



Percepções de saúde e qualidade de vida de professores da rede pública de ensino

Liriana Correa Dalla Corte¹,

Vanessa Candito²,

Karla Mendonça Menezes³

Phillip Vilanova Ilha⁴

Félix Alexandre Antunes Soares⁵

¹Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, Brasil. ²Universidade federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil. ³Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, Brasil. ⁴Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, Brasil. ⁵Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, Brasil. E-mail: lirianade@gmail.com.

RESUMO. O conceito de saúde é polissêmico e se entrelaça com os domínios de bem-estar e qualidade de vida, contemplando a percepção dos indivíduos sobre diversos aspectos de sua existência. Assim, no ambiente escolar, a satisfação profissional do professor pode impactar significativamente a qualidade do ensino. O objetivo deste estudo foi investigar a percepção sobre saúde e qualidade de vida de um grupo de professores da rede pública de ensino do Rio Grande do Sul, Brasil. Por meio de uma pesquisa quantitativa, exploratória e colaborativa, foi aplicado o questionário *Short Form – 36* a 24 docentes. Os achados demonstram que alguns professores têm uma autopercepção positiva sobre saúde enquanto outros necessitam de apoio em alguns aspectos da saúde integral. O trabalho instiga novos estudos voltados à análise da qualidade de vida e contentamento do professor a fim de contribuir para uma melhor qualidade de ensino.

Palavras-chave: Bem-estar docente, Qualidade de vida, Promoção da saúde.

Perceptions of health and quality of life of teachers in the public education network

ABSTRACT. The concept of health is multifaceted and closely linked to well-being and overall quality of life, encompassing individuals' perceptions of various aspects of their lives. For instance, in the context of education, a teacher's professional fulfillment can significantly influence the quality of instruction. This study aimed to examine the perception of health and quality of life among a group of teachers in the public education system in Rio Grande do Sul, Brazil. Through a quantitative, exploratory and collaborative research design, the *Short Form – 36* questionnaire was applied to 24 teachers. The results revealed that some teachers hold positive self-perceptions regarding their health, while others may benefit from support in certain areas of holistic well-being. These findings prompt further research to analyze teachers' overall quality of life and contentment, intending to enhance the quality of teaching.

Keywords: Teacher well-being, Quality of life, Health promotion.

Percepciones de salud y calidad de vida de docentes de la red de educación pública

RESUMEN. El concepto de salud es polisémico y se entrelaza con los dominios de bienestar y calidad de vida, contemplando la percepción de los individuos sobre diferentes aspectos de su existencia. Así, en el ámbito escolar, la satisfacción profesional del docente puede impactar significativamente en la calidad de la enseñanza. El objetivo de este estudio fue investigar la percepción sobre la salud y la calidad de vida de un grupo de profesores de la red de educación pública de Rio Grande do Sul, Brasil. A través de una investigación cuantitativa, exploratoria e colaborativa, se aplicó el cuestionario *Short Form – 36* a 24 profesores. Los hallazgos demuestran que algunos docentes tienen una autopercepción positiva sobre la salud mientras que otros necesitan apoyo en algunos aspectos de la salud integral. El trabajo promueve nuevos estudios destinados a analizar la calidad de vida y la satisfacción del docente para contribuir a una mejor calidad de la enseñanza.

Palabras clave: Bienestar docente, Calidad de vida, Promoción de la salud.

Introdução

Quão saudáveis nos sentimos? Para responder a essa pergunta, é essencial compreender que o conceito de saúde varia conforme as condições sociais, econômicas e culturais, refletindo na maneira como cada indivíduo vive e se relaciona com o meio à sua volta. A saúde não se limita às condições físicas, abrangendo também as dimensões mentais, sociais e psicológicas e implica abordar bem-estar e qualidade de vida, uma vez que estes se entrelaçam na consideração integral de estilo de vida, direitos humanos, cultura e política (WHO, 2023, *on-line*).

Sendo assim, sentir-se bem envolve a auto avaliação não apenas sobre saúde, mas também fatores culturais, educacionais, morais, hábitos de vida, moradia, empregabilidade, acesso à alimentação e saneamento básico (Pedrolo et al., 2021).

Inserida nessa perspectiva, a qualidade de vida também passou a ser um indicador de sucesso ou não de políticas públicas (Pimenta et al., 2008). Dessa forma, ter boa saúde e qualidade de vida envolve a percepção de vitalidade, boas relações com família e amigos, saúde emocional e contentamento no ambiente laboral (Moreira et al., 2023).

Nesse contexto, o bem-estar no trabalho implica em liberdade e empoderamento para transformar o ambiente ao nosso redor (Antonini et al., 2022). Um maior nível de satisfação profissional se associa à liberdade e empenho em realizar as atividades laborais de maneira saudável. Considerando que as interações entre o trabalho e a saúde são influenciadas por fatores socioculturais, econômicos e produtivos, no contexto escolar, é fundamental compreender como o trabalho é organizado, as responsabilidades dos profissionais da educação e as condições que podem afetar o processo de saúde e doença (Antonini et al., 2022).

Assim, para Birolim et al. (2019), o bem-estar docente pode ser definido como um processo dinâmico, construído a partir da avaliação cognitiva e afetiva que o professor faz do seu trabalho e das condições que lhe são oferecidas para realizar o mesmo. Logo, a satisfação do professor com seu ambiente de trabalho está relacionada à fatores como remuneração, condições de trabalho, relação com a equipe escolar, sobrecarga profissional e estilo de vida (Both et al., 2014).

Nesse sentido, evidencia-se que o bem-estar no ambiente escolar é fundamental para a qualidade do ensino e das relações de aprendizagem, manifestando-se no dia a dia das escolas através da escuta atenta, da construção de vínculos, da atenção às necessidades dos professores, estudantes e suas famílias e da formação de relações de confiança que promovem um sentimento de pertencimento e bem-estar na escola e na sala de aula (Menezes & Candito, 2023).

Assim, alguns fatores como sobrecarga de trabalho, baixo investimento em formação, conflitos com a comunidade escolar, má gestão do tempo e problemas comportamentais dos estudantes têm desencadeado desmotivação e agravos à saúde dos professores (Santana & Neves, 2017; Antonini et al., 2022). Além disso, estudo realizado com professores de vários países apontou que o Brasil é o país onde há maior número de estudantes por sala, menor quantidade de professores com contrato permanente e maior carga horária semanal (Dias et al., 2017).

