

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO DE REDE PRIVADA, NA CIDADE DE MONTE CARMELO, MG, BRASIL

ASSESSMENT OF THE QUALITY OF LIFE OF EDUCATION PROFESSIONALS IN PRIVATE SCHOOLS IN THE CITY OF MONTE CARMELO, MG, BRAZIL.

Paulo Ricardo da Silva Santos ¹

Patrícia Borges Silveira²

Carlos Fernando Campos³

Cristina Soares de Sousa⁴

Laryssa Freitas Ribeiro⁵

Cássio Resende de Moraes ^{6*}

RESUMO: Professor pode ser definido como o profissional que se dedica na atividade de docência, seja de maneira especializada ou voltada para conhecimentos gerais, podendo ainda atuar em diferentes níveis, desde a educação básica, técnica até o magistério superior. Embora a atividade de docência seja uma profissão de grande importância, a falta de profissionais qualificados já é uma realidade. Vários fatores têm contribuído para a redução da procura pelo exercício da profissão, tais como questões burocráticas, falta de infraestrutura, autonomia, má remuneração, dentre outras. Devido à má remuneração muitos profissionais da educação buscam aumentar a jornada de trabalho, visando a complementação de renda, o que inevitavelmente reduz o tempo de descanso e lazer, podendo influenciar direta ou indiretamente na qualidade nutricional, vida sedentária e aumento do estresse. Nesta perspectiva, identificar a qualidade de vida de profissionais da educação é fundamental no intuito de chamar atenção para tomada de decisões voltadas para programas que objetivem a promoção da saúde. Nesse sentido, o presente trabalho teve como objetivo avaliar a qualidade de vida de professores de instituições privadas da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil, por meio de um questionário. Foi utilizado como instrumento de análise um questionário de caracterização e investigação. No quesito investigativo foi utilizado o WHOQOL/breve (26 questões) e o protocolo de qualidade de vida em voz (QVV – 10 questões). Os resultados nos

1. Licenciado em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Mário Palmério – UNIFUCAMP.

2. Licenciada e bacharelada em Geografia pela Universidade Paulista Júlio de Mesquita Filho – UNESP. Mestra e Doutora em Geografia pela UNESP.

3. Licenciado em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Mário Palmério – UNIFUCAMP. Mestre e Doutor em Genética e Bioquímica pela Universidade Federal de Uberlândia – UFU.

4. Graduação em Ciências Biológicas pela Universidade Federal de Uberlândia – UFU. Mestre em Agronomia e Doutora em Genética e Bioquímica pela UFU. Pós-doutorado pela Universidade Federal de Viçosa – UFV.

5. Graduada em Medicina Veterinária pela Universidade Estadual Paulista Júlio Mesquita Filho (UNESP). Mestra e Doutora em Medicina Veterinária pela UNESP. Coordenadora, Docente e Pesquisadora pelo Centro Universitário Mário Palmério – UNIFUCAMP.

6. Licenciado em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Mário Palmério – UNIFUCAMP. Especialista e Biotecnologia Ambiental pelo Centro Universitário de Maringá – UNICESUMAR. Especialista em Toxicologia e Bioquímica pela Faculdade Metropolitana do Estado de São Paulo – FAMEESP. Especialista em Biologia Celular e Molecular pelo Centro Universitário FAVENI - UNIFAVENI. Mestre e Doutor em Genética e Bioquímica pela Universidade Federal de Uberlândia – UFU. Docente e Pesquisador pelo UNIFUCAMP. * Autor de correspondência: cassio.1015@hotmail.com

permitem concluir que o não contentamento com a remuneração, faz com que os professores busquem complemento de renda, por meio do aumento da carga horária de trabalho, perdendo em qualidade de vida ao reduzir atividade de lazer, qualidade de sono, depressão energética, o que leva a danos nas relações sociais e na saúde. Os domínios das relações sociais e ambientais foram os mais afetados, especialmente no professorado masculino.

Palavras-chave: Professor; Educador; Magistério; Condições de vida.

ABSTRACT: A teacher can be defined as a professional dedicated to teaching activities, whether in a specialized manner or focused on general knowledge, and may work at different levels, from basic and technical education to higher education. Although teaching is a profession of great importance, the shortage of qualified professionals is already a reality. Several factors have contributed to the decline in interest in pursuing this career, such as bureaucratic issues, lack of infrastructure, limited autonomy, low pay, among others. Due to poor remuneration, many education professionals seek to increase their workload in order to supplement their income, which inevitably reduces their rest and leisure time and may directly or indirectly affect nutritional quality, promote a sedentary lifestyle, and increase stress levels. From this perspective, identifying the quality of life of education professionals is essential in order to draw attention to the need for decision-making directed toward programs aimed at health promotion. In this context, the present study aimed to evaluate the quality of life of teachers from private institutions in the city of Monte Carmelo, MG, Brazil, through a questionnaire. A characterization and investigation questionnaire was used as the assessment instrument. For the investigative component, the WHOQOL-BREF (26 questions) and the Voice-Related Quality of Life protocol (QVV – 10 questions) were applied. The results allow us to conclude that dissatisfaction with remuneration leads teachers to seek additional income by increasing their workload, resulting in a loss of quality of life due to reduced leisure activities, poor sleep quality, low energy, and consequent impairment of social relationships and health. The social relationships and environmental domains were the most affected, especially among male teachers.

Keywords: Teacher; Educator; Teaching Profession; Living Conditions.

1. INTRODUÇÃO

Desde que o homem fixou moradia e passou a ter um estilo de vida sedentário e a conviver em sociedade o trabalho tem sido rotineiro na nossa espécie. Sobretudo a economia mundial vem se sustentando pelo avanço do pensamento capitalista, marcado pela automatização de processos e bens de serviços, necessitando de uma sociedade com formação intelectual para subsidiar os avanços em vários setores (Negrine, Baccon, Gastal, 2008).

Paralelamente a formação técnica, científica e profissional parte de uma atividade de magistério, que por sua vez tende a influenciar na escolha das decisões implicadas no direcionamento da futura profissão desde os anos iniciais do Ensino Fundamental, se tornando mais expressivo com o avanço da formação a nível básico (Lelis, 2001).

Nesse contexto é inegável a importância do professor no processo de formação a nível básico, técnico e especializado, sendo por tanto indispensável no desenvolvimento da sociedade (Pimenta, 1996).

Professor pode ser definido em várias facetas, sendo uma delas o profissional que se dedica na atividade de docência, seja de maneira especializada ou voltada para conhecimentos gerais, podendo ainda atuar em diferentes níveis, desde a educação básica, técnica até o magistério superior (Nóvoa, 2009).

Embora seja uma formação e atuação profissional digna, a atividade de docência encontra-se atualmente em um cenário desafiador decorrentes não somente de questões sociais, culturais e políticas (Flores, 2016), mas também por questões relacionadas a fatores estressantes que acabam por reduzir a qualidade de vida desses profissionais.

É notável que o processo de globalização sobretudo nos avanços técnicos, científicos e tecnológicos tem imposto um ritmo acelerado na sociedade, sobretudo no trabalho, provocando como consequência a redução da qualidade de vida pela privação do descanso, tempo de lazer e cuidados com o aspecto nutricional (Rocha e Fernandes, 2008).

