



Fédération Internationale d'Éducation Physique –

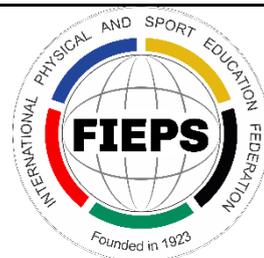
FIEP

FIEP Bulletin On-line

ISSN-0256-6419 – Impresso

ISSN 2412-2688 - Eletrônico

www.fiepbulletin.net



Artigo Original

CONSEQUÊNCIAS DA PANDEMIA DE COVID-19 NA COMPOSIÇÃO CORPORAL E SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE JOÃO PESSOA

THEODAN STEPHENSON CARDOSO LEITE^{1,2}

- 1 - Professor de Educação Física da Rede Municipal de João Pessoa, Paraíba, Brasil
2 - Prefeitura Municipal de João Pessoa - SEDEC - Divisão de Educação Física, Saúde e Esporte Escolar (DEFISE), João Pessoa, Paraíba, Brasil

DOI: [10.16887/fiepbulletin.v94i1.6734](https://doi.org/10.16887/fiepbulletin.v94i1.6734)

Resumo

Objetivo: Analisar as consequências da pandemia de Covid-19 na composição corporal e saúde mental de professores de Educação Física do Município de João Pessoa. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo transversal, no qual foi aplicado um questionário com 114 (48,3%) professores de Educação Física da rede Municipal de João Pessoa. Nesse questionário haviam perguntas sobre as características sociodemográficas, de composição corporal, de saúde física e psicológica antes e durante a pandemia. Para os dados quantitativos, utilizou-se o teste wilcoxon, já para os dados qualitativos do questionário, foram apresentados por meio da estatística descritiva de distribuição de frequência. **Resultados:** Observou-se que houve uma maior frequência relativa para os homens (56,1%), idade na faixa etária de 31 a 40 anos (40,4%), sendo que 60,5% são casados. Quanto a saúde física e psicológica, observou-se uma maior frequência relativa no estresse durante a pandemia com um aumento na fase de exaustão (8,8%). Quanto a saúde antes e durante da pandemia, houve a aparição de uma classificação que não havia antes da pandemia que foi a classificação péssima (8,8%). Na análise comparativa da massa corporal e o índice de massa corporal, de todos os professores, observou-se que houve diferença significativa entre antes e durante pandemia ($p=0,010$; $p=0,008$), respectivamente. Os professores que não tiveram covid-19 aumentaram de forma significativa a massa corporal e o índice de massa corporal ($p=0,009$, $p=0,008$), respetivamente. **Conclusão:** Houve um aumento na composição corporal e na saúde mental dos professores de Educação Física do Município de João Pessoa.

Palavras-chave: Docentes; Educação Física e Treinamento; Aptidão Física.

Original Article

CONSEQUENCES OF THE COVID-19 PANDEMIC ON BODY COMPOSITION AND MENTAL HEALTH OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN JOÃO PESSOA

Abstract

Objective: To analyze the consequences of the Covid-19 pandemic on the body composition and mental health of physical education teachers in the city of João Pessoa. **Methods:** This is a cross-sectional descriptive study, in which a questionnaire was applied to 114 (48.3%) Physical Education teachers from the municipal network of João Pessoa. In this questionnaire there were questions about sociodemographic characteristics, body composition, physical and psychological health before and during the pandemic. For the quantitative data, the wilcoxon test was used, while for the qualitative data of the questionnaire, they were presented through descriptive statistics of frequency distribution. **Results:** It was observed that there was a higher relative frequency for men (56.1%), aged between 31 and 40 years old (40.4%), with 60.5% being married. As for physical and psychological health, there was a higher relative frequency of stress during the pandemic with an increase in the exhaustion phase (8.8%). As for health before and during the pandemic, there was the appearance of a classification that did not exist before the pandemic, which was the terrible classification (8.8%). In the comparative analysis of body mass and body mass index of all teachers, it was observed that there was a significant difference between before and during the pandemic ($p=0.010$; $p=0.008$), respectively. Teachers who did not have covid-19 significantly increased their body mass and body mass index ($p=0.009$, $p=0.008$), respectively. **Conclusion:** There was an increase in body composition and mental health of Physical Education teachers in the city of João Pessoa.

