

QUALIDADE DE VIDA DE TRABALHADORES E O CONSUMO DE ULTRAPROCESSADOS

Patrícia Bergjohann¹, Fernanda Scherer Adami²

RESUMO

Introdução: A qualidade de vida (QV) dos trabalhadores possui relação com o seu trabalho, inserindo-se no campo da saúde coletiva. Objetivo: Avaliou-se a percepção dos domínios de QV e consumo de alimentos ultraprocessados, estado nutricional e área de atuação de funcionários de uma cooperativa de saúde. Materiais e métodos: No estudo transversal, composto por 92 funcionários, foi aplicado o questionário WHOQOL mais um questionário para estado nutricional e informações sobre consumo de ultraprocessados e área de atuação. Utilizou-se testes Kruskal-Wallis e Correlação de Pearson, adotando-se nível de significância de $p \leq 0,05$. Resultados: Verificou-se correlação inversa entre a média do consumo diário de ultraprocessados e os domínios de QV físico, psicológico e social ($p=0,039$, $p=0,02$ e $p \leq 0,01$). A média do domínio psicológico foi menor entre obesos ($p=0,046$) e a média do domínio ambiental foi maior entre atuantes na área da saúde ($p=0,004$). Discussão: Os domínios de QV foram importantes para ações inerentes ao processo saúde-doença e sua interferência no rendimento dos trabalhadores. Destacou-se que a relação entre o perfil antropométrico, qualidade da alimentação, sentimentos e percepções em relação ao local de trabalho, possuem grande relevância nas tarefas diárias. Conclusão: A maior média entre os domínios de QV foi referente ao domínio social. Quanto maior a média do consumo diário de ultraprocessados, menores as médias dos escores dos domínios físico, psicológico e social. Os obesos apresentaram menor média no domínio psicológico em relação aos demais estados nutricionais, demonstrando necessidade de atuação em relação às escolhas alimentares e em todos os âmbitos de QV.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Saúde do trabalhador. Satisfação no emprego. Estado nutricional. Consumo alimentar.

1 - Especialização em Dietoterapia nos Ciclos da Vida com Ênfase em Nutrição Clínica pela Universidade do Vale do Taquari - Univates, Lajeado-RS, Brasil.

ABSTRACT

Quality of life and worker's ultra-processed consumption

Introduction: The quality of life (QOL) of workers is related to their work, falling within the field of public health. Objective: The perception of the domains of QOL and consumption of ultra-processed foods, nutritional status, and area of performance of employees of a health cooperative was evaluated. Materials and methods: In the cross-sectional study, composed of 92 employees, the WHOQOL questionnaire was applied, plus a questionnaire for nutritional status and information on consumption of ultra-processed products and area of activity. Kruskal-Wallis and Pearson's Correlation tests were used, adopting a significance level of $p \leq 0.05$. Results: An inverse correlation was found between the average daily consumption of ultra-processed foods and the physical, psychological, and social QOL domains ($p=0.039$, $p=0.02$ and $p \leq 0.01$). The average of the psychological domain was lower among obese individuals ($p=0.046$) and the average of the environmental domain was higher among health workers ($p=0.004$). Discussion: The QOL domains were important for actions inherent to the health-disease process and its interference in workers' income. It was highlighted that the relationship between the anthropometric profile, quality of food, feelings, and perceptions in relation to the workplace, has great relevance in daily tasks. Conclusion: The highest average among the QOL domains was related to the social domain. The higher the average daily consumption of ultra-processed foods, the lower the average scores for the physical, psychological, and social domains. Obese people had a lower average in the psychological domain in relation to the other nutritional states, demonstrating the need for action in relation to food choices and in all areas of QOL.

Key words: Quality of life. Occupational health. Job satisfaction. Nutritional status. Food consumption.

INTRODUÇÃO

A saúde do trabalhador compreende um campo da saúde coletiva com práticas interdisciplinares e interinstitucionais. Sua abordagem busca superar a saúde ocupacional e a medicina, através da epidemiologia, a administração e planejamento em saúde e as ciências sociais em saúde.