Entre os principais problemas que afetam a saúde do professor estão os transtornos mentais, comportamentais, doenças respiratórias e dor musculoesquelética. A última delas, inclusive, está associada à menor auto percepção de qualidade de vida (Ceballos & Santos, 2015). Luz et al. (2019) analisaram publicações de 2002 a 2016 para identificar a prevalência de doenças entre docentes, destacando transtornos psicossomáticos, distúrbios da voz, síndrome de Burnout, depressão e estresse como as mais frequentes. Em um estudo mais recente com professores brasileiros, foram identificados fatores de estresse ocupacional, como sobrecarga de trabalho, falta de controle sobre o tempo, problemas comportamentais dos estudantes, burocracia excessiva, implementação de novas iniciativas educacionais e dificuldades de relacionamento com supervisores (Antonini et al., 2022).

Ao investigar a relação entre auto eficácia docente e regulação emocional, Lima Júnior e Iaochite (2025) argumentam sobre a importância da figura do professor na promoção da saúde sócio emocional dos alunos. O bom gerenciamento das emoções dos educadores impacta significativamente na sua conduta em sala de aula e em uma resposta positiva na aprendizagem dos alunos.

Além disso, a Organização das Nações Unidas (ONU), na elaboração da Agenda 2030, através dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) definiu 17 objetivos na intenção de promover o desenvolvimento sustentável até o ano de 2030. O terceiro deles refere-se à importância de oferecer uma educação de qualidade, que contemple a promoção de saúde e bem-estar de todos (United Nations, 2015). Para alcançar esse objetivo, é fundamental oferecer estratégias preventivas, visando prevenir descontentamentos, adoecimentos e afastamento (Moreira et al., 2023; Nóvoa & Alvim, 2021).

Neste contexto, é crescente o número de pesquisas que se preocupam em analisar o bem-estar desses profissionais e o que pode ser feito para auxiliar o professor a cumprir sua missão de educar. Essas pesquisas são fundamentais, pois identificam não apenas os problemas de saúde que afetam os docentes, mas também estratégias de prevenção e tratamento, contribuindo para um ambiente de trabalho mais saudável e eficiente. Ao analisá-las, encontramos pontos comuns como possíveis estratégias de enfrentamento: melhores políticas públicas, criação de medidas preventivas, valorização profissional, momentos de diálogo em grupo e acolhimento na escola (Menezes, Candito & Dalla Corte, 2023; Antonini et al., 2022; Santana & Neves, 2017).

Dessa forma, é importante ressaltar que o contexto educacional brasileiro passou por desafios significativos devido à pandemia da COVID-19. No início de 2020, a pandemia impactou social, econômica, política e culturalmente a vida de todos. A rotina, bem-estar e qualidade de vida foram profundamente alterados, gerando medo e incertezas. O fechamento das escolas levou à implementação abrupta do Ensino Remoto Emergencial (ERE) (De Oliveira et al., 2021; Dalla Corte et al., 2022). Com isso, foi necessário que toda comunidade escolar se reinventasse no intuito de dar continuidade às aulas. A substituição das aulas presenciais exigiu o uso de tecnologias digitais e desencadeou inúmeras dificuldades associadas à falta de conhecimento sobre a realidade virtual, problemas de acesso e a exacerbação de questões antigas ligadas à educação, como a sobrecarga de trabalho, além de remover os limites entre a vida profissional e pessoal de todos os envolvidos (Menezes et al., 2021).

Em 2021, foram realizadas diferentes tentativas de retorno escalonado às aulas presenciais, seguidas por um retorno presencial em 2022, ainda com dificuldades e diversas adaptações. Finalmente, em 2023, as atividades escolares ocorreram predominantemente de forma presencial. No entanto, mesmo com o retorno presencial, os efeitos da pandemia continuaram a ser sentidos, afetando tanto o aspecto cognitivo quanto o emocional dos estudantes, professores e demais profissionais da educação. A docência foi particularmente impactada com essas transformações. Um recente estudo conduzido por Dalla Corte et al. (2022) apontou que o distanciamento social e demais mudanças trazidas pela pandemia ocasionaram tristeza, esgotamento, medo, impotência e indignação, mas também permitiram o desenvolvimento da empatia, superação e resiliência. Martínez Cortés et al. (2023) destacam que a alta demanda de trabalho resultou em uma baixa avaliação de saúde e qualidade de vida entre os docentes. Esses autores defendem que ações voltadas para a melhoria das condições de trabalho são essenciais para evitar a desmotivação dos professores e o consequente comprometimento da aprendizagem dos estudantes.

Esse cenário ressalta a importância de estudos contínuos e que ofereçam um olhar atento à saúde dos docentes, incentivando debates e novas pesquisas de forma que possam ser indicativos de ações diretas para o enfrentamento das condições e percepções dos docentes e da comunidade escolar. Com base nesses pressupostos, este estudo tem como objetivo investigar a percepção sobre saúde e qualidade de vida de um grupo de professores da rede pública estadual de ensino do interior do Rio Grande do Sul.

Metodologia

O enfoque metodológico empregado neste estudo é de natureza quantitativa. Em termos de objetivos, a pesquisa se classifica como pesquisa exploratória (Gil, 2008) e tem aporte metodológico orientado pela pesquisa colaborativa (Ibiapina, 2008). Esse estudo foi realizado em uma escola pública da rede estadual do Rio Grande do Sul (RS), localizada na periferia da região central do estado. No ano de 2022, contemplava 40 profissionais no quadro docente e 499 estudantes matriculados, dos quais 182 encontravam-se nos Anos Iniciais e 194 nos Anos Finais do Ensino Fundamental, além de 123 registros no Ensino Médio (Inep, 2022).

Com vistas a subsidiar os processos de ensino e aprendizagem, em parceria com um grupo de estudos, a instituição escolar realiza sistematicamente formações que partem da identificação coletiva das demandas do contexto escolar e perpassam o planejamento coletivo de estratégias pedagógicas. Desde o ano de 2011, universidade e escola buscam, conjuntamente, desenvolver ações colaborativas que promovam o aperfeiçoamento pedagógico conforme as demandas do contexto escolar, sendo muitas delas voltadas à promoção da saúde e bem-estar.

