
RELAÇÃO ENTRE ESTADO NUTRICIONAL E QUALIDADE DE VIDA ENTRE COLABORADORES DE UM COLÉGIO DE ENSINO PROFISSIONALIZANTE EM GUARAPUAVA-PR
RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND QUALITY OF LIFE AMONG EMPLOYEES OF A PROFESSIONAL STUDY COLLEGE IN GUARAPUAVA-PR

EMILAINE FERREIRA DOS SANTOS¹
PRISCILA NAIVERTH FAIX¹
RAQUEL ROSALVA GATTI²
ANGELICA ROCHA DE FREITAS MELHEM³

RESUMO: Atualmente a busca pela perfeição no campo de trabalho, vem sendo o motivo maior pela preocupação com a qualidade de vida dos colaboradores, levando as organizações a repensar sobre as condições de trabalho e como isso impacta na vida de seus funcionários. O objetivo deste trabalho foi analisar a qualidade de vida (QV) dos colaboradores de um Colégio de Ensino Profissionalizante do Município de Guarapuava-PR. Foi aplicado o questionário desenvolvido pela OMS, o WHOQOL-Bref para avaliação da qualidade de vida, e realização do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) através de peso e estatura referidos pelos sujeitos, para avaliação do estado nutricional. Encontrou-se 51,1% com excesso de peso e as variáveis de IMC e peso estiveram correlacionados negativamente com o domínio ambiental e o percentual de QV. É de extrema importância o conhecimento da QV de colaboradores, pois esses são expostos a situações de estresse, de desconforto, podendo modificar seus hábitos diários, a partir dos resultados pode-se utilizar formas para a melhora da QV, citando exemplos, à educação nutricional e reeducação alimentar.

¹Acadêmicas do Curso de Nutrição da UNICENTRO

²Profª Ms. do Departamento de Nutrição da UNICENTRO. Doutoranda da Universidade de La Integracion de las Américas- UNIDA- PY. Rua Candido Xavier, 668, Bairro Boqueirão, Guarapuava- PR, Cep 85020-440, e-mail: rgatti@unicentro.br

³Profª Ms. Departamento de Nutrição da UNICENTRO. Doutoranda da Universidade Federal de São Paulo. UNIFESP-SP

Palavras-chave: Qualidade de vida, Qualidade de Vida no Trabalho, Estado nutricional

ABSTRACT: Currently the search for perfection in the work field, has been the main reason for concern for the quality of life of employees, leading organizations to back and rethink the working conditions and how this impacts on the lives of employees. The objective of this work is to analyze the quality of life (QOL) of employees of a College of Vocational Education Guarapuava-PR. We used the questionnaire developed by WHO, the WHOQOL-Bref for evaluation of quality of life and carried the Body Mass Index (IMC) using weight and height reported by subjects for assessment of nutritional status . It was found that 51.1 % of subjects were overweight and BMI and weight were negatively correlated with the percentage of environmental QOL. It is of utmost importance to study the QOL of employees, as they are they are exposed to stress, discomfort, which can change your daily habits , from this you can use forms to increase the QOL, such as nutrition education and nutritional education.

Key-words: Quality of life, Quality of Work Life, Nutritional status

INTRODUÇÃO

Em 1964, o então presidente dos Estados Unidos, Lyndon Johnson, empregou pela primeira vez a expressão “qualidade de vida”, declarou que “os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da qualidade de vida que proporcionam às pessoas” (FLECK, 1999).

O Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde, definiu o termo como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (FLECK, 2000).

Louis Davis, professor da Universidade de Los Angeles em 1970, criou o termo Qualidade de Vida do Trabalho–QVT, que referiu à preocupação com o bem-estar geral, e a saúde dos colaboradores no decorrer do desempenho de suas tarefas (PEREIRA, 2006).

Nos dias atuais, a busca na perfeição e o diferencial no campo de trabalho, vem sendo o maior motivo pela preocupação com a qualidade de vida dos colaboradores, levando as organizações a repensarem sobre

as condições de trabalho e como essas impactam na vida dos colaboradores (SOARES, 2010).