Keywords: Teachers; Physical Education and Training; Physical Fitness.

Artículo original

CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID-19 SOBRE LA COMPOSICIÓN CORPORAL Y LA SALUD MENTAL DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE JOÃO PESSOA

Resumen

Objetivo: analizar el efecto del ejercicio de fuerza con y sin ayuno sobre la presión arterial en hombres entrenados recreativamente. **Métodos:** Esta investigación se caracteriza por ser un estudio experimental cruzado, en el que participaron 11 hombres entrenados recreativamente con uno a tres años de experiencia en entrenamiento de fuerza, los participantes siguieron aleatoriamente dos protocolos; a) cuatro series de 10 repeticiones del ejercicio Flat Bench Press y LegPress 45 con ayuno (EFCJ). b) cuatro series de 10 repeticiones del ejercicio Flat Bench Press y LegPress 45 sin ayuno (EFSJ). Las mediciones de la presión arterial sistólica y diastólica se evaluaron en reposo (10 minutos antes), inmediatamente después, 15 minutos después y 30 minutos después del ejercicio. **Resultados:** En el análisis comparativo de la

presión arterial sistólica se observó un aumento significativo sólo en el protocolo de ayuno ($p < 0,001$). Sin embargo, todos los protocolos con y sin ayuno redujeron significativamente la PAS entre reposo vs. 15 min ($p < 0,001$; $p = 0,044$) y reposo vs. 30 min ($p = 0,006$; $p = 0,001$), respectivamente. En el análisis comparativo de la presión arterial diastólica se observó diferencia significativa entre ayunar y no ayunar sólo en los 15 minutos ($p = 0,016$).

Conclusión: El ejercicio de fuerza con y sin ayuno promovió un efecto hipotensor, pero el protocolo de ayuno aumentó la presión arterial sistólica inmediatamente después del ejercicio.

Palabras clave: ejercicio de resistencia, presión arterial, entrenamiento de fuerza, ayuno, hemodinámica.

Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) em 31 de dezembro de 2019 foi comunicada sobre diversos casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China. Essa pneumonia estava ligada a uma nova cepa (espécie) de corona vírus que não havia sido identificada antes em seres humanos (OPAS, 2020). Esse novo coronavírus, popularmente conhecido como COVID-19 é um agente que causa incômodo respiratório com sintomas idênticos a um resfriado, podendo levar até a pneumonia. Como qualquer outra doença respiratória, infecção pelo COVID-19 também pode causar sintomas leves como coriza, dor de garganta, tosse e febre. Em alguns casos, principalmente em grupos de risco (idosos e portadores de doenças pré-existentes como diabetes ou cardiopatias) pode levar até ao óbito, sendo que seu período de incubação é de 1 a 14 dias (OPAS, 2020).

O que se sabe até o presente momento é que o vírus passa de pessoa para pessoa, pelo ar ou por contato com secreções, como gotas de saliva e catarro, assim, ele pode ser transmitido por espirros, tosse ou contato de objetos ou mãos contaminadas com a boca, nariz e olhos (BRASIL, 2020). Diversos países foram acometidos pelo vírus, sendo que o Brasil foi um dos países mais acometidos e durante meses uma boa parte da população brasileira ficou em quarentena e muito tiveram que desenvolver seu trabalho em *home office* (OPAS, 2020). Uma das profissões que sofreu bastante para se adaptar a essa nova situação foi a classe dos professores. E como o tempo das aulas são longos, existe uma necessidade de passar muitas horas sentadas o que aumenta o sedentarismo, podendo gerar diversas comorbidades, impactando direto na composição corporal e mental dos professores. A aptidão física relacionada a saúde é composta por diferentes componentes, dentre eles, a composição corporal influencia positivamente na melhoria da qualidade de vida e na promoção da saúde (ACSM, 2011), bem como a saúde mental, o que se torna importante avaliar os efeitos da pandemia sobre a saúde dos docentes que foram e que não foram infectados pelo vírus da COVID-19.

Assim, observa-se que os professores tiveram que se adaptar as dificuldades, gerando alterações nos seus hábitos de saúde e que isso pode gerar consequências em sua continuidade, podendo gerar casos de demissões e aposentadorias (ALVARENGA et al., 2020). Principalmente os professores que foram infectados com o vírus, uma vez que podem apresentar sequelas e agravamentos em sua saúde de forma geral, gerando diversas consequências para sua manutenção no trabalho, em virtude de apresentar alterações no seu estado psicológico, bem como em sua aptidão física relacionada a saúde.

