

Alexandre dos SANTOS*

 <https://orcid.org/0000-0003-4003-8700>

Livia Maria Cruz MELFA**

 <https://orcid.org/0009-0000-6304-2468>

Denise Rossi FORESTO-DEL COL***

 <https://orcid.org/0000-0002-7931-7128>

Recebido em: 11 de março de 2026.

Aprovado em: 16 de outubro de 2026.

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO EM COLABORADORES DE UMA INDÚSTRIA DE RAÇÕES DO INTERIOR DO NOROESTE PAULISTA

RESUMO

A qualidade de vida no trabalho (QVT) é compreendida como um constructo multidimensional que envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais que interferem diretamente no bem-estar e no desempenho dos trabalhadores. No setor industrial, em que a rotina é marcada por longas jornadas e turnos diversificados, investigar a QVT torna-se fundamental para compreender os impactos das condições laborais sobre a saúde física e mental dos colaboradores. Este estudo teve como objetivo investigar como os diferentes turnos de trabalho influenciam na percepção de qualidade de vida e hábitos alimentares dos colaboradores de uma indústria de rações do interior do noroeste paulista. A metodologia utilizada foi a abordagem quantitativa, descritiva e transversal, com coleta de dados realizada presencialmente. Os resultados demonstraram que os escores médios dos participantes foram satisfatórios nos domínios físico, psicológico, social e ambiental do WHOQOL-BREF (Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Versão Abreviada), não havendo diferenças estatisticamente significativas entre os turnos. Contudo, observou-se maior frequência de consumo de alimentos ultraprocessados entre trabalhadores do período vespertino, apontando vulnerabilidade específica desse grupo. Acredita-se que fatores institucionais, como restaurante interno e programas de saúde ocupacional, possam ter contribuído para a homogeneidade dos resultados encontrados na avaliação geral da QVT. Conclui-se que os colaboradores investigados apresentaram percepção positiva de qualidade de vida, embora hábitos alimentares inadequados indiquem a necessidade de estratégias educativas e de promoção da saúde integradas ao ambiente laboral.

Palavras-chave: qualidade de vida; turnos; hábitos alimentares; indústria; saúde física e mental.

QUALITY OF WORK LIFE AMONG EMPLOYEES OF AN ANIMAL FEED INDUSTRY IN THE NORTHWESTERN REGION OF THE STATE OF SÃO PAULO, BRAZIL

ABSTRACT

Quality of work life (QWL) is understood as a multidimensional construct encompassing physical, psychological, social, and environmental aspects that directly affect workers' well-being and performance. In the industrial sector, where work routines are characterized by long working hours and varied shifts, investigating QWL is essential to understanding the effects of working conditions on employees' physical and mental health. This study aimed to investigate how different work shifts influence the perceived quality of life and dietary habits of employees at an animal feed manufacturing facility in the northwestern region of the state of São Paulo, Brazil. A quantitative, descriptive, cross-sectional approach was adopted, with data collected in person. The results showed that participants' mean scores were satisfactory across the physical health, psychological, social relationships, and environment domains of the World Health Organization Quality of Life – BREF (WHOQOL-BREF), with no statistically significant differences between shifts. However, a higher frequency of ultra-processed food consumption was observed among employees working the afternoon shift, indicating a specific vulnerability in this group. Institutional factors, such as an on-site cafeteria and occupational health programs, may have contributed to the consistency of the results observed in the overall QWL assessment. It is concluded that the employees investigated had a positive perception of their quality of life, although inadequate dietary habits indicate the need for educational and health promotion strategies integrated into the workplace.

Keywords: quality of life; shift work schedule; feeding behavior; industry; physical and mental health.

* Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP/BR - Unifunec, e-mail: alepsicologo@yahoo.com.br

** Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP/BR - Unifunec, e-mail: livia.melfa@gmail.com

*** Mestre, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP/BR – Unifunec. E-mail: deforestor@hotmail.com



1 INTRODUÇÃO

A qualidade de vida no trabalho (QVT) é um conceito multidimensional que envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais que influenciam diretamente o bem-estar do trabalhador em seu contexto ocupacional. Em um cenário cada vez mais competitivo e exigente, as organizações vêm buscando compreender os fatores que afetam a satisfação e a produtividade dos seus colaboradores, reconhecendo que o ambiente laboral impacta não apenas o desempenho, mas também a saúde física e mental dos indivíduos (Ferreira, 2011).

A Organização Mundial da Saúde (WHO) define qualidade de vida como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais vive, em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHO, 1995). Essa definição embasa instrumentos como o WHOQOL-100 (Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Versão Completa/100 questões) e o WHOQOL-BREF (Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Versão Abreviada/ 26 questões), amplamente utilizados para mensurar QVT de maneira abrangente e cientificamente validada (Pedroso *et al.*, 2010).

No contexto das indústrias, especialmente em regiões interioranas do Brasil, como o noroeste paulista, a investigação sobre QVT torna-se ainda mais relevante. Trabalhadores desse segmento muitas vezes enfrentam jornadas intensas, baixa remuneração, ausência de políticas de valorização humana e exposição a ambientes de trabalho desafiadores (Ferreira, 2011).

A alimentação é um componente essencial da qualidade de vida, pois influencia diretamente a saúde física, o bem-estar psicológico e a disposição para o trabalho. No ambiente ocupacional, hábitos alimentares adequados contribuem para a manutenção da energia, prevenção de doenças crônicas e melhoria do desempenho, enquanto padrões alimentares inadequados podem potencializar fadiga, estresse e queda de produtividade. Assim, a análise da QVT deve considerar não apenas fatores estruturais e organizacionais, mas também o acesso a refeições equilibradas e o incentivo a práticas alimentares saudáveis, uma vez que a nutrição adequada é reconhecida como determinante social da saúde e do bem-estar no trabalho (Lourengo; Guedes; Santos, 2023).