Entende-se ainda, que o processo saúde-doença dos trabalhadores possui relação direta com o seu trabalho (Ministério da Saúde, 2019), passando a saúde do trabalhador a ser mais visível com o maior desenvolvimento econômico, tecnológico e elevadas taxas de concorrência no mercado de trabalho, contemplando a preocupação com a qualidade de vida no trabalho (QVT) (Lanz e Alves, 2017; Junior, Chamon e Camarini, 2017), o que justifica a relevância do presente estudo.

Os maiores desafios para a saúde do trabalhador são os problemas de saúde ocupacional ligados com as novas tecnologias, novas substâncias químicas e energias físicas, riscos de saúde associados a novas biotecnologias, envelhecimento da população trabalhadora, problemas especiais dos grupos vulneráveis (doenças crônicas e deficientes físicos), problemas relacionados com a crescente mobilidades dos trabalhadores e ocorrência de novas doenças ocupacionais de várias origens o que remete à necessidade de organização entre trabalhador e empregador para manter o desenvolvimento socioeconômico e sustentável (Organização Mundial da Saúde, 2019).

A reorganização dos setores, aproximação dos colaboradores, oferta de ginástica laboral e check up periódico contribuíram para um aumento na QVT, influenciando no rendimento profissional. Também passou a existir um olhar diferenciado sobre o trabalhador, que além de ser um indivíduo profissional, tem-se uma pessoa de valores, família e um contexto que o constitui como ser humano, visando domínios fundamentais para o bom desempenho e produtividade máxima (Paula, Haiduke e Marques, 2016; Monteiro e Santos, 2017).

Desta forma, as organizações vêm buscando meios para aliar as demandas de estabilidade e lucro às necessidades dos trabalhadores, para que estes se sintam parte

real e importante do crescimento empresarial (Ventre, Felden e Teixeira, 2018).

O domínio ambiental de trabalho traz consigo fatores que interferem no estado de saúde físico, através do incentivo à promoção da saúde, como horários para refeições, o que está associado à disponibilidade de tempo e à maturidade dos colaboradores para o cumprimento desses aspectos que determinam a QVT (Nascimento e Nascimento, 2017).

O estado nutricional também é um indicador importante com influência direta sobre a saúde física e QVT dos indivíduos, sendo que o excesso de peso e obesidade contribuem de forma negativa (Maduro e colaboradores, 2017).

A alimentação saudável é um dos fatores que exerce impacto sobre o trabalhador e as empresas, pois se for deficiente, haverá provável dificuldade em cumprir-se a jornada de trabalho de forma produtiva.

Pensando nisso, é recomendado que as instituições desenvolvam estratégias e programas que incentivem de forma efetiva uma alimentação de qualidade, desestimulando o consumo de alimentos ultraprocessados e promoção de um estilo de vida saudável, incluindo a importância do exercício físico (Prata e Marques, 2017).

A ausência de horários ideais e rotineiros para o ato de alimentar-se, pode ser um fator que aumente o consumo de ultraprocessados, pois é nesses momentos que os indivíduos acabam por optar em lanches e preparações práticas, o que com maior frequência pode levar a distúrbios gastrointestinais como pirose, gastrite, ulceração péptica, dispepsias, colites, diarreias, constipação, entre outros, contribuindo desta forma para uma menor ocorrência de absenteísmo e melhor QVT (Pereira-Jorge e colaboradores, 2018).

Diante do exposto, o objetivo do presente estudo foi avaliar a percepção dos domínios de QV e relacionar com a frequência do consumo de alimentos ultraprocessados e o estado nutricional e a área de atuação de funcionários de uma cooperativa de saúde do Rio Grande do Sul-RS.

MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo é do tipo transversal, realizado com 92 funcionários de uma cooperativa de saúde constituída por unidades

em quatro municípios do Vale do Taquari e Rio Pardo, realizado entre os anos de 2018 e 2019.

A amostra foi composta por conveniência, e excluíram-se os colaboradores com menos de três meses de trabalho na empresa e os questionários respondidos de forma incompleta.

Os questionários foram transcritos nos formulários do Google e o convite para participar da pesquisa com o link contendo os questionários foi divulgado nas redes internas da empresa aos colaboradores, juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (COEP) da Universidade do Vale do Taquari - Univates, sob o parecer de número 3.080.639, no ano de 2018.