Nesse contexto, ao revisar a literatura pertinente, observou-se que estudos tem sido desenvolvido com objetivo de verificar a percepção da qualidade de vida dos professores das redes públicas e privadas frente a pandemia de COVID-19 (ALVARENGA et al., 2020), as resistências e desafios enfrentados pelos professores (BARRETO; ROCHA, 2020). No entanto, nenhum estudo foi desenvolvido com objetivo analisar o efeito do isolamento social promovido por meio da pandemia de COVID-19 na composição corporal e saúde mental de professores de setores públicos. Portanto, o objetivo do presente estudo foi analisar as consequências da pandemia de Covid-19 na composição corporal e saúde mental de professores de Educação Física do Município de João Pessoa/Paraíba.

Metodologia

Participantes

Participaram do estudo, descritivo transversal, 114 (48,3%) professores de Educação Física de um total de 236 da rede Municipal de João Pessoa/Paraíba. Foram incluídos no estudo os professores de Educação Física efetivos e contratados de ambos os sexos e que foram acometidos e não acometidos pelo COVID-19. O presente estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa, sob parecer de número 4.751.486, estando de acordo com o conselho nacional de saúde e resolução 466/12 para as pesquisas que envolve seres humanos, mantendo-se a ética durante todo o processo, resguardando a privacidade dos voluntários. Todos os professores que aceitaram participar do estudo consentiram participar da pesquisa.

Procedimentos

Após aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa, a Secretaria de Educação do Município de João Pessoa emitiu uma circular para todos os gestores com finalidade de que todos os professores de Educação Física tivessem conhecimento do projeto. Assim, inicialmente, os professores assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, em seguida responderam um questionário online com perguntas abertas e fechadas via *google forms* para o diagnóstico situacional entre o período 18 de março a 21 de maio de 2022. Foram coletadas informações quanto ao sexo, idade, massa corporal atual e antes da pandemia, estatura, nível escolar que ensina, se teve covid-19, grau de covid-19 (leve, moderada, grave e crítica), nível de estresse antes e durante da pandemia, saúde física, mental e social (muito boa, boa, regular, péssima) antes e durante a pandemia, pratica de atividade física antes e durante a pandemia, quais modalidade praticavam antes e durante a pandemia, desmaio durante a pandemia e meio de transporte que vai para o trabalho. O índice de massa corporal foi realizado com base na relação da massa corporal pela estatura ao quadrado.

Classificação da COVID-19

Para realizar a classificação dos sintomas dos professores que tiveram covid-19, adotou-se a proposta sugerida pelo National Institutes of Health (2020):

Leve = Pessoas que apresentam vários sinais e sintomas [por exemplo, febre, tosse, faringite, mal-estar, cefaleia, dor muscular] sem falta de ar, dispneia ou exame de imagem anormal).

Moderada = Pessoas que apresentam evidências de doença no trato respiratório inferior por avaliação clínica ou exame de imagem e uma saturação de oxigênio (SpO₂) >93% em ar ambiente ao nível do mar).

Grave = Pessoas que têm frequência respiratória >30 respirações por minuto, SpO₂ ≤93% em ar ambiente ao nível do mar, razão entre pressão parcial arterial de oxigênio e fração de oxigênio inspirado (PaO₂/nível do mar, razão entre pressão parcial arterial de oxigênio e fração de oxigênio inspirado (PaO₂/FiO₂) <300 ou infiltrações pulmonares >50%.

Crítica = Pessoas com insuficiência respiratória, choque séptico e/ou disfunção de múltiplos órgãos.).

Classificação do Estresse

Para realizar a classificação das características do estresse dos professores, adotou-se a proposta sugerida pelos autores Selye(1965) e Lipp (2000):

Fase de alerta = quando o organismo é exposto a uma circunstância produtora de tensão, ele se prepara para a ação, por meio da mobilização de alterações bioquímicas, compreendendo as reações de "luta e fuga". Algumas reações presentes são taquicardia, tensão muscular e sudorese.

