de câncer e 22% de doenças cardíacas. Assim, uma forma de se evitarem as doenças crônicas é a realização de atividades físicas, aliada a uma alimentação saudável e balanceada (OPAS, 2003).

Recomenda-se no mínimo 30 minutos de atividade física moderada para que os problemas de saúde supracitados sejam eliminados, podendo ser realizado no tempo livre, deslocamento de um local para outro, atividades domésticas e no trabalho (Brasil, 2015).

Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde realizada pelo IBGE em 2013, 46% da população são insuficientemente ativos, ou seja, não praticam nenhuma atividade física ou praticam menos de 150 minutos por semana, e apenas 22,5% os brasileiros são considerados ativos.

Contudo, a população tem buscado melhorar seu bem-estar, sua saúde e qualidade de vida, ocasionando um aumento no número de adeptos das atividades físicas, de acordo com Vigitel (Brasil, 2014), o qual relata um crescimento de 11% entre os anos de 2009 a 2013.

Hoffman e Harris (2002) identificaram dois conceitos extremos para atividade física: "o movimento voluntário intencionalmente realizado com propósitos específicos e que requer quantidade substancial de energia" ou "todos os movimentos voluntários e involuntários realizados pelo homem".

Para Zamai e Bankoff (2010), a prática da atividade física deve ser realizada nas horas de lazer e nos horários de trabalho, por meio de programas específicos que, em conjunto, contribuem para o equilíbrio físico e mental, gerando uma boa qualidade de vida.

Os instrutores de Educação Física são formadores de opinião, portanto cabe a eles ser inspiração para comunidade.

Assim, segundo Oliveira (1995 citado por Ribeiro e colaboradores, 2001), a responsabilidade do profissional de Educação Física é capacitar a pessoa para uma melhor qualidade de vida, através dos conhecimentos teóricos e práticos, para que ela tenha condições de melhorar sua capacidade de mover-se. Tal profissional não deve apenas

saber executar e sim ter capacidade de passar tais habilidades com objetivo de levá-las ao desenvolvimento (Pellegrini, 1998).

Para a construção desse cenário de conscientização e para que o aluno se mantenha em um nível de atividade satisfatório, é importante a atuação do professor de academia, que no Brasil está sujeito a condições de trabalho desfavoráveis que envolvem noites mal dormidas, jornadas excessivas, baixos salários e até hábitos alimentares inadequados que interferem em sua qualidade de vida (Espírito-Santo e Morão, 2006).

Sendo assim, entende-se que a postura dos profissionais de Educação Física deve ser de intervenção, através de prescrições de atividade físicas e da construção da conscientização sobre a melhora da qualidade de vida para seu próprio bem-estar e o da comunidade.

Assim, o estudo pretende avaliar o nível de atividade física de professores de educação física das academias de Ubá-MG.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizado um estudo descritivo do tipo transversal, nos meses de agosto e setembro de 2015, para identificar o nível de atividade física dos professores de Educação Física em academias de Ubá-MG.

Para isso, foram avaliados 64 profissionais da área que atuam em 10 (dez) academias da cidade. Todo o procedimento de coleta de dados foi realizado por um avaliador devidamente treinado, o qual solicitou a assinatura dos termos de consentimento tanto dos proprietários das academias, quanto dos profissionais que prestam serviços, seguindo a Resolução nº466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Como critério de inclusão, a pessoa avaliada deveria ser profissional de Educação Física sem tempo pré-determinado de serviço, sendo avaliados profissionais de ambos os sexos, sem faixa etária definida. Os avaliados deveriam responder a um questionário referente ao seu tempo de atuação e à sua carga horária semanal de trabalho.

Para a aplicação do questionário, foi agendado um horário prévio com proprietários das academias e profissionais de Educação Física, a fim de minimizar quaisquer transtornos no funcionamento das academias

e na realização das atividades dos profissionais. A aplicação do questionário foi realizada em 10 (dez) academias, as quais disponibilizaram salas para esse fim; outras optaram pela entrega dos questionários para que fossem respondidos e posteriormente entregues, devidamente preenchidos.

Foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão curta, proposto pela OMS (Organização Mundial da Saúde) em 1998.

O questionário tem por finalidade avaliar a última semana de atividades do profissional entrevistado a fim de identificar os tipos de atividades que fazem no seu dia a dia; isso inclui o que se faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim (Ipaq, 2005).

O nível de atividade física foi classificado em quatro categorias: muito ativo, ativo, irregularmente ativo e sedentário, segundo as recomendações do próprio IPAQ (Ipaq, 2005).

Para ser classificado como muito ativo, o indivíduo deveria realizar atividade física vigorosa 5 dias ou mais na semana e 30 minutos ou mais por sessão, ou ainda aqueles que realizaram atividade física vigorosa por 3 dias ou mais semana com duração igual ou superior a 20 minutos por sessão somado à prática de atividade moderada e/ou caminhada por 5 dias ou mais na semana e 30 minutos ou mais por sessão.

Indivíduos ativos são aqueles que realizaram atividade física vigorosa três dias ou mais na semana e 20 minutos ou mais por sessão, ou aqueles que realizaram atividade moderada ou caminhada 5 dias ou mais na

semana com duração igual ou superior a 30 minutos/sessão, ou ainda aqueles cujo somatório de atividades semanais foi igual ou superior a 5 dias e 150 minutos. Insuficientemente ativos A são aqueles que realizaram mais de 10 minutos/semana de atividade física contínua, sendo 5 dias/semana ou 150 minutos/semana; já os Insuficientemente ativos B são os indivíduos que não atingiram nenhum dos critérios para serem classificados como Insuficientemente ativo A. Por fim, foram classificados como sedentários aqueles que realizaram menos de 10 minutos/semana de atividade física contínua.

A análise dos dados constituiu-se na exploração descritiva das variáveis estudadas (média, desvio-padrão e percentual).

O teste qui-quadrado foi aplicado para comparar o nível de atividade física segundo a estratificação de idade, o tempo de atuação profissional, a carga horária semanal de trabalho e o sexo.

Para todos os tratamentos adotou-se um nível de significância de 5%. Os dados foram analisados pelo programa estatístico SPSS versão 20.

RESULTADOS

Foram entrevistados 64 profissionais da área de educação física, com idade média de $28,23 \pm 6,54$ anos. Em relação ao trabalho, tinham um tempo médio de atuação de $4,20 \pm 3,47$ anos e carga horária semanal de $39,53 \pm 15,11$ horas.

A Tabela 1 discrimina as características gerais dos profissionais.

Tabela 1 - Características dos professores de educação física das academias de Ubá-MG.

Variável	n	%
Sexo		
Masculino	37	57,8
Feminino	27	42,2
Idade (anos)		
< 30 anos	42	65,6
≥ 30 anos	22	34,4
Tempo de atuação (anos)		
< 5 anos	39	60,9
≥ 5 anos	25	39,1
Carga horária semanal de trabalho (horas)		
< 40 horas	26	40,6
≥ 40 horas	38	59,4

