



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB  
Faculdade de Ciências da Educação E Saúde – FACES

ULISSES GARCIA DE OLIVEIRA

**ANÁLISE DA PERCEÇÃO INDIVIDUAL DA QUALIDADE DE VIDA EM  
PROFESSORES DE MUSCULAÇÃO**

Brasília  
2018

ULISSES GARCIA DE OLIVEIRA

**ANÁLISE DA PERCEÇÃO INDIVIDUAL DA QUALIDADE DE VIDA EM  
PROFESSORES DE MUSCULAÇÃO**

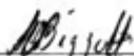
Folha de Aprovação do Trabalho de  
Conclusão de Curso como requisito parcial à  
obtenção do grau de Bacharel em Educação  
Física pela Faculdade de Ciências da  
Educação e Saúde Centro Universitário de  
Brasília – UnICEUB.

BRASÍLIA, DF, 08 /06 / 2018

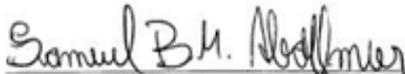
**BANCA EXAMINADORA**



Prof. Me. Hetty Lobo  
Presidente



Prof. Esp. Felipe Quintaneiro Bizotto  
Membro da Banca



Prof. Esp. Samuel Barbosa Mezavila Abdelmur  
Membro da Banca

## RESUMO

A saúde pode ser definida como uma condição integral de equilíbrio no ser humano, nos vários pontos que definem o indivíduo. Assim, originam uma impressão de que estar saudável. A saúde esta ligada à habilidade que os indivíduos possuem de desfrutarem da vida e de ultrapassar as dificuldades impostas pela vida. O presente estudo tem como objetivo analisar a percepção da qualidade de vida dos professores de educação física. A amostra deste estudo foi de 20 professores de Educação Física, de academias na cidade de Brasília – DF. O estudo foi caracterizado como transversal, onde foi aplicado questionário para verificar o conhecimento dos professores de educação física, que atuam nas academias, acerca da Qualidade de vida e Percepção da Promoção da Saúde no âmbito em que praticavam a atividade física. Na análise dos resultados constatou-se que a maior parte dos indivíduos consideram ter uma boa qualidade de vida e que estão satisfeitos com sua qualidade de vida. Na análise por domínios verificou-se que no domínio físico os valores médios chegaram à um total de 76,07, no psicológico os valores médios foram de 74,58, no domínio relações sociais a média alcançada foi de 72,08 e no domínio meio ambiente os valores médios foram de 65,48. Conclui-se que os indivíduos que foram avaliados neste estudo alcançaram resultados satisfatórios em relação aos domínios do questionário Whoqol-Bref, elaborado pelo grupo de estudos acerca da Qualidade de Vida da (OMS,1998), já que alcançaram escores acima da média em todos os domínios, à grande maioria jugou-se possuir uma boa qualidade de vida e estarem satisfeitos com a sua saúde em geral.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida. Promoção da saúde. Professor de Educação Física.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>5</b>
<b>2 MATERIAIS E MÉTODOS .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Amostra .....</b>	<b>6</b>
<b>2.2. Métodos .....</b>	<b>6</b>
<b>3 RESULTADOS.....</b>	<b>7</b>
<b>4 DISCUSSÃO .....</b>	<b>10</b>
<b>5 CONCLUSÃO .....</b>	<b>11</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>12</b>
<b>ANEXO A – CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR .....</b>	<b>144</b>
<b>ANEXO B- CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA.....</b>	<b>155</b>
<b>ANEXO C – FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC ..</b>	<b>166</b>
<b>ANEXO D – FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC.....</b>	<b>177</b>
<b>ANEXO E – FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DO TCC.....</b>	<b>188</b>
<b>ANEXO F - AUTORIZAÇÃO.....</b>	<b>19</b>
<b>ANEXO G – PARECER DO CEP.....</b>	<b>200</b>
<b>ANEXO H – INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS .....</b>	<b>222</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A saúde pode ser definida como uma condição integral de equilíbrio no ser humano, nos vários pontos que definem o indivíduo. A saúde esta ligada à habilidade que os indivíduos possuem de desfrutarem da vida e de ultrapassar as dificuldades impostas pela vida e não apenas como uma condição em que não existe a presença de doenças (ARAÚJO, 2000).