Os docentes, participantes deste estudo, apresentam idade média de 46,6 anos, variando entre 31 a 66 anos. Desses, 8,33% são do sexo masculino, enquanto 91,66% do sexo feminino. No ano letivo de 2023, após o retorno às atividades presenciais, 24 professores responderam à versão brasileira do questionário de qualidade de vida SF-36 (*Short Form-36*), que foi disponibilizado de forma *on-line*. O SF-36 é um instrumento multidimensional desenvolvido nos Estados Unidos, traduzido e validado no Brasil por Ciconelli et al. (1999). É composto por questões que envolvem oito domínios escalonados, são eles: capacidade funcional (dez itens), aspectos físicos (quatro itens), dor (dois itens), estado geral da saúde (cinco itens), vitalidade (quatro itens), aspectos sociais (dois itens), aspectos emocionais (três itens) e saúde mental (cinco itens).

Essas questões propõem que os participantes reflitam sobre suas experiências e condições de saúde nas últimas quatro semanas antes da aplicação do questionário e também inclui uma pergunta comparativa, solicitando aos participantes que avaliem sua saúde atual em relação ao que era há um ano atrás, ou seja, período onde acontecia o ERE.

O cálculo dos escores do questionário de estilo de vida é realizado em duas fases. Na primeira fase, os resultados são ponderados, atribuindo uma pontuação a cada questão e somando os pontos obtidos em itens relacionados a cada domínio específico. Na segunda fase, o cálculo do *Raw Scale* é feito, onde o valor final não tem unidade de medida direta. As pontuações das questões são transformadas em oito domínios que variam de zero a 100, sendo zero o pior e 100 o melhor desempenho em cada domínio. Para isso, aplica-se a fórmula: $(\text{Valor obtido das questões correspondentes} - \text{Limite Inferior}) \times 100 / \text{Variação (Score Range)}$, utilizando valores fixos para Limite Inferior e Variação. Após o cálculo dos escores, os resultados numéricos das dimensões foram

distribuídos em quartis (0 a 25), (26 a 50), (51 a 75) e (76 a 100), conforme sugerido por Castro et al. (2003). Também se utilizou de estatística descritiva para caracterização dos participantes.

Todos os procedimentos éticos estabelecidos para a pesquisa científica foram devidamente respeitados e a realização desse estudo aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade, conforme parecer consubstanciado no número 56837122.10000.5346.

Resultados

Este estudo se dedicou a investigar a percepção de saúde e qualidade de vida de um grupo de professores da rede pública de ensino do interior do Rio Grande do Sul. Nessa perspectiva, considerando que o bem-estar e a qualidade de vida estão relacionados à auto percepção de saúde, a diversidade dos participantes levou a variações nas pontuações para o mesmo domínio do teste. Nesse sentido, é importante ressaltar que a pesquisa envolveu 24 docentes com diferentes históricos e estilos de vida.

Com relação ao gênero, utilizando-se do mesmo questionário SF-36 com professores chilenos, Lizana et al. (2021) encontraram uma representatividade de 71% das mulheres na docência. Em nosso estudo, foi de 91,66%, corroborando com os dados do Censo Escolar de 2022, realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep, 2022), o qual aponta que 79,2% do quadro docente do Ensino Básico brasileiro é composto por mulheres.

Nesse sentido, para Rocha e Blaszkó (2022) trata-se de uma relação histórica, visto que a porta de entrada das mulheres no mercado de trabalho se deu através da área da educação/ensino. Ademais, é importante considerar que, embora a divisão das tarefas tenha se tornado mais equilibrada entre os gêneros, ainda recai sobre as mulheres a maior parte da responsabilidade e envolvimento com os afazeres domésticos e cuidado com os filhos, sendo que, em muitas famílias, a figura provedora e cuidadora é exclusivamente feminina (Barbosa et al. 2022; Sousa & Guedes, 2016).

Durante a pandemia da COVID-19, essa carga de responsabilidades foi exacerbada, com as mulheres se dividindo entre as atividades domésticas, o trabalho e o cuidado com os filhos. Esse cenário pode ter contribuído para baixos indicadores de qualidade de vida e o aumento de doenças psicossomáticas (Ramos et al., 2023). Outrossim, estudo de Metri et al. (2023) aponta que mulheres dedicam em média 1,5 horas a mais de tempo ao trabalho docente do que homens.

Logo, este estudo reforça a importância de ações públicas voltadas às mulheres que equilibram suas responsabilidades profissionais e pessoais, incluindo cuidados com a casa e filhos, a fim de reduzir os elevados riscos de ansiedade, depressão e baixa qualidade de vida.

Diante do contexto exposto, é fundamental analisar como as múltiplas responsabilidades e os desafios enfrentados pelos docentes impactam sua percepção de qualidade de vida. Para fornecer uma visão detalhada sobre essa questão, a Tabela 1 apresenta as frequências dos escores por domínios referentes à auto percepção de qualidade de vida, conforme inferido pelo questionário SF-36. Esses resultados oferecem uma visão abrangente das diversas áreas da qualidade de vida relatadas pelos participantes, permitindo uma análise mais aprofundada das dimensões de saúde e bem-estar que podem estar associadas aos fatores de estresse e sobrecarga enfrentados por esses profissionais.

Tabela 1: Distribuição percentual nos quartis dos domínios do SF-36

Domínios	1º quartil (0 a 25)	2º quartil (26 a 50)	3º quartil (51 a 75)	4º quartil (76 a 100)
	%	%	%	%
Capacidade funcional	4,17	16,67	20,83	58,33
Aspectos físicos	33,33	8,34	20,83	37,50
Dor	12,50	20,83	25,00	41,67
Estado geral de saúde	4,17	33,33	45,83	16,67
Vitalidade	20,83	25,00	45,83	8,34
Aspectos sociais	16,67	25,00	20,83	37,50
Aspectos emocionais	29,17	20,84	4,16	45,83
Saúde mental	4,17	16,66	41,67	37,50

Fonte: Os autores (2024)

A autopercepção de qualidade de vida é um aspecto crucial para entender o impacto dessas múltiplas responsabilidades na saúde. Compreender a relação da complexidade e pluralidade do trabalho docente com sua saúde integral é fundamental para vivenciarmos as reais transformações advindas do desenvolvimento

educacional, haja vista que a saúde e qualidade de vida do professor, que está em contato constante com suas emoções e de seus alunos, têm um papel importante nessa tarefa (Morandini & Junior, 2022).

