

## Calidad de vida de enfermeros y su relación con la alimentación y el cortisol

### Quality of life of nurses and their relationship with food and cortisol

### Qualidade de vida de enfermeiros e sua relação com a alimentação e o cortisol

**Marcia Cristina Barbosa<sup>1</sup>, Nyvian Alexandre Kutz<sup>2</sup>, Natália Miranda da Silva<sup>3</sup>, Taís Miotto<sup>3</sup>, Leslie Andrews Portes<sup>4</sup>, Marcia Maria Hernandes de Abreu de Oliveira Salgueiro<sup>5\*</sup>**

<sup>1</sup>Enfermeira. Mestre em Promoção da Saúde pelo Centro Universitário Adventista de São Paulo – UNASP. São Paulo/SP, Brasil.

<sup>2</sup>Nutricionista. Mestranda em Nutrição Humana Aplicada pela Universidade de São Paulo – USP. Bolsista do CNPq, São Paulo/SP, Brasil.

<sup>3</sup>Graduandas em Nutrição pelo Centro Universitário Adventista de São Paulo – UNASP. São Paulo/SP, Brasil.

<sup>4</sup>Professor do curso de Educação Física e do Mestrado Profissional em Promoção da Saúde do Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP. Mestre em Ciências Médicas e Biológicas pela Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP. São Paulo/SP, Brasil.

<sup>5</sup>Professora do curso de Nutrição e do Mestrado Profissional em Promoção da Saúde do Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP. Doutora em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo – USP. São Paulo/SP, Brasil.

Cómo citar este artículo en edición digital; Barbosa, M.C., Kutz, N.A., da Silva, N.M., Miotto, T., Portes, L.A., & Salgueiro, M.M.H.A. (2020). Calidad de vida de enfermeros y su relación con la alimentación y el cortisol. *Cultura de los Cuidados (Edición digital)*, 24 (57) Recuperado de <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2020.57.22>

Correspondencia: Rua Manuel Jacinto, 932, ap 11 bloco 11, Vila Morse, São Paulo – SP. CEP 05624-001.

Correo electrónico de contacto: [marciasalgueironutricionista@yahoo.com.br](mailto:marciasalgueironutricionista@yahoo.com.br)



Recibido:03/11/2019

Aceptado:20/03/2020

## ABSTRACT

Objective: To evaluate the quality of life of nurses in a public service in Sinop-MT. Methodology: A cross-sectional study with 33 nurses. The sociodemographic, quality of life, food consumption and anthropometric variables were obtained through four self-administered

questionnaires. Plasma cortisol was collected and evaluated by a private laboratory in the region. The analyzes were performed by the Statistical Package for the Social Sciences and GraphPad Prism, with significance level of 5%. Results and Conclusion: There was a predominance of married nurses, female and of economic class A or B. The feeding score correlated

positively and significantly with the psychological domain and level of cortisol. Mean cortisol was 11.6 ug / dl and correlated positively and significantly with the physical, environmental and overall quality of life scores. Body weight correlated inversely and significantly with the physical, psychological, environmental, general quality of life and socioeconomic class domains. Nurses have high socioeconomic level and low prevalence of overweight. The perception of general quality of life and in its four domains by the nurses studied was regular and good. Food consumption and other lifestyle habits were reasonable, requiring attention from these professionals. Key words: Nurses, Quality of Life, Food Consumption.

### RESUMEN

Objetivo: Evaluar la calidad de vida de los enfermeros de un servicio público en Sinop-MT Metodología: Estudio transversal con 33 enfermeros. Las variables sociodemográficas, de calidad de vida, del consumo alimentario y antropométrico se obtuvieron a través de cuatro cuestionarios autoaplicables. El cortisol plasmático fue recogido y evaluado por laboratorio privado de la región. Los análisis fueron realizados por el Statistical Package for the Social Sciences y GraphPad Prism, con un nivel de significancia del 5%. Resultados y Conclusión: Hubo predominio de enfermeros casados, del sexo femenino y de clase económica A o B. La puntuación de alimentación se correlacionó positiva y significativa con el dominio psicológico y nivel de cortisol. El cortisol medio fue de 11,6 ug / dl y se correlacionó positivamente y significativa con los dominios físico, ambiente y el puntaje general de calidad de vida. El peso corporal se correlacionó inversamente y significativa con los dominios físico, psicológico, ambiente, el puntaje general de calidad de vida y la clase socioeconómica. Los enfermeros poseen alto nivel socioeconómico y baja prevalencia de exceso de peso. La percepción de la calidad de vida general y en sus cuatro dominios por los enfermeros estudiados fue regular y buena. El consumo alimentario y otros hábitos de vida se presentaron razonables,

requiriendo atención por parte de estos profesionales.