De acordo com Gomes, Minardi e Machado (2012), afirma que a promoção da saúde é o processo de capacitação da comunidade para atuar no favorecimento da sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior atuação no controle deste processo. A promoção da saúde tem como objetivo afirmar e possibilitar os recursos para que todos consigam ter acesso aos conhecimentos e controles sobre as condições relevantes do seu bem-estar (LUZ, 2007)

Suas características mais marcantes são: proporcionar um meio que possibilite uma preferência por uma vida saudável, acesso a uma educação sobre o estilo de vida em relação a saúde e a informação, desenvolver hábitos para uma vida saudável e uma melhora na organização de serviços voltados para a saúde (GOMES, MINARDI E MACHADO, 2012).

A promoção da saúde é determinada através da percepção que cada ser humano tem em comparação a posição que ele ocupa no ambiente social e cultural, que avalia seus propósitos, possibilidades, critérios e obrigações. Está também associada com a satisfação pessoal e envolve questões como o estado de saúde, lazer, bem-estar pessoal, costumes e estilo de vida (PUCCI et al.; 2012).

No entanto para Simões et al. (2012) consideraram qualidade de vida como uma dimensão típica da linha humana, que é consequência de um agregado de processos individuais e socioambientais, que podem ou não ser alterados, e que definem as qualidades de vida do indivíduo. Então, pode-se assegurar que o conceito do termo “promoção da saúde” associa-se ao modelo que a sociedade impõe e batalha para conquistar.

A qualidade de vida aponta uma composição social e cultural importante e expõe uma formação complexa, diferindo de pessoa para pessoa de acordo com meio em que cada um está e mesmo entre dois indivíduos inseridos em um contexto idêntico (PEREIRA, TEIXEIRA e LOPES, 2013).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) expõe que, a promoção da saúde pode também ser considerada como a percepção que o indivíduo tem em relação à seu lugar na vida, por meio da cultura e valores que compõe seu cotidiano, aproximando-se de seus objetivos, expectativas, suas formas de pensar e as preocupações que permeiam sua vida (KOETZ, REMPEU e PERICÓ, 2013).

Os professores compõem uma classe profissional exposta a grandes riscos psicossociais, devido à desvalorização da classe e por se depararem constantemente em situações que desestabilizam suas expectativas e acabam induzindo ao esgotamento mental (PEREIRA, TEIXEIRA e LOPES, 2013).

O presente estudo tem como objetivo analisar a percepção da qualidade de vida dos professores de educação física.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

### **2.1 Amostra**

A amostra deste estudo foi de 20 professores de Educação Física, de academias na cidade de Brasília – DF. Os indivíduos foram selecionados aleatoriamente para composição da amostra. A participação na pesquisa foi livre e esclarecida, formalizada mediante carta convite e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE. O pesquisador salvaguardou a todos os participantes o voluntariado na participação, bem como o direito ao sigilo e a interrupção ou desistência do preenchimento dos questionários. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética **CAAE: 84673518.4.0000.0023** em Pesquisa da Faculdade de Saúde do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB (ANEXO-G).

### **2.2. Métodos**

As análises descritivas das variáveis sociodemográficas dos participantes abrangeram frequências, porcentagens e médias. O estudo foi caracterizado como transversal, onde foi aplicado questionário para verificar o conhecimento dos professores de educação física, que atuam nas academias, acerca da Qualidade de vida e Percepção da Promoção da Saúde no âmbito em que praticavam a atividade física.