Em breve exposição sobre cada um dos domínios, percebemos que o domínio físico está associado a fatores como percepção de dor, energia e mobilidade, enquanto o fator social se refere às relações interpessoais e redes de apoio (Rocha & Blaszkó, 2022). Por capacidade funcional, entende-se a autonomia para realizar atividades básicas e instrumentais da vida diária, que envolve a capacidade de vestir-se e banhar-se sozinho, dirigir e usar o telefone, por exemplo (Pinto et al., 2016).

No domínio aspectos físicos, é avaliado se o indivíduo encontra alguma limitação física e, em caso positivo, o quanto ela o impacta nas atividades diárias. Já em aspectos emocionais, avalia-se o nível de ansiedade, depressão, alterações de comportamento, descontrole emocional e bem-estar psicológico (Oliveira et al., 2009).

Na análise dos domínios sobre qualidade de vida, podemos observar que a maioria dos respondentes (58,33%) percebem sua capacidade funcional como alta, situando-se no 4º quartil. Em relação aos aspectos físicos, houve uma representativa proporção no 1º quartil (33,33%) indicando dificuldades, mas uma maior concentração no 4º quartil (37,50%) o que mostra uma percepção positiva.

A idade média dos docentes participantes deste estudo foi de 46,6 anos, variando entre 31 a 66 anos. Uma pesquisa com 1645 professores da região sul do Brasil observou que a maioria dos docentes estava na faixa etária entre 30 a 39 anos (34,5%) e 40 a 49 anos (37,6%) (Both et al., 2014).

Embora não seja comum estabelecer uma relação entre a idade e estilo de vida, para Cordeiro et al. (2023), a maturidade é fator de conhecimento sobre o próprio corpo e respeito aos limites físicos, logo, quanto maior a idade do professor, melhor a autopercepção sobre a saúde física e maior a resiliência emocional.

Em nossa análise, a vitalidade é percebida de forma bastante diversa, com uma distribuição relativamente alta nos 2º e 3º quartis. Apesar de não ter sido questionado se os participantes praticavam regularmente alguma atividade física, sabe-se que a prática regular de exercícios físicos pode contribuir para uma menor percepção de dor, vitalidade e melhor qualidade de vida (Oliveira et al., 2009; Pimenta et al., 2008). Em contrapartida, a sobrecarga de atividades impostas ao professor juntamente com a adoção de um estilo de vida mais sedentário pode ser fator responsável pela perda da disposição (Both et al., 2014).

Além da carga de trabalho, os hábitos de vida são importantes indicativos de saúde e bem-estar. Cuidados com a alimentação, prática de atividade física, controle do estresse e uma relação otimista diante da vida podem impactar na forma como o professor se vê diante da vida e trazer reflexos para sua vida docente (Both et al., 2014). Fatores como obesidade, tabagismo e uso de álcool estão associados a um maior risco de doenças e, consequentemente, afastamento profissional (Moreira et al., 2023).

Nesse contexto, um estudo realizado com 978 professores de uma escola pública brasileira apontou que a prática de atividades físicas é capaz de ampliar a capacidade funcional dos entrevistados, o que contribui para uma significativa melhora na qualidade de vida. Por outro lado, a exaustiva realidade da profissão é responsável por reduzir a adesão às atividades físicas. Na pesquisa, 71,9% dos professores entrevistados não atingiram 150 minutos de atividade física semanal (Dias et al., 2017).

Em consonância, um estudo realizado com 525 docentes de escolas públicas brasileiras, com prevalência de 86,1% de mulheres, identificou que 25,7% da amostra apresentava sobrepeso ou pré-obesidade (Ceballos & Santos, 2015). Na referida pesquisa, transtornos mentais e dor musculoesquelética se apresentaram como os principais problemas de saúde enfrentados por essa população.

Ao considerar que os professores enfrentam uma sobrecarga de tarefas e uma ampla jornada de trabalho, percebe-se que seu tempo livre é frequentemente dedicado a demandas não realizadas durante o expediente (Da Silva et al., 2024). Logo, o tempo que poderia ser disponibilizado para a prática de atividades físicas durante a semana ou para atividades sociais e de relaxamento aos finais de semana são muitas vezes utilizados para o planejamento de atividades escolares.

A constante ligação com o trabalho pode comprometer o bem-estar e a qualidade de vida dos professores, além de aumentar os riscos à saúde e afetar negativamente a qualidade do ensino (Metri et al., 2023). Para agravar a situação, um estudo de Rocha e Blaszkó (2022) revela que mais da metade dos professores entrevistados trabalha em três turnos e cerca de um terço possui mais de dois empregos. Essa sobrecarga de trabalho levanta questões sobre a possibilidade de reservar momentos para lazer e autocuidado. A incompatibilidade de horários também compromete a participação dos professores em programas de formação continuada e grupos de estudos, essenciais para a melhoria da qualidade do ensino.

Em nossa análise, o domínio que trata sobre a percepção de dor levou a quase metade dos respondentes (41,67%) relatarem pouca dor, situando-se no 4º quartil, o que representa os maiores escores do teste. Observa-se que a forma como o professor conduz suas atividades laborais pode estar relacionada com a prevalência de dor, visto que a permanência na posição sentada por longos períodos e a contínua elevação dos braços por longos períodos é recorrente e pode ocasionar dores nas costas (Cordeiro et al., 2023).

Para Metri et al. (2023), a dor musculoesquelética, que acomete ossos, ligamentos, tendões e nervos, está entre os problemas de saúde mais relatados pelos professores em decorrência da docência exigir muitas horas na postura em pé, escrevendo ou monitorando os alunos. Como consequência, é observado dores físicas na região dos pulsos,

coluna lombar e cervical, ombros, joelhos e quadris. Todas essas patologias estiveram relacionadas ao aumento do estresse, depressão e baixa satisfação com o trabalho.