Fase de resistência = nessa fase, o indivíduo, automaticamente, utiliza energia adaptativa para se reequilibrar. Quando consegue, os sinais iniciais (das reações bioquímicas) desaparecem e o indivíduo tem a impressão de que melhorou. A sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, e as dificuldades com a memória ocorrem nesse estágio, mas, muitas vezes, não são identificadas pelo indivíduo em situações de stress excessivo.

Fase de quase-exaustão = o organismo está enfraquecido e não consegue se adaptar ou resistir ao estressor. As doenças começam a aparecer, tais como herpes simples, psoríase, picos de hipertensão e diabetes, nos indivíduos geneticamente predispostos. Quando o estressor permanece atuante por muito tempo, ou quando muitas fontes de stress ocorrem simultaneamente, a reação do organismo progride para a fase de exaustão.

Fase de exaustão = observa-se nessa fase que há um aumento das estruturas linfáticas, a exaustão psicológica e a física se manifestam e em alguns casos a morte pode ocorrer. As doenças aparecem com muita frequência tanto em nível psicológico, em forma de depressão, ansiedade aguda, inabilidade de tomar decisões, vontade de fugir de tudo, como também em nível físico, com alterações orgânicas, hipertensão arterial essencial, úlcera gástrica, psoríase, vitiligo e diabetes. Convém observar que o stress não é o elemento patogênico das doenças, ele conduz a um enfraquecimento do somático e do psicológico de tal modo que aquelas patologias programadas geneticamente se manifestam devido ao estado de exaustão presente.

Análise dos dados

Os dados foram digitados e analisados em programa SPSS (*Statistical Package for the Social Science*), versão 20.0. Para os dados quantitativos foi realizada uma análise de normalidade dos dados pelo teste *Kolmogorov-Smirnov*. Desta forma, após verificação do pressuposto de normalização as comparações foram realizadas pelo teste *wilcoxon* e *U* de *Mann-Whitney*. Os dados qualitativos do questionário foram apresentados por meio da estatística descritiva de distribuição de frequência. O nível de significância será mantido em 5%.

Resultados

Foi observado nas características sociodemográficas e formação dos professores na Tabela 1, que houve uma maior frequência relativa quanto ao sexo para os homens (56,1%), a idade na faixa etária de 31 a 40 anos (40,4%), 53,5% são especialistas, 42,1% ensinam no ensino fundamental II, 42,1% apresentam de 11 a 20 anos de tempo de magistério, 45,6% se nomearam pardos e 60,5 são casados.

Tabela 1 - Características sociodemográficas e formação dos professores da rede municipal de João Pessoa/PB.

VARIÁVEL	n	%
Sexo		
Homem	64	56,1
Mulher	50	43,9
Idade		
20 – 30 anos	6	5,3
31 – 40 anos	46	40,4
41 – 50 anos	30	26,3
51 – 60 anos	28	24,6
Acima de 60 anos	4	3,5
Formação		
Provisionado	1	0,9
Graduação	35	30,7
Especialização	61	53,5
Mestrado	12	10,5
Doutorado	5	4,4
Você ensina na(o)		
Educação Infantil	9	7,9
Ensino Fundamental I	56	4,9
Ensino Fundamental II	48	42,1
EJA	1	0,9
Tempo de Magistério		
0-10 anos	35	30,7
11-20 anos	48	42,1
21-30 anos	22	19,3
31-40 anos	8	7,0
41-50 anos	1	0,9
Cor da Pele		
Branco	43	37,7
Preto	18	15,8
Pardo	52	45,6
Amarelo	1	0,9
Estado Civil		
Solteiro	31	27,2
Casado	69	60,5
Divorciado	13	11,4
Viúvo	1	0,9

EJA = Educação de Jovens e adultos

A Tabela 2 apresenta a saúde física e psicológica dos professores antes e durante a pandemia, no qual foi observado uma maior frequência relativa no estresse durante da

pandemia com um aumento na fase de exaustão (8,8%). Quanto a saúde antes e durante da pandemia, houve a aparição de uma classificação que não havia antes da pandemia que foi a classificação péssima (8,8%). Foi observado ainda que 2,6% desmaiou e 6,1% foi hospitalizado durante a pandemia, 80,7% dos professores praticavam atividade física antes da pandemia e a maioria deles fazia musculação (32,5%), 71,1% continuaram praticando atividade física durante a pandemia porém com predominância na corrida (18,4) e o meio de locomoção mais utilizado para os docentes irem para o trabalho foi carro próprio (64,0%).