Foi utilizado o questionário Whoqol-Bref (ANEXO- H) elaborado pelo grupo de estudos acerca da Qualidade de Vida da (OMS,1998). O questionário é composto por 26 perguntas fechadas sendo duas perguntas relacionadas à percepção individual da qualidade de vida e as demais divididas entre aspectos físicos, psicológicos, meio ambiente e relações sociais. Utiliza-se da escala de Likert (de 1 a 5), onde ao final foi obtido um score para cada domínio que compõe o questionário, que posteriormente foi analisado, sendo 0 (zero) a representação de baixa qualidade de saúde e 100 (cem) a representação de melhor qualidade de saúde, ou seja, quanto maior a pontuação, melhor será a qualidade de vida. A aplicação do questionário foi realizada pelo próprio pesquisador.

### 3 RESULTADOS

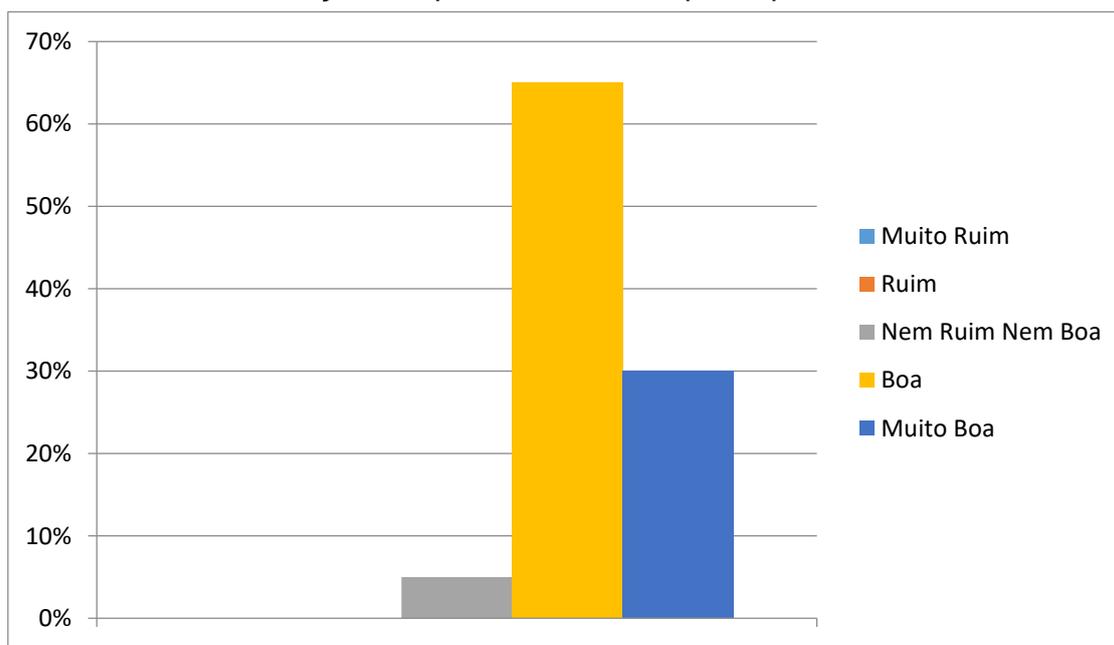
Na tabela 01- Foi verificado que a maioria dos pesquisados era do sexo masculino, representando 80% da amostra, com idade média de 26 anos, todos professores que atuam em academias de musculação.

**Tabela 1:** Caracterização da amostra.

<b>Sexo</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
Masculino	16	80,0
Feminino	4	20,0
<b>Idade</b>		
Até 30 anos	13	65,0
31 ou mais	7	35,0
<b>Tempo de profissão</b>		
Até 5 anos	15	75,0
6 anos ou mais	5	25,0