Os aspectos sociais têm uma distribuição significativa no 2º quartil, mas a maior concentração está no 4º quartil (37,50%), sugerindo interações sociais satisfatórias. Em estudo semelhante, valendo-se do mesmo teste, foi avaliada a qualidade de vida de professores chilenos no período pré pandêmico e pandêmico. No período anterior à pandemia, já foram observados baixos índices de qualidade de vida, com prejuízos na saúde dos participantes. Os autores reforçam a preocupação com futuras intervenções no intuito de oferecer melhores condições à comunidade escolar (Lizana et al., 2021).

Em nossa análise, os aspectos emocionais mostram uma polarização, com uma significativa proporção no 1º quartil (29,17%), indicando dificuldades emocionais, mas a maior concentração no 4º quartil (45,83%) indica uma percepção emocionalmente positiva.

Traçando um paralelo entre os domínios dor e aspectos emocionais, achados anteriores apontam que grande exposição a situações de estresse e ansiedade no ambiente escolar leva a lesões no sistema musculoesquelético e maior sensação de dor (Cordeiro et al. 2023). À vista disso, é sabido que as condições físicas, mentais e emocionais são indissociáveis, sendo assim, situações que trazem desconfortos emocionais também desencadeiam desconfortos físicos.

Neste sentido, casos de ansiedade e depressão são responsáveis por gerar maior percepção de dor, ataque cardíaco, perda de força muscular e desequilíbrio hormonal (Ceballos & Santos, 2015). Logo, o estresse prolongado pode impactar na qualidade de vida e levar a doenças como ansiedade, depressão, problemas de sono, doenças cardiovasculares e isolamento social (Da Silva et al., 2024).

Por fim, a saúde mental foi predominantemente bem avaliada, com a maioria dos respondentes nos 3º e 4º quartis, indicando uma percepção positiva nesse aspecto. Em contrapartida, estudo realizado por Dias et al. (2017) com 231 professores de escolas públicas de uma cidade paulista apontou baixas pontuações em sete dos oito domínios abrangidos pelo teste, indicando que altos níveis de estresse estão associados a baixos níveis de qualidade de vida.

Em síntese, os resultados deste estudo apontam que a maioria dos docentes investigados percebe sua capacidade funcional, dor, aspectos sociais, emocionais e saúde mental de forma positiva, com altas concentrações nos 3º e 4º quartis. No entanto, existem preocupações notáveis com aspectos físicos e vitalidade, onde um número expressivo de professores se situa nos 1º e 2º quartis. Esses resultados indicam áreas específicas que necessitam de atenção para melhorar a qualidade de vida dos docentes.

Os achados revelam que a auto percepção da qualidade de vida dos professores é um componente essencial para compreender o impacto das múltiplas responsabilidades na sua saúde. A análise dos domínios relacionados à qualidade de vida dos docentes evidencia que, embora a maioria perceba sua capacidade funcional, aspectos sociais, emocionais e saúde mental de forma positiva, há preocupações significativas com aspectos físicos e vitalidade. Essa discrepância destaca a necessidade de atenção especial nessas áreas para melhorar a qualidade de vida dos professores, sugerindo intervenções direcionadas e políticas de apoio que abordem as questões físicas e de vitalidade. Com isso, é possível promover um ambiente de trabalho mais saudável e satisfatório, contribuindo para a eficiência e a qualidade do ensino.

Em nosso estudo, não foi possível identificar se a volta à rotina de sala de aula influenciou na saúde dos avaliados. Quando questionados sobre seu estado geral de saúde em comparação ao ano anterior, 45,8% relataram sentir-se quase da mesma forma e apenas 17,8% disseram estar um pouco pior, indicando que o retorno das aulas presenciais não interferiu significativamente na percepção de qualidade de vida.

No que se refere às mudanças ocasionadas pela pandemia da COVID-19, especialmente na rotina escolar, o trabalho remoto trouxe limitações que prejudicaram a socialização, comprometendo o fortalecimento das relações interpessoais e afetivas. Alfaia et al. (2022) afirmaram que as mudanças decorrentes do ERE aumentaram a percepção de dor lombar e cervical devido à falta de mobiliário ergonomicamente adequado e ao maior tempo dedicado às atividades tecnológicas. Essas condições resultaram em uma série de alterações na saúde e bem-estar dos professores.

Um estudo realizado com 15.641 professores brasileiros buscou descrever as condições de trabalho, estilo de vida e saúde mental desses profissionais durante a pandemia. Nesse estudo, 67,1% dos professores relataram sentir-se pior em comparação ao período pré-pandemia, sendo que os principais achados mostraram que os professores enfrentaram limitações sociais, financeiras e motivacionais nas aulas remotas, além de dificuldades no cumprimento dos critérios educacionais. Como consequência do distanciamento social, houve agravamento da saúde mental, insatisfação, absenteísmo e evasão docente, contribuindo para a redução da percepção da qualidade de vida (Silva et al., 2021).

É importante considerar ainda que os estudos encontrados não conseguem representar o real agravo na saúde dos professores durante o período do ERE, haja vista que os valores encontrados representam os dados daqueles que se encontram em exercício profissional, não contemplando aqueles afastados de suas atividades em decorrência, justamente, de problemas de saúde.

Durante a pandemia, as restrições impostas para conter a propagação do vírus reduziram ainda mais a prática de atividades físicas, agravando problemas de saúde física e mental (Da Silva et al., 2024). O Ensino Remoto Emergencial foi responsável por trazer uma condição de trabalho mais estática, em função do uso exacerbado dos computadores, o que reduziu a atividade física. Aliado a isso, a falta de ergonomia também ajudou a ampliar a predisposição a patologias, especialmente na região da coluna (Cordeiro et al., 2023).

Um estudo mostrou que 79,8% dos professores brasileiros aderiram ao distanciamento social; como resultado, 53% não praticaram atividades de lazer, o que associou transformações na rotina com piores hábitos alimentares, inatividade física, aumento de peso e do tempo dedicado às telas. Foram identificadas desordens de sono e diagnósticos de ansiedade e depressão, além de aspectos psicológicos, como medo, frustração e tédio (Silva et al., 2021).