Palabras clave: Enfermeros, Calidad de Vida, Consumo Alimenticio.

### RESUMO

Objetivo: Avaliar a qualidade de vida de enfermeiros de um serviço público em Sinop-MT Metodologia: Estudo transversal com 33 enfermeiros. As variáveis sociodemográficas, de qualidade de vida, do consumo alimentar e antropométricas foram obtidas através de quatro questionários autoaplicáveis. O cortisol plasmático foi coletado e avaliado por laboratório privado da região. As análises foram realizadas pelo *Statistical Package for the Social Sciences* e Graph Pad Prism, com nível de significância de 5%. Resultados e Conclusões: Houve predomínio de enfermeiros casados, do sexo feminino e de classe econômica A ou B. O escore de alimentação correlacionou-se positiva e significativamente com o domínio psicológico e nível de cortisol. O cortisol médio foi de 11,6 ug/dle correlacionou-se positiva e significativamente com os domínios físico, ambiente e ao escore geral de qualidade de vida. O peso corporal correlacionou-se inversa e significativamente com os domínios físico, psicológico, ambiente, o escore geral de qualidade de vida e à classe socioeconômica. Os enfermeiros possuem alto nível socioeconômico e baixa prevalência de excesso de peso. A percepção da qualidade de vida geral e nos seus quatro domínios pelos enfermeiros estudados foi regular e boa. O consumo alimentar e outros hábitos de vida apresentaram-se razoáveis, requerendo atenção por parte destes profissionais.

Palavras chave: Enfermeiros, Qualidade de Vida, Consumo Alimentar.

### INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define qualidade de vida (QV) como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e dos

sistemas de valores nos quais ele vive e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Esta definição destaca a visão de que a QV é um termo subjetivo e multidimensional, que inclui tanto facetas positivas como negativas (The WHOQOL Group, 1995). O trabalho do enfermeiro envolve o cuidar do outro com um atendimento específico, abrangendo diferentes procedimentos realizados no corpo do paciente (Hanranhan et al., 2006) no alívio da dor, dando informações e contribuindo na qualidade de vida da população (Dias et al., 2017).

A melhora na QV e nas condições de trabalho destes profissionais produz um impacto positivo, tanto na saúde do enfermeiro quanto nos demais membros da equipe multiprofissional, bem como na população por eles assistida (Araújo, Soares e Henriques, 2009).

Devendo assim ficar evidenciado que um trabalhador satisfeito e bem motivado, com condições dignas de trabalho produz muito mais, alcançando metas positivas tanto para ele quanto para empresa (Lentz et al., 2000). Considerando ser uma categoria que possui um trabalho desgastante e de muita responsabilidade, este estudo teve como objetivo avaliar a QV dos enfermeiros de um serviço público do município de Sinop-MT, Brasil.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de um estudo transversal,

descritivo, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Adventista de São Paulo (UNASP) sob CAAE 55262216.5.0000.5377, pela Comissão de Integração Ensino-Serviço (CIES) de Sinop e pela Secretaria Municipal de Saúde (SMS).

Adotou-se como critério de inclusão estudar os enfermeiros concursados lotados em qualquer uma das Unidades de Saúde pela SMS, de ambos os sexos.

A SMS contava com 43 enfermeiros concursados, de um total de 60, que foram convidados no seu local de trabalho, No dia agendado pelo pesquisador e pelos participantes, foi destinado um local adequado para o preenchimento dos questionários. Consentiram participar da pesquisa 33 enfermeiros (76,7% da amostra inicial) e destes, apenas 16 realizaram a coleta do cortisol.