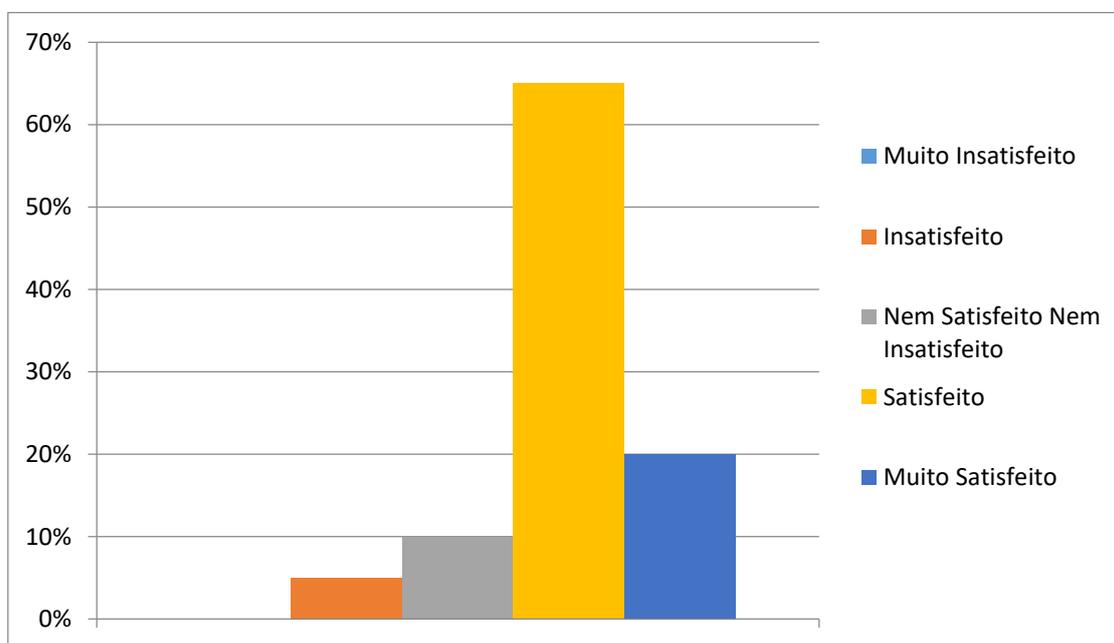
No gráfico 01- Pode-se observar que 65%, dos pesquisados avaliaram sua qualidade de vida como “boa”, 30% dos participantes avaliaram como “muito boa” e 5% dos participantes avaliaram como “nem ruim nem boa”.

**Gráfico 1.** Avaliação da qualidade de vida pelos professores de musculação.



O gráfico 02, demonstra os resultados obtidos em relação à satisfação com a própria saúde, onde 65% dos pesquisados responderam estarem “satisfeitos”, 20% afirmam estarem “muito satisfeitos”, 10% julgaram como “nem satisfeito nem insatisfeito” e 5% dos participantes responderam “insatisfeito”, não houveram respostas para avaliação “muito insatisfeito”.

**Gráfico 02.** Avaliação da satisfação da saúde pelo professores de musculação.



A tabela 02 nos mostra a média obtida através das respostas, definindo os domínios que constituem o instrumento de estudo que foi utilizado. Para se obter as médias, o questionário Whoqol-Bref determina que os cálculos sejam realizados da seguinte maneira:

Para o domínio físico, o escore individual foi encontrado multiplicando-se as questões referentes ao domínio por 4 e dividindo por 7, referente ao número de questões que abordam este critério, depois subtraído 4, multiplicado por 100 e dividido por 16, determinando os valores médios individuais que geram a média total de 76,07.

No domínio psicológico, utilizou-se da mesma fórmula, alterando apenas o valor referente ao número de questões que abordam este critério, sendo 6 questões, depois subtraído 4, multiplicando por 100 e dividindo por 16, onde foi obtido o valor médio de 74,58.

O escore do domínio relações sociais, seguiu a mesma fórmula matemática, alterando-se a divisão por 3, relacionado ao número de questões que tratam sobre este domínio, depois subtraído 4, multiplicando por 100 e dividindo por 16. O valor médio do domínio relações sociais foi de 72,08.

No domínio ambiente, a fórmula padrão foi aplicada, alterando-se a divisão por 8, baseado no número de questões que tratam sobre este domínio, depois subtraído 4, multiplicando por 100 e dividindo por 16. O escore médio do domínio ambiente foi de 65,48.