Observa-se uma pressão constante para que os professores possam apresentar um melhor desempenho em suas atividades pedagógicas, especialmente na preparação dos alunos buscando alavancar resultados satisfatórios não somente nas avaliações internas, mas nos exames nacionais e internacionais, outrora necessários para ingresso nas instituições de ensino superior (Scheibe, 2010).

Tais atividades incluem especialização e busca de formação continuada, desenvolvimento de habilidades e competências por meio de intervenções pedagógicas tradicionais, bem como aquelas relacionadas a metodologias ativas (Sheibe, 2010).

Além disso, estão atribuídos ao ofício da profissão demais atividades que ocorrem fora do ambiente pedagógico (extraclasse), incluindo elaboração e correção de provas, planejamento de planos e atividades, elaboração de relatórios, preparação de aulas e reuniões pedagógicas.

Sendo assim a profissão do magistério segundo Rocha e Fernandes (2008) têm sido uma das categorias profissionais que mais tem exigido resistência, bem como habilidade de

reinventar, se adequando as necessidades ambientais impostas pelo ambiente, não fugindo, portanto, da regra capitalista observada nas demais atividades profissionais.

Somado a performance em sala de aula a atividade de docência muitas das vezes são sufocadas por atividades burocráticas que incluem, falta de estrutura escolar, falta de autonomia, relações conflitantes com familiares de alunos e principalmente baixa remuneração (Pinto, 2009; Rabelo, 2010).

A soma de todos esses fatores tem contribuído com a depreciação e desqualificação social, fisiológica e psicológicas dos profissionais da educação, influenciando diretamente na qualidade de vida (Penteado e Pereira, 2007; Anschau e Stein, 2016). Tais condições em correlação crônica pode resultar no desenvolvimento de doenças de natureza principalmente psicossomática, impedindo muitas das vezes a continuidade do ofício da profissão (Damasio e Melo, 2013).

De acordo com a Organização mundial da Saúde (OMS, 1995), qualidade de vida pode ser definido de maneira genérica como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores, nos quais ele vive em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Podemos ainda inferir que qualidade de vida configura-se como a percepção individual em relação ao bem-estar em vários aspectos intrinsecamente ligados a vida, que incluem o físico, o estado mental, social e emocional (Nobre, 1995; Kluthcovsky e Takayanagui, 2007).

Dentre as diversas variantes que atuam sobre a qualidade de vida, destaca-se a satisfação com o trabalho, incluindo o ambiente, equipe de trabalho e como se dá o processo de socialização, remuneração e condições de trabalho (Kluthcovsky e Takayanagui, 2007).

Levando em consideração os fatores que condicionam uma vida acelerada e desafiadora aos profissionais da educação, bem como a remuneração, a busca por complemento de renda pode contribuir com a depressão do aspecto nutricional, bem como com o sedentarismo e a elevação do nível de estresse, em função de uma jornada de trabalho excessiva. Nesse sentido, buscando entender melhor a profissão professor, assim como propor medidas que visem a promoção da saúde, o presente trabalho teve como objetivo avaliar a qualidade de vida de professores de educação básica em colégios privados na cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil.

2. METODOLOGIA

2.1 Amostragem e Comitê de Ética

Foram selecionados professores de escola privada da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil. O grupo amostral foi composto de professores de ambos os sexos em exercício de profissão em magistério por pelo menos 1 ano.

Foram entrevistados 23 professores. O presente estudo seguiu as normas estabelecidas pela Resolução 466/2012 (BRASIL, 2012), do Conselho Nacional de Saúde, sendo apresentado ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Mário Palmério (CEP/UNIFUCAMP) sob o CAAE (Certificado de Apresentação para Apreciação Ética) 91784325.3.0000.5627, sendo aprovado sob parecer de nº 110000/2025.

Os Entrevistados foram orientados que por qualquer motivo, ao apresentarem desconforto durante a aplicação do questionário poderiam interromper o mesmo e encerrar a sua participação na pesquisa.

2.2 Aplicação do questionário

Após apresentação e concordância dos entrevistados em relação ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE – **Anexo 1**), o questionário foi aplicado, buscando verificar a qualidade de vida dos profissionais da educação no exercício do professorado.

O questionário foi estruturado em campos de caracterização e investigação, seguindo o modelo do protocolo de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-breve **Anexo 2**). Todas as perguntas foram destinadas para compreensão do exercício da profissão, bem como o estilo de vida dos professores.

O questionário WHOQOL/breve configura-se um instrumento de pesquisa auto-aplicável estruturado em 26 questões que abordam 4 domínios de qualidade de vida: físico, psicológico, relações sociais e ambiente, sendo que cada domínio é composto por facetas que permite categorizar os entrevistados de acordo com o *score* atribuído durante a entrevista, variando de 1 a 5, sendo que quanto mais próximo de 5, melhor a qualidade de vida para a faceta ou domínio analisado. O cálculo dos *scores* para cada domínio foi realizado seguindo as seguintes expressões matemáticas:

$$\begin{aligned}
 1) \text{ Físico} &= \frac{\left(\frac{(6 - Q.3) + (6 - Q.4) + Q.10 + Q.15 + Q.16 + Q.17 + Q.18}{7} \times 4 - 4 \right)}{16} \times 100 \\
 2) \text{ Psicológico} &= \frac{\left(\frac{Q.5 + Q.6 + Q.7 + Q.11 + Q.19 + (6 - Q.26)}{6} \times 4 - 4 \right)}{16} \times 100 \\
 3) \text{ Relações sociais} &= \frac{\left(\frac{Q.20 + Q.21 + Q.22}{3} \times 4 - 4 \right)}{16} \times 100 \\
 4) \text{ Meio ambiente} &= \frac{\left(\frac{Q.8 + Q.9 + Q.12 + Q.13 + Q.14 + Q.23 + Q.24 + Q.25}{8} \times 4 - 4 \right)}{16} \times 100
 \end{aligned}$$

Onde “Q” representa as questões do questionário.

Os resultados dos domínios são expressos em valores que vão de 0 a 100, sendo os piores os valores mais próximos de zero e os melhores mais próximos de 100. Na **Tabela 1** está apresentado os valores de interpretação dos resultados usados na presente pesquisa.

Tabela 1. Adaptada para caracterização dos resultados obtidos no WHOQOL/breve e no protocolo de qualidade de vida em voz (QVV)

Resultados por domínio obtidos do WHOQOL/breve e QVV	Interpretação do domínio
0-20	Ruim
21-40	Regular
41-60	Mediano
61-70	Bom
71-80	Ótimo
81-100	Excelente

Fonte: Autores (2025).

Após determinação dos *scores* dos entrevistados os dados foram usados para cálculo de média e desvio padrão, classificando os resultados de qualidade de vida para cada domínio.