A coleta de dados aconteceu de forma virtual, entre os meses de março e abril de 2019, onde foi enviado o questionário WHOQOL-bref (Fleck e colaboradores, 2000).

Para avaliar os domínios de QV, classificados como físico, psicológico, ambiental e social e um questionário estruturado pela pesquisadora, contemplando questões acerca do sexo, idade, que foi classificada como de 18 a 30 anos, 31 a 59 anos e 60 a 79 anos.

A área de atuação na empresa foi dividida em promoção ou atenção à saúde e áreas administrativas ou afins, como financeiro, jurídico e auditoria.

A frequência diária do consumo de alimentos ultraprocessados foi respondida quantitativamente pelos participantes, de acordo com o número médio de alimentos ultraprocessados ingeridos durante o dia.

As variáveis antropométricas de peso e altura referidas pelos próprios participantes foram utilizadas para determinação do IMC, que informou o estado nutricional de acordo com a classificação da Organização Mundial

da Saúde (OMS) (World and Health Organization, 1997).

A amostra limitou-se a adultos, não havendo participação de pessoas com 60 anos ou mais. O estudo não contou com gastos financeiros e compõe a finalização da Pós-Graduação Lato Sensu em Dietoterapia nos Ciclos da Vida - Ênfase em nutrição clínica.

Após a tabulação dos dados em planilhas do Software Microsoft Excel 2007, os dados foram analisados no pacote estatístico Statistical Package for the Social Science (SPSS) versão 22.0 e descritos através de tabelas, estatísticas descritivas, pelos testes estatísticos de Kruskal-Wallis (Kruskal e Wallis, 1959) e Análise de Correlação de Pearson (Mukaka, 2016), sendo os resultados considerados significativos a um nível de significância máximo de 5% ($p < 0,05$).

RESULTADOS

Da população estudada 78,3% ($n=72$) eram do sexo feminino, 52,2% ($n=48$) pertenciam a faixa etária de 18 a 30 anos e 47,8% ($n=44$) à de 31 e 59 anos.

Em relação ao setor onde trabalhava na empresa, a maioria, 67,4% ($n=62$) atuava nas áreas administrativas e 32,6% ($n=30$) no setor de promoção ou atenção à saúde. Em relação ao estado nutricional, a maioria 65,2% ($n=60$), apresentava-se em eutrofia, seguido de sobrepeso 23,9% ($n=22$), obesidade 9,8% ($n=9$) e baixo peso 1,1% ($n=1$).

A tabela 1 verificou média de idade de 30,08 ($\pm 5,51$) anos e média do IMC de 24,38 ($\pm 3,79$) Kg/m². Em relação aos domínios de QV a menor média observada foi do domínio físico 56,06 ($\pm 9,12$), e a maior foi do domínio social 69,75 ($\pm 8,56$).

A média do consumo diário de alimentos ultraprocessados relatado foi de 3,37 ($\pm 4,56$).

Tabela 1 - Estatística descritiva da idade, tempo de empresa, peso, altura, índice de massa corporal, domínios de qualidade de vida e consumo de alimentos ultraprocessados por dia.

Variável	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Idade (anos)	20,00	49,00	30,08	5,51
IMC (Kg/m ²)	18,37	39,79	24,38	3,79
Domínio físico	25,00	75,00	56,06	9,12
Domínio psicológico	37,50	83,33	64,27	8,56
Domínio social	41,67	100,00	69,75	13,35
Domínio ambiental	46,88	96,88	69,33	10,32
Média ultraprocessados/dia	1,00	28,00	3,37	4,56

A tabela 2 demonstrou que quanto maior a média diária de consumo de alimentos ultraprocessados, menor as médias dos escores dos domínios físico ($p=0,039$),

psicológico ($p=0,012$) e social ($p\leq 0,01$). Não foram observados resultados significativos entre os domínios de QV com idade e IMC.

Tabela 2 - Associação entre idade, índice de massa corporal e média de consumo de alimentos ultraprocessados com os domínios de qualidade de vida, (Correlação de Pearson).