O município possui cobertura para atenção básica estimada em 49%, ainda com uma deficiência em relação ao preconizado pelo Ministério da Saúde (MS) que é de 100%. As Unidades de Saúde do município que possuem enfermeiros são: Unidades Básicas de Saúde (UBS), Serviço de Atendimento Especializado (SAE), Centro de Apoio Psicossocial (CAPS), SMS, Unidade Coleta Transfusão (UCT) e Centro de Reabilitação (CER).

O instrumento usado para a coleta de dados foi composto por quatro questionários autoaplicáveis sendo: o primeiro abordando os aspectos sociodemográficos e as variáveis

de trabalho, o segundo contemplando aspectos de saúde como a QV e outras informações complementares, o terceiro sobre o consumo alimentar e o quarto sobre dados antropométricos.

No primeiro questionário, as variáveis sociodemográficas foram idade (anos), sexo (feminino ou masculino), estado civil (casado, solteiro, viúvo, separado ou divorciado) e classe socioeconômica. As informações coletadas para a classificação socioeconômica foram referentes a presença de bens de consumo no domicílio, serviços públicos e escolaridade. Os dados foram analisados de acordo com o Critério de Classificação Econômica Brasil, o qual atribui pontos para cada item de acordo com sua característica domiciliar, classificando as classes econômicas, como descrito pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa – ABEP, em A1, B1, B2, C1, C2 e D-E (ABEP, 2015).

As variáveis relacionadas ao trabalho foram: grau de escolaridade, tempo de trabalho, carga horária de trabalho semanal, período do trabalho e vínculos empregatícios.

A percepção da QV foi avaliada pelo questionário WHOQOL-bref. (*World Health Organization Quality on Life*) (Fleck et al., 2000).

Todas as análises foram realizadas por meio dos pacotes estatísticos *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 22 e GraphPad Prism, versão 6.0, ambos para Windows. Os resultados foram expressos como médias  $\pm$  desvios-padrão e respectivos IC95%.

A normalidade das variáveis foi testada por meio do método de D'Agostino e Pearson. As prevalências foram analisadas por meio do teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ) e os resultados expressos em percentuais. As associações dicotômicas foram determinadas por meio dos coeficientes de correlação de Pearson ou de Spearman, conforme a necessidade. Os EA foram agrupados em três categorias, segundo o Guia Alimentar (Brasil, [s.d.]): até 28 pontos: **Precisa melhorar**, de 29 pontos a 42 pontos: **Atenção**, e de 43 pontos ou mais: **Parabéns**. As três categorias de alimentação formadas permitiram comparar-se os resultados das demais variáveis por meio da análise de variância de uma via ou do teste de Kruskal-Wallis, conforme a necessidade, seguidos, respectivamente, dos testes para múltiplas comparações de Tukey ou de Dunn. Em todos os casos, foram consideradas estatisticamente diferentes os resultados cujo  $p < 0,05$ .

## RESULTADOS

As características gerais da amostra estudada estão descritas na Tabela 1. Ainda com relação à QV (Tabela 2), os domínios físico, psicológico, social e ambiente foram avaliados como bons ou muito bons por 70%, 73%, 54% e 58% dos enfermeiros, respectivamente, e o Escore Geral foi avaliado como bom ou muito bom por 67% dos enfermeiros. Adicionalmente, buscou-se estabelecer associações entre EA, QV,

cortisol, classe socioeconômica e algumas medidas antropométricas (Tabela 3).

O EA correlacionou-se positiva e significativamente ao domínio psicológico e ao cortisol. O cortisol correlacionou-se positiva e significativamente aos domínios físico, ambiente e ao escore geral de QV. O peso corporal correlacionou-se inversa e significativamente aos domínios físico, psicológico, ambiente, ao escore geral de QV e à classe socioeconômica. Adicionalmente, o IMC correlacionou-se inversa e significativamente aos domínios físico, psicológico, ambiente, ao escore geral de QV e à classe socioeconômica.

## DISCUSSÃO

A amostra contou com 33 enfermeiros, em sua maioria jovens, do sexo feminino, com pós-graduação, elevada classe econômica, com até 15 anos de trabalho, dupla jornada e carga horária de 40 horas semanais. A maioria apresenta hábitos de vida e do consumo alimentar que precisam de atenção e relatam boa qualidade de vida.