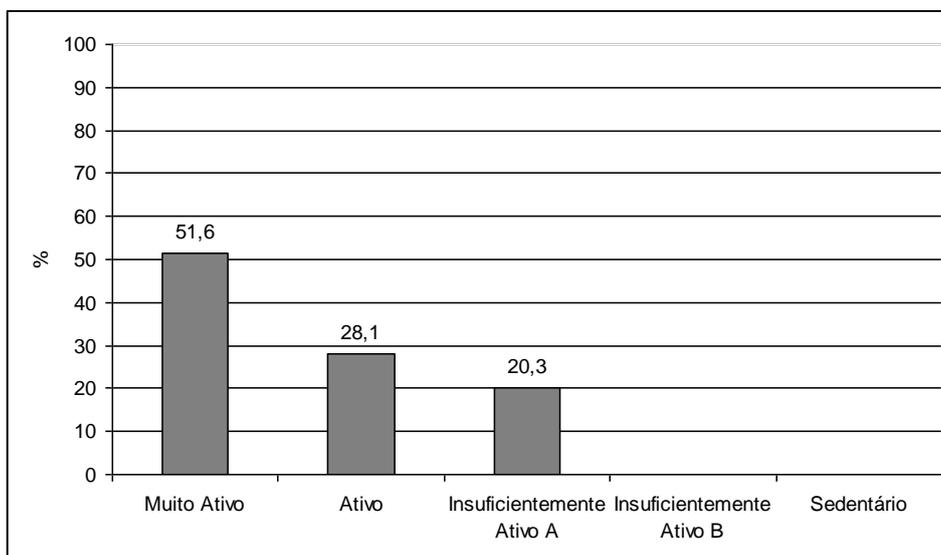


Figura 1 - Nível de atividade física dos professores de educação física das academias de Ubá-MG.

Tabela 2 - Nível de atividade física dos professores de educação física segundo sexo, idade, tempo de atuação e carga horária semana, Ubá-MG.

Variável	Muito Ativo n (%)	Ativo n (%)	Insuficientemente Ativo A n (%)	p valor*
Sexo				
Masculino	19 (51,4)	11 (29,7)	7 (18,9)	0,921
Feminino	14 (51,9)	7 (25,9)	6 (22,2)	
Idade (anos)				
< 30 anos	19 (45,2)	15 (35,7)	8 (19,1)	0,170
≥ 30 anos	14 (63,6)	3 (13,7)	5 (22,7)	
Tempo de atuação (anos)				
< 5 anos	19 (48,7)	10 (25,6)	10 (25,6)	0,412
≥ 5 anos	14 (56,0)	8 (32,0)	3 (12,0)	
Carga horária semanal de trabalho (horas)				
< 40 horas	13 (50,0)	8 (30,8)	5 (19,2)	0,926
≥ 40 horas	20 (52,6)	10 (26,3)	8 (21,1)	

Legenda: * teste qui-quadrado.

O nível de atividade física dos profissionais de educação física na cidade de Ubá-MG foi considerado alto, uma vez que 51,60% são muito ativos, conforme a Figura 1.

Outro ponto significativo é que não foram identificados profissionais sedentários, e apenas uma pequena parcela, em torno de 20%, foi classificada como insuficientemente ativo A.

Quando estratificados segundo o nível de atividade física, e comparados em relação ao sexo, idade, tempo de atuação e carga horária semanal de trabalho, não foi encontrada diferença estatisticamente significativa nas porcentagens (tabela 2).

DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi avaliar o nível de atividade física de professores de educação física das academias de Ubá-MG.

Sendo assim, os principais achados foram: 1) a maioria dos profissionais avaliados foi considerada muito ativa, e não foram identificados insuficientemente ativos B ou sedentários; 2) a maioria dos profissionais trabalha mais de 40 horas semanais; 3) não foi encontrada diferença no nível de atividade física em relação a sexo, idade, tempo de atuação e carga semanal de trabalho.

Segundo dados do Vigitel, no ano de 2014 (Brasil, 2015), 35,3% da população brasileira foi considerada ativa, ou seja, praticava em média 150 minutos por semana de atividade física. Comparando-se ao presente estudo, verifica-se um percentual muito maior, quando somados os muito ativos e os ativos.

Os resultados encontrados também foram superiores ao encontrado em estudo realizado com professores das academias da cidade de Olinda-PE (Santos e colaboradores, 2013).

Outro dado apresentado pelo Vigitel é que o sexo masculino apresenta um nível de atividade física maior (41,6%), quando comparado ao das mulheres (30%) (Brasil, 2015), porém, no presente estudo, não foi encontrada uma diferença elevada entre homens e mulheres.

