



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO
CURSO DE NUTRIÇÃO

ISMENIA MARTINELI LIMA DE SOUSA

**AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E PREVALÊNCIA DE ESTRESSE E
ANSIEDADE EM TRABALHADORES DO SETOR ADMINISTRATIVO: uma revisão
de literatura.**

FORTALEZA

2021

ISMENIA MARTINELI LIMA DE SOUSA

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E PREVALÊNCIA DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM TRABALHADORES DO SETOR ADMINISTRATIVO: uma revisão de literatura.

Artigo científico apresentado ao curso de Bacharelado de Nutrição do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO – como requisito para a obtenção do grau de bacharel, sob a orientação da prof. ^a M^aNatália Cavalcante Carvalho Campos.

FORTALEZA

2021

ISMENIA MARTINELI LIMA DE SOUSA

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E PREVALÊNCIA DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM TRABALHADORES DO SETOR ADMINISTRATIVO: uma revisão de literatura.

Artigo científico apresentado no dia 9 de dezembro de 2021 como requisito para a obtenção do grau de bacharel em Nutrição do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO – tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a M^a Natália Cavalcante Carvalho Campos.
Orientador – Centro Universitário Fametro

Prof.^a. M^a. Roberta Freitas Celedonio
Membro - Centro Universitário Fametro

Prof.^o. Dra. Larissa Pereira Aguiar
Membro - Centro Universitário Fametro

AGRADECIMENTOS

A Deus, pelo dom da vida e por ter me permitido viver com saúde e força para alcançar todos os meus objetivos.

A minha orientadora, professora Natália Campos, pelos preciosos ensinamentos, apoio, dedicação e confiança.

A minha família, pelo apoio incondicional neste e em todas as fases da minha vida.

Ao meu amado, Lailton Oliveira, por me ajudar, me apoiar e me incentivar a nunca desistir dos meus sonhos.

A todos os professores, pelo conhecimento repassado com muito profissionalismo e que foram fundamentais para a minha trajetória até aqui.

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E PREVALÊNCIA DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM TRABALHADORES DO SETOR ADMINISTRATIVO: uma revisão de literatura.

¹ISMENIA MARTINELI LIMA DE SOUSA

²PROF.^a M^a NATÁLIA CAVALCANTE CARVALHO CAMPOS

RESUMO

O Estresse e a Ansiedade vêm se tornando condições frequentes no ambiente laboral. Neste contexto, está presente em diversas áreas profissionais, dentre elas a dos colaboradores do setor administrativo, na qual estão vivenciando situações inflexíveis e desgastantes, podendo propiciar um esgotamento físico e mental, repercutindo diretamente na qualidade de vida destes indivíduos. Estudos mostram que o estresse e a ansiedade desencadeiam um efeito desfavorável, pois causam uma diminuição no desempenho destes trabalhadores, além de promover reações negativas no organismo e na mente, associadas a alterações psicofisiológicas, necessitando de uma adaptação. Desse modo, longas jornadas de trabalho, competitividade excessiva, ambiente físico (ruído excessivo, excesso de calor/frio, falta de iluminação, sobrecarga de tarefas, podem causar prejuízos à saúde psíquica, e implicar negativamente no estado nutricional destes indivíduos. Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo revisar na literatura sobre os níveis de estresse, ansiedade e avaliar o estado nutricional de trabalhadores do setor administrativos. Trata-se de uma revisão de literatura, apresentando os seguintes critérios de inclusão: artigos em português e inglês, publicados nos últimos dez anos, que apresentassem em sua discussão considerações sobre o estado nutricional, estresse e ansiedade de colaboradores administrativos, indexados nas bases de dados CAPES, LILACS e PubMed. Foram utilizadas combinações entre as seguintes palavras-chave, consideradas descritores no DeCS: “Estresse Ocupacional”, “Estado nutricional”, “Ansiedade” e “Pessoal Administrativo”. Após análise minuciosa dos artigos encontrados, apenas 10 foram selecionados como objeto de estudo por apresentarem aspectos que respondiam às perguntas norteadoras desta revisão: Qual a influência das atribuições/atividades excessivas de trabalhadores administrativos, com o estado nutricional e quais as manifestações manifestação de estresse e ansiedade nestes indivíduos? Os estudos demonstram que, uma importante parcela dessa classe trabalhadora se encontra com estresse e ansiedade, advindos de condições desfavoráveis de trabalho, impactando negativamente em sua saúde física e mental. Em relação ao estado nutricional, os estudos revelam que há um percentual significativo de trabalhadores com sobrepeso e obesidade classificados com grau I e II. Os estudos expressam uma influência do consumo alimentar, de bebida alcoólica, sedentarismo e riscos ergonômicos relacionados ao estado nutricional, impactando na qualidade de vida destes trabalhadores. Por fim, essa pesquisa torna-se significativa para conhecer a qualidade psíquica e estado nutricional dos profissionais estudados, além de identificar precocemente, outras possíveis complicações de saúde, que poderão interferir na qualidade de vida e performance destes indivíduos, e assim evidenciar estratégias contribuintes para a melhoria dos recursos terapêuticos e individualizado para estes trabalhadores.

Palavras-chave: Estresse. Ansiedade. Estado Nutricional. Pessoal Administrativo.

