

# **Qualidade de vida**

educação, saúde, trabalho e sociedade



Universidade Estadual de Santa Cruz

---

**GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA**

JERÔNIMO RODRIGUES – GOVERNADOR

**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO**

ROWENNA DOS SANTOS BRITO – SECRETÁRIA

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ**

ALESSANDRO FERNANDES DE SANTANA – REITOR

MAURÍCIO SANTANA MOREAU – VICE-REITOR

---

**DIRETORA DA EDITUS**

Rita Virginia Alves Santos Argollo

**Conselho Editorial:**

Rita Virginia Alves Santos Argollo – Presidente

Andréa de Azevedo Morégula

Antonia dos Reis Salustiano Evangelista

Cacá Gonçalves

Fernanda Viana Lima

Helena Costa

Jussara Tânia Silva Moreira

Lurdes Bertol Rocha

Maria Lícia Silva de Queiroz

Maria Luiza Silva Santos

Maurício Santana Moreau

Pedro Lopes Marinho

Sabrina Nascimento

Vitória Solange Coelho Ferreira

Wolney Gomes Almeida

---



Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

---

**GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA**

JERÔNIMO RODRIGUES – GOVERNADOR

**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO**

ROWENNA DOS SANTOS BRITO – SECRETÁRIA

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO  
SUDOESTE DA BAHIA**

LUIZ OTÁVIO DE MAGALHÃES – REITOR

MARCOS HENRIQUE FERNANDES – VICE-REITOR

GLEIDE MAGALI LEMOS PINHEIRO – PRÓ-REITORA

DE EXTENSÃO E ASSUNTOS COMUNITÁRIOS

---

**DIRETORA DA EDIÇÕES UESB**

MANUELLA LOPES CAJAÍBA

**COMITÊ EDITORIAL:**

Gleide Magali Lemos Pinheiro – Presidente

Alba Benemérita Alves Vilela

Delza Rodrigues de Carvalho

Cezar Augusto Casotti

Flávio Antônio Fernandes Reis

José Antonio Gonçalves dos Santos

José Rubens Mascarenhas de Almeida

Luciano Brito Rodrigues

Sylvana Naomi Matsumoto

Manuella Lopes Cajaíba

Yuri Chaves Souza Lima

Jacinto Braz David Filho

Natalino Perovano Filho

---

Welton Cardoso Júnior  
Berta Leni Costa Cardoso  
Claudio Pinto Nunes

# Qualidade de vida

educação, saúde, trabalho e sociedade



Ilhéus – BA



Editora da UESC

2025

Vitória da Conquista – BA



EDIÇÕES  
UESB

2025

Copyright ©2025 by  
Welton Cardoso Júnior | Berta Leni Costa Cardoso | Claudio Pinto Nunes

Direitos desta edição reservados à  
EDITUS – EDITORA DA UESC e EDIÇÕES UESB

A reprodução não autorizada desta publicação, por qualquer meio,  
seja total ou parcial, constitui violação da Lei nº 9.610/98.

Depósito legal na Biblioteca Nacional,  
conforme Lei nº 10.994, de 14 de dezembro de 2004.

### CAPA E DIAGRAMAÇÃO

Millena Saturnino

### IMAGEM DE CAPA

pixabay.com

### REVISÃO

Emanuelle Araújo Martins Barros

Levi Silva Santos

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C268

Cardoso Júnior, Welton

Qualidade de vida: educação, saúde, trabalho e  
sociedade / Welton Cardoso Júnior, Berta Leni Costa Cardoso,  
Claudio Pinto Nunes. – Ilhéus, BA:

Editus; Vitória da Conquista BA: Edições UESB  
2025.

104 p.: il. – (Selo Serra-Mar)

ISBN: 978-85-7455-591-1 (Editus). –

ISBN: 978-65-87106-80-9 (Edições UESB)

1. Qualidade de vida – Educação. 2. Qualidade de vida no trabalho.  
3. Sociologia do trabalho. I. Cardoso, Berta Leni Costa. II. Nunes,  
Claudio Pinto. III. Título.