Tabela 2 - Características de saúde física e psicológica dos professores antes e durante a pandemia

VARIÁVEL	n	%
Teve Covid-19		
Sim	54	47,4
Não	60	52,6
Grau da Covid-19		
Leve	49	90,7
Moderada	5	9,3
Grave	0	0,0
Crítica	0	0,0
Estresse Antes da Pandemia		
Fase de alerta	65	57,0
Fase de Resistência	40	35,1
Fase de Quase Exaustão	7	6,1
Fase de Exaustão	2	1,8
Estresse Durante da Pandemia		
Fase de alerta	40	35,1
Fase de Resistência	48	42,1
Fase de Quase Exaustão	16	14,0
Fase de Exaustão	10	8,8
Saúde Antes da Pandemia		
Muito Boa	38	33,3
Boa	57	50,0
Regular	19	16,7
Saúde Durante da Pandemia		
Muito Boa	16	14,0
Boa	44	38,6
Regular	44	38,6
Péssima	10	8,8
Desmaiou Durante a Pandemia		
Sim	3	2,6
Não	111	97,4
Foi Hospitalizado Durante a Pandemia		
Sim	7	6,1
Não	107	93,9
Pratica de Atividade Física Antes da Pandemia		
Sim	92	80,7
Não	22	19,3
Quais Atividades Praticavam Antes da Pandemia		
Não Praticavam	21	18,4

Musculação	37	32,5
Alongamento/Flexibilidade	6	5,3
Corrida	21	18,4
Natação	8	7,0
Ciclismo	5	4,4
Dança	1	0,9
Funcional	5	4,4
<i>CrossFit</i>	3	2,6
Outros	7	6,1
Pratica de Atividade Física Durante da Pandemia		
Sim	81	71,1
Não	33	28,9
Quais Atividades Praticavam Durante da Pandemia		
Não Praticavam	30	26,3
Musculação	20	17,5
Alongamento/Flexibilidade	12	10,5
Corrida	21	18,4
Natação	6	5,3
Ciclismo	12	10,5
Pilates	2	1,8
Dança	1	0,9
Funcional	7	6,1
Outros	3	2,6
Meio de Locomoção para o Trabalho		
Ônibus	15	13,2
Carro Próprio	73	64,0
Bicicleta	3	2,6
Motocicleta	11	9,6
Outros	12	10,5

Na análise comparativa da massa corporal e o índice de massa corporal, observou-se que houve diferença significativa entre antes e durante pandemia ($p = 0,010$; $p = 0,008$), respectivamente, conforme Tabela 3.

Tabela 3 - Análise comparativa da composição corporal antes e durante a pandemia de COVID-19.

	Antes Pandemia	Durante Pandemia
MC	70,5(285,6)	72,5(252,4)*
IMC	24,8(19,9)	25,7(19,0)*

* diferença significativa com o antes da pandemia; MC = Massa corporal; IMC = Índice de massa corporal; Dados apresentados pela mediana e variância.

Na análise comparativa da massa corporal e o índice de massa corporal dos professores que tiveram e não tiveram covid-19. O teste U de Mann-Whitney mostrou que não houve diferença significativa entre quem teve e não teve Covid-19 na massa corporal e o índice de massa corporal ($p = 0,136$, $p = 0,310$). O teste de wilcoxon mostrou que apenas os professores que não tiveram covid-19 aumentaram de forma significativa a massa corporal e o índice de massa corporal ($p = 0,009$, $p = 0,008$), respetivamente, conforme Tabela 4.

Tabela 4 - Análise comparativa da composição corporal antes e durante a pandemia dos professores que tiveram e não tiveram COVID-19.

	Covid-19		Não Covid-19	
	Antes Pandemia	Durante Pandemia	Antes Pandemia	Durante Pandemia
MC	73,0(334,7)	77,0(324,1)	70,0(233,1)	71,6(185,0)*
IMC	25,9(23,3)	26,2(23,9)	24,5(16,0)	24,7(14,4)*

* diferença significativa com o antes da pandemia; MC = Massa corporal; IMC = Índice de massa corporal; Dados apresentados pela mediana e variância.