Após analisar os cálculos e resultados, foi constatado que o domínio físico caracteriza a maior média de pontuação em relação aos outros domínios que estão presentes no questionário, o que configura ser o ponto de maior promoção da qualidade de vida dos professores envolvidos no estudo. Vale frisar que as médias de escores descobertas, referentes aos domínios do Whoqol-Bref, obtiveram resultados que demonstram uma boa qualidade de vida dos participantes do estudo.

**Tabela 02.** Média de escores dos domínios do Whoqol-Bref dos professores de musculação.

<b>Domínios</b>	<b>Média</b>
Físico	<b>76,07</b>
Psicológico	<b>74,58</b>
Relações Sociais	<b>72,08</b>
Meio Ambiente	<b>65,48</b>

#### **4 DISCUSSÃO**

Na presente pesquisa foi verificado que a avaliação da qualidade de vida pelos professores de musculação cerca de 65% dos indivíduos, relataram que consideram a sua qualidade de vida como boa, já 30% consideram como muito boa e 5% como nem ruim nem boa. Corroborando com a pesquisa de Da Silva e Nunez (2009), que buscaram através do questionário de Whoqol-Bref analisar também a qualidade de vida dos professores e através da pesquisa constataram que 56,5% dos indivíduos avaliaram sua qualidade de vida como boa, 26,1% julgaram sua qualidade de vida como nem ruim nem boa, 11,6% avaliaram com muito boa, 4,3% dos indivíduos acreditam ter uma qualidade de vida ruim e 1,4% consideram sua qualidade de vida muito ruim.

No entanto, quando avaliado o nível de satisfação com a própria saúde dos professores foi verificado que 65% consideram estarem satisfeitos com a própria saúde, 20% muito satisfeito, 10% nem satisfeito e nem insatisfeito e 5% insatisfeitos, assim corroborando com o estudo. Já Saupe (2004) a distribuição dos resultados de acordo com o nível de satisfação e insatisfeitos foi proporcional.

Constatou que diante dos critérios de avaliação do questionário Whoqol-Bref, os participantes obtiveram escores expressivos nos domínios relacionados, Físico, Psicológico, Relações sociais e Meio ambiente podendo caracterizar a saúde destes como boa. Assim como no estudo realizado por (DIAS et al., 2013).

Neste estudo ao analisarmos o índice geral do Whoqol-Bref e os escores dos domínios, percebemos que não se encontra na literatura científica algo que indique

uma media de escores ou um meio de avaliar-se se o individuo possui uma boa ou má percepção da qualidade de vida. Nota-se também o quão alguma coisa é relevante e positiva ao avaliar-se o fato de que os avaliados apresentaram uma boa satisfação com os vínculos sociais e com a forma que são apoiados, fato que influência bastante no bem-estar de um indivíduo (TEIXEIRA, et al., 2007).

Contudo, observando as médias apresentadas, pode-se dizer que esses resultados se mostram positivos e indicam que os professores estão tendo uma boa qualidade de vida, principalmente no que se refere ao domínio físico (FLECK, 2000).

Através dos dados que obtivemos após a aplicação do questionário conseguimos observar uma boa resposta com relação à satisfação com a qualidade de noites bem dormidas, que os indivíduos consideram ter uma quantidade de energia considerável para realizar as atividades diárias, com as possibilidades de atividades de lazer e com o ambiente físico. Haja vista de que para uma boa promoção da qualidade de vida necessita-se de momentos de lazer, sentir-se bem fisicamente e um ambiente saudável, algo que ficou bem claro após analisarmos os resultados.

O lazer pode ser relacionado com o fato da pessoa zelar pelo próprio bem-estar, o que trás a sensação de tranquilidade, alívio, felicidade, tornando-se algo essencial para a promoção do bem-estar e assim melhorando a qualidade de vida do indivíduo, segundo (EURICH e KLUTHCOVSKY ,2008).

Portanto faz- se necessário mais estudos sobre este tema considerando-se que o presente estudo nos mostrou a relação entre a percepção individual da qualidade de vida, o ambiente, os professores de musculação e outros fatores e variáveis que acabam sendo muito importantes para uma contribuição ao meio acadêmico e científico na busca de resultados que possam atualizar os conceitos que a sociedade possui com relação a profissão e seus desafios.