Dados estatísticos apresentados pelo Conselho Federal de Enfermagem - COFEN, apontam que 87,2% dos enfermeiros no Brasil são do sexo feminino (COFEN, 2011).

Estudo realizado com 90 enfermeiros das ESF em 27 cidades do sul do Triângulo Mineiro verificou-se predomínio do sexo feminino (92,2%), carga horária semanal de 40 horas (92,1%) e que a maioria (64,8%)

possuía apenas um vínculo empregatício (Fernandes et al., 2012). No contexto brasileiro, os profissionais de enfermagem possuem múltiplos vínculos de trabalho (Portela, Rotenberg e Waissmann, 2005), o que pode afetar negativamente os aspectos psicológicos e físicos desses profissionais com possíveis repercussões no ganho de peso (Admi et al., 2008).

Em estudo realizado com 95 enfermeiros atuantes na Unidade de Emergência do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, buscou-se analisar a existência de correlações entre a carga horária de trabalho com níveis de estresse ocupacional. Verificou-se que enfermeiros com idade entre 21 a 30 anos, do sexo feminino, sem companheiros, têm maiores chances de apresentar estresse ocupacional (Dalri et al., 2013).

Observa-se eutrofia na maioria dos enfermeiros (58%), mas destaca-se uma porcentagem de excesso de peso (39%) abaixo da encontrada pelo Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel) 2015, de indivíduos com 35-44 anos (60,2%) e para a população com 12 anos ou mais de escolaridade (46,8%) (Brasil, 2016).

Verificou-se prevalência elevada da classe socioeconômica B (82%) e A (18%) quando comparada à região Centro-Oeste, com 24%, e 4,2%, respectivamente, segundo dados da ABEP (2015).

### *Cultura de los Cuidados*

Estudo qualitativo de Dias et al. (2017) com 12 profissionais da área da saúde observou que são considerados como acarretadores de sofrimento e insatisfação no trabalho a má remuneração, a falta de reconhecimento e a desvalorização do trabalho executado, podendo prejudicar a saúde física e mental.

Sinop-MT oferece um dos melhores salários para enfermeiros concursados de acordo com o Plano de Cargos, Carreiras e Vencimentos (PCCV) do município (Sinop, 2017). Enfermeiros com mais de 5 anos de carreira e com pós-graduação possuem média salarial de R\$6.000,00 por 40 horas semanais. A média salarial para enfermeiros em outros municípios do Brasil para a mesma jornada de trabalho varia entre R\$2.500,00 a R\$3.000,00 (Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas, 2017). No estudo realizado por Fernandes et al. (2012) entre maio e julho de 2007, a média salarial para os enfermeiros com 40 horas semanais foi de R\$1.400,00 a R\$2.799,00, coincidindo com a média nacional.

As condições salariais oferecidas pelo município estudado e a classificação econômica dos enfermeiros podem ter contribuído para a boa qualidade de vida observada.

Em estudo realizado com 90 enfermeiros de um hospital universitário, de grande porte, de Vitória-ES, observaram-se valores médios de percepção da QV, por meio do instrumento WHOQOL-bref, nos domínios físico (73,05), psicológico (71,62), relações sociais (71,37) e ambiente (63,12) (Lima et al., 2013). Neste estudo os domínios

apresentam-se, respectivamente, pelos escores: 71,2; 67,6; 64,9 e 64,0, demonstrando semelhança nos domínios físico e ambiente.

Nos enfermeiros estudados verificou-se relação inversa e significativa do peso e do IMC com a qualidade de vida geral e nos domínios físico, psicológico e ambiente. Demonstrando que um estado nutricional mais adequado pode interferir positivamente na qualidade de vida dos indivíduos. Estudos demonstram a relação entre a obesidade e o declínio na qualidade de vida, uma vez que essa situação pode levar ao aumento de comorbidades, dificuldades no trabalho e nas relações pessoais comprometendo a saúde (Kolotkin et al., 2001; Vasconcelos e Costa Neto, 2008).