Estudos apontam que as condições de trabalho, incluindo carga horária, pausas e disponibilidade de alimentos no local, influenciam significativamente o padrão alimentar dos trabalhadores. Jornadas extensas e turnos irregulares estão associadas ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e à redução da ingestão de frutas, verduras e legumes, o que pode

comprometer a saúde a longo prazo. Além disso, o estresse ocupacional tem sido identificado como fator associado ao maior consumo de produtos de baixo valor nutricional, reforçando a necessidade de políticas internas que promovam ambientes alimentares saudáveis, como restaurantes corporativos com cardápios balanceados e programas de educação nutricional (Freitas *et al.*, 2015; Farias *et al.*, 2021).

Estudos recentes demonstram que o trabalho em turnos, especialmente o noturno, está relacionado à pior qualidade do sono, alterações no comportamento alimentar e comprometimento da qualidade de vida relacionada à saúde (Lim *et al.*, 2020). O desalinhamento do ciclo circadiano afeta funções hormonais, digestivas e cognitivas, contribuindo para distúrbios do sono, ansiedade, obesidade e queda na capacidade de concentração (Alshagraawi *et al.*, 2022). A pesquisa de Freitas *et al.* (2015), por exemplo, identificou que trabalhadores noturnos de um frigorífico no sul do Brasil apresentaram maior inadequação nos horários das refeições e maior consumo alimentar de risco, quando comparados aos turnos diurnos.

Além dos fatores fisiológicos, aspectos organizacionais como clima de equipe, relações interpessoais, reconhecimento profissional e oportunidades de crescimento também influenciam a percepção da QVT (Fernandes, 2021). Nesse contexto, este estudo busca compreender como a organização dos turnos e as condições específicas de trabalho em uma indústria de ração impactam a qualidade de vida dos colaboradores. Ao abordar uma realidade local, inserida no interior do noroeste paulista, a pesquisa pretende dar visibilidade a um grupo de trabalhadores muitas vezes negligenciado em estudos acadêmicos, contribuindo para diagnósticos mais próximos da realidade e estratégias institucionais mais efetivas.

Diante desse cenário, a questão que norteia esta investigação é: como os diferentes turnos de trabalho influenciam a percepção de qualidade de vida e hábitos alimentares dos colaboradores de uma indústria de ração do interior do noroeste paulista? Sendo assim, o objetivo do trabalho é investigar como os diferentes turnos de trabalho influenciam na percepção de qualidade de vida e hábitos alimentares destes colaboradores.

2 METODOLOGIA

Este é um estudo observacional de delineamento transversal, com abordagem quantitativa e caráter descritivo-analítico. A investigação foi conduzida com o objetivo de comparar grupos independentes, definidos pelos diferentes turnos de trabalho administrativo,

matutino, vespertino e noturno no contexto de uma indústria de rações localizada no interior do noroeste paulista. Essa estrutura metodológica permitiu a análise de variáveis sociodemográficas, indicadores de qualidade de vida e hábitos alimentares, buscando identificar padrões e associações relevantes entre os grupos.

2.1 Local e participantes

O estudo foi conduzido em uma indústria de rações situada no interior da região noroeste do estado de São Paulo, tendo como população-alvo os colaboradores efetivos da empresa, contratados sob o regime da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Utilizou-se amostragem não probabilística, por conveniência, contemplando todos os colaboradores elegíveis que se encontravam disponíveis no período da coleta de dados e que manifestaram interesse em participar de forma voluntária. Foram incluídos indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, com contrato ativo sob regime CLT e que consentiram em participar do estudo. Foram excluídos menores aprendizes, estagiários, colaboradores terceirizados, funcionários afastados por licença médica e aqueles com menos de seis meses de vínculo empregatício com a indústria.

2.2 Instrumentos

Para a coleta de dados, foram utilizados três instrumentos: um questionário sociodemográfico elaborado pela pesquisadora, o WHOQOL-BREF e o Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do SISVAN. Cada instrumento foi selecionado por sua validade científica e aplicabilidade em estudos populacionais, permitindo uma análise multidimensional da qualidade de vida e dos hábitos alimentares dos colaboradores.

- World Health Organization Quality of Life – Bref, em português: Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Versão Breve (WHOQOL-BREF): é um instrumento padronizado desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para avaliar a qualidade de vida percebida por indivíduos em diferentes contextos culturais e sociais. Trata-se da versão abreviada do WHOQOL-100 composta por 26 perguntas no Formato de resposta da Escala de Likert de 5 pontos, variando conforme o tipo de pergunta: Frequência: de nunca (1) a sempre (5); Intensidade: de nada (1) a completamente (5); Satisfação: de muito insatisfeito (1) a muito satisfeito (5); Avaliação: de muito ruim (1) a muito boa (5). A escala está dividida em quatro domínios principais, além de duas questões gerais: O domínio físico, com 7 itens, avalia aspectos como dor, energia, sono,

mobilidade e capacidade para o trabalho. O domínio psicológico, formado por 6 itens, abrange questões relacionadas à autoestima, imagem corporal e presença de emoções positivas e negativas. Já o domínio das relações sociais, com 3 itens, investiga a qualidade dos relacionamentos pessoais, o apoio social e a vida sexual. O domínio do meio ambiente, composto por 8 itens, considera fatores como segurança física, moradia, oportunidades de lazer, transporte, recursos financeiros e acesso a serviços de saúde. Por fim, as duas questões gerais avaliam a percepção global da qualidade de vida e o grau de satisfação com a própria saúde. Os escores brutos de cada domínio são transformados em uma escala de 0 a 100 ou de 4 a 20, dependendo do método. Maiores escores indicam melhor qualidade de vida (World Health Organization, 1995; Pedroso *et al.*, 2010).

- Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) é um instrumento padronizado utilizado pelo Ministério da Saúde para monitorar, de maneira simples e rápida, os hábitos alimentares da população usuária dos serviços públicos de saúde. A ferramenta avalia o consumo de alimentos saudáveis e não saudáveis no dia anterior à entrevista, por meio de perguntas com respostas do tipo “sim” ou “não”, adaptadas por faixa etária. Entre os itens investigados estão o consumo de feijão, frutas, verduras, embutidos, bebidas adoçadas, produtos ultraprocessados, entre outros. O formulário tem como objetivo subsidiar ações de vigilância alimentar e nutricional, permitindo traçar o perfil alimentar individual ou coletivo (Lourenço; Guedes; Santos, 2023).
- Questionário sociodemográfico elaborado pelos próprios autores: idade, sexo, cor/raça, estado civil, escolaridade, presença de filhos, setor em que trabalha atualmente, cargo ou função exercida, turno de trabalho, tempo de vínculo com a empresa, se possui outro trabalho, se estuda, histórico de acidentes de trabalho na empresa, presença de condições crônicas de saúde, uso regular de medicamentos e tempo médio de sono por noite. Esses dados visam descrever o perfil dos colaboradores e auxiliar na análise das possíveis associações com a qualidade de vida.

2.3 Procedimentos de coleta

Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa pelo C.A.A.E. nº. 88625325.0.0000.5428, os colaboradores da indústria foram devidamente informados sobre os

objetivos, procedimentos e implicações do estudo. A participação foi voluntária, garantindo aos envolvidos o direito de recusa sem qualquer tipo de constrangimento ou obrigatoriedade.

A coleta de dados foi realizada de forma presencial, utilizando o aplicativo Google Forms, acessado por meio de dispositivos móveis. Os participantes puderam responder aos instrumentos de pesquisa em seus respectivos setores de trabalho, respeitando critérios de disponibilidade, tempo e receptividade. O ambiente de aplicação foi organizado para preservar a privacidade e o conforto dos colaboradores, favorecendo a espontaneidade das respostas. A coleta foi realizada no período de 21 de maio a 6 de junho de 2025.

Somente aqueles que se sentiram confortáveis em participar prosseguiram com o preenchimento do questionário, cujo tempo médio para resposta foi de 15 a 20 minutos.

2.4 Análise de dados

Os dados coletados foram tabulados em planilha do Excel e posteriormente analisados com auxílio do software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versão 28; IBM SPSS, Chicago, IL, USA.

Inicialmente, foi realizada análise descritiva das variáveis sociodemográficas, apresentada em frequências absolutas e relativas para as variáveis categóricas (sexo, cor/raça, estado civil, escolaridade, setor, possui outro trabalho, estuda, acidente de trabalho, doença crônica e medicação) e em medidas de tendência central e dispersão (média, mediana e desvio-padrão) para as variáveis contínuas.

Em relação ao WHOQOL-BREF, foram calculados os escores padronizados (0–100) dos quatro domínios: Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, além da avaliação global de qualidade de vida (World Health Organization, 1995)

Para o Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar (SISVAN), foram construídos três índices: Marcadores saudáveis (soma dos itens que indicam consumo regular de alimentos protetores), Marcadores não saudáveis (soma dos itens que indicam consumo de alimentos ultraprocessados) e Geral (calculado pela soma de 1 ponto para cada item em que houve consumo de alimentos saudáveis e mais 1 ponto para cada item em que não houve consumo de alimentos não saudáveis, podendo totalizar até 7 pontos).

Na etapa inferencial, considerando que a variável independente principal é o turno de trabalho (com quatro grupos independentes) e que as variáveis dependentes não seguem

distribuição normal, foi aplicado o teste de Kruskal–Wallis para comparar os escores dos domínios do WHOQOL-BREF e os índices de consumo alimentar entre os turnos.

Ainda, foram realizados testes de Mann–Whitney para comparações par a par entre os turnos, com correção de Bonferroni para múltiplas comparações.

O nível de significância adotado foi de 5% ($\alpha = 0,05$). Sempre que possível, foram apresentadas medidas de efeito e intervalos de confiança de 95%.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 135 colaboradores de uma indústria de rações localizada no interior do noroeste paulista, com faixa etária predominante entre 30 e 39 anos. A maioria dos participantes era do sexo masculino (76,3%), de cor/raça branca (48,9%) ou parda (40,7%), e com estado civil casado(a) (38,5%) ou solteiro(a) (35,6%).

Quanto à escolaridade, observou-se predominância do ensino médio completo (30,4%), seguido do ensino superior completo (19,3%) e do ensino superior incompleto (10,4%). Em relação ao setor de atuação, os participantes estavam distribuídos entre setores administrativos (26,7%), setores de produção (25,9%) e setores de apoio (47,4%). Quanto ao turno de trabalho, a maioria atuava no turno administrativo (51,9%), seguido pelo turno 2 – matutino (25,2%), turno 1 – noturno (12,6%) e turno 3 – vespertino (10,4%).

Esse perfil sociodemográfico é compatível com padrões observados em estudos nacionais sobre trabalhadores brasileiros em contextos industriais e organizacionais, que também apontam predominância masculina, escolaridade média e vínculos profissionais recentes (Santos; Ferreira, 2023; Fernandes, 2021; Farias *et al.*, 2021).

No que se refere ao tempo de vínculo com a empresa, 41,5% estavam na organização entre 1 e 3 anos, enquanto 34,1% tinham menos de 1 ano de vínculo.

A maioria dos colaboradores não possuía outro trabalho (85,2%) e não estava estudando no momento da coleta (82,2%). Em relação ao histórico ocupacional, (15,6%) relataram já ter sofrido acidente de trabalho na empresa, (11,1%) indicaram possuir alguma condição de saúde crônica e (25,9%) faziam uso regular de medicamentos. A quantidade média de filhos entre os participantes foi de 1,17. Já o tempo médio de sono diário foi estimado em 6,17 horas, indicando uma tendência abaixo das recomendações de sono para adultos.