ABSTRACT

Stress and anxiety are becoming frequent conditions in the work environment. In this context, it is present in several professional areas, including that of employees in the administrative sector, in which they are experiencing inflexible and exhausting situations, which can lead to physical and mental exhaustion, directly affecting the quality of life of these individuals. Studies show that stress and anxiety trigger an unfavorable effect, as they cause a decrease in the performance of these workers, in addition to promoting negative reactions in the body and mind, associated with psychophysiological changes, requiring adaptation. Thus, long working hours, excessive competitiveness, physical environment (excessive noise, excessive heat/cold, lack of lighting, overload of tasks, can cause damage to mental health, and negatively impact the nutritional status of these individuals. In this context, The present work aims to review the literature on levels of stress, anxiety and assess the nutritional status of workers in the administrative sector. This is a literature review, with the following inclusion criteria: articles in Portuguese and English, published in the last ten years, to present in their discussion considerations about the nutritional status, stress and anxiety of administrative employees, indexed in the CAPES, LILACS and PubMed databases. Combinations were used between the following keywords, considered as descriptors in DeCS: " Occupational Stress", "Nutritional Status", "Anxiety" and "Administrative Staff". Of the articles found, only 10 were selected as the object of study because they presented aspects that answered the guiding questions of this review: What is the influence of excessive attributions/activities of administrative workers, with the nutritional status and what are the manifestations of stress and anxiety in these individuals? Studies show that a significant portion of this working class is experiencing stress and anxiety, arising from unfavorable working conditions, negatively impacting their physical and mental health. Regarding nutritional status, studies reveal that there is a significant percentage of overweight and obese workers classified as grade I and II. The studies express an influence of food consumption, alcohol consumption, sedentary lifestyle and ergonomic risks related to nutritional status, impacting the quality of life of these workers. Finally, this research becomes significant to know the psychological quality and nutritional status of the professionals studied, in addition to identifying early other possible health complications, which may interfere with the quality of life and performance of these individuals, and thus show contributing strategies to the improvement of therapeutic and individualized resources for these workers.

Keywords: Stress. Anxiety. Nutritional status. Administrative staff.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 METODOLOGIA.....	10
3 RESULTADOS	12
4 DISCUSSÃO	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	21
REFERÊNCIAS	22

1 INTRODUÇÃO

No mundo contemporâneo, devido às transformações sociais, culturais, dentre outras, o estado fisiológico passa por períodos de desregulações, tendo em vista o padrão de vida adotado pela população, que piora a qualidade de vida, interferindo na saúde mental desses indivíduos e podendo acarretar mudanças no estado nutricional. Concomitantemente, essas mudanças podem impactar na produtividade no local de trabalho, e gerar distúrbios como estresse e ansiedade (GAVIN, 2013; MAFFIA; PEREIRA, 2014).

A ansiedade pode ser definida como um estado de apreensão, tensão ou inquietação, que precede o perigo, na qual a fonte ainda não é totalmente esclarecida, além disso, pode ser considerada um estado patológico quando impede a realização de um determinado objetivo a ser cumprido, agindo diretamente como um bloqueio, que o indivíduo não consegue controlar a preocupação, causando alguns sintomas como, dificuldade de relaxar, medo de perder o controle, coração disparado, nervosismo, perda de sono, entre outros e podendo ainda impactar no consumo alimentar, causando episódios de compulsão alimentar ou de inapetência (BARLOW; DURAND, 2015; RODRIGUES, 2015).

O estresse pode ser entendido como uma inter-relação entre fatores físicos e psicológicos que são desencadeados por ações que excede a capacidade resolutive perante o problema (PRADO, 2016). Desse modo, coexistem diversos agentes estressores para essa reação do estresse, no âmbito do trabalho as causas mais comuns podem estar relacionadas à intensa competição no trabalho, jornada prolongada, sobrecarga de funções, entre outros (DIAS; DOS SANTOS, 2020).

Gavin (2013) buscou avaliar a ansiedade durante a jornada de trabalho em servidores públicos, utilizando o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), com isso, pode-se verificar que 14% (n = 130) dos participantes apresentavam nível leve e moderado de ansiedade, e cerca de 6,3% (n = 58) estavam com ansiedade grave, perfazendo um total de 20,3% de trabalhadores com sintomatologia ansiosa. A autora descreve ainda que a ansiedade se apresentou como um fator de risco a depressão, em que os servidores demonstraram 5,97 vezes mais a possibilidade de apresentar depressão em relação àqueles sem ansiedade.

Nesse sentido, alguns autores relacionam que o estresse e ou ansiedade pode impactar no consumo alimentar, nas escolhas e no comportamento alimentar, de forma negativa, mas ressalta que a exposição aguda desses dois agentes está mais ligada à escolhas alimentares imediatas, e para que esse fator possa ter um impacto no estado nutricional, proporcionando um ganho de peso, é preciso um longo período de exposição de estresse ou ansiedade, para promover inadequações no peso corporal (RAZZOLI; SANGHES; BARTOLOMUCCI, 2015; TOMIYAMA, 2019). Um argumento para tal suposição é que resposta de exposição crônica ao estresse pode desencadear a resposta do eixo HPA (Hipotálamo-Pituitária-Adrenal), promovendo um aumento dos níveis de cortisol, este por sua vez pode induzir a ingestão de alimentos com alto teor de gordura, consequentemente contendo mais calorias, e afetando diretamente o perfil antropométrico. Somando a isso, o cortisol pode contribuir para o acúmulo de gordura abdominal (MURISON, 2016).

Para Maffia e Pereira (2014), que utilizou como método de estudo o Modelo Teórico de Explicação do Estresse Ocupacional em Gerentes (MTEG), com participantes administradores com faixa etária entre 25 a 34 anos, pode-se perceber que 43,0% (n = 78) apresentavam nível de estresse leve a moderado; 26,0% (n = 47) estavam com estresse intenso e 5,0% (n = 9) mostravam-se com estresse muito intenso. Os autores ressaltam ainda, algumas das principais fontes de tensão no trabalho que afetam diretamente na qualidade de vida destes gestores, como a realização de várias atividades ao mesmo tempo, com alto grau de cobrança, prazos apertados na execução do trabalho e realização de trabalho com mínimo de recursos, de forma exagerada, além de ter o dia tomado de compromissos assumidos, com pouco ou nenhum tempo livre e ter dificuldade de conciliar a vida profissional e pessoal.