A preocupação com a Qualidade de Vida (QV) no trabalho envolve dois aspectos: em primeiro o bem-estar do trabalhador com a eficácia organizacional, e em segundo a participação dos trabalhadores nas decisões e problemas do trabalho. O colaborador em si anseia e busca no trabalho aquilo que lhe proporcionará prazer e bem estar, caso ele não encontre isso no ambiente de trabalho, muitos adoecem fisicamente, espiritualmente e o que acaba afetando seu relacionamento consigo mesmo, e o trabalho que antes era motivo de prazer acaba sendo um fardo (SOARES, 2010). A QV no trabalho é essencial para que o colaborador tenha uma vida com qualidade, com ausência de conflitos e desavenças (PEREIRA, 2006).

Visando esses fatores o objetivo deste trabalho foi analisar a QV dos colaboradores de um Colégio de Ensino Profissionalizante do Município de Guarapuava-PR. Participaram do estudo os colaboradores, de todos os setores que envolvem o funcionamento do Colégio.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo transversal, realizado com os colaboradores de um colégio estadual de ambos os sexos e de todos os setores. Foram inclusos no estudo os que concordaram em participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), foram excluídos os que não concordaram ou não estavam presentes no momento da coleta de dados.

Para avaliação da QV, foi utilizado como instrumento de coleta de dados, o questionário WHOQOL-Bref, desenvolvido em 1995 pelo Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde a partir do questionário WHOQOL-100 (FLECK, 2000) O WHOQOL-Bref é composto por 26 questões e leva em conta os últimos 15 dias antes da pesquisa, dessas, duas questões são sobre a percepção geral sobre a QV, e o restante representa as 24 facetas que são avaliadas no WHOQOL-100, portando cada faceta que era avaliada por 4 questões no questionário original, ficou sendo avaliada por somente uma questão no instrumento abreviado. Os domínios avaliados no instrumento utilizado são: Domínio I – Físico: dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, mobilidade, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação ou de tratamentos e capacidade de trabalho; Domínio II – Psicológico: sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração,

autoestima, imagem corporal e aparência, sentimentos negativos, espiritualidade, religião e crenças pessoais; Domínio III–Relações sociais: relações pessoais, suporte (apoio) social, atividade sexual; Domínio IV–Meio ambiente: segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais (disponibilidade e qualidade), oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, participação e oportunidades de recreação/lazer, ambiente físico (poluição/ruído/transito/clima) e transporte. Cada questão possui opções de respostas de 1 a 5, quanto maior à opção marcada maior foi considerada a QV do indivíduo.

Foi avaliado o estado nutricional de cada participante da pesquisa, pela classificação do Índice de Massa Corporal (IMC), o peso e a estatura foram referidos pelos sujeitos.

Após a coleta os dados foram digitados utilizando a software de planilha eletrônica Microsoft Office Excel 2010®, e analisados com a ajuda do software estatístico SPSS® versão 20.0. A pesquisa foi realizada mediante aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNICENTRO (Parecer nº455.958).

RESULTADOS

Dos 45 indivíduos avaliados 18 eram o sexo masculino e 27 do sexo feminino, a idade variou de 20 a 72 anos com média de 43,95 ($\pm 11,17$). A média do IMC encontrada foi de 26,32 ($\pm 4,67$) kg/m², 48,88% (n=22) apresentaram eutrofia, 28,88% (n=13) sobrepeso, e 22,22% (n=10) eram obesos. Na tabela 1 são apresentadas as correlações entre os domínios avaliados no WHOQOL- Bref e as variáveis idade, peso, IMC, peso e horas de trabalho.

Tabela 1: Correlação de Pearson entre os escores dos domínios e as variáveis avaliadas.

Domínio	Variáveis			
	Idade	IMC	Peso	Horas de trabalho (semanal)
Físico	-0,025 (0,872)	-0,062 (0,684)	-0,057 (0,712)	-0,015 (0,923)
Psicológico	0,051 (0,737)	-0,237 (0,118)	-0,237 (0,117)	-0,74 (0,627)
Ambiental	0,015 (0,923)	-0,477 (0,001)*	-0,385 (0,009)*	-0,009 (0,954)
Social	0,131 (0,392)	-0,210 (0,166)	-0,271 (0,071)	-0,118 (0,442)
% QV	0,666 (0,066)	-0,357 (0,016)*	-0,343 (0,021)*	-0,075 (0,625)

* Correlação significativa $p < 0,05$.