2.3 Determinação da qualidade de vida em voz (QVV)

No presente trabalho foi avaliado a qualidade de vida em voz (QVV), por meio do protocolo estabelecido por Hogikyan e Sethuraman (1999) e validado por Gasparini e Behlau (2005) - (QVV-**Anexo 3**). O cálculo do *score* geral é feito mediante a seguinte expressão matemática:

$$\frac{100 - (\text{escore bruto} - 10) \times 100}{(50 - 10)}$$

Em resumo o protocolo é direcionado por meio de aplicação de 10 questões que avaliam a qualidade de voz dos entrevistados. Por meio das respostas os *scores* são obtidos em escala que varia de 1 a 5. Os resultados são usados para determinação dos domínios físico e socioemocional, sendo os melhores resultados para qualidade de vida em voz àqueles que mais aproximam de 100 e os piores os que aproxima de 0.

Na **Tabela 1** está apresentado os valores de interpretação dos resultados usados na presente pesquisa.

Após determinação dos *scores* dos entrevistados, os dados foram usados para cálculo de média e desvio padrão, classificando os resultados de qualidade de vida em voz para cada domínio.

O questionário foi aplicado via *Google Forms* e os dados foram organizados e tabelados para tratamento estatístico.

2.4 Análise estatística

Após coleta dos dados, os resultados foram expressos em um diagrama padrão buscando agrupar as respostas dos entrevistados expressando os valores para cada domínio em média e desvio padrão.

No presente trabalho foi feito a comparação entre os gêneros para cada domínio avaliado no WHOQOL/breve e no QVV por meio do teste de Wilcoxon e o Test T. Para rejeitar a hipótese de igualdade entre os *scores* obtidos nos domínios entre os gêneros foi considerado o nível mínimo de significância de 5%.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No presente trabalho foi avaliado a qualidade de vida de professores de instituição particular na cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil. Durante a visita em *loco* as escolas foram avaliadas visualmente quanto a infraestrutura e ambiente de trabalho. Para ambas as escolas (2 particulares) foi observado espaço amplo, sendo que uma delas funcionava no período matutino e vespertino, oferecendo educação infantil, fundamental e médio. A segunda escola funciona no turno matutino, vespertino e noturno, oferecendo formação a nível fundamental - anos finais, ensino médio (matutino/vespertino), curso técnico profissionalizante e superior (noturno).

As salas de aula são espaçosas, climatizadas, com quadro e recurso áudio visual, possibilitando as atividades pedagógicas de acordo com a necessidade do professor. Em relação a sala dos professores, em ambas as escolas foi verificado espaço amplo, com cadeiras, mesas e sofá. O lanche é oferecido para todos os professores durante o período de intervalo ou descanso da grade horária. Foi verificado em todas as escolas armários para guardar pertences dos professores, sendo que em uma escola os armários eram rotativos e em outra de natureza particular destinada para cada professor.

Vale destacar, que em uma das escolas, a sala dos professores disponha de computadores, televisão e cozinha. Em relação ao ambiente, em ambas foi verificado presença de vegetação, que segundo Penteado e Pereira (2007), pode contribuir com a redução do estresse em função da harmonização do ambiente, evitando por tanto, poluição visual.

Em relação ao fluxo de automóveis, em ambas as escolas o fluxo é rotativo, com vias amplas, permitindo por tanto, o embarque e desembarque dos alunos de maneira ágil, assim como acesso pelo professor. Em uma das escolas particulares objeto de estudo foi observado estacionamento amplo para todos os funcionários.

A avaliação da qualidade de vida dos professores foi determinada mediante um questionário contendo campos de caracterização e de investigação, via *google forms*. Conforme apresentado na **Figura 1A** a maior parte dos professores entrevistados são do sexo feminino (61,5%), sendo que a maioria possuem de 25 a 30 anos (30,8%), seguido de 41 a 45 anos (23%) (**Figura 1B**).

Em relação ao grau de escolaridade a maioria possui Ensino Superior completo com complemento de especialização (46,2%), seguido de Ensino Superior completo, Ensino Superior completo e mestrado ou doutorado, ambos com 15,4%. Apenas 7,7% dos

entrevistados estão em processo de formação a nível superior em curso voltado para o magistério (**Figura 2**).

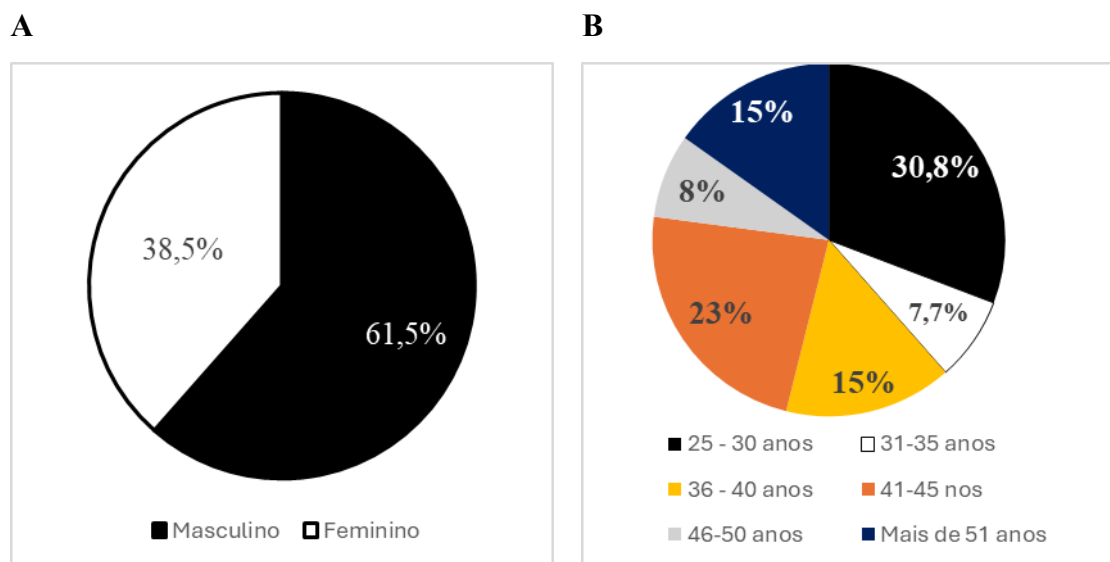


Figura 1. Distribuição dos entrevistados de acordo o sexo (A) e idade (B).
Fonte: Autores (2025).

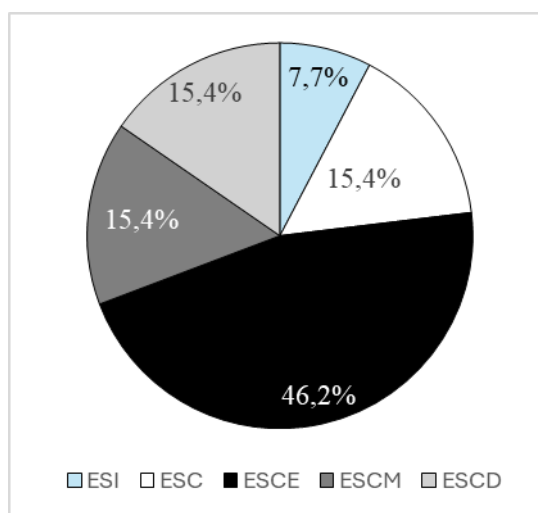


Figura 2. Distribuição dos entrevistados de acordo com o nível de escolaridade.
Fonte: Autores (2025).