Portanto, o estudo é pertinente pela importância de avaliar e conhecer os níveis de estresse e ansiedade dos colaboradores do setor administrativo, que direta ou indiretamente, impactam negativamente na saúde, e que consequentemente interferem na qualidade de vida destes indivíduos. Ademais, identificar antecipadamente, possíveis complicações relacionadas à saúde física e mental, e assim, evidenciar a busca por estratégias contribuintes ao estado de saúde, pode cooperar na melhora do estado nutricional e qualidade de vida, e desse modo, garantir ações inclusivas de promoção de saúde e melhoria de recursos terapêuticos.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, tendo como principal objetivo a busca pela resposta das questões norteadoras: Qual a influência das atribuições/atividades excessivas de trabalhadores administrativos, com o estado nutricional, manifestações de estresse e ansiedade? Foram seguidos os passos de identificação do problema (identificar estado nutricional, estresse e ansiedade presente nos colaboradores do setor administrativo. A busca da literatura (com a delimitação de palavras-chave, bases de dados e aplicação de critérios definidos para a seleção dos artigos); e a avaliação e a análise dos dados obtidos (FEREDAY, 2006).

A busca de dados ocorreu no período de setembro a outubro de 2021. Os critérios de inclusão dos estudos consistiam em artigos originais, nos idiomas português e inglês, publicados nos últimos dez anos, que apresentassem em sua discussão considerações sobre o estado nutricional, estresse e ansiedade presente nos colaboradores do setor administrativo da rede hoteleira, indexados nas bases de dados Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (PubMed).

Para a realização da busca, foi utilizado o operador booleano AND para combinação entre as seguintes palavras-chave, consideradas descritores no DeCS (Descritores em Ciências de Saúde): “Estresse Ocupacional”, “Estado nutricional”, “Ansiedade” e “Pessoal Administrativo”, e na *National Center for Biotechnology Information* – NCBI os seus respectivos termos em inglês. Os termos foram cruzados como descritores e como palavras do título e do resumo dos artigos.

Nesta busca, foram inicialmente identificados 970 artigos científicos na base de dados CAPES, 4 artigos na base LILACS e 136 artigos na base PubMed para a leitura exploratória dos títulos e resumos e, então, foram selecionados 17 artigos que foram lidos integralmente. Após análise minuciosa, apenas 10 artigos foram escolhidos como objeto de estudo por apresentarem aspectos que respondiam à questão norteadora desta revisão. As etapas deste processo estão descritas no **Quadro 1**.

Quadro 1 – Distribuição das referências bibliográficas obtidas nas bases de dados, CAPES, LILACS e PUBMED segundo as palavras chaves selecionadas, Brasil 2021

Base de Dados	Palavras chaves cruzadas concomitantemente (como palavras de resumo e como descritores)	Nº de referências obtidas	Resumos analisados	Referências selecionadas para análise	Selecionados para revisão
PUBMED	<i>Occupational Stress AND Administrative staff</i>	19	4	2	1
	<i>Nutritional Status AND Administrative staff</i>	9	1	0	0
	<i>Anxiety AND Administrative staff</i>	108	4	4	1
LILACS	Estado Nutricional AND Pessoal Administrativo	0	0	0	0
	Estresse Ocupacional AND Pessoal Administrativo	1	0	0	0
	Ansiedade AND Pessoal Administrativo	3	2	1	1
CAPEs	Estado Nutricional AND Pessoal Administrativo	200	3	3	3
	Estresse Ocupacional AND Pessoal Administrativo	226	10	6	4
	Ansiedade AND Pessoal Administrativo	544	2	1	0

Fonte: Elaborado pelas autoras.

3 RESULTADOS

Os trabalhos selecionados foram lidos integralmente mais de uma vez e analisados em ampla minuciosidade através de uma leitura crítica baseada em fundamentação teórica atualizada. De acordo com a relevância do estudo para os tópicos abordados, foram selecionados 10 estudos, destes, 5 de delineamento metodológico transversal, 1 estudo exploratório, 1 estudo experimental e 3 descritivos, com período de publicação variando entre os anos 2011 e 2020, que avaliaram um ou mais dos seguintes fatores: estado nutricional formado pelos indicadores antropométricos, risco de estresse e ansiedade.

Sobre a caracterização dos estudos, 7 foram desenvolvidos no Brasil e 2 na China. Acerca dos períodos de publicação, houve uma homogeneidade de estudos publicados entre os anos de 2011 e 2020, sendo, 2 em 2011, 1 em 2013, 3 em 2014, 3 em 2018 e 1 em 2020. Em relação ao delineamento metodológico as pesquisas mostram-se prevalentemente de recorte transversais. Quanto ao tamanho amostral, observou-se uma importante variação, com o mínimo de 36 e máximo de 1.387 participantes, todos apropriados ao desenho da pesquisa.

De acordo com a análise feita sobre os trabalhos, é possível salientar que a maioria dos estudos abordavam a causa do estresse. Os sintomas preponderantes foram associados à estrutura inadequada de trabalho, carga horária excessiva sob alta demanda psicológica, falta de lazer, exaustão emocional, esgotamento ocupacional, entre outros.

Vale ressaltar que a ansiedade também foi demonstrada nos trabalhos encontrados, sendo um fator influente na saúde mental e qualidade de vida destes colaboradores. Desse modo, a ansiedade em decorrência de um âmbito laboral inadequado, parece ter uma relação negativa com o desenvolvimento de sintomas ansiosos, como insônia, depressão, angústia, entre outros, repercutindo na produtividade no trabalho. Nesse sentido, os estudos concluem que tanto a ansiedade quanto o estresse podem impactar na saúde física e mental dos trabalhadores do setor administrativo.

Quanto ao estado nutricional, os estudos analisados, demonstram um percentual significativo de trabalhadores com sobrepeso e obesidade classificados com grau I e II. Os estudos expressam uma influência do consumo alimentar, de bebida alcoólica, sedentarismo e riscos ergonômicos relacionados ao estado nutricional. Dessa forma, alguns dos trabalhadores administrativos apresentam estado nutricional inadequado, com risco de desenvolvimento de

Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), devido ao seu estilo de vida, comprometendo também o seu desempenho físico, em casa e no trabalho. A seguir, o **Quadro 2 e 3** apresentam os achados da pesquisa.