## **5 CONCLUSÃO**

Ao analisarmos todos os resultados que obtivemos após a realização da pesquisa, notamos que a qualidade de vida dos professores que atuam em academias não recebe a devida atenção e valorização que merece ter, especialmente com relação ao domínio meio ambiente. Domínio este que pode-se

notar os valores menos positivos e satisfatórios com relação às circunstâncias de sentir-se bem com o meio em que vive e trabalha, com os meios de transporte e aspectos financeiros. Fatores estes que interferem e muito na percepção que cada um possui sobre a própria qualidade de vida.

Analisando os resultados, nota-se que o domínio que foi melhor avaliado pelos participantes da pesquisa, foi o referente ao aspecto físico, mostrando que os indivíduos estão satisfeitos com seu aspecto físico e apresentam um baixo índice de dores, desconfortos e fadiga, e um bom índice com relação à energia, descanso, locomobilidade, atividades físicas do dia-a-dia e eficiência no trabalho. Avaliando os domínios psicológicos e social percebe-se que os dados obtidos também foram muito satisfatórios, principalmente com relação as relações pessoais, apoio social e relações sexuais.

Apesar de que a análise da percepção individual da qualidade de vida tenha acontecido de forma a seguir um critério subjetivo, esta pesquisa possibilitou uma maneira mais qualificada de refletir sobre o assunto no meio em que os professores atuam.

Assim, conclui-se que os indivíduos que foram avaliados neste estudo alcançaram resultados satisfatórios em relação aos domínios do questionário Whoqol-Bref, já que alcançaram escores acima da média em todos os domínios, à grande maioria julgou-se possuir uma qualidade de vida que consideram como boa e que se encontram satisfeitos com sua saúde em geral.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, D. S. M. S.; ARAÚJO, C. G. S.; Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **Revista brasileira de medicina do esporte**, v. 6, n. 5, p. 194-203, 2000.

DA SILVA, J. V. P.; NUNEZ, P. R. M.; Qualidade de vida, perfil demográfico e profissional de professores de educação física. **Pensar a prática**, v. 12, n. 2, 2009.

DIAS, D. S. G.; DA SILVA C. C.; DE ARAÚJO, C. V.; Comparação da percepção subjetiva de qualidade de vida e bem-estar de idosos que vivem sozinhos, com a família e institucionalizados. **Revista brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, n. 1, p. 127-138, 2013.

EURICH, R. B., KLUTHCOVSKY, A. C. Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sociodemográficas. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 30 n.3, p. 211-220, 2008.

FLECK M. P. A et al. Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100). **Rev Saude Publica**. v.33,n.2,p.198-205,2000.

GOMES R. A.; MINARDI M. C. R.; MACHADO R. R. S.; A promoção da saúde e a prevenção integrada dos fatores de risco para doenças cardiovasculares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 1, 2012.

KOETZ, L.; REMPEL, C.; PÉRICO, E.; Qualidade de vida de professores de Instituições de Ensino Superior Comunitárias do Rio Grande do Sul. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 4, p. 1019-1028, 2013.

LUZ, M. T.; É a promoção da saúde um novo paradigma?. In: **Ordem social, instituições e políticas de saúde no Brasil: textos reunidos**. p. 217-225,2000.

Organização Mundial de Saúde. Divisão de Saúde Mental Grupo WHOQOL. **Versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida (WHOQOL)**. Genebra: OMS; 1998.

PEREIRA, É. F.; TEIXEIRA, C. S.; LOPES, A. S.; Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 1963-1970, 2013.

PETROSKI, E. C. et al. **Qualidade de vida no trabalho e suas relações com estresse, nível de atividade física e risco coronariano de professores universitários**. 2005.

PUCCI, G. C. M. F. et al. Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos. **Revista de Saúde Pública**, v. 46, p. 166-179, 2012.