Nesse sentido, torna-se evidente que a valorização do profissional da educação e o foco em formações continuadas que reforcem a atenção à saúde do professor são fundamentais para a qualidade educacional, considerando também sua qualidade de vida (Rocha & Blaszkowski, 2022). Estudos recentes ressaltam a relevância de fomentar discussões coletivas sobre as condições dos profissionais da educação para oferecer suporte emocional adequado (Antonini, et al., 2022; Dalla Corte et al., 2022; Menezes & Candito, 2023). Ao refletir sobre as interpelações entre formação continuada e a saúde de docentes, Menezes & Candito (2023) sugerem que as estratégias de proteção à saúde devem proporcionar uma compreensão mais detalhada da realidade, da comunidade escolar e de sua inserção sociocultural e destacam a importância de criar espaços dentro das escolas que favoreçam a troca de experiências e o apoio mútuo entre os professores. Em uma perspectiva mais ampla, os autores também apontam a necessidade de desenvolver políticas públicas que melhorem as condições de trabalho dos docentes e que incluam temas relacionados à promoção da saúde nos processos de trabalho dos professores.

Inserida nessa perspectiva, em agosto de 2023, foi aprovada a Lei de Política de Bem-estar, Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho e Valorização dos Profissionais da Educação, que propõe ações de cuidado e prevenção de saúde e incentiva a criação de programas de formação continuada com foco na promoção da saúde (Brasil, 2023). Destarte, a promoção da saúde na escola se torna um importante instrumento para oferecer ao professor um olhar atento à sua saúde, de modo que se sinta acolhido e motivado para cumprir suas responsabilidades.

Diante disso, é crucial reconhecer que, recentemente, especialmente após as demandas impostas pela pandemia da COVID-19, as discussões sobre as condições de trabalho dos profissionais da educação se intensificaram, assim como a busca por alternativas de promoção da saúde para esse grupo de profissionais. No contexto escolar, o estudo de Dalla Corte et al. (2022) promoveu uma atividade de iniciação ao Yoga para um grupo de 22 docentes de uma escola pública do Rio Grande do Sul. Os resultados evidenciaram que, após a ação, os professores relataram ter sentido relaxamento, saúde e bem-estar, equilíbrio, melhora na qualidade de sono e nas relações interpessoais. Metri et al. (2023) também promoveram a prática de Yoga para professores por meio de uma intervenção que envolveu seis semanas. Os autores observaram resultados positivos quanto à qualidade de vida desses profissionais, bem como maior motivação e entusiasmo com o ensino.

Considerações finais

O entendimento de como os professores percebem a qualidade de vida é fundamental para compreender o impacto das múltiplas responsabilidades na sua saúde integral. A análise dos domínios da qualidade de vida dos docentes revela que, embora a maioria dos investigados tenha manifestado uma percepção positiva sobre sua capacidade funcional, aspectos sociais, emocionais e de saúde mental, há preocupações importantes relacionadas aos aspectos físicos e à vitalidade. Essa diferença destaca áreas que precisam de atenção especial para aprimorar a saúde dos professores, haja visto que, enquanto alguns docentes se percebem com boa saúde e qualidade de vida, outros merecem atenção e cuidado por se sentirem esgotados e sobrecarregados com as demandas pessoais e profissionais. A falta de vitalidade e os desafios físicos podem afetar negativamente o desempenho e a satisfação profissional dos professores, além de impactar em suas vidas pessoais.

Assim, reforça-se a importância de um olhar sensível às emoções dos professores e da inserção de práticas no contexto escolar que se preocupem com a saúde integral daqueles que estão à frente da educação. Programas de apoio emocional, espaços de escuta acolhedora e a prática de atividades físicas coletivas podem ser estratégias eficazes para melhorar o bem-estar dos docentes. Essas iniciativas podem ajudar a reduzir o estresse, melhorar a saúde física e mental e promover um ambiente de trabalho mais saudável e satisfatório.

Além disso, é essencial que as instituições educacionais promovam políticas que incentivem o equilíbrio entre vida profissional e pessoal dos professores, fornecendo recursos e suporte para que possam gerenciar suas responsabilidades de forma mais equilibrada. A valorização e o cuidado com a saúde dos docentes refletem diretamente na qualidade da educação, tornando-se um investimento necessário e estratégico.

Esperamos que este trabalho forneça subsídios para a implementação de ações voltadas à saúde dos professores e que instigue novas pesquisas sobre a temática. A continuidade de estudos nessa área é crucial para desenvolver intervenções mais eficazes e sustentáveis, que atendam às necessidades específicas dos docentes e contribuam para uma educação de qualidade e um ambiente escolar saudável.