Quadro 2 – Descrição dos resultados obtidos segundo estudos sobre a prevalência de estresse e ansiedade em profissionais do setor administrativo, Brasil 2021.

Autor (Ano)/País	Sujeitos da Pesquisa	Tipo de estudo	Técnicas de coleta de dados	Principais conclusões
Balassiano, Tavares e Pimenta (2011) / RJ – Brasil	242 funcionários públicos federais civis, de sexo masculino e com faixa etária superior a 31 anos.	Estudo exploratório	A coleta de dados, foram divididas em duas seções, a primeira, apresentou questões fechadas, com o intuito de descrever o local de trabalho, e a segunda, observou a possível presença de sintomas do estresse, e, aplicados no ambiente de trabalho.	Entre os sintomas de estresse, a sonolência foi o sintoma com maior relevância sobre o estresse psicológico. Para o estresse fisiológico, o enjoo foi o sintoma mais atuante. Desse modo, conclui-se que, o fator emocional no local de trabalho, motivado negativamente o estresse ocupacional.
Lin, Jiang e Lam (2013) / Guangzhou – China	288 Funcionários Administrativos	Estudo Transversal	Foram utilizados os questionários OSI, para avaliar o estresse, MBI para mensurar o nível de esgotamento ocupacional, EPQ para avaliar a personalidade, SCSQ para verificar o estilo de enfrentamento e SRRS para avaliar o apoio social.	Sobre o estresse Ocupacional, foi encontrado que 55% (n=161) dos colaboradores, apresentavam algum grau de estresse, enquanto 19% (n=53) demonstravam esgotamento ocupacional. Em resumo, parece haver uma associação entre maior desgaste no trabalho, exaustão emocional, condições de trabalho e o aumento dos níveis de estresse.
Pereira, Braga e Marques (2014) / SP – Brasil	637 Gestores de Organizações Privadas do Estado de Minas Geais, em diversos níveis de hierarquia.	Estudo Descritivo	Para a coleta dos dados foi utilizado o instrumento MTEG. Este questionário, avalia Fontes de Tensão no Trabalho, Fontes de Tensão do Indivíduo e do Papel Gerencial, Mecanismos de Regulação, Sintomas de Estresse e Indicadores de Impactos na Produtividade.	Cerca de 75,7% (n=482) dos participantes tinham algum grau de estresse, sendo 5,2% (n=33) de estresse muito intenso, 14,6% (n=93) intenso, e a maioria 55,9% (n=356) dos participantes demonstravam níveis leve a moderado. A pressão para lidar com a supervisão foi um dos principais fatores que influenciou na presença de estresse. Os principais sintomas foram: nervosismo, fadiga, irritabilidade sem motivo, angústia, dores musculares, entre outros.
Barcaui e França (2014) / RJ – Brasil	1.290 Gerentes administrativo de ambos os sexos.	Estudo Descritivo	Foram aplicados três questionários, o JSS para avaliar o estresse no trabalho, o CJS, para mensurar as estratégias de enfrentamento contra o	Os resultados mostram que 57% (n= 735) dos participantes tinham estresse alto/moderado. Em relação as estratégias de enfrentamento e a qualidade de vida, percebe-se que quando há uma estratégia presente para combater o estresse, tais como,

			estresse, e, WHOQOL-Bref para verificar a qualidade de vida.	prática de atividade física, lazer, entre outros, a qualidade de vida aumenta.
Laux et al., (2018) / SC – Brasil	36 Servidores Técnicos administrativos, entre 18 e 50 anos de idade.	Estudo Experimental	Os participantes foram separados em dois grupos, controle e experimental, para avaliar a relação entre atividade física e sintomas de ansiedade. Utilizou-se três instrumentos para a coleta de dados, pré e pós teste: Anamnese Nutricional, IPAQ e BAI. Sendo, respectivamente, para avaliar medidas antropométricas, para estimar o grau de atividade física e níveis de ansiedade.	No grupo experimental, os sintomas de ansiedade parecem diminuir 50% após a prática de atividade física, enquanto o grupo controle, parecem aumentar. Então, a prática de atividade mostra-se efetiva na redução de sintomas de ansiedade, podendo melhorar a saúde dos colaboradores.
Gomes, Pereira e Lima (2018) / MG – Brasil	111 técnicos administrativos de ambos os sexos	Estudo Descritivo e Explicativo	Com a finalidade de obter os dados dos sintomas de estresse, fontes de tensão no trabalho e do indivíduo, indicadores de impacto no trabalho e mecanismo de regulação, foi aplicado o questionário aderente ao modelo teórico de análise adaptado pelos autores.	Cerca de 70% (n=78) dos participantes, apresentaram algum grau de estresse entre leve/ moderado e intenso, e desses 7,2% (n=6) tinham níveis de estresse intenso e muito intenso. Concluindo que a presença desse estresse pode acarretar mudanças psíquicas e fisiológicas, necessitando de tratamento clínico ou psicológico.
Wang et al., (2020) / Guangzhou – China	403 Gerentes e Administradores de ambos os sexos.	Estudo Transversal	Foi aplicado um questionário que continham 80 questões, produzidas pelos próprios autores, que associavam as variáveis de ambiente de trabalho e estresse no local de trabalho.	Parece haver uma relação intrínseca entre o estresse sendo resultante do ambiente de trabalho, podendo ocasionar problemas na saúde física e mental. Nesse sentido, a presença de ansiedade, insônia ou depressão, pode alterar negativamente o rendimento no ambiente de trabalho.

Fonte: autora, 2021.

Quadro 3 – Descrição dos resultados obtidos segundo estudos sobre avaliação do estado nutricional em profissionais do setor administrativo, Brasil 2021.

