



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 12, Issue, 05, pp. 56058-56061, May, 2022

<https://doi.org/10.37118/ijdr.24466.05.2022>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

ESTILO DE VIDA DE TRABALHADORES DE UM SISTEMA DE BIBLIOTECAS UNIVERSITÁRIAS DO SUL DO BRASIL

¹*Felipe Roberto Ribeiro Sampaio, ²Pós-doutora Márcia Clara Simões and ³Pós-doutora Iranise Moro Pereira Jorge

¹Universidade Federal do Paraná, Laboratório de Reabilitação, Acessibilidade e Trabalho, Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Paraná. Curitiba, Paraná, Brasil.

²Universidade Federal do Paraná, Laboratório de Reabilitação, Acessibilidade e Trabalho, Departamento de Nutrição da Universidade Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

³Universidade Federal do Paraná, Laboratório de Reabilitação, Acessibilidade e Trabalho, Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

ARTICLE INFO

Article History:

Received 20th February, 2022

Received in revised form

27th March, 2022

Accepted 19th April, 2022

Published online 27th May, 2022

Key Words:

Estilo de Vida, Saúde do Trabalhador, Trabalhador, Bibliotecas, Bibliotecários, Hábitos.

*Corresponding author:

Felipe Roberto Ribeiro Sampaio

ABSTRACT

O objetivo deste estudo foi analisar o estilo de vida de trabalhadores bibliotecários de uma instituição de ensino superior do sul do Brasil. A partir de uma metodologia de caracterização quantitativa, observacional e transversal, com 75% do contingente de profissionais de um sistema de bibliotecas de uma universidade federal no sul, totalizando 137 participantes lotados entre 20 bibliotecas distribuídas entre 6 cidades do Paraná. Como instrumentos para coleta de dados foram adotados dois questionários, um sociodemográfico para caracterização da amostra e o Estilo de Vida Fantástico para fins diagnósticos. Foi adotado teste não-paramétrico de Kruskal-Wallis para análise dos dados submetidos em software estatístico. Os resultados indicaram que entre os trabalhadores participantes o diagnóstico tendeu para um estilo de vida positivo, sendo 16,1% (n=22) Excelente, 51,8% (n=71) Muito Bom, 28,5% (n=39) Regular e 3,6% (n=5) Ruim. Estes achados acompanham parte da literatura que aborda com estudos quantitativos o estilo de vida de pessoas em fase produtiva e possivelmente corresponde a características desta população e de seu ambiente.

Copyright © 2022, Felipe Roberto Ribeiro Sampaio et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Felipe Roberto Ribeiro Sampaio, Pós-doutora Márcia Clara Simões and Pós-doutora Iranise Moro Pereira Jorge. "Estilo de vida de trabalhadores de um sistema de bibliotecas universitárias do sul do Brasil.", *International Journal of Development Research*, 12, (05), 56058-56061.

INTRODUCTION

O estilo de vida consiste em hábitos e costumes que permeiam os padrões cotidianos impressos na estruturação e conteúdo de rotinas, adaptação ao meio e a socialização, caracterizando as atividades e tarefas diárias das pessoas (Cardoso *et al.*, 2020). Com isso, trata-se também de comportamentos modificáveis com efeito direto sobre a saúde humana (Bührer *et al.*, 2019). Os hábitos e costumes relativos ao estilo de vida refletem atitudes, valores e oportunidades que as pessoas possuem em sua vida. Com o aprofundamento da complexidade da sociedade, os padrões de vida cotidiana apresentam cada vez mais traços de cansaço, depressão, irritabilidade e estresse (Azambuja *et al.*, 2020). Neste sentido, existem fatores positivos e negativos constituintes do estilo de vida, que podem ser modificáveis ou não.