CDD 370.7

Elaborado por Quele Pinheiro Valença – CRB 5/1533

EDITUS – EDITORA DA UESC  
Universidade Estadual de Santa Cruz  
Rodovia Jorge Amado, km 16 - 45662-900 -  
Ilhéus, Bahia, Brasil  
Tel.: (73) 3680-5170  
www.uesc.br/editora  
secretaria.editus@uesc.br

EDIÇÕES UESB  
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Campus Universitário – Caixa Postal 95  
Estrada do Bem-Querido, s/n – Módulo da  
Biblioteca, 1º andar - 45031-900  
Vitória da Conquista, Bahia, Brasil  
Tel.: (77) 3424-8716  
www2.uesb.br/editora  
edicoesuesb@uesb.edu.br

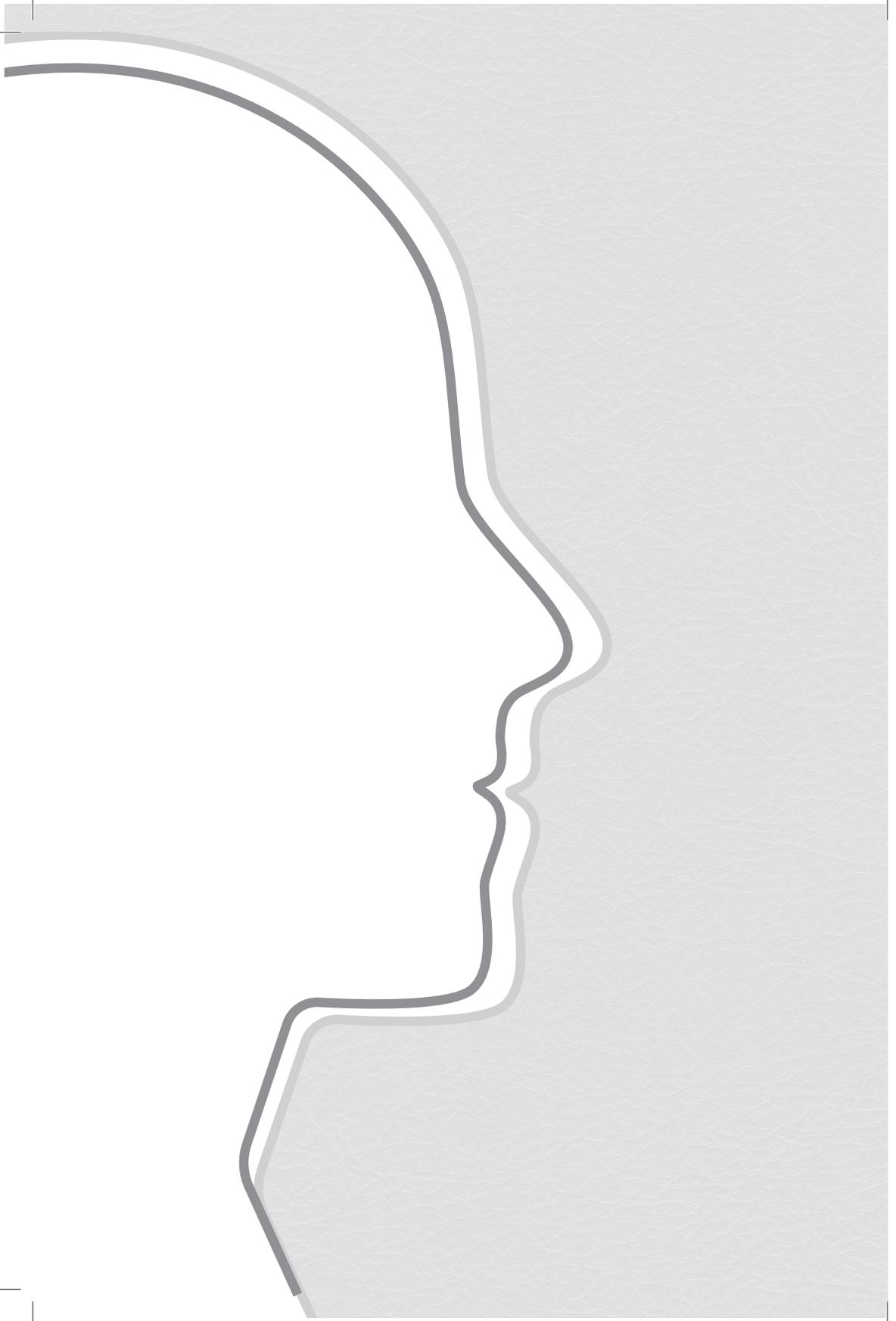
EDITORA FILIADA À



EDITORA FILIADA À



Dedicamos este livro aos que, vivendo as tensões dos estudos e/ou do(s) trabalho(s), presenciais ou remotos, observam-se em sobrecarga com os seus afazeres. Seus pulsos, determinados pelos movimentos dos mercados, têm modificado a sua essência, a sua qualidade natural e o seu ideal de vida. Oportunidade para desvendar, conscientizar e subverter essa lógica, desmitificando-se em relação ao sistema de controle produtivo mundial. A leitura se propõe à cura pela Educação, à educação da Saúde, à conscientização sobre o sentido do Trabalho e à sustentabilidade ampla da vida globalizada em Sociedade.



## Agradecimentos

Esta obra foi construída a três mãos.

A primeira é a do estudante da primeira turma de pós-graduação em Educação a nível de Doutorado do interior da Bahia. Prova de que o interior também é uma força produtiva de conteúdo e de que a interiorização da pós-graduação deve ser uma meta perseguida pelos governantes de todo o Brasil.

Sem a pretensão de inovar, e sim de tensionar um pouco o conhecimento produzido para o tema da qualidade de vida, essa mão interdisciplinar de um médico, que também é advogado e analista de sistemas, não se aquieta sem agradecer. Agradecer às duas mãos subsequentes pelo estímulo, idealização e apoio compartilhado neste projeto.