Autor (Ano)/País	Sujeitos da Pesquisa	Tipo de estudo	Técnicas de coleta de dados	Principais conclusões
Melo et al., (2011) / BA - Brasil	1.387 Trabalhadores administrativos de uma Indústria, de ambos os sexos, com faixa etária entre 22 e 70 anos.	Estudo Transversal	Os dados coletados são provenientes de exames periódicos e admissionais destes colaboradores, disponíveis na base de dados da própria empresa.	Os resultados demonstraram que em média 15% (n=208) colaboradores apresentavam SM. Destes, 54,5% (n=109) mostraram níveis elevados da glicemia, 52,9% (n=105) diagnosticado com obesidade, 47,5% (n=95) estavam com níveis pressóricos alterados, 34,9% (n=69) apresentaram níveis elevados de triglicerídeos e 38,8% (n=77) níveis diminuídos de HDL.
Lopes e Silva (2014) / RS – Brasil	371 Servidores técnicos administrativos de ambos os sexos e com faixa etária > 20 anos.	Estudo Observacional e Transversal	Utilizou-se o questionário de aplicação autopreenchido, contendo informações comportamentais, de trabalho, sociodemográficas e de estresse ocupacional, segundo o MDC. Foi aferido o IMC dos participantes, para avaliar o estado nutricional e, para avaliar os níveis de estresse, utilizou-se a JSS.	Parece haver uma relação entre as condições de trabalho com o estado nutricional destes colaboradores. Visto que, 41,4% (n=150) estavam com sobrepeso e 22,4% (n=81) com obesidade, devido a longas jornadas de trabalho na posição sentada, indicando um hábito sedentário.
França, Miranda e Pires (2018) / SP – Brasil	68 Colaboradores de uma Instituição Federal e de ambos os sexos.	Estudo Transversal e Descritivo	Foram colhidos dados socioeconômicos, entre um questionário elaborado pelos próprios autores, que abordavam questões relacionadas ao exercício físico, principais refeições, jornada de trabalho, e para mensurar autoavaliação em saúde, foi utilizado a EPC, e foram coletados dados sobre perfil antropométrico.	Em relação ao consumo alimentar 53% (n=36) ingeriam bebida alcoólica, e apenas 7,35% (n=5) estavam pouco satisfeitos com o consumo diário das refeições. Em relação ao perfil antropométrico 36,77% (n=25) estavam sobrepeso, 8,82% (n=6) obesidade grau 1, e 1,47% (n=1) em obesidade grau 2.

Fonte: autora, 2021.

Legendas: BAI, Inventário De Ansiedade De Beck; CJS, CopingwithJob Stress; EPC, Escala de PhraseCompletion; EPQ, EysenckPersonalityQuestionnaire;IMC, Índice de Massa Corporal; IPAQ, questionário internacional de atividade física;JSS, Job Stress Scale; MBI, Maslach Burnout Inventory; MDC, Modelo Demanda-Controle;MTEG, Modelo Explicativo do Estresse Ocupacional em Gerentes; OSI, Occupational Stress Indicator; MBI, Maslach Burnout Inventory; SCSQ, SimplifiedCopingStyleQuestionnaire; SRRS, Social Support Rating Scale;WHOQOL-Bref, Avaliação de Qualidade de Vida da OMS.

4 DISCUSSÃO

O estresse ocupacional pode ser entendido como o estado que envolve a saúde física e mental, ocasionando alterações fisiológicas, endócrinas, psicológicas, entre outras. Segundo a OMS (colocar o ano), o estresse atinge em média 90% dos indivíduos. Nesse contexto, diversos estudos demonstram que o ambiente de trabalho, pode desencadear episódios de estresse ocupacional.

Pego, Zille e Soares (2016), avaliaram o estresse em colaboradores técnicos administrativos, aplicando o questionário desenvolvido pelos próprios autores, com isso, 76,3% (n= 58) dos participantes apresentaram estresse no trabalho, sendo 30,3 % (n=23) demonstraram estresse de nível intenso e muito intenso. Os sintomas presentes eram dores musculares, nervosismo, fadiga, angústia e irritabilidade. A sobrecarga, trabalho de alta complexidade, alto grau de cobrança, realizar várias atividades ao mesmo tempo, pressão por resultados imediatos e pouco tempo livre para atividades de lazer, foram consideradas como as principais causas para o aparecimento de estresse.

Outro estudo de Zille, Pereira e Morais (2017), colaboram com a ideia, avaliando os níveis de estresse em profissionais administrativos de um hospital universitário, através do questionário MTEG, que observou a presença de estresse ocupacional em 70,6% (n=72) dos colaboradores, sendo 35,3% (n=36) apresentaram níveis de estresse intenso ou muito intenso. Segundo Gonçalves (2019), os principais sintomas existentes nos indivíduos com estresse, são dores nos músculos do pescoço, ansiedade, insônia, palpitações, entre outros.

A maioria dos estudos, os profissionais que estão expostos ao estresse, são os que desenvolvem atividades de alto risco, como policiais, bombeiros, motoboy, trabalhadores da construção civil, profissionais da saúde. No entanto, o estresse se encontra presente em outros setores, como administrativos, competidores esportivos, entre outros. Assim, é necessário conhecer o perfil e as causas do estresse, para que novas estratégias sejam elaboradas com o objetivo de minimizar os desfechos negativos (PROFISSÕES DE RISCO, 2011).

As principais consequências atribuídas ao estresse ocupacional, são: desarmonia familiar, baixa produtividade, aumento de erros cometidos, negligência, imprudência e absenteísmo (PRADO, 2016).

A ansiedade também é uma das principais alterações encontradas quando é investigada em profissionais da área administrativa, sendo encontrada ainda na segurança

pública, ensino, dentre outras (FERREIRA-COSTA; PEDRO-SILVA, 2019; DA SILVA MAZARIOLLI; DE VILLEMOR-AMARAL, 2021; FERNANDES et al., 2019).

Alguns estudos colaboram com os resultados encontrados, para Carmo (2019), a ansiedade pode ocasionar mudanças de comportamento e causar oscilações emocionais em decorrência dos principais sintomas acometidos pela ansiedade, tais como, a sensação de nervosismo, tensão, cansaço, dormir mal, tristeza, entre outras. Já para Strieder (2010), a ansiedade perpassa por um estado patológico quando vem acompanhada do medo, que interfere não somente no conforto emocional, mas na qualidade de vida e no desempenho de atividades diárias. As alterações fisiológicas podem vir acompanhada de taquicardia, tremores, além de transfigurações psicológicas (STRIEDER, 2010).