Referências

- Alfaia, F. A., Ribeiro, V. B., Silva, A. S. F. D., Leite, W. B., Silva, S. C. D., & Reis, R. D. M. (2022). Assessment of behavior-related pain in school teachers during emergency remote teaching: cross-sectional study. *BrJP*, 5, 375-381. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20220064-en>
- Antonini, F. O., Heidemann, I. T. S. B., Souza, J. B. D. B. D., Durand, M. K., Belaunde, A. M. A., & Daza, P. M. O. (2022). Práticas de promoção da saúde no trabalho do professor. *Acta Paulista de Enfermagem*, 35, eAPE02761. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO02761>
- Barbosa, R. E. C., Jesus, A. S. G. D., Costa, D. N. F., Santos, E. O., Soares, N. C., Jesus, Y. N. O. N. D., ..., Haikal, D. S. A. (2022). Condições de vida e saúde de professoras da educação básica pública de Minas Gerais provedoras financeiras de suas famílias durante a pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Estudos de População*, 39, e0226. <https://doi.org/10.20947/S0102-3098a0226>
- Biolim, M. M., Mesas, A. E., González, A. D., Santos, H. G. D., Haddad, M. D. C. F. L., & Andrade, S. M. D. (2019). Trabalho de alta exigência entre professores: associações com fatores ocupacionais conforme o apoio social. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 1255-1264. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.08542017>
- Both, J., Nascimento, J. V. D., Sonoo, C. N., Lemos, C. A. F., & Borgatto, A. F. (2014). Bem estar do trabalhador docente de educação física da região sul do Brasil de acordo com os ciclos vitais. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 28(1), 77-93. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092014000100077>
- Brasil. Ministério da Educação. (2023). *Mulheres são maioria na docência e gestão da educação básica*. <https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/noticias/2023/marco/dia-da-mulher-mulheres-sao-maioria-na-docencia-e-gestao-da-educacao-basica>.
- Castro, M. D., Caiuby, A. V. S., Draibe, S. A., & Canziani, M. E. F. (2003). Qualidade de vida de pacientes com insuficiência renal crônica em hemodiálise avaliada através do instrumento genérico SF-36. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 49, 245-249. <https://doi.org/10.1590/S0104-42302003000300025>
- Ceballos, A. G. D. C. D., & Santos, G. B. (2015). Fatores associados à dor musculoesquelética em professores: aspectos sociodemográficos, saúde geral e bem-estar no trabalho. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 18, 702-715. [10.1590/1980-5497201500030015](https://doi.org/10.1590/1980-5497201500030015)
- Ciconelli, R. M., Ferraz, M. B., Santos, W., Meinão, I., & Quaresma, M. R. (1999). Tradução para a língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36 (Brasil SF-36). *Revista Brasileira de Reumatologia*, 39(3), 143-50.
- Cordeiro, A. L. C., Vivian, G. J., & Busanello-Stella, A. R. (2023). University professors' quality of life and posture during the COVID-19 pandemic. *Fisioterapia em Movimento*, 36, e36122. <https://doi.org/10.1590/fm.2023.36122>
- da Silva, C. C. M., Santos, A. B. D., Leoci, I. C., Leite, E. G., Antunes, E. P., Torres, W., ... & Beretta, V. S. (2024). The Association between Perceived Stress, Quality of Life, and Level of Physical Activity in Public School Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1), 88. <https://doi.org/10.3390/ijerph21010088>
- Dalla Corte, L. C., Candito, V., Soares, F. A. A., & Menezes, K. M. (2022). Formação docente e saúde na escola: possibilidades de intervenção no contexto da pandemia. *Revista Nova Paideia-Revista Interdisciplinar em Educação e Pesquisa*, 4(3), 317-328. [10.36732/riep.vi.165](https://doi.org/10.36732/riep.vi.165)
- de Oliveira e Silva, R., Pereira, J. N., & Milan, E. G. P. (2021). Avaliação da qualidade de vida com o instrumento SF-36 durante a pandemia do COVID-19: Um estudo piloto. *Research, Society and Development*, 10(9), e17210917596-e17210917596. [http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.17596](https://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.17596)
- Dias, D. F., Loch, M. R., González, A. D., Andrade, S. M. D., & Mesas, A. E. (2017). Atividade física insuficiente no tempo livre e fatores ocupacionais em professores de escolas públicas. *Revista de Saúde Pública*, 51, 68. <https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051006217>

- Gil, A. C. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa* (4. Ed). Atlas.
- Ibiapina, I. M. L. D. M. (2008). *Pesquisa colaborativa: investigação, formação e produção de conhecimentos*. Líber Livro.
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2022). *Censo da Educação Básica – 2022*. Brasília, DF: Ministério da Educação, Diretoria de Estatísticas Educacionais.
- Lima Júnior, E. J. D., & Iaochite, R. T. (2025). Relação entre autoeficácia docente para apoiar o bem-estar do aluno, autoeficácia para regular as emoções e comportamento pró-social em professores. *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, 106, e5798. <https://doi.org/10.24109/2176-6681.rbep.106.5798>
- Lizana, P. A., Vega-Fernandez, G., Gómez-Bruton, A., Leyton, B., & Lera, L. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Teacher Quality of Life: A Longitudinal Study from before and during the Health Crisis. *International journal of environmental research and public health*, 18(7), 3764. [10.3390/ijerph18073764](https://doi.org/10.3390/ijerph18073764)
- Luz, J. G. D., Pessa, S. L. R., Luz, R. P. D., & Schenatto, F. J. A. (2019). Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: uma revisão sistemática. *Ciencia & saúde coletiva*, 24(12), 4621-4632. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182412.26352017>
- Martínez Cortés, H., Alfaro Castillo, B. S., Troncoso Oviedo, G. J., Castillo-Paredes, A., Flores Noya, D., & Andrade Ramírez, O. A. (2023). Percepción de la calidad de vida profesional en docentes de la Universidad de Atacama en confinamiento. *Revista de Investigacion Psicologica*, 29, 79-94. <http://www.scielo.org/bo/pdf/rip/n29/2223-3032-rip-29-79.pdf>
- Menezes, K. M., Candito, V., & Dalla Corte, L. C. (2023). O lugar das emoções na prática pedagógica: Contribuições da formação continuada para a saúde e bem-estar na escola. In *Anais da II Edição do Congresso Nacional de Pesquisa, Ensino, Desenvolvimento e Inovações em Saúde* (pp. 157-158). Editora Humanize.
- Menezes, K. M., Candito, V., Rodrigues, C. B. C., & Soares, F. A. A. (2021). A prática pedagógica e o ensino remoto emergencial: ressignificando a práxis por meio da pesquisa-ação. *Cadernos para o professor*, 41, 111-126.
- Menezes, K. M. & Candito, V. (2023) Promoção da saúde na escola, formação continuada e bem-estar dos docentes: inter-relações necessárias. In E. N. Portela (Org.), *Sociedade, educação e saúde: pilares em (re) construção* (p. 233). Schreibern.
- Metri, K. G., Raghuram, N., Narayan, M., Sravan, K., Sekar, S., Bhargav, H., ... & Revankar, R. (2023). Impact of workplace yoga on pain measures, mental health, sleep quality, and quality of life in female teachers with chronic musculoskeletal pain: A randomized controlled study. *Work*, 76(2), 521-531. <https://doi.org/10.3233/WOR-210269>
- Morandini, A. A., & Júnior, S. G. (2022). Uma revisão sobre qualidade de vida e bem-estar de docentes. *Revista Laborativa*, 11(1), 39-64. <https://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa/article/view/3738>
- Moreira, A. A. O., Martins, J. T., Robazzi, M. L. D. C. C., Galdino, M. J. Q., Ribeiro, R. P., & Barreto, M. F. C. (2023). Qualidade de vida e fatores associados entre servidores aposentados por invalidez de universidades públicas. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 31, e3816. <https://www.scielo.br/j/rlae/a/xBzjdSJk47ZhVLPhtF6R3G/?format=pdf&lang=pt>
- Nóvoa, A., & Alvim, Y. C. (2021). Os professores depois da pandemia. *Educação & Sociedade*, 42, e249236. <https://doi.org/10.1590/ES.249236>
- Oliveira, L. C., Pivoto, E. A., & Vianna, P. C. P. (2009). Análise dos resultados de qualidade de vida em idosos praticantes de dança sênior através do SF-36. *Acta Fisiátrica*, 16(3), 101-104. <https://doi.org/10.11606/issn.2317-0190.v16i3a103184>