Entre os fatores positivos modificáveis estão o comportamento preventivo, prática regular de atividade física e alimentação saudável. Como fatores negativos modificáveis é possível elencar o sedentarismo, fumo, consumo de álcool e outras drogas além de algumas formas inadaptadas em resposta ao estresse (Azambuja *et al.*, 2020). Segundo Max Weber, o trabalho é orientado pela especialização que revela a máxima expressão da racionalização do homem, a partir da profissionalização da função (Quiroga e Paolucci, 2020). Assim, o trabalho também é uma dimensão da vida cotidiana que impõe ao trabalhador diversas demandas que ultrapassam àquelas relacionadas diretamente à função e ao posto de trabalho, mas outras como a evolução constante de tecnologias e a adaptação de habilidades cognitivas são respostas necessárias às mudanças laborais constantes (Pereira, 2020). O acesso à informação e as pressões culturais e sociais são elementos importantes que contribuem significativamente para posicionar o indivíduo em relação a seus hábitos no cotidiano.

Assim, a fim de priorizar o contexto do trabalho, o trabalhador tende a adotar hábitos negativos de saúde relacionados a perdas qualitativas em relação a domínios do estilo de vida, como o descanso e sono, atividade física e alimentação saudável (Sampaio *et al.*, 2020). Com isso, esta pesquisa tem o objetivo de analisar o estilo de vida de bibliotecários de uma instituição de ensino superior do sul do Brasil.

METODOLOGIA

Este estudo de abordagem quantitativa do tipo observacional e transversal, foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) em seu Parecer Consubstanciado 2.569.755. A coleta de dados ocorreu entre abril e setembro de 2018, com assinatura dos participantes aceitantes de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A pesquisa foi realizada com bibliotecários lotados em um Sistema de Bibliotecas (SiBi), composto por um total de 20 bibliotecas distribuídas entre 6 cidades paranaenses, sendo 14 em Curitiba, 2 em Pontal do Paraná, 1 em Palotina, 1 em Matinhos, 1 em Toledo e 1 Jandaia do Sul (Universidade Federal do Paraná, 2021). Em pesquisa, foi verificado um cadastro com 193 trabalhadores, dos quais 182 trabalhadores eram ativos e 11 trabalhadores não ativos. Os instrumentos utilizados para coleta dos dados foram um questionário sociodemográfico e o questionário genérico para avaliação do estilo de vida "Estilo de Vida Fantástico" (QEVF) (Rodrigues-Añez *et al.*, 2021). O questionário sociodemográfico é composto por questões acerca do gênero, estado civil, cargo, carga horária e turno. O QEVF, traduzido e validado por Rodriguez-Añez *et al.* (2021), é um questionário genérico desenvolvido em 1984 pelo Departamento de Medicina Familiar da Universidade McMaster, no Canadá, com o objetivo de auxiliar profissionais com atuação preventiva em saúde a desvendarem o estilo de vida de seus pacientes com a estimativa de seus hábitos diários, pois são variáveis que podem ser estimadas e não medidas. Este instrumento é constituído por 25 indicadores organizados entre nove domínios (família e amigos; atividade física; nutrição; tabaco e tóxicos; álcool; sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro; tipo de comportamento; introspecção; e trabalho), possui questões com pontuação em escala Likert (Rodrigues-Añez *et al.*, 2008.; Silva, 2012; Santos *et al.*, 2014; Brito *et al.*, 2016). A classificação com a pontuação final do estilo de vida é estruturada em cinco clusters: "Excelente" (85 a 100 pontos), "Muito bom" (70 a 84 pontos), "Bom" (55 a 69 pontos), "Regular" (35 a 54 pontos) e "Necessita melhorar" (0 a 34 pontos) (Rodrigues-Añez *et al.*, 2008; Silva, 2012). O questionário sociodemográfico e o QEVF foram editados em um formulário no Google Forms, com link para acesso encaminhado via e-mail, por meio das chefias das bibliotecas, para cada servidor ativo aceitante da participação na pesquisa. Os dados foram armazenados em planilha Excel. A análise estatística utilizou o método não paramétrico de Kruskal-Wallis e o SPSS 21.0 como software empregado, considerando-se o nível de significância de $p < 0,05$ em todas as análises.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa abordou um universo de 182 trabalhadores ativos de um SiBi no sul do Brasil, dos quais 137 indivíduos aceitaram participar e 45 recusaram, compondo uma amostra de 75% da população alvo para este estudo. A partir do questionário sociodemográfico para caracterização desta população, verificou-se que 51,8% (n=71) eram casados, 8% (n=11) possuíam união estável e 27% (n=37) eram solteiros. Sobre a carga horária, 80,3% (n=110) laboravam 6 horas por dia e 19,3% (n=27) 6 horas por dia. A respeito do turno, 58,4% (n=80) dos participantes trabalhavam entre manhã e tarde e 41,6% (n=57) entre tarde e noite. Em relação ao sexo, 33,6% (n=46) eram homens frente à 66,4% (n=91) de mulheres. Segundo Oliveira e Oliveira (2019), as mulheres tendem a possuir uma maior escolaridade em relação aos homens e além de historicamente acumularem maiores demandas para desenvolvimento profissional e pessoal, Cotrim *et al.* (2020) afirmam que o mercado de trabalho brasileiro é caracterizado por uma segregação sexual que contribui para a determinação dos papéis funcionais laborais na sociedade entre homens e mulheres, o que pode justificar o estabelecimento