Alguns neurotransmissores estão envolvidos na neurofisiologia, em resposta ao comportamento de estresse e ou ansiedade, entre eles a noradrenalina, GABA (Ácido Gama-Aminobutírico), dopamina e serotonina. Os neurônios que sintetizam a noradrenalina, encontram-se nas células *locusceruleus*, que quando expostas a ameaças, situação de estresse, ou outra, são ativadas, produzindo reações de medo, com função de atenção, atribuindo um comportamento de vigilância, preparando o corpo para situações de emergência. Logo, em resposta aguda ao estresse, há um aumento importante de noradrenalina na fenda sináptica, resultando num aumento da resposta monossináptica evocada (SALVIANO, 2013).

Com relação à dopamina, o estresse aumenta a liberação e o metabolismo deste neurotransmissor no córtex pré-frontal, uma área envolvida na produção de respostas ao estresse. Promovendo assim, um estado de hipervigilância. Vale ressaltar ainda que, com a diminuição da função serotonérgica, existe um aumento da função da dopamina. (REFERÊNCIA?)

Acredita-se atualmente que a serotonina exerça um duplo papel na regulação do comportamento de defesa. Pois os sinais de perigo estimulariam o sistema de defesa através da amígdala e, ao mesmo tempo, ativariam os neurônios serotonérgicos do núcleo dorsal da rafe. Assim, essas reações poderiam desencadear tanto reações fisiológicas e compartimentais para a defesa do organismo, quanto para reações de perigo, que haverá aspectos mnemônicos e emotivos, para luta e fuga (SALVIANO, 2013).

O estado nutricional é um parâmetro de fundamental importância para observar a qualidade de vida dos indivíduos. Em decorrência de maus hábitos alimentares, podem ser desenvolvidas algumas deficiências alimentares, consequências de compulsões alimentares e/ou inapetência alimentar (MELLO, 2002).

O estudo de Tonini, Broll e Corrêa (2013), avaliou o estado nutricional de trabalhadores do setor administrativo e docentes de uma instituição de ensino, e verificou que 30% (n=39) dos indivíduos apresentavam sobrepeso, 6,2% (n=8) obesidade grau 1 e 3,1% (n=4) obesidade grau 2. 58,4% dos entrevistados relatavam realizar suas refeições em lanchonetes que comercializavam lanches prontos, bebidas açucaradas e doces, e entre as principais refeições consumidas estavam 20% doces, 37,7% refrigerante e 55% lanches assados.

De acordo com o Guia alimentar da população brasileira (2014), o consumo de alimentos ricos em carboidratos, gorduras e sal, colaboram para o aparecimento de DCNTs, como HAS (Hipertensão Arterial Sistêmica), Diabetes *mellitus*, dislipidemias, câncer, entre outras. E para Weiss e colaboradores (2017) a alimentação rica em processados e ultraprocessados pode ainda desencadear disbiose comprometendo a função intestinal, absorção e digestão dos alimentos.

Parece haver uma correlação intrínseca entre o estado nutricional, e episódios de estresse e ansiedade durante a jornada de trabalho, pois, outras profissões apresentaram índices elevados de IMC em indivíduos que tinham algum grau de estresse ou ansiedade, o que parece justificar isso é a exaustão emocional, carga horária de trabalho e ao ambiente que está exposto a diversos agentes estressores. No estudo de Barbosa *et al.* (2018), feito em policiais militares, cerca de 83% (n=78) indivíduos estavam com IMC elevado em algum grau. Simon *et al.* (2014) investigando o perfil nutricional em profissionais de Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), encontrou que 60,8% (n=116) colaboradores estavam com IMC inadequado. Em outra classe trabalhadora, Gomes-Júnior (2010), observou que 87,9% (n=107) apresentaram excesso de peso e obesidade.

Diversos fatores parecem influenciar os índices de IMC elevado, para Silva e colaboradores (2021), o programa de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) colabora de forma positiva para a conscientização dos trabalhadores para o maior consumo de alimentos in natura, por serem trabalhadas palestras com nutricionistas, e o PAT (Programa de Alimentação do Trabalhador) também exerce a função de melhorar a qualidade de escolhas alimentares por sugerir cardápios adequados que contenham frutas e hortaliças nas refeições principais, evitando ofertar alimentos processados e ultra processados.

Vale salientar, que houveram algumas limitações na busca de artigos que pudessem agregar o presente estudo, devido a escassez de pesquisas científicas que contemplam a população estudada em relação aos indicadores em questão.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados neste trabalho demonstram que uma importante parcela de profissionais do setor administrativo encontra-se com sintomas de estresse e ansiedade, advindos de condições de trabalho inadequada, como jornadas de trabalho excessiva, atividades sob alta demanda psicológica, poucas horas de lazer, entre outros, o que podem interferir negativamente no desempenho laboral desta classe trabalhadora.

Ademais, percebe-se que o estado nutricional é afetado pelas atividades inerentes ao trabalho, justificada pela má qualidade de vida impactando no seu consumo alimentar bem como o seu estado nutricional, podendo trazer riscos de DCNTs.

Diante desse cenário, é relevante que haja um delineamento de estratégias que venham a melhorar as condições laborais e políticas de saúde que favoreçam a estes profissionais, evitando desfechos negativos. Ressalta ainda que algumas limitações são evidenciadas ao final desta pesquisa, devido a carência de estudos na literatura científica sobre os parâmetros investigados, fazendo-se necessário novos estudos que possam abranger e agregar positivamente a este tema.

REFERÊNCIAS

ALQUIMIM, A. F. *et al.* Avaliação dos fatores de risco laborais e físicos para doenças cardiovasculares em motoristas de transporte urbano de ônibus em Montes Claros (MG). **Ciênc.saúdecoletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 8, p. 2151-2158, Ago. 2012.