O resultado obtido é positivo, pois a atividade física regular contribui para a promoção e a preservação da saúde, e para a conquista de uma boa qualidade de vida. Ela está relacionada a vários benefícios, como diminuição dos sintomas de depressão e estresse, ansiedade, e auxilia no controle de peso, na saúde dos ossos e no rendimento muscular, diminuindo o risco de câncer de mama (Confef, 2003).

De acordo com Santos e Simões (2012), a qualidade de vida vem sendo associada a aspectos de relevância para a sociedade como alimentação, saúde, transporte, segurança, atividades físicas, entre outros, e despertado o interesse não somente da população que busca meios de obtê-la, mas também por parte de pesquisadores que ao longo dos anos vêm desenvolvendo estudos sobre o assunto (Dyniewicz e colaboradores, 2009).

Para Fleck e colaboradores (1999), os aspectos que envolvem a busca pela qualidade de vida estão relacionados às condições de saúde; já para outros autores, a qualidade de vida é sinônimo de saúde.

Os instrutores de educação física são formadores de opinião nessa área e por isso cabe a eles ser inspiração para comunidade.

Assim, segundo Ribeiro e colaboradores (2001), a responsabilidade do profissional de educação física é aplicar conhecimentos teóricos e práticos sobre motricidade humana, a fim de possibilitar

melhora na vida do ser humano, trazendo qualidade de vida.

Para que possam promover o que foi descrito, os profissionais de educação física devem também desfrutar de uma boa qualidade de vida.

Porém, segundo Espírito-Santo e Mourão (2006), no Brasil, os profissionais de educação física estão sujeitos a condições de trabalho desfavoráveis que envolvem noites mal dormidas, jornadas excessivas, baixos salários e até hábitos alimentares inadequados, interferindo em sua qualidade de vida. Assim, esses fatores exercem grande influência no estado emocional dos profissionais de educação física (Silva e Nunes, 2009).

Outros fatores que influenciam a prática de atividade física tanto da comunidade como dos profissionais são: escolaridade, classe social, idade e sexo. A prática de atividade está proporcionalmente relacionada à situação financeira de um indivíduo: quanto maior sua renda, maior a prática de atividades físicas; a idade também influencia, ou seja, à medida que ficamos mais velhos, menor é o interesse; e, em relação ao sexo, as mulheres praticam menos atividade física que os homens (Oliveira, 2000), e esse padrão se verifica desde a infância até a adolescência (Garcia e colaboradores, 1998).

Embora a maioria dos professores de educação física tenham sido classificados como muito ativos ou ativos, é preciso considerar que um percentual de 20,3% de profissionais foi classificado como insuficientemente ativo A.

Assim, é importante que medidas sejam tomadas em relação a esses profissionais, por exemplo, um estudo pode ser realizado a fim de identificar os possíveis motivos que os levam a esse quadro de inatividade e assim formular campanhas de conscientização apontando as vantagens de se aumentar o nível de atividade física. Tais medidas podem contribuir para a redução dos riscos que pode ocorrer com a inatividade física, como doenças crônicas, câncer de mama e cólon, diabetes e doença cardíaca isquêmica (Confef, 2003).

O quadro de profissionais na cidade é relativamente novo, tendo em vista que a maioria tem menos de 30 anos, com menos de 5 anos de atuação. Um dado um pouco alarmante é o fato de a carga horária da

maioria desses profissionais (59%) exceder 40 horas semanais.

Para Benevides-Pereira (2002), a sobrecarga de trabalho dos profissionais de Educação Física constitui uma variável fundamental para o esgotamento profissional, o que pode comprometer diretamente a sua saúde.

O esgotamento profissional é estudado desde os anos 1970, quando surgiram os primeiros textos intitulados de Síndrome do Esgotamento Profissional, nos quais Freudenberg (1974) o caracterizou como um sentimento crônico de desânimo, de apatia, de despersonalização que atinge o trabalhador.