Os dados apontaram que o IMC e o peso dos participantes interferem significativamente no domínio ambiental, e na porcentagem total da qualidade de vida. Para a avaliação total da QV utilizou-se dois pontos de corte, menor que 70% representando que a QV tem que melhorar, e acima de 70% considerando que a QV é boa. Na tabela 2 está apresentada a correlação entre a QV total e o IMC e as horas trabalhadas semanalmente, mostrando que tanto eutróficos (n=8) como obesos (n=8), possuem qualidade de vida total menor que 70%, e o que mais se destaca são que grande parte dos eutróficos (n=14) possuem a QV maior que 70%. Já nas horas trabalhadas, demonstra-se que quem trabalha de 30 a 45 horas semanais possui uma qualidade de vida maior que 70%.

Tabela 2: Correlação da % QV total com estado nutricional e horas de trabalho

% QV	Classificação do IMC N(%)			Horas de trabalho (semanal) N(%)		
	Eutrófico	Sobrepeso	Obesidade	≤ 20 h	20 à 29h	30 à 45h
<70%	8 (38,1)	5(23,8)	8(38,1)	1(4,8)	0(0)	20(95,2)
>70%	14(58,3)	8(37,3)	2(8,3)	1(4,2)	2(8,3)	21(87,5)

Na tabela 3 são demonstrados os resultados sobre avaliação geral da qualidade de vida, ao avaliarem sua qualidade de vida, a média de resposta foi 3,75 ($\pm 0,57$) pontos, e em até que ponto eles estavam satisfeitos com sua saúde, a média foi 3,71 ($\pm 0,69$) pontos. Ao observar esses resultados evidenciou-se que a relação com esses aspectos à qualidade de vida ainda necessita melhorar. A média dos escores para os domínios foi de 3,4 ($\pm 0,33$) para o físico, 3,5 ($\pm 0,41$) psicológico, 3,9 ($\pm 0,54$) social e 3,3 ($\pm 0,55$) para o meio ambiente. Já o percentual de avaliação final sobre qualidade de vida foi de 70,60% ($\pm 6,99$).

Tabela 3: Avaliação geral da qualidade de vida

	Média (DP)
Percepção da qualidade de vida	3,75 (0,57)
Satisfação com a saúde	3,71 (0,69)
Domínio Físico	3,4 (0,33)
Domínio Psicológico	3,5 (0,41)
Domínio Social	3,9 (0,54)
Domínio Meio ambiente	3,3 (0,55)
% de avaliação final % (DP)	70,60 (6,99)

DP = Desvio Padrão; % = Porcentagem

DISCUSSÃO

É difícil mensurar qualidade de vida, devido ao fato de que ela muda de acordo com as alterações decorrentes das fases da vida e da percepção do indivíduo (GORDIA et al., 2011). Para tanto, nas últimas décadas, vem sendo desenvolvidos instrumentos de avaliação que podem ser adaptados à população a ser estudada. A avaliação dos resultados obtidos se torna importante para identificação dos principais fatores que influem na QV para elaboração de políticas públicas.

Atualmente, as patologias que acometem a população não estão associadas a somente questões biológicas, mas também a questões sociais e psicológicas que tem origem na rotina e/ou estilo de vida e de trabalho, causadores de estresse, obesidade e doenças cardiovasculares, decorrentes de falta de qualidade de vida (ALMEIDA et al., 2012).

Dentre os fatores que influenciam o nível de QV, o estado nutricional tem grande importância. Ford et al. (2001) em estudo com indivíduos adultos nos Estados Unidos observou que tanto o baixo peso quanto a obesidade influenciam negativamente a QV quando comparado com indivíduos eutróficos, ressaltando a importância da manutenção de peso dentro de limites considerados adequados.

Pode-se observar no presente estudo que mais da metade dos indivíduos apresentam excesso de peso (51,1%) e que o IMC e o peso corporal estiveram correlacionados negativamente com o domínio meio ambiente e o percentual total de qualidade de vida, demonstrando a influência do estado nutricional.

Deve-se ressaltar que quadros de obesidade estão relacionados com menor qualidade de vida, distúrbios cardiovasculares, endócrinos, respiratórios, gastrointestinais, dermatológicos, geniturinários, músculo-esqueléticos, psicossociais e neoplasias (MANCINI, 2001).

Dos indivíduos que apresentaram qualidade de vida superior a 70%, a maioria (58,3%) está com o estado nutricional adequado segundo IMC e daqueles com menos de 70%, 61,9% apresentam excesso de peso, tanto sobrepeso como obesidade. Estudos demonstram que a melhora da qualidade de vida é proporcional a perda de peso em indivíduos obesos (ENGEL et al., 2003).