À Dr<sup>a</sup>. Berta Leni Costa Cardoso, agradeço mais do que pela possibilidade do sobrenome. Agradeço e agradecerei sempre pela generosidade de um ser humano incrível, ímpar, não só na vida desta primeira mão-escritora, mas também na da nossa filha biológica e dos inúmeros parentes que a academia nos deu. Ímpar na vida das famílias, na da Cristandade e na da sociedade interiorana. Esta obra é mais um fruto desse harmônico e eterno amor entre um norte e um sul. Se alguém se perguntar em que momento histórico este autor viveu, que digam que foi no dela.

Ao Dr. Cláudio Pinto Nunes, agradeço pelo sentido dado a minha inquietude, pelo abraço da Ciência da Educação. Agradeço a motivação dada a quem precisava muito dessa oportunidade para seguir pensando, seguir existindo na academia. Em seu nome, agradeço à CAPES, ao Governo do Estado da Bahia, à UESB e a todo o corpo docente, discente e administrativo do PPGEd que compartilharam conosco estas reflexões.

Essa primeira mão, coração de estudante, ainda agradece ao motivo maior para evoluir como ser humano, para continuar aprendendo a educar, minha filha Maitê Costa Cardoso. Que em um link, na sua prateleira digital, em um livro ou artigo, em um porta-retratos ou apenas na sua lembrança você possa me encontrar, sempre com uma boa conversa sobre a vida, sobre o que desejei de melhor qualidade para você. Não poderia deixar de agradecer aos amigos Dr. Pedro, Dra. Aliria, Pedrinho e Bárbara Rizério. Vocês são incríveis em minha vida. Por fim, um imenso agradecimento aos colegas de trabalho do INRAD CENTER GUANAMBI e, em especial, ao professor, médico, sócio e amigo Ovidio Carlos Carneiro Villela por toda a confiança e compreensão nos momentos vividos até aqui.