As variáveis complementares levantadas como tempo de vínculo, histórico de acidentes, presença de doenças crônicas, uso de medicamentos e tempo médio de sono permitem uma

leitura mais aprofundada da realidade ocupacional dos colaboradores. A prevalência de vínculos recentes, relatos de acidentes e o tempo médio de sono abaixo do recomendado sugerem pontos de atenção para a gestão da saúde e segurança no trabalho, especialmente em contextos com escalas de turno. Esses dados dialogam com achados de Farias *et al.* (2021) e Alshagraawi *et al.* (2022), que associam tais condições a riscos ampliados para o bem-estar físico e mental. Conforme indica a Tabela 1, as variáveis sociodemográficas e profissionais dos colaboradores contribui para uma comparação entre os diferentes turnos de trabalho.

Tabela 1 – Caracterização geral e por turno de trabalho dos colaboradores

CARACTERÍSTICA	GERAL		TURNO 1		TURNO 2		TURNO 3		ADMINISTRATIVO	
SEXO	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Masculino	103	76,3%	16	94,1%	27	79,4%	14	100%	46	65,7%
Feminino	32	23,7%	1	5,9%	7	20,6%	0	0,0%	24	34,3%
COR/RAÇA	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Amarela	2	1,5%	0	0,0%	1	2,9%	0	0,0%	1	1,4%
Branca	66	48,9%	8	47,1%	13	38,2%	5	35,7%	40	57,1%
Parda	55	40,7%	6	35,3%	16	47,1%	9	64,3%	24	34,3%
Preta	11	8,1%	3	17,6%	4	11,8	0	0,0%	4	5,7%
Não declarado	1	0,7%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	0,7%
ESTADO CIVIL	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Casado	52	38,5%	6	35,3%	9	26,5%	3	21,4%	34	48,6%
Divorciado	12	8,9%	1	5,9%	3	8,8%	2	14,3%	6	8,6%
Solteiro	48	35,6%	7	41,2%	15	44,1%	5	35,7%	21	30,0%
União estável	22	16,3%	3	17,6%	7	20,6%	4	28,6%	8	11,4%
Viúvo	1	0,7%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	1,4%
ESCOLARIDADE	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
E. F. completo	4	3,0%	1	5,9%	2	5,9%	0	0,0%	1	1,4%
E. F. incompleto	12	8,9%	7	41,2%	2	5,9%	1	7,1%	2	2,9%
E. M. completo	41	30,4%	5	29,4%	16	47,1%	9	64,3%	11	15,7%
E. M. incompleto	8	5,9%	0	0,0%	4	11,8%	0	0,0%	4	5,7%
E. S. completo	26	19,3%	1	5,9%	2	5,9%	0	0,0%	23	32,9%
E. S. incompleto	14	10,4%	1	5,9%	4	11,8%	1	7,1%	8	11,4%
E. T. completo	13	9,6%	1	5,9%	2	5,9%	2	14,3%	8	11,4%
E. T. incompleto	3	2,2%	0	0,0%	2	5,9%	0	0,0%	1	1,4%
Mestrado	1	0,7%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	1,4%
Pós-graduação	13	9,6%	1	5,9%	0	0,0%	1	7,1%	11	15,7%
SETOR	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Administrativo	36	26,7%	1	5,9%	3	8, %	0	0,0%	32	45,7%
Produção	35	25,9%	11	64,7%	14	42,2%	9	64,3%	1	1,4%
Apoio	64	47,4%	5	29,4%	17	50,0%	5	35,7%	37	52,9%
OUTRO TRABALHO	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sim	20	14,8%	2	11,8%	10	29,4%	1	7,1%	7	10,0%
Não	115	85,2%	15	88,2%	24	70,6%	13	92,9%	63	90,0%
ESTUDA	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Não	111	82,2%	16	94,1%	28	82,4%	13	92,9%	54	77,1%
Sim	24	17,8%	1	5,9%	6	17,6%	1	7,1%	16	22,9%

ACIDENTE DE TRABALHO	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sim	21	15,6%	1	5,9%	7	20,6%	5	35,7%	8	11,4%
Não	114	84,4%	16	94,1%	27	79,4%	9	64,3%	62	88,6%
DOENÇA CRÔNICA	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sim	15	11,1%	3	17,6%	4	11,8%	1	7,1%	7	10%
Não	120	88,9%	14	82,4%	30	88,2%	13	92,9%	63	90,0%
MEDICAÇÃO	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Sim	35	25,9%	4	23,5%	6	17,6%	2	14,3%	23	32,9%
Não	100	74,1%	13	76,5%	28	82,4%	12	85,7%	47	67,1%

Fonte: Dos próprios autores, 2025.

A leitura dos dados sociodemográficos e ocupacionais permite compreender o contexto em que os colaboradores estão inseridos, oferecendo subsídios importantes para interpretar os resultados dos instrumentos aplicados. Com base nesse perfil, passa-se à percepção de qualidade de vida no trabalho, mensurada pelos instrumentos WHOQOL-BREF e SISVAN.

Entre os participantes, o escore médio geral do WHOQOL-Geral foi de 3.69 ± 1.46 e o de Alimentação saudável foi de $3.78 \pm .73$. As tabelas e figuras seguintes apresentam os resultados da comparação dos escores médios dos instrumentos segundo as variáveis de interesse.

Os quatro domínios do WHOQOL-BREF (Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente), além da avaliação geral, foram analisados por turno de trabalho. As estatísticas descritivas (mediana, mínimo e máximo) estão apresentadas na Tabela 2.

Tabela 2 – Estatísticas descritivas dos domínios do WHOQOL-BREF por turno de trabalho

DOMÍNIO	TURNO	MEDIANA	MÍNIMO	MÁXIMO	MÉDIA
FÍSICO	1	75,00	46,43	92,86	74,15
	2	75,00	39,29	100,00	73,84
	3	75,00	35,71	85,71	71,42
	4	75,00	53,57	100,00	74,08
PSICOLÓGICO	1	70,83	45,83	91,67	72,79
	2	70,83	20,83	91,67	70,34
	3	75,00	54,17	91,67	74,70
	4	72,92	37,50	95,83	71,60
RELAÇÕES SOCIAIS	1	75,00	50,00	91,67	72,54
	2	75,00	25,00	100,00	73,52
	3	70,83	25,00	83,33	62,50
	4	75,00	33,33	100,00	73,09

AMBIENTE	1	65,63	43,75	78,13	63,05
	2	62,50	21,88	81,25	62,77
	3	59,38	40,63	75,00	59,60
	4	62,50	40,63	93,75	62,95
GERAL	1	70,19	50,96	86,54	69,91
	2	69,23	32,69	90,38	69,68
	3	70,19	47,12	80,77	67,92
	4	70,19	46,15	92,31	69,97

Fonte: Dos próprios autores, 2025.