O avanço da idade está relacionado com declínio da qualidade de vida, principalmente no que diz respeito ao domínio físico (dores, fadiga, menor capacidade de trabalho), seguido do ambiental (segurança física, ambiente no lar, lazer), psicológico (sentimentos, autoestima, memória) e social (relações pessoais, atividade sexual) (PEREIRA et al., 2006),

entretanto no presente estudo não foram encontradas associações significativas entre essas variáveis, pois a idade média dos indivíduos é de 43,95 ($\pm 11,17$) anos.

Ressalta-se que a qualidade de vida no trabalho afeta a qualidade de vida pessoal, social e familiar e quando a QVT é satisfatória, ocorre influência positiva sobre a produção do funcionário, relações interpessoais e organizacionais (ODEBRECH; PEDROSO, 2010). Assim, devem ser observadas as variáveis responsáveis pelo equilíbrio dessa relação a fim de estabelecer boas e satisfatórias condições de trabalho, por parte de gestores e funcionários da empresa.

CONCLUSÃO

Evidenciou-se que o estado nutricional influi no percentual total de qualidade de vida e no domínio meio ambiente, a maioria dos indivíduos que apresentaram menos de 70% de qualidade de vida apresentam excesso de peso. Com isso, deve-se ressaltar a importância de educação nutricional e uso de ferramentas efetivas para que ocorra diminuição de peso, e reeducação alimentar para mudanças dos hábitos inadequados, esperando-se assim, o aumento da QV. Os resultados serviram para conhecer o conhecimento da QV de colaboradores, demonstrando que eles são expostos a situações de estresse, de desconforto, podendo influenciar de maneira significativa nos seus hábitos diários, dificuldades de relacionamento e insatisfação com o ambiente de trabalho.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M.A.B.; GUTIERREZ, G.L.; MARQUES, R. **Qualidade de vida, definição, conceitos e interfaces com outras áreas de pesquisa**. São Paulo. Escola de Artes, Ciências e humanidades – EACH/USP, 2012.

ENGEL, S.G. et al. Impact of Weight Loss and Regain on Quality of Life: Mirror Image or Differential Effect? **Obes Res**. v. 11, n. 10, p.1207-13, 2003.

FERRO, F.F. **Instrumentos para medir a qualidade de vida no trabalho e a ESF: uma revisão da literatura**. Curso de especialização em atenção Básica em Saúde da Família. UFMG, Brumadinho-MG, 2012.

FLECK, M.P.A. et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). **Rev Bras Psiquiatr** v. 21 n.1, p.19-28, 1999

FLECK, M.P.A. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref. **Rev Saúde Pública**, v. 34, n. 2, p.178-83, 2000.

FORD, E.S. et al. Self-reported body mass index and health-related quality of life: findings from the behavioral risk factor surveillance system. **Obesity Research**, v. 9, n. 1, p. 21-31, 2001.

GORDIA, A.P.; QUADROS, T.M.B.; OLIVEIRA, M.T.C.; CAMPOS, W. Qualidade de vida: contexto histórico, definição, avaliação e fatores associados. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**. v.3, n.1, p. 40-52, jan./jun., 2011.

MANCINI, M.C. Obstáculos diagnósticos e desafios terapêuticos no paciente obeso. **Arq Bras Endocrinol Metab** v. 45, n.6, p. 584-606, 2001.

ODEBRECH, T.A.C.; PEDROSO, R. Qualidade de Vida no Trabalho: Diferentes percepções de um mesmo processo. **Revista Olhar Científico**—Faculdades Associadas de Ariquemes.v. 1, n.1, ago./dez. 2010.

PEREIRA, R.J.; COTTA, R.M.M.; FRANCESCHINI, S.C.C.; RIBEIRO, R.C.L.; SAMPAIO, R.F.; PRIORE, S.E.; CECON, P.R. Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos. **Rev Psiquiatr. RS** v. 28, n. 1, p. 27-38, jan./abr., 2006.

PEREIRA, V.C. **Qualidade de Vida no Trabalho**. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes, 2006, 37 p. Monografia – Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Gestão de Recursos Humanos. Projeto A Vez do Mestre. Universidade Candido Mendes. Rio de Janeiro, out. 2006.

SOARES, R.H.S. et al. **Transformação**: qualidade de vida no trabalho. Mulheres Chefes de Família, Faculdade de Mantena – FAMA, Minas Gerais, 72 p. 6. ed. / ano 6 / 2010.

Enviado em: dezembro de 2013.

Revisado e Aceito: fevereiro de 2014.