Para manter um padrão de vida que supra suas necessidades, o profissional muitas vezes é obrigado a ter duas ou mais jornadas de trabalho, mesmo que sua compensação financeira não seja satisfatória ou ele não tenha o reconhecimento social merecido (Benevides-Pereira, 2002).

Porém, cabe destacar que o fato de a maioria dos avaliados possuir uma carga horária semanal superior a 40 horas não impactou o nível de atividade física desses profissionais, pois o percentual de muito ativos e de ativos foi semelhante quando comparado com os que tinham menos de 40 horas semanais. Esse resultado talvez se deva ao fato de os profissionais se exercitarem durante sua jornada de trabalho, não necessitando de um momento reservado para a prática como profissionais de outras áreas.

Além disso, apesar de ter constatado que os profissionais são relativamente jovens e têm menos de cinco anos de profissão, foi encontrado um percentual maior de muito ativos entre os profissionais com mais 30 anos, porém sem diferença estatística.

Dados do Vigitel do ano de 2014 mostram um resultado contrário, em que o aumento da idade é um fator para tornar as pessoas menos ativas: foi encontrado que pessoas de ambos os sexos entre 18 a 24 anos estão 50% ativas, as de 25 a 34 estão em 41,5%, e os da faixa etária de 35 a 44 são 31,2% (Brasil, 2015).

A diferença encontrada em relação ao presente estudo pode se dever ao fato de tratar-se de profissionais diretamente envolvidos com a prática de atividade física.

Tal resultado é positivo, pois com o aumento da idade, é importante manter um

nível de atividade física ideal. Isso porque o processo de envelhecimento desencadeia uma série de alterações que podem ser reduzidas com a prática de atividade física, como alterações anatômicas na coluna vertebral que influenciam diretamente na estatura do indivíduo, perda de massa muscular e óssea, ganho de peso, redução da água corporal, perda da densidade óssea, hipertensão, entre outros fatores nocivos para a saúde (Freitas, 2002).

Em relação a interpretação dos dados, é importante destacar que o presente estudo possui algumas limitações que devem ser consideradas. Primeiro, a utilização de questionário para avaliação do nível de atividade física, pois pode haver uma superestimativa ou subestimativa do nível real de atividade física.

Segundo, o tamanho pequena da amostra utilizada, o que dificulta as análises realizadas; além disso, o fato de ter sido realizada a coleta em 10 academias da cidade.

Por fim, a utilização de um delineamento transversal na pesquisa, que possibilita a ocorrência de causalidade reversa, a qual pode interferir na interpretação dos resultados.

CONCLUSÃO

Diante dos resultados encontrados, conclui-se que o nível de atividade física dos professores de educação física das academias de Ubá-MG apresentou uma elevada prevalência de muito ativos e ativos, não apresentando diferença em relação a fatores como sexo, idade, tempo de atuação e carga semanal de trabalho.

Tais resultados podem ser explicados em função dos conhecimentos dos profissionais sobre os benefícios da atividade física, contribuindo para a adoção do estilo de vida ativo.

Porém, ressalta-se a necessidade de mais estudos, com uma amostra maior e em outras cidades, visando confirmar os resultados encontrados no presente estudo.

REFERÊNCIAS

1-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Vigitel Brasil 2014: Vigilância de fatores de risco e proteção para

Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbpex.com.br

doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília. 2015.

2-Brasil. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2013: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. 2014. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/saude/2014/05/pesquisa-revela-aumento-na-pratica-de-atividades-fisicas>. Acesso em: 25/04/2015.

3-Benevides-Pereira, A. M. T. (Org.). Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo. Casa do Psicólogo. 2002.

4-Conselho Federal de Educação Física. Resolução CONFEF n.º 056, de 18 de agosto de 2003. Dispõe sobre o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física registrados no Sistema CONFEF/CREFs. Rio de Janeiro: CONFEF, 2003. Disponível em: <http://www.confef.org.br/extra/resolucoes/conteudo.asp?cd_resol=103>. Acesso em: 21/04/2015.