SIMÕES, C. S. M. et al. Análise da qualidade de vida de professores e alunos de musculação: um estudo comparativo. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 16, n. 2, p. 107-112, 2012.

SAUPE, R. et al. Qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 12, n. 4, p. 636-642, 2004.

TEIXEIRA, M. A., CASTRO, G. D., & Piccollo, L. R. Adaptação à universidade em estudantes universitários: um estudo correlacional. **Interação em Psicologia**, 11 (2), 211-220, 2007.

**ANEXO A – CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR**

Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

**CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

**Declaração de aceite do orientador**

Eu, HETTY LOBO, declaro aceitar orientar o(a) discente ULISSES GARCIA DE OLIVEIRA no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 01 de Março de 2018.

ASSINATURA

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF - Fone: (61) 3966-1469  
[www.uniceub.br](http://www.uniceub.br) - [ed.fisica@uniceub.br](mailto:ed.fisica@uniceub.br)



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

## ANEXO B- CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

### CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

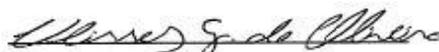
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

#### Declaração de Autoria

Eu, **ULISSES GARCIA DE OLIVEIRA**, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 11 de junho de 2018.

  
Orientando

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF - Fone: (61) 3966-1469

[www.uniceub.br](http://www.uniceub.br) - [ed.fisica@uniceub.br](mailto:ed.fisica@uniceub.br)



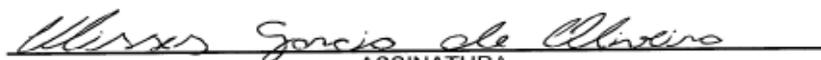
Na fabricação do papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

**ANEXO C – FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC**

Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, ULISSES GARCIA DE OLIVEIRA RA: 21450655 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado ANÁLISE DA PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DA QUALIDADE DE VIDA EM PROFESSORES DE MUSCULAÇÃO no dia 08/06 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.

  
ASSINATURA

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF - Fone: (61) 3966-1469  
[www.uniceub.br](http://www.uniceub.br) - [ed.fisica@uniceub.br](mailto:ed.fisica@uniceub.br)



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alvejado.

**ANEXO D – FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC**

Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

**FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, HETTY LOBO venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: ANÁLISE DA PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DA QUALIDADE DE VIDA EM PROFESSORES DE MUSCULAÇÃO autorizar sua apresentação no dia 08/06 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Professor Orientador



## ANEXO E – FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DO TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

### FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Eu, HETTY LOBO venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: ANÁLISE DA PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DA QUALIDADE DE VIDA EM PROFESSORES DE MUSCULAÇÃO autorizar a entrega da versão final no dia 15/06 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Professor Orientador

SEPN 707/907 - Campus do UniCEUB, Bloco 9 - 70790-075 - Brasília-DF - Fone: (61) 3966-1469

www.uniceub.br - [ed.fisica@uniceub.br](mailto:ed.fisica@uniceub.br)



Na fabricação de papel reciclado, a quantidade de água equivale apenas a 2% da utilizada para a produção de papel alveado.

## ANEXO F - AUTORIZAÇÃO



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES  
Curso de Educação Física

### AUTORIZAÇÃO

Eu, ULISSES GARCIA DE OLIVEIRA RA 21450655, aluno (a) do Curso de EDUCAÇÃO FÍSICA do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado ANÁLISE DA PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DA QUALIDADE DE VIDA EM PROFESSORES DE MUSCULAÇÃO, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos - CNPQ.

Brasília, 11 de junho de 2018.

Assinatura do Aluno



**ANEXO G – PARECER DO CEP****CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB****PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA****Título da Pesquisa:** A PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO**Pesquisador:** Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo**Área Temática:****Versão:** 1**CAAE:** 84673518.4.0000.0023**Instituição Proponente:** Centro Universitário de Brasília - UNICEUB**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio**DADOS DO PARECER****Número do Parecer:** 2.583.447**Apresentação do Projeto:**

Trata-se de "estudo (...) caracterizado como transversal, de cunho descritivo e quantitativo, aos objetivos do estudo. O tamanho da amostra será estabelecido,

considerando um intervalo de confiança de 95% e erro amostral de 5%.