Discussão

O presente estudo analisou as consequências da pandemia de Covid-19 na composição corporal e saúde mental de professores de Educação Física do Município de João Pessoa/Paraíba. Os principais achados foram: a) houve um aumento na composição corporal dos professores; b) o estresse foi aumentado durante a pandemia; c) a saúde dos professores foi prejudicada durante a pandemia. Esse estudo mostrou as fragilidades, quanto a composição corporal e saúde mental, dos professores de Educação Física antes e durante o auge a pandemia de Covid-19, uma vez que a população mundial ainda está passando pela pandemia, porém em casos reduzidos. Essa redução ocorreu devido as vacinas que foram aplicadas em todo o mundo e que ajudou a amortizar a gravidade da doença (HODGSON et al., 2021) e com isso os professores e todos os trabalhadores conseguiram voltar suas atividades laborais.

Nessa volta das atividades laborais, vale ressaltar o aumento na composição corporal dos professores que foi observado quando se comparou antes e durante a pandemia. Esse dado é muito importante para saúde dos docentes o que pode gerar preocupações no futuro, uma vez que o aumento da composição corporal pode gerar alterações significativas na saúde e, conseqüentemente, ausência em sala de aula por doença geradas pelo aumento de peso e sedentarismo. Embora, no presente estudo, a avaliação do índice de massa corporal (IMC) tenha sido feita de forma auto referendada e apresentar suas limitações, Cava e Carnone (2021) menciona a importância de se avaliar e ter parâmetros da composição corporal do público alvo a ser estudado. Sendo assim, observa-se que os professores aumentaram o IMC de forma significativa e saíram da classificação de IMC normal para sobrepeso. Diferentes tipos de doenças podem surgir nos professores devido ao aumento na composição corporal e alterações promovidas pelo isolamento social, tais como hipertensão, síndrome de Burnout, psicológicas, doenças de pele, dor de cabeça, doenças musculoesqueléticas, entre outras (SCHEUCH; HAUFE; SEIBT, 2015). Esses dados corroboram com o estudo, quanto a MC e IMC, realizado por Espinoza-Navarro, Brito Hernández e Lagos-Olivos (2020) que investigaram 41 professores, 12 homens e 29 mulheres, nos quais avaliaram o peso, altura e calcularam o IMC. Os autores concluíram que os professores apresentam valores antropométricos alterados que indicam altas taxas de riscos metabólicos. Indicando a importância do acompanhamento e monitorização da composição corporal dos docentes em todo o mundo, pois houve alterações significativas em virtude do sedentarismo promovido pelo isolamento social. Um outro ponto que merece destaque, é que os professores que tiveram covid-19 não apresentaram um aumento significativo na MC e no IMC, algo que pode ser justificado pelas sequelas da doença e consciência da prática de exercício físico e dieta equilibrada por parte dos professores de Educação Física após terem sido infectados pelo corona vírus.

Com relação ao estresse, observou-se que houve um aumento durante a pandemia, existindo um aumento importante nas fases de resistência, quase exaustão e exaustão. Esses dados vão de encontro ao estudo realizado por Giusti et al. (2020), que observaram em 235 profissionais de saúde que 113 (34,3%) apresentavam estresse e 121 (36,7%) apresentavam estresse pós-traumático, 71,2% apresentaram escores de estado de ansiedade acima do ponto de corte clínico e 88 (26,8%) apresentaram níveis clínicos de depressão, 103 (31,3%) de ansiedade. Mostrando que independente da classe de trabalho, seja educação e saúde, as consequências do isolamento devido a Covid-19 foram danosas quanto aos níveis de estresse dos professores, fato esse que prejudica a qualidade de vida dos professores.

Já em relação a saúde, verificou-se que foi prejudicada durante a pandemia, pois houve um aumento importante na sua classificação de regular e com o surgimento de uma nova classificação que não existia antes da pandemia que é a classificação de saúde péssima. Os dados do presente estudo, vão de encontro ao estudo realizado por Stachteas e Stachteas (2020) que investigou os efeitos psicológicos da nova pandemia de Covid-19 em professores do ensino médio da Grécia. Esse estudo mostrou que 34% dos professores se sentiram ansiosos e muito ansiosos durante a pandemia, enquanto 8% dos professores apresentaram emoções depressivas graves. As professoras apresentaram correlação positiva com sentimentos de medo, depressão e correlação negativa com otimismo. Ao analisar esses resultados, observa-se que a pandemia de Covid-19 foi prejudicial à saúde mental dos professores. Sendo que essas alterações são de grande preocupação a nível mundial, pois tanto no Brasil quanto na Grécia a percepção dos professores foi similar, o que mostra a importância dos gestores de educação priorizarem uma atenção especial aos docentes, uma vez que são a classe propulsora de desenvolvimento da nossa civilização.