Os dados do Vigitel 2014 demonstraram redução gradual do excesso de peso e da obesidade com o aumento da escolaridade nas mulheres (Malta et al., 2015), reforçando os achados do presente estudo sobre a relação inversa do peso e do IMC com a classe socioeconômica, ressaltando-se que a amostra estudada é predominantemente feminina e de alto nível socioeconômico.

Os enfermeiros estudados apresentaram consumo adequado em relação à retirada da gordura aparente da carne, utilização de leite e derivados com baixo teor de gordura, consomem frituras, salgadinhos, embutidos, doces, bolos recheados, biscoitos, refrigerantes e sucos industrializados com baixa frequência, não utilizam banha animal ou manteiga no preparo de alimentos e não adicionam sal aos alimentos servidos no

prato, esses comportamentos estão relacionados com fatores de proteção para DCNT (Malta et al., 2015). O enfermeiro está acostumado a orientar indivíduos e grupos da população para esses cuidados de saúde, estando mais sensibilizado e familiarizado com assuntos relacionados à alimentação saudável e adequada, o que pode ter auxiliado na adoção de comportamentos saudáveis.

Dados do Vigitel 2014 apontam para um consumo regular e adequado de frutas, verduras e legumes na população mais escolarizada. O consumo de carne sem gordura, leite reduzido em lipídios e baixa ingestão de refrigerantes foi observado entre as mulheres com maior escolaridade (Malta et al., 2015), corroborando os dados do presente estudo.

O Guia de bolso do Ministério da Saúde caracteriza o consumo alimentar em número de porções por grupo de alimentos e tem como referência uma dieta de 2.000 kcal/dia (Brasil, [s.d.]). Os enfermeiros estudados não atingiram a porção recomendada do consumo de verduras, legumes, frutas, leguminosas e carnes, peixes, ovos e leite e derivados e ainda assim, destaca-se a baixa prevalência de excesso de peso, quando comparado aos dados das capitais brasileiras (Brasil, 2017). Considerando-se que as necessidades energéticas são diferentes para cada indivíduo, conseqüentemente o número de porções também é variável, assim, esse consumo inadequado das porções pode ser

resultado dessa limitação do instrumento utilizado.

Outros parâmetros devem ser considerados na avaliação da QV e de saúde dos indivíduos. Além de instrumentos subjetivos, métodos objetivos da composição corporal e parâmetros bioquímicos devem ser adotados. O estresse é um fator a ser considerado na avaliação da qualidade de vida, por interferir no rendimento e satisfação do profissional. Este comumente é avaliado por meio dos níveis séricos ou salivares do biomarcador cortisol. A dosagem do cortisol foi realizada por 16 enfermeiros e obteve-se 3 resultados alterados, um enfermeiro realizava atividade física e dois não realizavam. Para estes foram realizadas nova coleta do cortisol, mas mantiveram-se alterados. Os outros 13 apresentaram valores adequados em relação às referências.

Os níveis médios de cortisol dos enfermeiros não apresentaram associação com as variáveis estudadas. No estudo de Dalri (2013), com enfermeiros de uma Unidade de Emergência, também não foi observada correlação significativa entre a carga horária de trabalho e os níveis de cortisol salivar.

O enfermeiro é um profissional sujeito ao estresse diário, classificado em moderado a grave ao cumprir longas jornadas de trabalho com sobrecarga e acúmulo de funções além de salário inadequado (Davey et al., 2019). Além de prestar cuidados diretos ao paciente, é responsável pela gerência da

unidade e supervisão da equipe de enfermagem (Figueiro et al., 2001). Mais trabalhos são necessários na investigação da relação do cortisol como biomarcador de estresse, dado a escassez de pesquisas nacionais (Campos e David, 2014).

As questões relacionadas a QV, a saúde dos enfermeiros bem como os seus rendimentos vêm despertando o interesse de vários pesquisadores na utilização do marcador biológico cortisol como indicador de estresse nas investigações (Dalri et al., 2013).

Como fatores limitantes desta pesquisa, cita-se a baixa adesão à realização do exame de cortisol apesar das orientações do pesquisador junto aos participantes, que referiram esquecimento, falta de tempo e dificuldade para ir ao laboratório. Outra questão a ser explorada foi a não inclusão de enfermeiros não concursados, pela alta rotatividade no serviço e a diferença salarial, o que poderia influenciar os resultados.