Em relação ao campo de atuação, a grande maioria dos entrevistados estão exercendo atividade de magistério entre 1 a 5 anos, 16 a 20 anos ou mais de 30 anos (23,07%) (**Figura 3A**). Conforme apresentado na **Figura 3B** a grande maioria dos entrevistados (46,2%) trabalham em três turnos, atuando em dois ou três seguimentos (Ensino Fundamental, Médio e Superior) – 30,8% (**Figura 3C**). Vale destacar que a carga horária de hora/aula semanal (leva em consideração apenas as horas/aula em atividade de regência em sala de aula) da grande maioria foi de 21 a 30 horas/aulas semanais (38,40%) (**Figura 3D**). Além disso, 15,4% dos entrevistados exercem atividade de magistério com carga horária de 31 a 40 e 41 a 60 horas/aulas semanais.

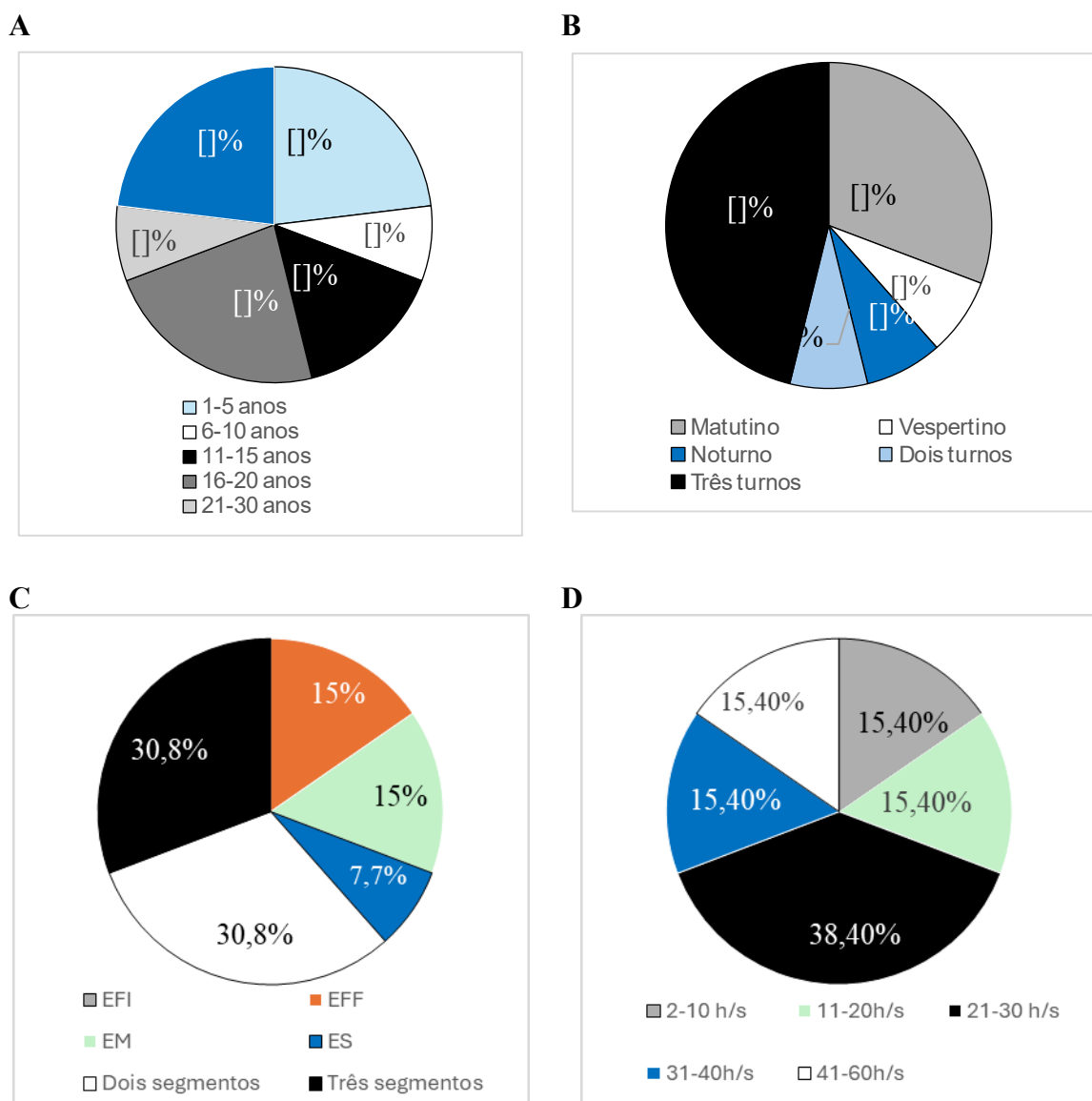


Figura 3. Distribuição dos entrevistados de acordo com o tempo de profissão (A), ao turno de trabalho (B), ao segmento de atuação (C) e carga horária semanal (D).

Fonte: Autores (2025).

Os dados aqui apresentados nos levam a constatar uma jornada de trabalho extensa. Esses dados são preocupantes, levando em consideração que outros autores apontam que a profissão de magistério é muitas das vezes marcada por uma carga horária extensa (Moura, 2008; Santos; Espinosa; Marcon, 2020), resultando em uma depressão da qualidade de vida (Pereira et al., 2014), podendo ainda resultar no surgimento de alterações psíquicas, que incluem ansiedade, depressão, síndrome do pânico, burnout, entre outros (Gomes e Quintão, 2011; Carlotto, 2011; Carvalho et al., 2013).

Para avaliar a qualidade de vida dos professores em atividade de magistério em instituições particulares na cidade de Monte Carmelo, MG, foi aplicado o questionário de qualidade de vida WHOQOL/breve. O questionário é estruturado em 26 questões distribuídas em 4 domínios (físico, psicológico, relações sociais e ambiente). Os resultados de cada domínio e suas respectivas facetas foram expressas em *scores* de 0 a 100, sendo os melhores resultados para qualidade de vida àqueles que mais se aproximam de 100 (**Tabela 1**). Quando questionados sobre a percepção da qualidade de vida (**Tabela 2**) o *score* médio foi de $78,84 \pm 13,86$, sendo classificado como ótimo. Vale destacar que não foi verificada diferenças estatisticamente significativas nos *scores* de resposta em relação ao gênero.

Tabela 2. Média e desvio-padrão dos *scores* de qualidade de vida e satisfação com a saúde (WHOQOL/breve) segundo gênero de professores de escolas particulares da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil

Questão	Média $\pm$ desvio padrão		P	Classificação
	Masculino	Feminino		
Percepção da qualidade de vida	$75,84 \pm 17,67$	$81,25 \pm 11,57$	0,22	-
<i>Média geral</i>	$78,84 \pm 13,86$			<i>Ótimo</i>
Satisfação com a saúde	$40,00 \pm 33,54$	$81,25 \pm 11,57$	0,007*	-
<i>Média geral</i>	$65,38 \pm 29,82$			<i>Bom</i>

* Diferenças estatisticamente significativas de acordo com o teste t ($p < 0,05$).