O instrumento empregado na coleta de dados serão dois questionários, composto inicialmente de questões sobre os dados dos professores, sexo, idade, formação acadêmica, anos de docência em Educação Física, carga horária de trabalho semanal e tempo de serviço como professor. Os professores responderam um questionário validado pelo CDC - Center Disease Control and Prevention. The CDC Worksite Health ScoreCard: an assessment tool for employers to prevent heart disease, stroke, and related conditions. Atlanta (ANEXO A, projeto original) adaptados aos objetivos do estudo, bem como, a Escala de Bem Estar validado por Paz e Dessen (2010) (ANEXO B, projeto original) que compreende um questionário composto por 15 questões".

Os 20 professores que participarão da Pesquisa deverão ter mais de 1 ano de formados.

**Objetivo da Pesquisa:**

A pesquisadora informa que o objetivo primário da pesquisa é "analisar a percepção da qualidade de vida dos professores de educação física, relacionando-a com o ambiente de trabalho, a saúde e a prática de atividade física".

Dentre os objetivos secundários estão:

**Endereço:** SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar**Bairro:** Setor Universitário**CEP:** 70.790-075**UF:** DF**Município:** BRASÍLIA**Telefone:** (61)3966-1511**E-mail:** cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE  
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 2.583.447

pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto, e  
h) justificar fundamentadamente, perante o CEP ou a CONEP, interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados

Observação: O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação de evento. O modelo do relatório encontra-se disponível na página do UniCEUB [http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030\\_pesquisacomitebio.aspx](http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030_pesquisacomitebio.aspx), em Relatório de Finalização e Acompanhamento de Pesquisa

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

A pesquisa está em condições de iniciar a coleta de dados.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Protocolo previamente avaliado, com parecer n. 2.583.447/18, tendo sido homologado na 4ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB do ano, em 23 de março de 2018.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB - INFORMAÇÕES BÁSICAS DO PROJETO_1087260.pdf	06/03/2018 17:03:20		Aceito
Folha de Rosto	folha_rosto.pdf	06/03/2018 17:02:29	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_2018.docx	06/03/2018 16:53:56	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_qualidadedevida.docx	06/03/2018 16:49:50	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito
Outros	carta_aceite.jpg	04/03/2018 21:44:47	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar  
 Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075  
 UF: DF Município: BRASÍLIA  
 Telefone: (61)3966-1511 E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

## ANEXO H – INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Questionário WHOQOL-Bref, (1998)

### Instruções

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. **Por favor responda a todas as questões.** Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.

Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as **duas últimas semanas**. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

**Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.**

		muito ruim	Ruim	nem ruim nem boa	boa	muito boa
1	Como você avaliaria sua qualidade de vida?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
2	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	1	2	3	4	5
As questões seguintes são sobre <b>o quanto</b> você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas.						
		nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?	1	2	3	4	5
4	O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?	1	2	3	4	5
5	O quanto você aproveita a vida?	1	2	3	4	5
6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	1	2	3	4	5
7	O quanto você consegue se	1	2	3	4	5

	concentrar?					
8	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	1	2	3	4	5
9	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão completamente** você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	médio	muito	completamente
10	Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
11	Você é capaz de aceitar sua aparência física?	1	2	3	4	5
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	1	2	3	4	5
13	Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
14	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão bem ou satisfeito** você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem bom	bom	muito bom
15	Quão bem você é capaz de se locomover?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	Muito satisfeito
16	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?	1	2	3	4	5

1 7	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
1 8	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	1	2	3	4	5
1 9	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
2 0	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
2 1	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	1	2	3	4	5
2 2	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	1	2	3	4	5
2 3	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
2 4	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?	1	2	3	4	5
2 5	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a **com que frequência** você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.

		nunca	Algumas vezes	frequentemente	muito frequentemente	sempre
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	1	2	3	4	5