O teste de Kruskal-Wallis não identificou diferenças estatisticamente significativas entre os turnos em nenhum dos domínios ($p > 0,05$).

Esse resultado sugere que, apesar das diferenças de jornada e função, a percepção de qualidade de vida no trabalho manteve-se homogênea entre os grupos. Tal achado contrasta com estudos que apontam piora nos indicadores de QVT em turnos noturnos ou rotativos (Lim *et al.*, 2020; Alshagraawi *et al.*, 2022), o que pode indicar que políticas internas robustas — como programas de liderança, segurança do trabalho, acompanhamento médico e fisioterapêutico periódico, presença diária de técnica de enfermagem, pesquisas de clima e satisfação, avaliações de desempenho e potencial, além de restaurante e dormitório no local — estejam atuando como fatores protetivos. A literatura nacional ainda apresenta poucos estudos sobre QVT em indústrias de ração animal, especialmente no interior paulista, o que reforça a relevância deste achado (Santos; Ferreira, 2023).

Os resultados completos, incluindo as comparações de Mann-Whitney, encontram-se na Tabela 3.

Tabela 3 – Resultados dos testes Kruskal-Wallis e Mann-Whitney para os domínios do WHOQOL-BREF

DOMÍNIO	TESTE	COMPARAÇÃO ENTRE TURNOS	VALOR DE P
FÍSICO	Kruskal-Wallis Mann-Whitney	TODOS OS TURNOS	0,985
		Turno 1 × 2	0,936
		Turno 1 × 3	0,690
		Turno 1 × 4	0,863
		Turno 2 × 3	0,723
		Turno 2 × 4	0,873
		Turno 3 × 4	0,814
PSICOLÓGICO	Kruskal-Wallis Mann-Whitney	TODOS OS TURNOS	0,890
		Turno 1 × 2	0,717
		Turno 1 × 3	0,710
		Turno 1 × 4	0,834
		Turno 2 × 3	0,444
		Turno 2 × 4	0,826
		Turno 3 × 4	0,515

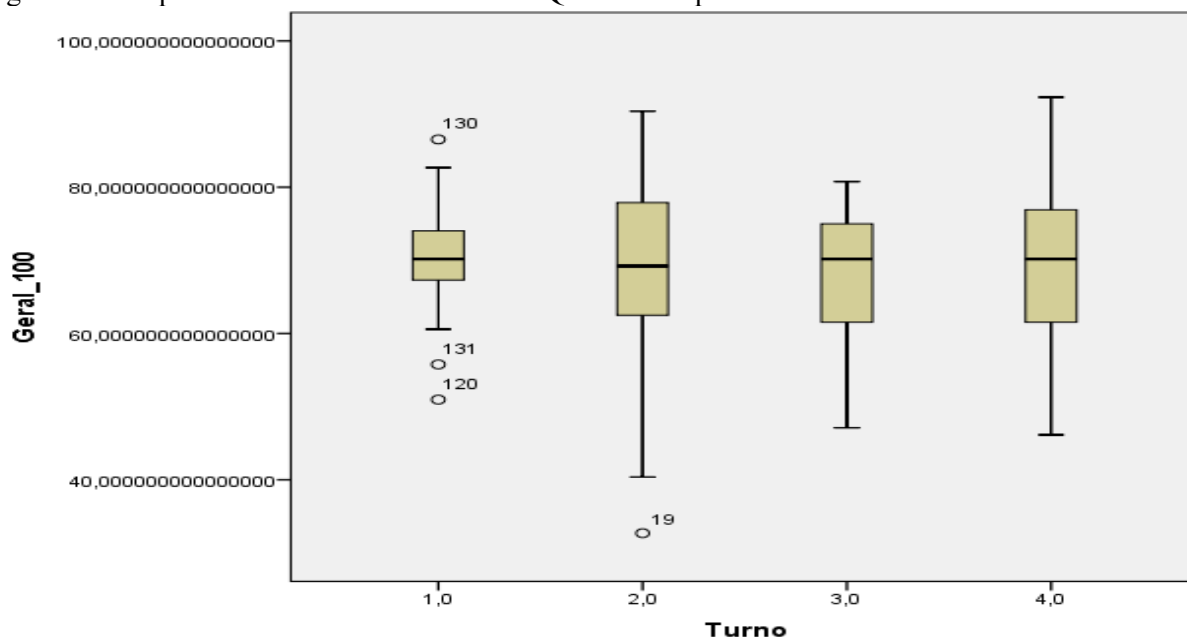
RELAÇÕES SOCIAIS	Kruskal-Wallis Mann-Whitney	TODOS OS TURNOS	0,298
		Turno 1 × 2	0,645
		Turno 1 × 3	0,186
		Turno 1 × 4	0,746
		Turno 2 × 3	0,083
		Turno 2 × 4	0,795
		Turno 3 × 4	0,075
AMBIENTE	Kruskal-Wallis Mann-Whitney	TODOS OS TURNOS	0,777
		Turno 1 × 2	0,992
		Turno 1 × 3	0,357
		Turno 1 × 4	0,784
		Turno 2 × 3	0,300
		Turno 2 × 4	0,846
		Turno 3 × 4	0,399
GERAL	Kruskal-Wallis Mann-Whitney	TODOS OS TURNOS	0,961
		Turno 1 × 2	0,944
		Turno 1 × 3	0,860
		Turno 1 × 4	0,898
		Turno 2 × 3	0,518
		Turno 2 × 4	0,849
		Turno 3 × 4	0,661

Fonte: Dos próprios autores, 2025.