Variável	Domínio físico		Domínio psicológico		Domínio social		Domínio ambiental
	r	p	r	p	r	p	r
Idade (anos)	0,093	0,78	0,025	0,811	0,113	0,285	0,021
IMC (kg/m ²)	0,092	0,381	-0,173	0,100	-0,036	0,734	-0,080
Ultraprocessados/dia	-0,218	0,039	-0,265	0,012	-0,384	0,000	-0,114

Na tabela 3 verificou-se que o domínio psicológico apresentou médias significativamente inferiores ($p=0,046$) para os indivíduos classificados em obesidade,

enquanto os domínios físico, social e ambiental não apresentaram diferenças significativas de seus valores entre as classificações de IMC.

Tabela 3 - Associação entre os domínios de QV e o estado nutricional (Teste não-paramétrico Kruskal-Wallis).

Domínio	IMC (Kg/m ²)	n	Média	Desvio Padrão	p
Físico	Eutrofia	60	55,77	9,14	0,403
	Sobrepeso	22	54,55	8,76	
	Obesidade	9	59,52	7,99	
Psicológico	Eutrofia	60	64,38	8,69	0,046
	Sobrepeso	22	66,10	8,94	
	Obesidade	9	58,80	4,86	
Social	Eutrofia	60	70,69	12,97	0,592
	Sobrepeso	22	67,42	13,34	
	Obesidade	9	68,52	17,07	
Ambiental	Eutrofia	60	70,16	10,82	0,652
	Sobrepeso	22	68,32	9,11	
	Obesidade	9	67,36	10,26	

O domínio ambiental apresentou média de escore significativamente superior ($p \leq 0,01$) entre os indivíduos que trabalham no

setor de promoção à saúde e/ou atenção à saúde em relação às áreas administrativas (Tabela 4).

Tabela 4 - Associação entre os domínios de QV em relação à área de atuação da empresa (Teste não-paramétrico Kruskal-Wallis).

Domínio	Setor	n	Média	Desvio Padrão	p
Físico	Atenção/promoção à saúde	30	58,69	7,18	0,075
	Áreas administrativas	62	54,78	9,72	
Psicológico	Atenção/promoção à saúde	30	65,56	6,91	0,328
	Áreas administrativas	62	63,64	9,25	
Social	Atenção/promoção à saúde	30	73,33	10,59	0,070
	Áreas administrativas	62	68,01	14,25	
Ambiental	Atenção/promoção à saúde	30	73,85	9,45	$\leq 0,01$
	Áreas administrativas	62	67,14	10,07	

DISCUSSÃO

O trabalho tem um papel fundamental para o ser humano se sentir útil e ser reconhecido profissionalmente.

Assim, os domínios de QV passaram a ter mais ênfase nas últimas décadas. São eles, domínio psicológico, que representa sentimentos, aprendizagem e autoestima, domínio físico definido pela dor, desconforto, energia, fadiga e repouso, domínio social, ligado a relações pessoais, apoio social e atividade sexual e por último, o domínio ambiental, conceituado por segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde, oportunidades

de adquirir novas informações e habilidades, participação em lazer, ambiente físico e transporte (Abreu, Dias, 2017; Melo, Cavalcante, Façanha, 2019).

No atual estudo, as maiores médias observadas foram nos domínios social e ambiental, seguidos dos domínios psicológico e físico.

Devido à importância da alimentação para a saúde do trabalhador, discute-se a média diária de alimentos ultraprocessados, que foi de 3,37, além do consumo diário destes alimentos terem sido inversamente associado ao domínio físico ($p=0,039$), psicológico ($p=0,012$) e social ($p \leq 0,01$), ou seja, quanto maior o consumo diário desses

alimentos, menores se mostraram as médias desses domínios de QV.

De forma semelhante, um estudo realizado com 30 funcionários, descreveu aumento de estresse, maior incidência de doenças crônicas e menos atividades de lazer nos indivíduos com consumo mais frequente de alimentos práticos e hipercalóricos, devido às exigências do mercado e disponibilidade de tempo reduzida, o que gera uma alimentação consumida às pressas (Geremias e colaboradores, 2017; Ferreira, 2019).