Fonte: Autores (2025).

Entretanto, quando questionados sobre a percepção sobre a satisfação com a saúde, o *score* geral indicou qualidade de vida média de $65,38 \pm 29,82$ (Bom), sendo constatado diferença estatisticamente significativa nos *scores* entre os gêneros, sendo o pior para o sexo masculino ($40,00 \pm 33,54$ – **Tabela 2**).

Todavia a busca preventiva em pontos de atendimento destinado para saúde é mais recorrente no sexo feminino. A resistência masculina para busca dos serviços de saúde, pode resultar em quebra de homeostase de baixo ou considerável impacto para saúde, curta ou a longo prazo, podendo gerar desconforto na atividade de magistério, e consequentemente na redução da qualidade de vida. Essa resistência do homem é bem documentada na literatura (Teixeira, 2016; Lemos et al., 2017; Silva et al., 2023; Souza et al., 2023).

Independentemente, os resultados apresentados devem ser considerados em propostas de atenção e promoção da saúde, sobre a integração do ambiente de trabalho, saúde e melhoria da qualidade de vida dos professores.

Na **Tabela 3** está representado os resultados gerais referentes ao *score* dos entrevistados em cada um dos domínios do WHOQOL/breve. A média dos domínios físico, psicológico e ambiental foram classificados em Ótimo, bom, mediano e bom, respectivamente.

Tabela 3. Média e desvio-padrão dos *scores* dos domínios da qualidade de vida (WHOQOL/breve)

Domínio de Qualidade de Vida (WHOQOL/breve)	Média $\pm$ desvio padrão	Interpretação
Físico	$74,13 \pm 12,07$	Ótimo
Psicológico	$61,91 \pm 11,78$	Bom
Relações sociais	$58,86 \pm 27,11$	Mediano
Meio ambiente	$63,94 \pm 10,13$	Bom

Fonte: Autores (2025).

O domínio físico leva em consideração as respostas dos entrevistados relacionados ao nível de satisfação com a saúde, quantidade de energia disponível para as atividades diárias, capacidade motora de locomoção, capacidade para o trabalho e de desempenho das funções,

bem como qualidade de sono. Com *score* geral classificado como ótimo, não foi identificado diferenças significativas quando comparado o domínio entre os gêneros (**Tabela 4**).

Tabela 4. Média e desvio-padrão dos *scores* dos domínios de qualidade de vida (WHOQOL/breve) segundo gênero de professores de escolas particulares da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil

Domínio de Qualidade de Vida (WHOQOL/breve)	Média ± desvio padrão		P
	Masculino	Feminino	
Físico	70,25 ± 15,44	76.65 ± 09,80	0,621
Psicológico	55,82 ± 14,62	65,56 ± 08,60	0,151
Relações sociais	36,55 ± 21,75	72,81 ± 20,30	0,010*
Meio ambiente	55,42 ± 05,03	69,08 ± 08,06	0,006*

* Diferenças estatisticamente significativas de acordo com o teste t ($p < 0,05$).

Fonte: Autores (2025).

Na **Tabela 5** está apresentado as facetas com os menores *score* médio para cada domínio. No domínio físico foram verificados os piores *scores* para a quantidade de energia disponível para o dia a dia (57,69), bem como quantidade e qualidade de sono (57,69).

Levando em consideração que a atividade de magistério exige disposição física e motora, o professor deve ficar atento para as condições de saúde física, evitando o sedentarismo, buscando ainda alimentação balanceada, hidratação e a prática de exercícios físicos. Estudos apontam a tendência de sedentarismo entre professores (Silva et al., 2015; Ghamoum, 2010), aumento a predisposição de obesidade e o desenvolvimento de doenças articulares e cardiovasculares (Rocha et al., 2015). Além disso, quantidade e qualidade de sono adequada é fundamental na prevenção de várias doenças, bem como a disponibilidade de energia disponível para os processos fisiológicos básicos (Cardoso e Chagas, 2019).

O domínio psicológico leva em consideração os *scores* obtidos pelas respostas dos entrevistados nas facetas atribuídas sobre o sentido da vida, grau de concentração, aceitação sobre a aparência física, satisfação consigo mesmo e a prevalência ou não de sentimentos negativos (mau humor, desespero, ansiedade e depressão). Os resultados de *score* médio foi de 61,91 ± 11,78 (bom) (**Tabela 3**) e mesmo que não tenha sido observado diferenças estatisticamente significativas quando comparado entre os gêneros (**Tabela 4**), o *score* masculino foi classificado como mediano. Os resultados são preocupantes, levando em

consideração que o estado psicológico do professor pode prejudicar diretamente no exercício da atividade de magistério, inferindo redução da qualidade de vida.

Tabela 5. Descrição dos aspectos da qualidade de vida dos professores de instituição particular que se destacaram de maneira negativa, com identificação da questão correspondente, no WHOQOL/breve, e percentagens de respostas obtidas.

Aspecto de qualidade de vida avaliados negativamente		
Questão	Descrição	Score
<i>Domínio Físico</i>		
10	Você tem energia suficiente para o seu dia a dia?	57,69
16	Quão satisfeito(a) você está com seu sono?	57,69
<i>Domínio Psicológico</i>		
5	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	53,84
11	Você é capaz de aceitar a sua aparência física?	55,76
<i>Domínio Relações Sociais</i>		
20	O quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	61,53
21	Quão satisfeito(a) você está com a sua vida sexual?	61,53
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe dos seus amigos?	59,61
<i>Domínio Meio Ambiente</i>		
8	O quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	61,53
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer as suas necessidades?	55,76
14	Em que medida você tem oportunidade de lazer?	50,0
24	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?	61,53

Fonte: Autores (2025).

As facetas com menor *score* foram atribuídas para o sentido da vida pessoal do entrevistado (53,84) e sobre a aceitação da aparência física (55,76) (**Tabela 5**).

Além disso, sabe-se que a carga horária de trabalho pode influenciar diretamente no aumento do estresse, ansiedade ou mesmo resultar em desequilíbrios homeostáticos mais expressivos (Gomes e Quintão, 2011; Carlotto, 2011; Carvalho et al., 2013). Os resultados aqui apresentados apresentam relação com a quantidade de turnos – **Figura 3B** e jornada de trabalho – **Figura 3C**.

Em relação ao domínio voltado para relações sociais as questões abordam o nível de satisfação associadas as relações com amigos, parentes, conhecidos, colegas de trabalhos, bem como a satisfação com a vida sexual e o nível de apoio recebido dos amigos em vários setores da vida. De todos os domínios avaliados, este foi o com menor índice de qualidade de vida, expressando média de $58.86 \pm 27,11$ (regular – **Tabela 3** – **Tabela 5**). Mesmo que a média geral do domínio tenha obtido *score* baixo, a realidade do sexo masculino é ainda pior. Quando comparado o domínio de relações sociais entre o sexo masculino e feminino é observado diferença estatisticamente significativa (Tese T, $P < 0,05$), expressando *score* de $36,55 \pm 21,75$ para o sexo masculino (**Tabela 4**).