Os resultados do teste de Kruskal-Wallis e das comparações par a par pelo teste de Mann-Whitney confirmam que não houve diferenças estatisticamente significativas entre os turnos em nenhum dos domínios do WHOQOL-BREF ($p > 0,05$). Esses achados reforçam a homogeneidade já observada nas estatísticas descritivas e sustentam a interpretação de que as condições de trabalho oferecidas pela empresa contribuem para manter percepções semelhantes de qualidade de vida entre os grupos.

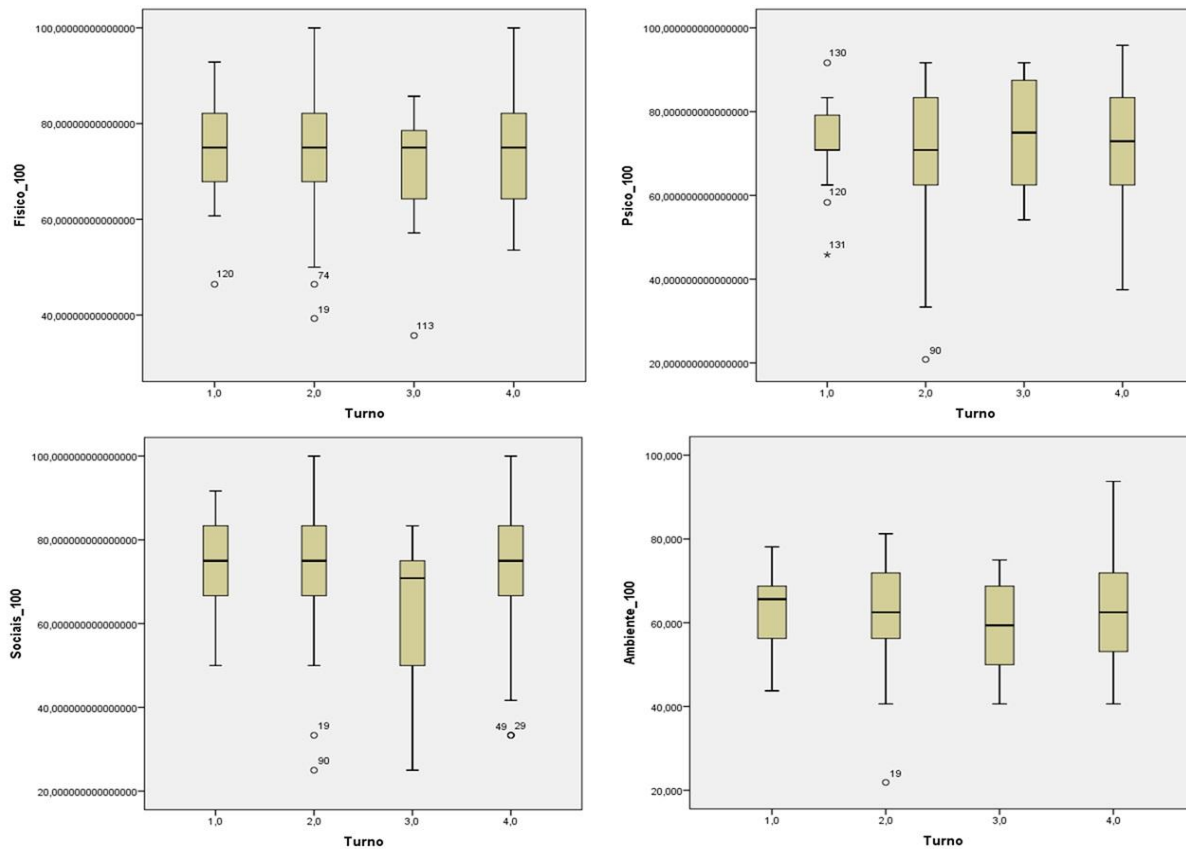
A Figura 1 apresenta os boxplots do domínio Geral, evidenciando medianas próximas e amplitudes interquartis semelhantes entre os turnos, sem padrões visuais que indiquem diferenças relevantes. Essa proximidade nos valores reforça a hipótese de que as condições de trabalho oferecidas pela empresa contribuem para reduzir desigualdades na percepção de QVT entre diferentes turnos, alinhando-se a evidências de que ambientes organizacionais com suporte estrutural e social consistente tendem a apresentar menor variação nesses indicadores (Veiga; Gonçalves-Neto, 2023).

Figura 1 – Boxplots do domínio Geral do WHOQOL-BREF por turno de trabalho



Fonte: Dos próprios autores, 2025.

Figura 2 – Boxplots dos domínios Físico, Psicológico, Sociais e Ambientais do WHOQOL-BREF por turno de trabalho



Fonte: Dos próprios autores, 2025.

A análise dos dados do WHOQOL-BREF revela um cenário de estabilidade na percepção de qualidade de vida entre os diferentes turnos, sem variações estatísticas relevantes. Embora não tenham sido identificadas diferenças significativas, os resultados oferecem uma base sólida para compreender como os colaboradores vivenciam o ambiente de trabalho em suas dimensões físicas, emocionais e sociais. A partir dessa perspectiva, torna-se pertinente investigar outro aspecto fundamental da saúde e bem-estar: os hábitos alimentares, avaliados por meio do instrumento SISVAN.

Foram analisados três domínios do SISVAN: Alimentos Saudáveis, Alimentos Não Saudáveis e Escore Geral. As estatísticas descritivas (mínimo, mediana e máximo) estão apresentadas na Tabela 4.

