

## CORRELACIONANDO O ESTILO DE VIDA E A SAÚDE DOS PROFESSORES

Adilson de Souza Borges<sup>1</sup>  
Adrina Richit<sup>2</sup>

**Introdução:** Entre os principais determinantes para a saúde, os fatores mais decisivos são: a biologia humana, os serviços de saúde, o meio ambiente e o estilo de vida, sendo o meio ambiente e o estilo de vida fatores com maiores impactos que os demais. Dessa forma, o estilo de vida é elemento fundamental na promoção de saúde ou adoecimento e as pessoas dependem muito mais desse fator, para terem saúde, em comparação com fatores ligados à biologia humana ou o acesso aos serviços de saúde. **Objetivos:** O estudo teve o objetivo de investigar o estilo de vida de um grupo de professores e suas implicações na saúde. **Metodologia:** Realizamos um estudo (aprovado em Comitê de Ética sob o número 45026621.6.0000.5564), de abordagem quanti-qualitativa, com 59 professores que atuam no Ensino Fundamental de duas escolas da Rede Municipal de Educação do município de Concórdia (SC). Para tanto, os dados foram constituídos por meio de questionário (organizado em tópicos relacionados à saúde, doenças e estilo de vida dos professores) e analisados a partir da perspectiva da análise de conteúdo, em uma dinâmica de triangulação de dados. **Resultados e Discussão:** A análise de dados revelou que os professores possuem alguns hábitos saudáveis e outros prejudiciais à saúde. A maioria possui hábitos prejudiciais nos componentes: consumo diário de água pura; prática de atividades físicas; exposição solar; e, possivelmente, superávit calórico diário. Os hábitos saudáveis, por sua vez, estão relacionados aos componentes: descanso do sono; dieta alimentar (qualitativamente); consultas preventivas; e religiosidade. As principais doenças que afetam os professores são: a hipertensão/pressão alta (23,7%); as infecções respiratórias (22%); as dores/doenças crônicas (20,3%); as doenças respiratórias (18,6%); as alergias (18,6%); a queda de cabelo (16,9%); as doenças gastrointestinais (16,9%); as alterações na voz (16,9%); o estresse/ansiedade (13,6%); entre outras patologias. Desta forma, os dados nos possibilitam inferir que os professores sofrem de algumas doenças e/ou transtornos que poderiam ser prevenidos ou combatidos através de mudanças do estilo de vida, sobretudo através de hábitos saudáveis relacionados à dieta alimentar, à prática de atividades físicas, à religiosidade, ao uso de água pura conveniente, à exposição solar e ao descanso. **Conclusões/Considerações Finais:** Este estudo foi publicado (integralmente) na

<sup>1</sup> Doutor em Educação, Universidade do Oeste de Santa Catarina, Acadêmico de Medicina, Universidade do Contestado, adilsonsb@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Educação Matemática (UNESP), Professora da Universidade Federal da Fronteira Sul, adrianarichit@gmail.com

  
8ª Semana Acadêmica de Medicina UFS: Saúde Global

1º Simpósio do Programa de Pós-Graduação em Ciências Biomédicas

REALIZAÇÃO:



Revista Revisa (<https://doi.org/10.36239/revisa.v14.n1.p1369a1378>) e contribui ao apresentar/divulgar dados relevantes sobre a saúde de professores, fornecendo elementos para o desenvolvimento de novas pesquisas e para a promoção de saúde coletiva. Verifica-se, portanto, que o estilo de vida é fator preponderante na promoção de saúde e/ou no desenvolvimento de doenças.

**Palavras-chaves:** Estilo de vida. Saúde dos professores. Doenças dos professores.