*Welton Cardoso Júnior*

Agradeço ao meu amor, esposo, companheiro de vida e da vida, agora também acadêmica. Companheiro de lutas, de conquistas e de sonhos e obras. Nossa maior obra-prima é a nossa princesa-filha, Maitê, para quem e por quem tanto lutamos. Meu amor, você literalmente salvou meu coração, tanto na forma fisiológica quanto sentimental da palavra. Welton e Maitê, vocês são a razão de tudo. Agradeço aos meus pais e irmãos pela base familiar; aos meus mestres, colegas, amigos, eternos alunos e orientandos, todos tiveram sua parcela na formação desse ser em eterna construção. Com vocês aprendi muito e aprendo sempre. Agradeço ao meu amigo, colega e supervisor no pós-doc, Cláudio Nunes, por todo conhecimento, experiências e vivências partilhados com tanta sabedoria e generosidade, você é um exemplo e inspiração para todos nós. Agradeço aos colegas da Universidade do Estado da Bahia por partilharem tanto. Tenho orgulho de ser unebiana!! Agradeço, também, aos colegas da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia pelo acolhimento e convivência.

*Berta Leni Costa Cardoso*

Agradeço a oportunidade de ter encontrado dois parceiros para o desafio de nos debruçarmos sobre a temática da qualidade de vida. No âmbito do Grupo de Pesquisas sobre Didática, Formação e Trabalho Docente (Difort/CNPq), o subtema das condições de saúde dos trabalhadores em educação carecia de um reforço por meio da discussão sobre a temática deste livro. Quando tive, inicialmente, a grata demanda de supervisionar o estágio de pós-doutoramento da Dr<sup>a</sup>. Berta Leni Costa Cardoso e, posteriormente, orientar o mestrado e, em seguida, o doutorado de Welton Cardoso Júnior – profissionais interessados na interface do debate sobre saúde e educação–, certamente percebi a chance que a vida nos ofereceu para aprofundar nossos estudos. Seguramente tenho caminhado aprendendo, em parceria com ambos, os elementos que me têm fortalecido na compreensão de que estamos no rumo certo para seguir aprendendo. Nesse sentido, esta obra apresenta o momento atual a que chegamos em nossas aprendizagens sobre o tema abordado, com a promessa de seguirmos nosso trabalho coletivo, ao qual se podem agregar muitas outras pessoas, a fim de produzir estudos cada vez mais necessários sobre qualidade de vida.

*Claudio Pinto Nunes*



## SUMÁRIO

<b>Introdução .....</b>	<b>13</b>
<b>CAPÍTULO I – Qualidade de vida (QV) e educação.....</b>	<b>17</b>
1.1 Epistemologia, discurso, teorias e abordagens sobre a Qualidade de Vida.....	21
1.2 O método materialismo histórico-dialético na análise da QV .....	27
<b>CAPÍTULO II – Qualidade de vida (QV), saúde e adoecimento.....</b>	<b>35</b>
2.1 Fatores e indicadores de saúde para a QV .....	46
2.1.1 O fator cardiovascular.....	47
2.1.2 O nível de atividade física.....	48
2.1.3 Os hábitos alimentares.....	49
2.1.4 O fator hábito de sono .....	50
2.1.5 O fator do consumo de álcool, tabaco e drogas psicoativas .....	51
2.1.6 O fator nível de estresse .....	52
2.1.7 O Índice de Massa Corporal (IMC).....	53
2.1.8 Os indicadores sanitários .....	53
2.1.9 Os indicadores econômicos – a Renda .....	55
2.1.10 Os indicadores sociais – O IDH .....	56
2.2 Qualidade de vida e estilo de vida.....	57
<b>CAPÍTULO III – Qualidade de vida no trabalho (QVT)..</b>	<b>61</b>
3.1 QVT, globalização, novas tecnologias e carreiras .....	67
3.2 Gênero e a QV no trabalho .....	71
<b>CAPÍTULO IV – Qualidade de vida (QV) e sociedade....</b>	<b>77</b>
4.1 Cultura, lazer e espiritualidade para a QV .....	79
4.2 Qualidade de Vida e sustentabilidade .....	83
<b>Caminhos para a emancipação humana.....</b>	<b>89</b>
<b>Referências .....</b>	<b>93</b>