Tabela 4 – Estatísticas descritivas dos domínios do SISVAN por turno de trabalho

DOMÍNIO	TURNO	MÍNIMO	MEDIANA	MÁXIMO	MÉDIA
ALIMENTOS SAUDÁVEIS	1	0,0	2,0	3,0	1,94
	2	1,0	2,0	3,0	2,18
	3	0,0	2,0	3,0	1,71
	4	0,0	2,0	3,0	1,97
ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS	1	0,0	1,0	4,0	1,47
	2	0,0	1,0	4,0	1,41
	3	1,0	2,5	4,0	2,42
	4	0,0	1,0	4,0	1,26
ESCORE GERAL	1	0,0	3,0	7,0	3,41
	2	2,0	3,0	7,0	3,59
	3	2,0	3,5	7,0	4,14
	4	0,0	3,0	7,0	3,23

Fonte: Dos próprios autores, 2025.

O teste de Kruskal-Wallis indicou diferença estatisticamente significativa apenas no domínio Alimentos Não Saudáveis ($p = 0,019$). O pós-teste de Mann-Whitney revelou que o Turno 3 apresentou escores significativamente mais altos em comparação aos Turnos 1 ($p = 0,037$), 2 ($p = 0,014$) e 4 ($p = 0,002$). Esse resultado está em consonância com estudos que associam turnos vespertinos e noturnos a padrões alimentares menos saudáveis, possivelmente devido a horários irregulares de refeição e maior exposição a alimentos ultraprocessados (Freitas *et al.*, 2015). No entanto, a diferença encontrada foi pontual e não se refletiu nos demais indicadores, o que pode estar relacionado às políticas internas da empresa, como a oferta de restaurante no local e ações de educação alimentar, que tendem a mitigar impactos negativos sobre a dieta dos trabalhadores.

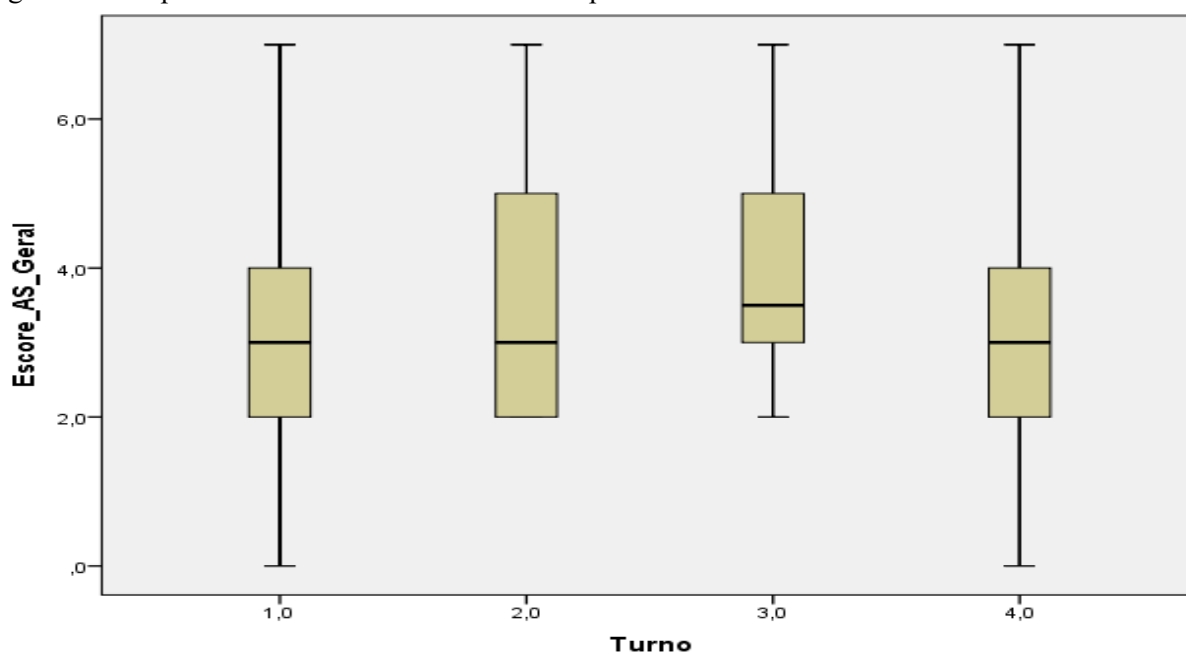
Tabela 5 – Resultados dos testes Kruskal-Wallis e Mann-Whitney para os domínios do SISVAN

DOMÍNIO	KRUSKAL-WALLIS (P)	COMPARAÇÕES MANN-WHITNEY (P)
ALIMENTOS SAUDÁVEIS	0,363	—
ALIMENTOS NÃO SAUDÁVEIS	0,019	T1 × T3 = 0,037 T2 × T3 = 0,014 T3 × T4 = 0,002
ESCORE GERAL	0,234	—

Fonte: Dos próprios autores, 2025.

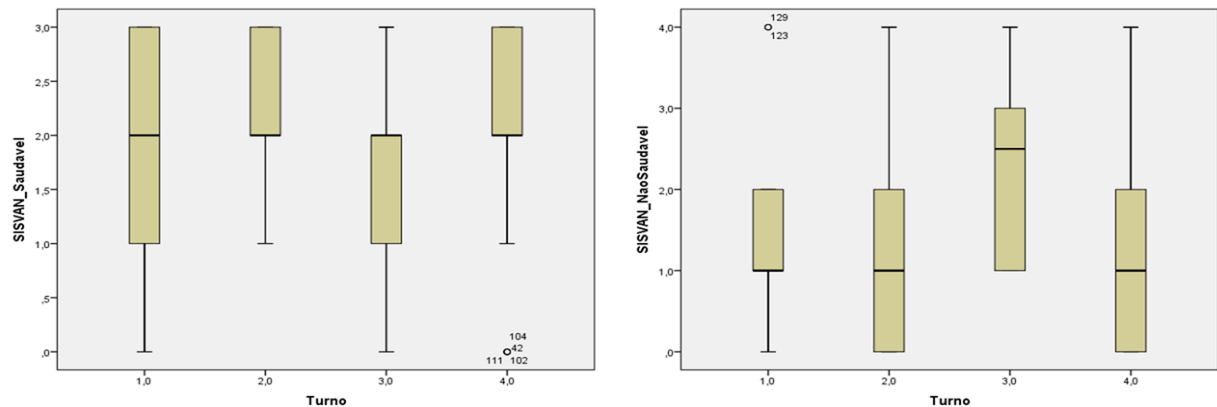
A Figura 3 apresenta os boxplots dos três domínios do SISVAN. Observa-se que, no domínio Alimentos Não Saudáveis, o Turno 3 apresenta maior variabilidade e medianas mais elevadas, corroborando os resultados estatísticos. Nos demais domínios, as distribuições são semelhantes entre os turnos.