## CONCLUSÃO

A percepção da qualidade de vida geral e nos quatro domínios pelos enfermeiros estudados foi regular e boa. Esses profissionais eram na maioria mulheres, casadas, de alto nível socioeconômico e com baixa prevalência de excesso de peso quando comparados à população brasileira. O consumo alimentar e outros hábitos de vida apresentaram-se razoáveis, requerendo atenção por parte destes indivíduos, uma vez que não

consomem adequadamente alimentos como verduras, legumes, frutas e leguminosas.

Este estudo contribuiu para o levantamento de questões relacionadas à qualidade de vida dos enfermeiros de Sinop, seus hábitos alimentares, condições socioeconômicas, bem como de seu estado nutricional, caracterizando assim o perfil destes profissionais para futuras ações de estilo de vida saudáveis e promoção da saúde.

## REFERÊNCIAS

Admi, H., Tzischinsky, O., Epstein, R., Herer, P., & Lavie, P. (2008). Shift work in nursing: is it really a risk factor for nurses' health and patients' safety? *Nursing Economic\$,* 26(4), 250-257.

Araújo, G.A., Soares, M.J.G.O., & Henriques, M.E.R.M. (2009). Qualidade de vida: percepção de enfermeiros numa abordagem qualitativa. *Revista Eletrônica de Enfermagem,* 11(3), 635-641.

Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa - ABEP. (2015). Critério de classificação econômica. Disponível em <http://www.abep.org/criterio-brasil>.

Brasil. Ministério da Saúde. [s.d.]. Guia Alimentar: como ter uma alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, (Guia de bolso). Disponível em [http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/guia\\_alimentar\\_bolso](http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/guia_alimentar_bolso)

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. (2016). *Vigitel Brasil 2015: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico*. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em



[http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel\\_brasil\\_2015.pdf](http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2015.pdf).

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. (2017). Vigitel Brasil 2016: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em [http://portal.arquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/junho/07/vigitel\\_2016\\_jun17.pdf](http://portal.arquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/junho/07/vigitel_2016_jun17.pdf).

Campos, J.F., e David, H.M.S.L. (2014). Análise de cortisol salivar como biomarcador de estresse ocupacional em trabalhadores de enfermagem. *Revista Enfermagem UERJ*, 22(4), 447-453.

Conselho Federal de Enfermagem - COFEN. Comissão de Business Intelligence. (2011). Produto 2: análise de dados dos profissionais de enfermagem existentes nos Conselhos Regionais, Disponível em [http://www.cofen.gov.br/pesquisa-cofencorens-mostra-dados-da-enfermagem-brasileira\\_7746.html](http://www.cofen.gov.br/pesquisa-cofencorens-mostra-dados-da-enfermagem-brasileira_7746.html).

Dalri, R.C.M.B. (2013). *Carga horária de trabalho dos enfermeiros de emergência e sua relação com estresse e cortisol salivar*. (Tese de doutorado). Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo: Ribeirão Preto. Disponível em <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/2/2/22132/tde-07012014-161525/pt-br.php>.

Davey, A., Sharma, P., Davey, S., e Shukla, A. (2019). Is work-associated stress converted into psychological distress among the staff nurses: a hospital-based study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 8(2), 511-516.

Dias, E.G., Santos, A.R., Souza, E.L.S., Araújo, M.M.L., e Alves, J.C.S. (2017). La calidad de vida en el trabajo: la experiencia de los profesionales de la salud en una Unidad Básica de Salud en Minas Gerais – Brasil. *Cultura de los Cuidados*, 21(48), 159-167.

Fernandes, J.S., Miranzi, S.S.C., Iwamoto, H.H., Tavares, D.M.S., e Santos, C.B. (2012). A relação dos aspectos profissionais na qualidade de vida de enfermeiros das equipes saúde da família. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 46(2), 404-412.

Figueiro, A.N.L., Schufer, M., Muiños, R., Marro, C., e Coria, E.A. (2001). Um instrumento para a avaliação de estressores psicossociais no contexto de emprego. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 14(3), 653-659.