A dificuldade de socialização pode ter correlação com a tendência forçada masculina da inibição das expressões emocionais e afetivas, conforme apresentada por Santos (2015). Nesse contexto, o homem tende na maioria das vezes tentar suprimir as suas emoções ou problemas pessoais, não compartilhando com amigos, o que pode dificultar as relações sociais esperadas para amigos ou parentes, influenciando diretamente na qualidade de vida.

No domínio ambiente, os professores foram questionados sobre a saúde do ambiente físico de trabalho (clima, trabalho, poluição e atrativos), sobre a remuneração, acesso a informações importantes para o ofício da profissão, atividade de lazer (tempo e qualidade), as condições do local onde mora e o meio de transporte de deslocamento. O *score* geral foi de $63,94 \pm 10,13$ (bom). Diferença estatisticamente significativa (Teste T, $p < 0,05$) foi verificada nesse domínio quando comparado os *scores* entre os gêneros, sendo a menor média para o sexo masculino ($55,42 \pm 5,03$) (**Tabela 4**).

Vale destacar que os menores *scores* para o domínio foram observados nas facetas relacionadas ao tempo de lazer (50,0), remuneração (55,76), serviços de saúde e segurança na vida diária (61,53) (**Tabela 5**).

Os resultados apresentados estão correlacionados. Como mencionado na **Tabela 5**, os professores não se consideram bem remunerados, levando ao aumento da jornada de trabalho

em busca de complementação de renda o que tem contribuído com a redução da atividade de lazer, depressão da qualidade de sono e redução da energia utilizável no dia a dia. Essa afirmativa é sustentada pelo tempo que exercem atividade de magistério (**Figura 3A**), trabalhando na grande maioria em três turnos (**Figura 3B**), cumprindo jornada de trabalho alta (**Figura 3D**) em três segmentos (**Figura 3C**).

A carga horária intensificada, reduz a disposição pela busca de atividade física (domínio psicológico), podendo influenciar no grau de satisfação com a aparência, inferindo assim, distorções no sentido e propósito de vida (**Tabela 5**). Além disso, a depressão da qualidade de vida, marcada pelo trabalho excessivo pode prejudicar outros segmentos da vida, tais como as relações sociais (**Tabela 5**), levando ao isolamento socioemocional e o aumento de pensamentos negativos.

Finalmente, a redução da qualidade de vida no âmbito físico, psicológico, nas relações sociais e no ambiente pode contribuir com o surgimento de doenças de várias naturezas, fato sustentado pela depressão da saúde ou ao não contentamento ao acesso de serviços voltadas para ciências da saúde. Devido à natureza heterogênea intrínsecas entre os gêneros a depressão da qualidade de vida provou ser mais marcante no sexo masculino.

Levando em consideração que a atividade de magistério exige do professorado saúde vocal, o presente trabalho avaliou a qualidade de vida em voz dos professores, expressando os valores em *scores* (0 a 100) nos domínios físico e socioemocionais, buscando ainda comparar os resultados entre os gêneros.

Os resultados demonstraram ser satisfatórios, tanto para o QVV geral, quanto para os domínios específicos (Físicos e socioemocionais) (**Tabela 6**). Vale destacar que não há diferença estatisticamente significativa entre as médias do sexo masculino e feminino.

Qualidade de vida pode ser definido de maneira genérica como a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores, nos quais ele vive em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Além disso, a qualidade de vida se relaciona com a percepção individual em relação ao bem-estar em vários aspectos intrinsecamente ligados a vida, que incluem o físico, o estado mental, social e emocional.

Sabe-se que dentre as diversas variantes que atuam sobre a qualidade de vida, destaca-se a satisfação com o trabalho, incluindo o ambiente, equipe de trabalho e como se dá o processo de socialização, remuneração e condições de trabalho.

Os resultados apresentados no presente trabalho nos permitem concluir que o não contentamento com a remuneração, faz com que os professores busquem complemento de renda, por meio do aumento da carga horária de trabalho, perdendo em qualidade de vida ao reduzir atividade de lazer, qualidade de sono, depressão energética, danos nas relações sociais e na saúde.

Tabela 6. Média e desvio-padrão dos *scores* de qualidade de vida em voz (QVV) segundo gênero de professores de escolas particulares da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil

Domínios	Média ± desvio padrão		P	Classificação
	Masculino	Feminino		
QVV geral	72,80 ±17,29	77,50 ± 5,09	0,51	-
<i>Média geral</i>	75,69 ± 10,98			Ótimo
Físico	75,33 ±19,23	78,58 ± 5,02	0,65	
<i>Média geral</i>	77,33 ± 11,86			Ótimo
Socioemocional	81,00±15,41	92,25 ± 4,43	0,07	
<i>Média geral</i>	87,92 ± 11,09			Excelente

* Diferenças estatisticamente significativas de acordo com o teste t ($p < 0,05$).

Fonte: Autores (2025).

Os domínios das relações sociais e ambientais foram os mais afetados, especialmente no professorado masculino. Os resultados aqui apresentados levantam a preocupação sobre o bem-estar dos profissionais da educação, sugerindo a implementação de políticas trabalhistas que visem a valorização do professor, bem como a adoção de programas de plano de saúde com ênfase no acompanhamento físico e psicológico.

Mais estudos precisam ser conduzidos para entender a dinâmica do professorado, buscando a melhoria da qualidade de vida dos mestres de todas as profissões.

Conflito de interesses

Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Agradecimentos

Os autores agradecem aos professores colaboradores da pesquisa e ao Programa Institucional de Bolsas e Iniciação à Docência – PIBID, da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES, pela bolsa de estudo do aluno Paulo Ricardo da Silva Santos e pelo incentivo para a idealização desse projeto.

REFERÊNCIAS

ANSCHAU, Camila., STEIN, Deise Josene. Stress e qualidade de vida: um olhar sobre o professor. **Revista saberes e sabores educacionais**, v. 1, n. 3, p. 180-3, 2016.

CARDOSO, T. A., CHAGAS, L. D. M. Saúde do sono: a importância do sono no dia a dia. **Caderno de Graduação-Ciências Exatas e Tecnológicas-UNIT-SERGIPE**, v. 5, n. 2, p. 83-83, 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: teoria e Pesquisa**, v. 27, p. 403-410, 2011.

CARVALHO SOUZA, Melissa; DE AZEVEDO GUIMARÃES, Adriana Coutinho; DE ARAUJO, Camila da Cruz Ramos. Estresse no trabalho em professores universitários. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 11, n. 35, 2013.

DAMÁSIO, Bruno Figueiredo., MELO, Rômulo Lustosa Pimenteira; SILVA, Joilson Pereira. Sentido de vida, bem-estar psicológico e qualidade de vida em professores escolares. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 23, n. 54, p. 73-82, 2013.

FLORES, Maria Assunção. O futuro da profissão de professor. In Spazziani, M. L (Org). Profissão Professor: cenários, tensões e perspectivas, São Paulo, **Editora Unesp**, pp. 332-355, 2016.

GHAMOUM, Ali Kalil. Incidência de sedentarismo no tempo livre em professores de Educação Física da Grande Goiânia em 2009. 2010.

GOMES, Ana Paula Rodrigues; QUINTÃO, Sônia dos Reis. Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. **Análise Psicológica**, v. 29, n. 2, p. 335-344, 2011.