Conclusão

Houve um aumento na composição corporal e na saúde mental dos professores de Educação Física do Município de João Pessoa/Paraíba. Portanto, a pandemia da COVID-19 foi bastante prejudicial aos docentes, uma vez que todos os professores tiveram que se adaptarem em suas residências para realizar suas aulas online o que gerou um comportamento sedentário e de estresse. Assim, sugere que mais estudos sejam realizados com docentes, seja de instituição pública ou privada, para acompanhar as consequências da pandemia na saúde geral dos professores.

Agradecimentos

A Prefeitura Municipal de João Pessoa (Paraíba) pelo incentivo e disponibilidade de todos os recursos necessários para realização dessa importante pesquisa.

Declaração de conflito de interesses

Não nenhum conflito de interesses no presente estudo.

Declaração de financiamento

Nada a declarar.

Referências

ACSM. American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 43, n. 7, p. 1334-1359, 2011.

ALVARENGA, R.; MARTINS, G. C.; DIPE, E. L.; CAMPOS, M. V. A.; PASSOS, R. P.; LIMA, B. N.; CAMARGO, L. B.; SÍLIO, L. F.; OLIVEIRA, J. R.; JUNIOR, G. B. V. Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do covid-19. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 12, n. 3, p. 2, 2020.

BARRETO, A. C. F.; ROCHA, D. S. COVID 19 e Educação: resistências, desafios e (im) possibilidades. **Revista Encantar-Educação, Cultura e Sociedade**, v. 2, p. 01-11, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Coronavírus COVID – 19. Brasília, 2020. Disponível em: < <https://coronavirus.saude.gov.br/>.> acesso em 10 de Abril de 2021. >.

CAVA, E.; CARBONE, S. Coronavirus disease 2019 pandemic and alterations of body composition. **Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care**, v. 24, n. 3, p. 229-235, 2021.

ESPINOZA-NAVARRO, O.; BRITO HERNÁNDEZ, L.; LAGOS-OLIVOS, C. Body composition and metabolic risk factors in primary in primary school teachers in Chile. **International Journal of Morphology**, v. 38, n. 1, p. 120-125, 2020.

GIUSTI, E. M.; PEDROLI, E.; D'ANIELLO, G. E.; STRAMBA B, C.; PIETRABISSA, G.; MANNA, C.; STRAMBA BADIALE, M.; RIVA, G.; CASTELNUOVO, G.; MOLINARI, E. The psychological impact of the COVID-19 outbreak on health professionals: a cross-sectional study. **Frontiers in Psychology**, v. 11, p. 1684, 2020.

HODGSON, S. H.; MANSATTA, K.; MALLETT, G.; HARRIS, V.; EMARY, K. R. W.; POLLARD, A. J. What defines an efficacious COVID-19 vaccine? A review of the challenges assessing the clinical efficacy of vaccines against SARS-CoV-2. **The Lancet Infectious Diseases**, v. 21, n. 2, p. e26-e35, 2021.

LIPP, M. E. N. **Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo:Casa do Psicólogo, 2000.

NIH. National Institutes of Health. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) treatment guidelines. 2020.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Folha informativa COVID-19 - Escritório da OPAS e da OMS no Brasil. . 2020. Disponível em: < <https://www.paho.org/pt/covid19>>. acesso em 10 de Abril de 2021. >.

SCHEUCH, K.; HAUFE, E.; SEIBT, R. Teachers' health. **Deutsches Ärzteblatt International**, v. 112, n. 20, p. 347-356, 2015.

SELYE, H. **Stress a tensão da vida**. 2ª. São Paulo:Ibrasa, 1965.

STACHTEAS, P.; STACHTEAS, C. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on secondary school teachers. **Psychiatriki**, v. 31, n. 4, p. 293-301, 2020.

Endereço para correspondência:

Nome do autor correspondente: Gabriel Rodrigues Neto

Endereço completo: Prefeitura Municipal de João Pessoa, Rua Diógenes Chianca, 1777, Água Fria, João Pessoa, PB

Tel.: (83) 99612-2726

E-mail: gabrielrodrigues_1988@hotmail.com