- Pedrolo, E., de Lima Santana, L., Ziesemer, N. D. B. S., de Carvalho, T. P., Ramos, T. H., & Haeffner, R. (2021). Impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida e no estresse de docentes de uma instituição federal. *Research, Society and Development*, 10(4), e43110414298-e43110414298. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i4.14298>
- Pimenta, F. A. P., Simil, F. F., Tôrres, H. O. D. G., Amaral, C. F. S., Rezende, C. F., Coelho, T. O., & Rezende, N. A. D. (2008). Avaliação da qualidade de vida de aposentados com a utilização do questionário SF-36. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 54(1), 55-60. <https://doi.org/10.1590/S0104-42302008000100021>
- Pinto, A. H., Lange, C., Pastore, C. A., Llano, P. M. P. D., Castro, D. P., & Santos, F. D. (2016). Capacidade funcional para atividades da vida diária de idosos da Estratégia de Saúde da Família da zona rural. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(11), 3545-3555. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152111.22182015>
- Ramos, D. K., Anastácio, B. S., Silva, G. A. D., & Pires, L. U. R. (2023). Professores na pandemia: fatores e condições associados à Síndrome de Burnout. *Pro-Posições*, 34, 1-33. <https://doi.org/10.1590/1980-6248-2021-0100>
- Rocha, R. E. R. D., & Blaszkowski, C. E. (2022). Contribuição da formação continuada na qualidade de vida de docentes da educação básica. *Revista Diálogo Educacional*, 22(72), 147-168. <https://doi.org/10.7213/1981-416X.22.072.DS07>
- Santana, F. A. L., & Neves, I. R. (2017). Saúde do trabalhador em educação: a gestão da saúde de professores de escolas públicas brasileiras. *Saúde e Sociedade*, 26, 786-797. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902017167259>
- Silva, N. S. S. E., Barbosa, R. E. C., Leão, L. L., Pena, G. D. G., Pinho, L., Magalhães, T. A., ... & Haikal, D. S. (2021). Working conditions, lifestyle and mental health of Brazilian public-school teachers during the COVID-19 pandemic. *Psychiatriki*, 32(4), 282-289. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34860687/>
- Sousa, L. P. D., & Guedes, D. R. (2016). A desigual divisão sexual do trabalho: um olhar sobre a última década. *Estudos avançados*, 30(87), 123-139. <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.30870008>
- United Nations. (2015). *Transforming our world: The 2030 agenda for sustainable development*. <https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/21252030%20Agenda%20for%20Sustainable%20Development%20web.pdf> (Acesso em 03 de outubro de 2025).
- World Health Organization. (2023). *Constitution of the World Health Organization*. Site. <https://www.who.int/about/governance/constitution> (Acesso em 10 de junho de 2023).

Informação sobre os autores

Liriana Corrêa Dalla Corte: Licenciada e bacharela em Educação Física - Química da vida e Saúde e mestra em Educação em Ciências pela Universidade Federal de Santa Maria – (UFSM), instrutora de Hatha Yoga para crianças e adultos.

lirianadc@gmail.com

<http://lattes.cnpq.br/2460755491323900>

<https://orcid.org/0000-0001-8150-6756>

Vanessa Candito: Licenciada em Ciências Biológicas e especialista em Ciências Ambientais pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI, especialista em Educação pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense – IFSul, Especialista em Educação Ambiental pela Universidade Federal de Santa Maria – UFSM. Mestra e doutoranda em Educação em Ciências pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS, docente de Ciências da rede municipal.

vanecandito@gmail.com

<http://lattes.cnpq.br/9399354323173946>

<https://orcid.org/0000-0003-4663-9590>

Karla Mendonça Menezes: Licenciada e Bacharel em Educação Física, especialista em Atividade Física, Desempenho Motor e Saúde, mestra em Educação Física e doutora em Educação em Ciências pela Universidade Federal de Santa Maria – UFSM, com estágio pós-doutoral no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul – Unisc. Atua como profissional de Educação Física na Universidade do

Estado de Santa Catarina – Udesc e na Universidade do Vale do Itajaí – Univali.

karlam.ef@gmail.com

<http://lattes.cnpq.br/9887976587039884>

<https://orcid.org/0000-0002-7482-0648>

Phillip Vilanova Ilha: Doutor em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde e Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria – UFSM, professor do Centro de Educação, Departamento de Metodologia do Ensino, do Programa de Pós-Graduação de Educação em Ciências e do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal de Santa Maria – UFSM.

phillip.ilha@ufsm.br

<http://lattes.cnpq.br/0390762757228334>

<https://orcid.org/0000-0002-4433-0349>

Félix Alexandre Antunes Soares: Graduado em Farmácia e Bioquímica e em Tecnologia dos alimentos pela Universidade Federal de Santa Maria – UFSM, mestre e doutor em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRS, com estágio pós-doutoral na Universidade Federal de Santa Maria em Bioquímica Toxicológica e na Universidade de Leon, na Espanha, na área de Biologia Molecular, professor titular da Universidade Federal de Santa Maria – UFSM. Bolsista de Produtividade Em Pesquisa do CNPq – Nível 1C.

felix@ufsm.br

<http://lattes.cnpq.br/8752453650114092>

<https://orcid.org/0000-0002-6453-7902>

NOTA:

Todos os autores foram responsáveis pela concepção, redação e revisão crítica do conteúdo do manuscrito, bem como pela aprovação da versão final a ser publicada. Liriana Corrêa Dalla Corte foi, também, responsável pela aplicação do teste.

Submissão: 21 set. 2024

Aceito: 10 fev. 2025