Fleck, M.P.A., Louzada, S., Xavier, M., Chachamovich, E., Vieira, G., Santos, L., et al. (2000). Aplicação da versão em português do instrumento abreviado da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. *Revista de Saúde Pública*, 34(2), 178-183.

Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas - FIPE. (2017). Salariômetro 2017. Disponível em <http://salarios.org.br/#/>.

Hanranhan, K., McCarthy, A.M., Kleiber, C., Lutgendorf, S., e Tsalikian, E. (2006). Strategies for salivary cortisol collection and analysis in research with children. *Applied Nursing Research*, 19(2): 95-101.

Kolotkin, R.L., Crosby, R.D., Kosloski, K.D.; e Williams, G.R. (2001). Development of a brief measure to assess quality of life in obesity. *Obesity Research*, 9(2), 102-111.

Lentz, R.A., Costenaro, R.G.S., Gonçalves, L.H.T., e Nassar, S.M. (2000). O profissional de enfermagem e a qualidade de vida: uma abordagem fundamentada nas dimensões propostas por Flanagan. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 8(4), 7-14.

Lima, E.F.A., Borges, J.V., Oliveira, E.R.A., Velten, A.P.C., Primo, C.C., e Leite, F.M.C. (2013). Qualidade de vida no trabalho de enfermeiros de um hospital universitário. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 15(4), 1000-1006.

Malta, D.C., Santos, M.A.S., Andrade, S.S.C.A., Oliveira, T.P., Stopa, S.R., Oliveira, M.M., et al. (2015). Tendência temporal dos indicadores de excesso de peso

### Cultura de los Cuidados

em adultos nas capitais brasileiras, 2006-2013. *Ciência e Saúde Coletiva*, 21(4), 1061-1069.

Portela, L.F., Rotenberg, L., e Waissmann, W. (2005). Health, sleep and lack of time: relations to domestic and paid work in nurses. *Revista de Saúde Publica*, 39(5), 802-808.

Sinop. Prefeitura Municipal de Sinop. (2017). Questionário direcionado aos

enfermeiros do município de Sinop-MT. Disponível em <http://www.sinop.mt.gov.br/>.

The WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403-1409.

Vasconcelos, P.O. e Costa Neto, S.B. (2008). Qualidade de vida de pacientes obesos em preparo para a cirurgia bariátrica. *PSICO*, 39(1), 58-65.



Fuente: By py.wvalgacc. CC BY-NC-SA 2.0 license. <https://search.creativecommons.org/photos/bf7d3ee4-86fe-496d-86b7-caaada9dd889>

**Tabela 1:** Características gerais de enfermeiros do Município de Sinop-MT, 2016.

Variáveis		Resultados	IC95%
<b>N</b>		33	-
<b>Sexo</b>	Feminino	31 (93,94%)	
	Masculino	2 (6,06%)	
<b>Idade</b>		38,4 ± 7,4	35,9;40,9
<b>Estado Civil</b>	Casado	27 (81,82%)	
	Solteiro	6 (18,18%)	
<b>Vínculos empregatícios</b>	Somente 1	27 (81,82%)	
	Mais de 1	6 (18,18%)	
<b>Estatura</b>		1,65 ± 0,07	1,63;1,68
<b>Peso</b>		68,5 ± 12,3	64,3;72,7
<b>IMC</b>		24,9 ± 3,9	23,6;26,3
<b>Classificação</b>	Baixo peso	1 (3%)	-
	Eutrófico	19 (58%)	
	Sobrepeso	9 (27%)	
	Obesidade	4 (12%)	
<b>Cortisol (µg/dl)</b>		11,6 ± 5,9	8,6;14,5
<b>Classe socioeconômica</b>	A	6 (18%)	-
	B	27 (82%)	
	C	0 (0%)	
	D + E	0 (0%)	
<b>Formação (Pós)</b>		33 (100%)	-
<b>Tempo de Trabalho</b>	1 a 5 anos	5 (15%)	-
	5 a 10 anos	12 (36%)	
	10 a 15 anos	12 (36%)	
	15 a 20 anos	4 (12%)	
<b>Carga horária (semanal)</b>	30h	7 (21%)	-
	40h	26 (79%)	
<b>Período de trabalho</b>	Matutino	6 (18%)	-
	Vespertino	1 (3%)	
	Matutino e Vespertino	26 (79%)	
<b>Escore de Alimentação</b>		37,8 ± 5,3	36,0;39,6
<b>Classificação</b>	Precisa melhorar	1 (3%)	-
	Atenção	26 (79%)	
	Parabéns	6 (18%)	
<b>Qualidade de Vida</b>	Domínio físico	71,2 ± 16,8	65,5;76,9
	Domínio psicológico	67,6 ± 13,8	62,9;72,2
	Domínio social	64,9 ± 21,5	57,6;72,2
	Domínio ambiente	64,0 ± 12,6	59,7;68,3
	Geral	66,9 ± 14,0	62,1;71,7