ANDRADE, E. A. F. *et al.* L-Triptofano, ômega 3, magnésio e vitaminas do complexo B na diminuição dos sintomas de ansiedade. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v.12, n.40, p.1129-1138.

ASSUNÇÃO, A. A.; FRANÇA, E. B. Anos de vida perdidos por DCNT atribuídos aos riscos ocupacionais no Brasil: estudo GBD2016. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, p. 28, 2020.

BALASSIANO, M.; TAVARES, E.; PIMENTA, R. C. Estresse ocupacional na administração pública brasileira: quais os fatores impactantes? **Revista de Administração Pública**, v. 45, p. 751-774, 2011.

BARCAUI, A.; LIMONGI-FRANÇA, A. C. Estresse, enfrentamento e qualidade de vida: um estudo sobre gerentes brasileiros. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 18, p. 670-694, 2014.

BARLOW, D. H.; DURAND, M. R. **Transtornos de ansiedade. In.: Psicopatologia: Uma abordagem integrada.** 2ª ed. São Paulo: Cengage Learning, 2015. p.125-130.
Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BECK, A. T. *et al.* An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties.
BOSA, V. L. **Ansiedade, consumo alimentar e o estado nutricional de adolescentes.** 2010. 116p. Tese de Doutorado – Faculdade de Medicina. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 2021.

BRASIL, Ministério da Saúde. Resolução Nº 466, 12 de dezembro de 2012. **Aprovar as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.** FIO CRUZ, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Boletim Epidemiológico: Tendências temporais de comportamentos de risco e proteção relacionados às doenças crônicas em adultos: diferenças segundo sexo, 2006-2019.** Ministério da Saúde, 2021.

CARMO, G. B. **Transtorno mental comum e predição para transtorno de ansiedade em docentes de uma universidade pública.** Dissertação (Mestrado Profissional em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Viçosa, Viçosa. 2019.

COHEN, S.; KAMARCK, T.; MERMELSTEIN, R. A global measure of

perceived stress. **Journal of health and social behavior**, p. 385-396, 1983.

COLETA, A. S. M. D.; COLETA, M. F. D. Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis. **Psico-USF**, v. 13, n. 1, p. 59-68, 2008.

CUNHA, J. A. *et al.* **Manual da versão em português das Escalas Beck**. São Paulo: Casado Psicólogo, p. 11-13, 2001.

CUPPARI, L. **Nutrição Clínica no Adulto**. Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar – Nutrição. 4. ed. São Paulo: Manole, 2018.

SILVA MAZARIOLLI, A.; DE VILLEMOR-AMARAL, A. E. O psicodiagnóstico de Rorschach na avaliação de ansiedade, autopercepção e autoestima em policiais militares. **Revista brasileira de segurança pública-rebep**, v. 14, n. 1, 2021.

DALMAZO, A. L. *et al.* Estresse e consumo alimentar em pacientes hipertensos. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 113, n. 3, p. 374-380, 2019.

MIRANDA, Lucilene S.; CAZELLI, I. S. Estado nutricional, qualidade de vida e doenças do trabalho de servidores de uma instituição pública federal do norte de Minas Gerais. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 14, n. 86, p. 411-421, 2020.

DIAS, C. A.; DOS SANTOS, I. C. estresse no trabalho de profissionais terceirizados de uma instituição federal de ensino superior. **REA-Revista Eletrônica de Administração**, v. 19, n.1, p. 188-207, 2020.

PRADO, C. E. P. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Rev. Bras. Med. Trab.** v. 14, n. 3, p. 285-9, 2016.

SANTOS GOMES, M.; PEREIRA, L. Z.; DE LIMA, P. F. A. Estresse ocupacional: estudo em um hospital filantrópico no estado de Minas Gerais. **Revista Gestão & Tecnologia**, v. 18, n. 3, p. 204-225, 2018.

FERNANDES, I. M. C. *et al.* Níveis de ansiedade, depressão e estresse em funcionários de uma instituição de ensino superior pública do interior do estado de São Paulo. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 4, p. 530-536, 2019.

FERREIRA-COSTA, R. Q.; PEDRO-SILVA, N. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino **Infantil** e Fundamental. **Pro-Posições**, v. 30, 2019.

GAVIN, R. S. **Depressão, estresse e ansiedade: um enfoque sobre a saúde mental do trabalhador**. 2013. 109p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo. São Paulo. 2021.

GONÇALVES, V. Estresse Ocupacional: Estudo de Caso com Profissionais Técnicos Administrativos de uma Instituição Hospitalar do Estado de Minas Gerais. **Revista de Ciências Gerenciais**, v. 23, n. 37, p. 39-45, 2019.

HETEM, L. B. A.; GRAEFF, F. G. **Transtornos de ansiedade**. São Paulo: Atheneu; 2004.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, v.56, p. 893-897, 1988.

GOULART-JUNIOR, E. *et al.* Trabalho e estresse: identificação do estresse e dos estressores ocupacionais em trabalhadores de uma unidade administrativa de uma instituição pública de ensino superior (IES). **Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL**, v. 7, n. 1, p. 01-17, 2014.

LAUX, R. C. *et al.* Efeito de um programa de exercício físico no ambiente de trabalho sobre a ansiedade. **Ciência & Trabalho**, n. 62, p. 80-83, 2018.

LIN, Q. H.; JIANG, C. Q.; LAM, T. H. The relationship between occupational stress, burnout, and turnover intention among managerial staff from a Sino-Japanese joint venture in Guangzhou, China. **Journal of Occupational Health**, p. 12, 2013.

LIPP, M. E. N. **O stress está dentro de você**. São Paulo: Ed. Contexto 1999.

LOPES, A. C. S. *et al.* Estado nutricional: antropometria, consumo alimentar e dosagens bioquímicas de adultos e idosos-Projeto Bambuí um estudo de base populacional. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 12, n. 4, p. 483-493, 2008.

LOPES, S. V.; SILVA, M. C. Estresse ocupacional e fatores associados em servidores públicos de uma universidade federal do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 3869-3880, 2018.