KLUTHCOVSKY, Ana Cláudia Garabeli Cavalli., TAKAYANAGUI, Angela Maria Magosso. Qualidade de vida-aspectos conceituais. **Revista Salus**, v. n. 1, p. 13-15, 2007.

LELIS, Isabel. Profissão docente: uma rede de histórias. **Revista Brasileira de Educação**, v. 17, p. 40-50, 2001.

LEMO, Ana Paula., RIBEIRO, Cristiane., FERNANDES, Jaqueline., BERNANDES, Karina., FERNANDES, Ronald. Saúde do homem: os motivos da procura dos homens pelos serviços de saúde. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. 4546-4553, 2017.

MOURA, Patricia Rosania de Sá. "A percepção da carga horária segundo o olhar do professor." *Proceedings of the 7th Formação de Profissionais e a Criança-Sujeito* (2008).

NEGRINE, Airton., BACCON, Melissa., GASTAL, Susana. A festa: entre sedentários e nômades. **V Seminário de Associação Nacional de Pesquisa e Pós-graduação do turismo**, Belo Horizonte, p1-14, 2008.

NÓVOA, Antônio. Entre a formação e a profissão.: Ensaio sobre o modo como nos tornamos professores. In: *Escolas e professores: Proteger, Transformar, Valorizar*, Salvador, 116p, 2009.

NOBRE, Moacyr Roberto Cucê. Qualidade de vida. **Arq Bras Cardiol**, v. 64, n. 4, p. 299-300, 1995.

OMS: WHOQOL Group. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *Soc Sci Med*. 1995;41:1403-10.

PENTEADO, Regina Zanella., PEREIRA, Isabel Maria Teixeira Bicudo. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Ver. Saúde Pública**, v. 41, n.2, p. 236-243, 2007.

PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani.; PELEGRINI, Andreia.; MEYER, Carolina.; ANDRADE, Rubian Diego.; LOPES, Adair da Silva. Estresse Relacionado ao Trabalho em Professores de Educação Básica. **Ciência e Trabalho**, v. 16, n. 51, p. 206-210, 2014.

PIMENTA, Selma Garrido. Formação de professores – Saberes da docência e identidade do professor. **R. Fac. Educ, São Paulo**, v. 22, n. 2, p. 72-89, 1996.

PINTO, José Marcelino Rezende. Remuneração adequada do professor: desafio à educação brasileira. **Retratos da Escola**, v. 3, n. 4, 2009.

RABELO, Amanda O. A remuneração do professor é baixa ou alta? Uma contraposição de diferentes referenciais. **Educação em revista**, v. 26, p. 57-87, 2010.

ROCHA, Vera Maria., FERNANDES, Marcos Henrique. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **J. bras. Psiquiatr**, v. 57, n. 1, p. 23-27, 2008.

ROCHA, Saulo Vasconcelos., CARDOSO, Jefferson Paixão., SANTOS, Clarice Alves., MUNARO, Hector Luiz Rodrigues., VASCONCELOS, Lélia Renata Carneiro., PETROSKI, Edio Luiz. Sobrepeso/obesidade em professores: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 17, p. 450-459, 2015.

SANTOS, Luís. Homens e expressão emocional e afetiva: vozes de desconforto associadas a uma herança instituída. Configurações. **Revista Ciências Sociais**, n. 15, p. 31-48, 2015.

SANTOS, Edialida Costa; ESPINOSA, Mariano Martínez; MARCON, Samira Reschetti. Qualidade de vida, saúde e trabalho de professores do ensino fundamental. **Acta paulista de enfermagem**, v. 33, p. eAPE20180286, 2020.

SILVA, L., Baia, F., ROMANHOLO, R. A., SOARES, W. N. (2015). Nível de sedentarismo em professores do ensino regular da rede pública do município de Cacoal-RO. **RBPFX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 9, n. 52), p. 166-174, 2015.

SILVA, Pedro Henrique Gomes et al. A avaliação da resistência masculina na busca aos serviços de saúde. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 3, p. e19912340356-e19912340356, 2023.

SOUZA, Amanda Garcia et al. A RESISTÊNCIA MASCULINA NA PREVENÇÃO E AUTOCUIDADO A SAÚDE: Um olhar sobre a óptica da enfermagem. **Revista Multidisciplinar Pey Këyo Científico**, v. 9, n. 2, 2023.

SHEIBE, L. Valorização e formação dos professores para a educação básica: Questões desafiadoras para um novo plano nacional de educação. **Educ. Soc.** V. 31, n. 112, p. 981-1000, 2010.

TEIXEIRA, Danilo Boa Sorte. Atenção à saúde do homem: análise da sua resistência na procura dos serviços de saúde. **Revista Cubana de Enfermería**, v. 32, n. 4, 2016.

ANEXOS

ANEXO I

TCLE: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Título do Estudo

Avaliação da qualidade de vida de profissionais da educação de rede privada, da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil

Você está convidado(a) a participar do estudo: “Avaliação da qualidade de vida de profissionais da educação de rede pública e privada, da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil”. Os avanços na área da saúde ocorrem por meio de estudos como este, por isso a sua participação é muito importante. O objetivo deste estudo avaliar a qualidade de vida de profissionais da educação de instituições privadas da cidade de Monte Carmelo, MG, Brasil, por meio de um questionário.

Procedimentos do Estudo

Caso você decida participar, será aplicado um questionário objetivando verificar a sua qualidade de vida em exercício do professorado.

O questionário está estruturado em campos de caracterização e investigação. Todas as perguntas serão destinadas para compreensão do exercício da profissão, bem como o estilo de vida dos professores, incluindo nível de estresse, qualidade nutricional, nível de sedentarismo, qualidade de sono e lazer.

Participação Voluntária

A participação é totalmente voluntária, e você pode optar por não participar ou retirar seu consentimento a qualquer momento, sem necessidade de justificar a decisão e sem qualquer tipo de prejuízo.

Confidencialidade

Seu nome e os seus dados serão mantidos em sigilo. Todas as informações coletadas serão armazenadas de forma segura e acessíveis apenas à equipe de pesquisa autorizada. Os resultados do estudo poderão ser divulgados em eventos científicos e publicações, mas sempre garantindo o anonimato dos participantes.

Riscos

Desconforto Temporário: Durante a realização do questionário os professores poderão apresentar fadiga muscular ou cansaço mental.

Meios para minimizar os riscos

Durante a pesquisa qualquer tipo de desconforto resultara imediatamente na suspensão da atividade e pesquisa. Os participantes somente irão participar da pesquisa caso se sintam confortáveis, seguros e a vontade.

Igualmente, o questionário será imediatamente suspenso por decisão dos entrevistados, por qualquer motivo que resulte em desconforto, exaustão mental ou demais justificativas apresentadas ou não pelos entrevistados.

Vale destacar que o sigilo dos participantes da pesquisa, será garantido e os questionários e demais documentos de identificação serão destruídos logo após apuração dos dados.

Benefícios

Essa presente pesquisa possibilitará entender melhor a profissão de professorado de ensino básico, buscando a valorização do profissional da educação ao relatar as condições de trabalho e o esforço que a profissão exige.