Figura 3 – Boxplots do domínio Geral do SISVAN por turno de trabalho



Fonte: Dos próprios autores, 2025.

Figura 4 – Boxplots dos domínios Saudável e Não Saudável do SISVAN por turno de trabalho



Fonte: Dos próprios autores, 2025.

Os resultados indicam que a percepção de qualidade de vida (WHOQOL-BREF) não variou significativamente entre os turnos, sugerindo condições de trabalho relativamente homogêneas. Por outro lado, o padrão alimentar (SISVAN) evidenciou maior consumo de alimentos não saudáveis no Turno 3, apontando para a necessidade de atenção específica a esse grupo. Considerando a escassez de estudos sobre QVT em indústrias de ração no Brasil, especialmente em regiões interioranas, este trabalho contribui para preencher uma lacuna na literatura e reforça a importância de manter e aprimorar políticas organizacionais que promovam saúde e bem-estar de forma equitativa entre todos os turnos.

4 CONCLUSÃO

Os resultados obtidos por meio dos instrumentos WHOQOL-BREF e SISVAN oferecem uma visão abrangente sobre as condições de vida, saúde e bem-estar dos colaboradores da indústria de rações estudada. A estabilidade observada nos escores de qualidade de vida entre os diferentes turnos sugere que os recursos e políticas internas da empresa têm contribuído para mitigar possíveis desigualdades decorrentes da jornada laboral. A presença de suporte médico e fisioterapêutico, ações de segurança do trabalho, espaços adequados para descanso e alimentação, além de iniciativas voltadas ao clima organizacional, parecem atuar como elementos que favorecem a percepção positiva dos trabalhadores em relação ao ambiente profissional.

Por outro lado, os dados referentes aos hábitos alimentares revelam aspectos que merecem atenção. Embora o escore médio de consumo de alimentos saudáveis tenha se mantido relativamente elevado, o consumo de itens não saudáveis ainda se mostra presente em

proporções significativas. Esse comportamento alimentar pode estar relacionado a fatores como praticidade, rotina intensa, acesso limitado a opções saudáveis fora do ambiente laboral ou mesmo hábitos culturais consolidados. A presença de restaurante na empresa representa um ponto favorável, mas os resultados indicam que há espaço para o fortalecimento de estratégias nutricionais que incentivem escolhas mais equilibradas, especialmente entre os trabalhadores dos turnos operacionais.

A combinação dos dois instrumentos evidencia que a qualidade de vida no trabalho não se restringe às condições físicas e emocionais oferecidas pela organização, mas também envolve dimensões comportamentais e sociais, como o padrão alimentar. Ao integrar essas perspectivas, o estudo reforça a importância de abordagens multidimensionais na promoção da saúde ocupacional. Os achados contribuem para ampliar o entendimento sobre o cotidiano de trabalhadores em indústrias do interior paulista, segmento ainda pouco explorado na literatura nacional, e podem subsidiar futuras intervenções voltadas à melhoria contínua do bem-estar dos colaboradores.

REFERÊNCIAS

ALSHAGRAAWI, S. A. *et al.* Impact of shift work on sleep and the quality of life of healthcare workers in a tertiary hospital, Saudi Arabia. **Family Medicine and Primary Care: Open Access**, v. 6, n. 2, art. 176, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.29011/2688-7460.100076>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/public/file/ficha_marcadores_alimentar.pdf.

FARIAS, B. O. *et al.* Estresse no trabalho e associação ao consumo de ultraprocessados por servidores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 21, n. 3, p. 1615-1620, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/rpot/2021.3.20828>.

FERNANDES, V. S. **A influência da gestão da qualidade de vida no trabalho na satisfação dos colaboradores de uma empresa do ramo alimentício de Tupã-SP**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Engenharia de Produção) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Londrina, 2021. Disponível em: <http://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/handle/1/26204>.

FERREIRA, M. C. **Qualidade de vida no trabalho**: uma abordagem centrada no olhar dos trabalhadores. Brasília: Paralelo 15, 2011.

FREITAS, E. S. *et al.* Alteração no comportamento alimentar de trabalhadores de turnos de um frigorífico do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 8, p. 2401-2410, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015208.18642014>.

LIM, Y. C. *et al.* Association between night-shift work, sleep quality and health-related quality of life: a cross-sectional study among manufacturing workers in a middle-income setting. **BMJ Open**, v. 10, n. 9, e034455, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034455>.

LOURENÇO, B. H.; GUEDES, B. M.; SANTOS, T. S. S. Sisvan food intake markers: structure and measurement invariance in Brazil. **Revista de Saúde Pública**, v. 57, art. 52, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004896>.

PEDROSO, B. *et al.* Cálculo dos escores e estatística descritiva do WHOQOL-bref através do Microsoft Excel. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, v. 2, n. 1, p. 31-36, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.3895/S2175-08582010000100004>.

SANTOS, L. A.; FERREIRA, M. C. Qualidade de vida no trabalho em risco no contexto de uma instituição de ensino superior. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 28, n. 3, p. 363-373, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.69909/1678-4669.20230031>.

VEIGA, H. M. S.; GONÇALVES NETO, E. R. Bem-estar no trabalho: investigação da influência da qualidade de vida no trabalho. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 16, n. 1, e19162, 2023. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202023000100007.

WHOQOL GROUP. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Social Science & Medicine**, v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 1995. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-K](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-K).