LUFT, C. D. B. *et al.* Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, p. 606-615, 2007.
Madrid: World Health Organization; 2002.

MAFFIA, L. N.; PEREIRA, L. Z. Estresse no trabalho: estudo com gestores públicos do estado de Minas Gerais. **REAd. Revista Eletrônica de Administração**, v. 20, n. 3, p. 658-680, 2014.

MALTA, D. C. *et al.* A implantação do Sistema de Vigilância de Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil, 2003 a 2015: alcances e desafios. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 20, p. 661-675, 2017.

MALTA, D. C. *et al.* Mortalidade por doenças crônicas não transmissíveis no Brasil e suas regiões, 2000 a 2011. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 23, p. 599-608, 2014.

MARGIS, R. *et al.* Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 25, p. 65-74, 2003.

MELLO, E. D. O que significa a avaliação do estado nutricional. **Jornal de Pediatria**, v. 78, 2002.

MELO, E. R. T. *et al.* Fatores associados à síndrome metabólica em trabalhadores administrativos de uma indústria de petróleo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 3443-3452, 2011.

MENDES-NETTO, R. S. *et al.* Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 10, n. 34, 2012.

MESQUITA, A. A. *et al.* Estresse e síndrome de burnout em professores: Prevalência e causas. **Psicologia Argumento**, v. 31, n. 75, 2013.

MURISON, R. **The neurobiology of stress**. In M. al'Absi & M. A. Flaten (Eds.), *The neuroscience of pain, stress, and emotion: Psychological and clinical implications* (p. 29–49). 2016. Disponível em <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800538-5.00002-9> . Acesso em 03 de maio de 2021.

OLIVEIRA, A. M.; SILVA, F. M. **Dietoterapia nas doenças do adulto**. 1ª edição. Rio de Janeiro, Editora Rubio, p. 1-8, 385-390, 2018.

PAIVA, A. C.; CRUZ, A, A, F. Estado nutricional e aspectos ergonômicos de trabalhadores de unidade de alimentação e nutrição. **Revista Mineira de Ciências da Saúde**, UNIPAM, Patos de Minas, v. 1, n. 1, p. 1-11, 2009.

PASA, D. *et al.* Alimentação e Doenças Crônicas não Transmissíveis em Idosos Participantes de um Grupo de Terceira Idade. **Revista UNIABEU Belford Roxo**, v. 9, n.23, 2016.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 9, n. 1, p. 45-52, 2004.

PEGO, Z. O.; ZILLE, L. P.; SOARES, M. G. O estresse ocupacional de servidoras técnico-administrativas. **Revista Alcance**, v. 23, n. 2, p. 156-169, 2016.

PEREIRA, L. Z.; BRAGA, C. D.; MARQUES, A. L. Estresse no trabalho: um desafio para os gestores das organizações brasileiras. **REGE-Revista de Gestão**, v. 21, n. 3, p. 401-413, 2014.

PEREIRA-LUCIANO, L. Z.; PEREIRA, G. F. P. S.; DE MORAIS-KELLY, K. ESTRESSE OCUPACIONAL: estudo com profissionais técnico-administrativos de um hospital universitário mineiro.

PROFISSÕES DE RISCO, *Jornal Esquina UniCEUB*, Brasília, novembro, 2011.

RAZZOLI, M.; SANGHEZ, V.; BARTOLOMUCCI, A. Chronic subordination stress induces hyperphagia and disrupts eating behavior in mice modeling binge-eating like disorder. **Front Nutr**. v.1, n. 30, 2015.

RODRIGUES, P. F. C. **Ansiedade, Autoestima e Qualidade de Vida: Estudo Comparativo em Idosos Praticantes e Não Praticantes de Atividade Física**. 2015. 93 f. Tese (Mestrado em Psicologia, Aconselhamento e Psicoterapia) - Escola de Psicologia e Ciências da Vida, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia, Lisboa, 2015.

SALVIANO, M. F. **Análise fisiológica e comportamental de modelos animais desenvolvidos geneticamente para o estudo da ansiedade e da doença de Alzheimer**. Tese (Doutorado em Ciências do Comportamento) Universidade de Brasília, Brasília - DF, 2013.

SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C. M. L. C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Cadernos de saúde pública**, v.20, p. 580-588, 2004.

SILVA, C. M. *et al.* **Educação Alimentar e Nutricional para Trabalhadores do Segmento Administrativo**. Trabalho de conclusão de curso (Curso Técnico em Nutrição e Dietética) - Escola Técnica Estadual ETEC Irmã Agostina, São Paulo, 2021.

SIMON, M. I. S. S. *et al.* Avaliação nutricional dos profissionais do serviço de nutrição e dietética de um hospital terciário de Porto Alegre. **Cadernos saúde coletiva**, v. 22, p. 69-74, 2014.

STRIEDER, R. Depressão e ansiedade em profissionais da educação das regiões da Amerios e da AMEOSC. **Roteiro**, v. 34, n. 2, p. 243–268, 2010.

THUMÉ, C. T.; POLL, F, A. Qualidade da dieta e fatores de risco para doenças crônicas. **Biológicas & Saúde**, v. 8, n. 26, 2018.

TOMIYAMA, A. J. Stress and Obesity. **Annu. Rev. Psychol.** v. 4, n. 70, p. 703- 718, 2019.

TONINI, E.; BROLL, A. M.; CORRÊA, E. N. Avaliação do estado nutricional e hábito alimentar de funcionários de uma instituição de ensino superior do oeste de Santa Catarina. **Mundo saúde**, v. 33, n. 3, p. 268-79, 2013.

WANG, Z. *et al.* Exploring the relationships between a toxic workplace environment, workplace stress, and project success with the moderating effect of organizational support: Empirical evidence from Pakistan. **Risk Management and Healthcare Policy**, v. 13, p. 1055, 2020.

WEISS, G. A. *et al.* Mechanisms and consequences of intestinal dysbiosis. **Cellular and Molecular Life Sciences**, v. 74, n. 16, p. 2959-2977, 2017.