Contato

Durante o estudo, você poderá ter todas as informações que desejar. Os pesquisadores estarão à sua disposição para esclarecer dúvidas ao longo de sua participação na pesquisa. Para mais informações, você pode entrar em contato com o responsável:

Pesquisador Responsável: Cássio Resende de Moraes (34) 98812-4215

Eu, _____, acredito ter sido suficientemente informado(a) a respeito das informações que li e/ou ouvi e compreendi os propósitos do presente estudo e todos os procedimentos a que serei submetido(a), além de ter sido esclarecido(a) quanto aos riscos e benefícios do estudo. Eu entendi que sou livre para interromper minha participação a qualquer momento, sem justificar minha decisão e que isso

não me afetará e nem me trará nenhuma penalidade ou prejuízo algum. Sei que meu nome não será divulgado, que não terei despesas e não receberei dinheiro para participar do estudo. Eu concordo voluntariamente e autorizo a minha participação no estudo com as condições estabelecidas acima. Uma cópia deste consentimento ficará comigo e, a segunda cópia, assinada por mim, será arquivada pelos pesquisadores.

_____, ____ de _____ de 2025.

X _____

Voluntário RG ou CPF

X _____

X Pesquisador responsável

ANEXO II

Questionário *World Health Organization Quality of Life/bref* (WHOQOL/breve)

Instruções – Análise de WHOQOL – BREF

O WHOQOL é uma avaliação de qualidade de vida desenvolvida pelo Grupo WHOQOL com quinze centros internacionais na tentativa de desenvolver uma avaliação de qualidade de vida que seja aplicável transculturalmente. Este questionário trata sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Circule a alternativa que lhe parece mais apropriada, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. A ideia aqui é de reflexão, portanto, tenha em mente que não há resposta certa ou errada, pois trata-se de sua percepção sobre aspectos da vida

Campos de caracterização

1- Qual o seu sexo?

- a) Masculino
- b) Feminino
- c) Não se aplica

2- Qual o seu nível de escolaridade?

- a) Ensino Superior incompleto
- b) Ensino Superior completo
- c) Ensino superior completo e especialista
- d) Ensino superior completo e mestrado acadêmico
- e) Ensino superior completo e doutorado acadêmico

3- Qual a sua idade?

4- Quanto tempo leciona?

5- Em qual(is) turnos você trabalha?

- a) Matutino.
- b) Vespertino
- c) Noturno
- d) Dois turnos
- e) Três turnos

6- Qual a sua carga horária semanal (horas/aula por semana)?

7- Qual nível você trabalha?

- a) Ensino Fundamental anos iniciais

b) Ensino Fundamental anos finais

c) Ensino Médio

d) Ensino Superior

d) Dois níveis

e) Três níveis

f) Quatro níveis

8- Qual (is) disciplinas você leciona?

Campos de investigação

O WHOQOL é uma avaliação de qualidade de vida desenvolvida pelo Grupo WHOQOL com quinze centros internacionais na tentativa de desenvolver uma avaliação de qualidade de vida que seja aplicável transculturalmente. Este questionário trata sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Circule a alternativa que lhe parece mais apropriada, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. A ideia aqui é de reflexão, portanto, tenha em mente que não há resposta certa ou errada, pois trata-se de sua percepção sobre aspectos da vida

1- Como você avaliaria a sua qualidade de vida?

a) Muito ruim

b) Ruim

c) Nem ruim nem boa

d) Boa

e) Muito boa

2- O quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?

a) Muito ruim

b) Ruim

c) Nem ruim nem boa

d) Boa

e) Muito boa

3- Em que medida você acha que a sua dor (física) impede de fazer o que você precisa?

a) Nada

- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

4- O quanto você precisa de tratamento médico para seguir a sua vida diária?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

5- O quanto você aproveita a vida?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

6- Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

7- O quanto você consegue se concentrar?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

8- O quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

9- O quão saudável é o seu ambiente físico (clima, trabalho, poluição, atrativos)?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

10- Você tem energia suficiente para o seu dia-a-dia?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

11- Você é capaz de aceitar a sua aparência física?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

12- Você tem dinheiro suficiente para satisfazer as suas necessidades?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante

e) Extremamente

13- O quão disponível para você estão as informações que precisa no dia-a-dia?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

14- Em que medida você tem oportunidade de lazer?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

15- Quão bem você é capaz de se locomover?

- a) Nada
- b) Muito Pouco
- c) Mais ou menos
- d) Bastante
- e) Extremamente

16- Quão satisfeito(a) você está com seu sono?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

17- Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?

- a) Muito insatisfeito

- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

18- Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade para o trabalho

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

19- Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo(a)?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

20- O quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

21- Quão satisfeito(a) você está com a sua vida sexual?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

22- Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe dos seus amigos?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

23- Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

24- Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

25- Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?

- a) Muito insatisfeito
- b) Insatisfeito
- c) Nem satisfeito nem insatisfeito
- d) Satisfeito
- e) Muito satisfeito

26- Com que frequência você tem sentimentos negativos, tais como mau humor, desespero, ansiedade e depressão?

- a) Nunca
- b) Algumas vezes

- c) Frequentemente
- d) Muito frequentemente
- e) Sempre

ANEXO III

QUESTIONÁRIO QUALIDADE DE VIDA EM VOZ – QVV

HOGIKYAN, SETHURAMAN 1999

VALIDADO POR GASPARINI, BEHLAU 2005

Estamos tentando compreender melhor como um problema de voz pode interferir nas atividades de vida diária. Apresentamos uma lista de possíveis problemas relacionados ‘a voz. Por favor, responda a todas as questões baseadas em como sua voz tem estado nas duas últimas semanas. Não existem respostas certas ou erradas. Para responder ao questionário, considere tanto a severidade do problema como sua frequência de aparecimento, avaliando cada item abaixo de acordo com a escala apresentada. A escala que você irá utilizar é a seguinte:

- 1= nunca acontece e não é um problema
- 2= acontece pouco e raramente é um problema
- 3= acontece ‘às vezes e é um problema moderado
- 4= acontece muito e quase sempre é um problema
- 5= acontece sempre e realmente é um problema ruim

Por causa de minha voz, O quanto isto é um problema.

1 Tenho dificuldades em falar forte (alto) ou ser ouvido em ambientes ruidosos

1 2 3 4 5

2 O ar acaba rápido e preciso respirar muitas vezes enquanto eu falo

1 2 3 4 5

3 Não sei como a voz vai sair quando começo a falar

1 2 3 4 5

4 Fico ansioso ou frustrado (por causa da minha voz)

1 2 3 4 5

5 Fico deprimido (por causa da minha voz)

1 2 3 4 5

6 Tenho dificuldades ao telefone (por causa da minha voz)

1 2 3 4 5

7 Tenho problemas para desenvolver o meu trabalho, minha profissão (pela minha voz)

1 2 3 4 5

8 Evito sair socialmente (por causa da minha voz)

1 2 3 4 5

9 Tenho que repetir o que falo para ser compreendido

1 2 3 4 5

10 Tenho me tornado menos expansivo (por causa da minha voz)

1 2 3 4 5