IMC: índice de massa corporal (kg/m<sup>2</sup>). Pós: pós-graduação.

Tabela 2: Qualidade de vida de enfermeiros do Município de Sinop-MT, 2016.

Variáveis	Resultados	IC95%
<b>Domínio físico (categorias)</b>		
Muito baixo	0 (0%)	-
Baixo	1 (3%)	
Regular	9 (27%)	
Boa	12 (37%)	
Muito boa	11 (33%)	
<b>Domínio psicológico (categorias)</b>		
Muito baixo	0 (0%)	-
Baixo	0 (0%)	
Regular	9 (27%)	
Boa	20 (61%)	
Muito boa	4 (12%)	
<b>Domínio social (categorias)</b>		
Muito baixo	1 (3%)	-
Baixo	1 (3%)	
Regular	13 (40%)	
Boa	10 (30%)	
Muito boa	8 (24%)	
<b>Domínio ambiente (categorias)</b>		
Muito baixo	0 (0%)	-
Baixo	1 (3%)	
Regular	13 (39%)	
Boa	15 (46%)	
Muito boa	4 (12%)	
<b>Geral</b>		
Muito baixo	0 (0%)	-
Baixo	1 (3%)	
Regular	10 (30%)	
Boa	16 (49%)	
Muito boa	6 (18%)	

**Tabela 3:** Matriz de correlações das variáveis estudadas de enfermeiros do Município de Sinop-MT, 2017.

	EA	Idade	D. fis	D. psic	D. soc	D. amb	QOL	Cortisol	Classe	Peso	Estatura
Idade	0,09										
D. fis	0,33	-0,13									
D. psic	<b>0,35*</b>	0,18	<b>0,65*</b>								
D. soc	0,15	-0,09	<b>0,67*</b>	<b>0,59*</b>							
D. amb	0,33	0,04	<b>0,66*</b>	<b>0,72*</b>	<b>0,69*</b>						
QOL	0,32	-0,02	<b>0,87*</b>	<b>0,83*</b>	<b>0,89*</b>	<b>0,87*</b>					
Cortisol	<b>0,57*</b>	-0,31	<b>0,52*</b>	0,22	0,49	<b>0,53*</b>	<b>0,53*</b>				
Classe	0,23	0,07	0,31	0,30	0,25	<b>0,39*</b>	<b>0,35*</b>	0,37			
Peso	-0,18	-0,20	<b>-0,40*</b>	<b>-0,39*</b>	-0,25	<b>-0,41*</b>	<b>-0,40*</b>	-0,13	<b>-0,61**</b>		
Estatura	-0,12	<b>-0,42*</b>	-0,09	-0,19	0,05	-0,15	-0,09	-0,36	-0,27	<b>0,52*</b>	
IMC	-0,16	-0,02	<b>-0,42*</b>	<b>-0,36*</b>	-0,32	<b>-0,40*</b>	<b>-0,43*</b>	0,00	<b>-0,57**</b>	<b>0,89*</b>	0,07

EA: escore de alimentação. D.fis: domínio físico. D.psic: domínio psicológico. D.soc: domínio social. D.amb: domínio ambiente. QOL: escore geral de qualidade de vida no WHOQOL.

Cortisol: níveis séricos de cortisol. Classe: classe socioeconômica. Peso em quilogramas.

Estatura em metros. IMC em kg/m<sup>2</sup>. Negrito: valores de r estatisticamente significantes: \*p < 0,05 e \*\*p < 0,01.