5-Dyniewicz, A. M.; Moser, A. D. L.; Santos, A. F.; Pizoni, H. Avaliação da qualidade de vida de trabalhadores em empresa metalúrgica: um subsídio à prevenção de agravos à saúde. Revista Fisioterapia em Movimento. Vol. 22. Num. 3. 2009. p.457-466.

6-Espírito Santo, G.; Mourão L. A auto representação da saúde dos professores de educação física de academias. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Vol. 27. Num. 3. 2006. p.39-55.

7-Fleck, M. P. A.; Lousada, S.; Xavier, M.; Chachamovich, E.; Vieira, G.; Santos, L.; Pizon, V. Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100). Revista de Saúde Pública. Vol. 33. Num. 2. 1999. p.198-205.

8-Freitas, E. V.; Miranda, R. D.; Nery, M. R. Parâmetros clínicos do envelhecimento e avaliação geriátrica global. Tratado de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan. 2002. p.610-617.

9-Freudenberger, H. J. Staff burnout. Journal of Social Issues. New York. Vol. 30. Num. 1. 1974. p.159-165.

10-Garcia, A. W.; Pender, N. J.; Antonakos, C. L.; Ronis, D. L. Changes in physical activity beliefs and behaviors of boys and girls across the transition to junior high school. Journal of Adolescents Health. Vol. 22. Num. 5. 1998. p.394-402.

11-Hoffman, S. J.; Harris, J.C. Cinesiologia: o estudo da atividade física. Porto Alegre. Artmed. 2002.

12-Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde 2013: percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. 2014.

13-International Physical Activity Questionnaire (Ipaq). Scoring Protocol. 2005. Disponível em: <<http://www.ipaq.ki.se/scoring.pdf>>. Acesso em: 28/02/2012.

14-Oliveira, C. C. M. Atividade física de lazer e sua associação com variáveis demográficas e outros hábitos relacionados à saúde em funcionários de um banco estatal. Dissertação de Mestrado. Rio de Janeiro. Escola Nacional de Saúde Pública. Fundação Oswaldo Cruz. 2000.

15-Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Doenças crônico-degenerativas e obesidade: estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília. 2003.

16-Pellegrini, A. M. A formação profissional em educação física. In: Passos, Solange C. E. (Org.). Educação Física e Esportes na Universidade Brasília. Ministério da Educação, Secretaria de Educação Física e Desporto.1988.

17-Ribeiro, M. A.; Andrade, D. R.; Oliveira, L. C.; Brito, C. F.; Matsudo, S. M.; Araújo, T. L.; Andrade, E.; Figueira Jr, A.; Braggion, G.; Matsudo, M. Nível de conhecimento sobre atividade física para a promoção da saúde de estudantes de educação física. Revista Brasileira Ciência e Movimento. Vol. 9. Num. 3. 2001. p.31-37.

Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbpex.com.br

18-Santos, A. L. P.; Simões, A. C. Educação Física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas. Saúde e Sociedade. Vol. 21. Num. 1. 2012. p.181-192.

19-Santos, J. D. A.; Santos, S. A. G.; Santos, P. G. M. D.; Wanderley, A. L.; Batista, G. R. Qualidade de vida dos professores de academia de ginástica da cidade de Olinda-Pernambuco. Revista de Educação Física/UEM. Vol. 24. Num. 2. 2013. p.225-231.

20-Silva, J. V. P.; Nunez, P. R. M. Qualidade de vida, perfil demográfico e profissional de professores de educação física. Revista Pensar a Prática. Vol. 12. Num. 2. 2009. p.1-11.

21-Zamai, C. A.; Bankoff, A. D. P. Nível de atividade física e indicadores de qualidade de vida de colaboradores da Unicamp. In: Programa Mexa-Se Unicamp XI Simpósio Nordestino de Atividade Física e Saúde. Aracaju-SE. 2010.

Recebido para publicação 09/07/2016

Aceito em 03/11/2016