Outro estudo que avaliou escores de consumo alimentar verificou realidade similar à do presente estudo, demonstrando contextos social e físico prejudicado quando associados a uma média maior de consumo de alimentos processados (Ferreira, Barbosa, Vasconcelos, 2019).

Portanto, é necessário que este assunto seja abordado de forma pública e transparente para também beneficiar as empresas, evitando ociosidade e rotatividade entre funcionários, prejudicando assim, os processos empresariais e principalmente, a saúde dos trabalhadores (Caivano e colaboradores, 2017).

O consumo alimentar dos trabalhadores possui influência sobre o estado nutricional e saúde mental. O presente estudo observou média de escore do domínio psicológico significativamente inferior ($p=0,046$) entre os colaboradores com obesidade.

Um estudo que avaliou a saúde de 15 gestores em serviços de saúde também evidenciou escores inferiores para o domínio psicológico nos indivíduos com sobrepeso, sendo ansiedade e depressão as queixas mais frequentes. Esses sinais demandam necessidade de ações de promoção de saúde e bem-estar dos trabalhadores, a fim de prevenir incapacidades individuais e malefícios pessoais gerados pelo desgaste profissional (Lourenção, 2018).

Resultados de outro estudo realizado com 952 trabalhadores divergem do atual, por não ter sido observada correlação entre estado nutricional e o domínio psicológico de QV (Pimenta e colaboradores, 2019), bem como o estudo que avaliou domínios de QV com 218 indivíduos adultos com excesso de peso, não sendo verificada associação entre domínio psicológico e estado nutricional (Zhu e colaboradores, 2015).

Um estado nutricional adequado promove aos trabalhadores uma maior

disposição para executar suas tarefas cotidianas e oferecendo, consequentemente, maior rentabilidade à empresa. Por isso, a existência de estímulos positivos por parte das organizações para adesão aos hábitos de vida saudáveis (Nascimento e Nascimento, 2017).

No cenário da população estudada, que possui carga horária de 44 horas de trabalho semanais, verificou-se 23,9% da amostra em sobrepeso e 9,8% em obesidade, diferente dos resultados demonstrados em um estudo com trabalhadores, que apresentaram índices de sobrepeso e obesidade maiores (Silva e Bezerra, 2019) a exemplo do estudo realizado com 394 enfermeiras que trabalhavam mais de 40 horas e encontrou percentuais superiores de sobrepeso e obesidade (Chin, Nam e Lee, 2016).

Da mesma forma, outro estudo realizado com 215 profissionais da saúde com faixas etárias semelhantes à presente pesquisa e maioria pertencente ao sexo feminino (87%), os autores verificaram elevada prevalência de excesso de peso, associado a estilo de vida não saudável (Siqueira e colaboradores, 2019).

Na amostra estudada, o domínio ambiental apresentou média de escore significativamente superior entre os colaboradores da área da saúde em relação aos participantes que atuavam em áreas administrativas.

Semelhante a outro estudo que constatou uma média de escore menor 59,8 ($\pm 10,6$) no domínio ambiental para profissionais não alocados na área da saúde, sendo a maior média 78,3 ($\pm 12,4$) no domínio social (Ferreira e Carvalho, 2017), diferente de outro estudo realizado com 143 enfermeiros com predominância do sexo feminino, no qual os autores diagnosticaram menor média no domínio ambiental 14,1 ($\pm 5,5$) em relação aos demais domínios avaliados (Santos, Paiva e Spiri, 2018).

Outra análise realizada com gestores em saúde apresentou boa QV de um modo geral, porém com menor média 58,4 ($\pm 7,2$) no domínio ambiental, quando comparado aos outros domínios de QV segundo o questionário WHOCOL-bref (Lourenção, 2018).

Deve-se ter em conta algumas limitações do estudo, como número da amostra, que deve ser expandida em futuras pesquisas e autodescrição do peso e estatura por não ter sido aferida pela pesquisadora na ocasião da pesquisa.

CONCLUSÃO

Conclui-se com os achados deste estudo, uma melhor percepção de QV no domínio social, seguida do ambiental e menor no domínio físico.

Além disso, constatou-se média do domínio ambiental foi maior entre os profissionais da saúde e que a maioria dos participantes foram classificados com estado nutricional de eutrofia.

Quanto maior era o consumo diário de alimentos ultraprocessados menores foram as médias nos domínios físico, psicológico e social.

Sendo assim, é importante que a cooperativa continue incentivando e desenvolvendo estratégias promotoras de saúde, tendo em vista o ambiente, monitoramento da saúde psicológica e física, onde se considere as culturas alimentares, manutenção do estado nutricional e estilo de vida de um modo geral para os colaboradores de todas as áreas.

Além disso, são indispensáveis dispositivos efetivos de disseminação de informações entre os colaboradores da empresa estudada e demais organizações existentes no mercado.

REFERÊNCIAS

1-Abreu, M.O.; Dias, I.S. Exercício físico, saúde mental e qualidade de vida na ESECS/IPL. *Psicologia, saúde e doenças*. Vol. 18. Num. 2. p. 512-526. 2017.

2-Caivano, S.; Lopes, R.F.; Sawaya, A.L.; Domene, S.M.A.; Martins, P.A. e colaboradores. Conflitos de interesses nas estratégias da indústria alimentícia para aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e os efeitos sobre a saúde da população brasileira. *Demetra*. Vol. 12. Num. 2. p. 349-360. 2017.

3-Chin, D.L.; Nam, S.; Lee, S.J. Occupational factors associated with obesity and leisure-time physical activity among nurses: a cross-sectional study. *Int J Nurs Stud*. Vol. 57. p. 60-69. 2016.

4-Ferreira, R.C.; Barbosa, L.B.; Vasconcelos, S.M.L. Estudos de avaliação do consumo alimentar segundo método dos escores: uma revisão sistemática. *Ciência e saúde coletiva*. Vol. 24. Num. 5. p. 1777-1792. 2019.

5-Ferreira, A.P.; Carvalho, A.P.C. Saúde do trabalhador: Qualidade de vida no trabalho de bancários. *Ciência e Trabajo*. Vol. 59. p. 128-134. 2017.

6-Ferreira, L.L. Lições de professores sobre suas alegrias e dores no trabalho. *Cadernos de saúde pública*. Vol. 35. Num. 1. p. 1-11. 2019.

7-Fleck, M.P.A. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". *Revista de saúde pública*. Vol. 34. Num. 2. p.178-183. 2000.

8-Geremias, L.M.; Evangelista, L.F.; Silva, R.C.; Furtado, D.S.; Silveira-Monteiro, C.A.; Freitas, C.F. Prevalência do diabetes mellitus associado ao estresse ocupacional em trabalhadores bancários, Minas Gerais, Brasil. *Revista Cuidarte*. Vol. 8. Num. 3. p. 1863-1874. 2017.

9-Junior, J.A.P.L.; Chamon, E.M.Q.O.; Camarini G. Qualidade de vida no trabalho de arquitetos, engenheiros e operários da construção civil. *Revista Ciências Humanas*. Vol. 10. Num. 19. p. 8-23. 2017.

10-Kruskal, W.H.; Wallis, W.A. Use of ranks in one-criterion variance analysis. *Journal of the American Statistical Association*. Vol. 47. Num. 260. p. 583-621. 1959.

11-Lanz, M.C.A.; Alves, L.M.S. A história da terapia ocupacional na saúde do trabalhador no Brasil. IN: *Saúde do trabalhador: realidades, intervenções e possibilidades no Sistema Único de Saúde*. Vol. 1. p.179-200. 2017.

12-Lourenção, L.G. Qualidade de vida, engagement, ansiedade e depressão entre gestores de unidades de atenção primária a saúde. *Revista portuguesa de enfermagem de saúde mental*. Vol. 20. p. 58-64. 2018.

13-Maduro, P.A.; Nascimento, M.M.; Araújo, I.S.; Barbosa, L.F.; Pereira, L.G.D. Análise do estado nutricional e nível de atividade física dos servidores do hospital universitário de Petrolina-PE. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 11. Num. 67. p. 856-867. 2017.

14-Melo, C.F.; Cavalcante, A.K.S.; Façanha, K.Q. Invisibilização do adoecimento psíquico do trabalhador: limites da integralidade na rede de atenção à saúde. *Trab. Educ. Saúde*. Vol. 17. Num. 2. p. 1-21. 2019.

15-Ministério da Saúde. Secretaria da Saúde. 2019. Disponível em: <<https://saude.to.gov.br/vigilancia-em-saude/ambiental-e-saude-do-trabalhador/saude-do-trabalhador/>>

16-Monteiro, J.R.; Santos, J.W.X.M. Qualidade de vida no trabalho: um estudo com os funcionários e estagiários do setor administrativo do FADBA. *Revista Formadores*. Vol. 10. Num. 3. p. 22-44. 2017.

17-Mukaka, M.M. Statistics Corner: a guide to appropriate use of correlation coefficient in medical research. *Malawai Medical Journal*. 2016.

18-Nascimento, I.S.S.; Nascimento, L.T.C; Lyra, F.A. Fatores estressores e qualidade de vida: uma análise sobre o trabalho dos caixas bancários. *Revista Formadores*. Vol. 10. Num. 2. p. 06-19. 2017.

19-Organização Mundial da Saúde. OPAS/OMS Brasil. 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=378:saude-do-trabalhador&Itemid=685>

20-Paula, A.; Haiduke, I.F.; Marques I.A. Ergonomia e gestão: complementaridade para a redução dos afastamentos e do stress, visando melhoria da qualidade de vida do trabalhador. *Revista Conbrad*. Vol. 1. Num 1. p. 121-136. 2016.

21-Pereira-Jorge, I.M.; Espíndola, T.K.; Bittencourt-Varella, P.; Marquine-Raymundo, T.; Dias-Bernardo, L. Identificação do estresse em trabalhadores do período noturno. *Rev. Fac. Med*. Vol. 66. Num. 3. p. 327-333. 2018.

22-Pimenta, F.A.P.; Alves, R.L.; Oliveira, F.L.P.; Neto, R.M.N.; Coelho, G.L.L.M.; Freitas, S.N. Qualidade de vida e excesso de peso em trabalhadores em turnos alternantes. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. Vol. 44. 2019.

23-Prata, P.M.; Marques, H. Saúde e Alimentação no Trabalho. In: *Vertentes e*

Desafios da Segurança. Vol. 7. p. 119-126. 2017.

24-Santos, R.R.; Paiva, M.C.M.S.; Spiri, W.C. Associação entre qualidade de vida e ambiente de trabalho de enfermeiros. *Acta Paul Enferm*. Vol. 31. Num. 5. p. 472-479. 2018.

25-Silva, C.F.; Bezerra, B.S. Uma abordagem sobre os refeitórios no ambiente de trabalho: um estudo de caso múltiplo do ponto de vista da qualidade de vida dos trabalhadores. *Gestão e produção*. Vol. 26. Num. 2. p. 1-15. 2019.

26-Siqueira, F.V.; Reis, D.S.; Souza, R.A.L.; Pinho, S.; Pinho, L. Excesso de peso e fatores associados entre profissionais de saúde da estratégia de saúde da família. *Cadernos de saúde coletiva*. p. 1-8. 2019.

27-Ventre, I.M.; Felden, E.P.G.; Teixeira, C.S. Qualidade de vida e condições de trabalho: a percepção de empregadores e empregados. *Revista Perspectiva: Ciência e Saúde*. Vol. 3. Num. 1. p. 108-126. 2018.

28-World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. Geneva 1997.

29-Zhu, E.; e colaboradores. Association between body mass index and health-related quality of life: the obesity paradox in 21.218 adults of the chinese general population. *Plos one*. Vol. 10. Num. 6. p. 1-13. 2015.

2 - Docente e coordenadora do curso de Nutrição e Pós-graduação da Universidade do Vale do Taquari - Univates, Lajeado-RS, Brasil.

E-mail dos autores:
 pati.bergjohann@gmail.com
 fernandascherer@univates.br

Recebido para publicação em 08/06/2020
 Aceito em 01/02/2021