maiormente do grupo feminino no trabalho em bibliotecas universitárias deste estudo. A pontuação total do QEVF obteve média de 74,33 pontos, variando de 48 até 99 pontos nesta população. Dos 137 participantes, o diagnóstico do estilo de vida foi 16,1% (n=22) Excelente, 51,8% (n=71) Muito Bom, 28,5% (n=39) Regular e 3,6% (n=5) Ruim. Este resultado corrobora com o estudo realizado por Amim *et al.* (2020), com 38 docentes de um campus universitário no Rio de Janeiro, verificou-se que 79% da amostra era do sexo feminino e 47% da população amostral atingiu o diagnóstico Muito Bom para o estilo de vida, 29% excelente, 21% Bom e 3% Regular, concluindo um estilo de vida com tendências positivas com autoconsciência em relação à própria saúde e ao gerenciamento de estressores. É possível considerar a existência de similitudes entre as demandas e características ambientais e o perfil ocupacional entre estes dois grupos de trabalhadores, o que pode favorecer a consonância destes resultados. Essa perspectiva se robustece perante os achados de Moraes (2020) com 47 trabalhadores da saúde, de Centros de Atenção Psicossocial no Tocantins, onde houveram 63,8% indivíduos diagnosticados com Estilo de Vida Bom, 13% Regular, 2% Excelente e 2% Muito Bom. Outro estudo produzido por Luza (2019), também com demandas ambientais e perfis ocupacionais diferentes apontam nesta direção, com 100 militares em Curitiba revela que 50% dos participantes apresentaram estilo de vida situado entre os escores Necessita Melhorar e Regular, o que endossa a possibilidade do ambiente e das demandas das atividades exercidas como elementos decisivos sobre os hábitos e o estilo de vida.

A análise da relação entre diagnóstico do estilo de vida e hábitos de vida por domínio (Tabela 1) verificou associação significativa entre o diagnóstico geral e os hábitos de resposta ao estresse ($p=0,006$), participação em lazer ($p=0,008$) e ao sentimento ou não de tensão e desapontamento em introspecção ($p=0,038$). As demais comparações não apresentam correlação significativa. Em um estudo feito por Camargo e Both (2020) com estudantes de licenciatura e bacharelado em Educação Física, verificou-se baixo grau de participação em atividades de lazer, sendo que os homens possuíam um perfil mais voltado ao lazer lúdico e esportes e as mulheres ao lazer hedonista, ainda que sendo estas últimas as menos introspectivas. Isto se torna relevante, pois Camargo e Both (2020) observaram entre seus achados que além de haver baixos índices de vivências de lazer entre estes estudantes, o resultado da avaliação global do estilo de vida foi negativo para esta população. Além disso, para Caeiro (2020) as pessoas com maior facilidade para o gerenciamento de suas emoções tendem a manterem hábitos de vida mais saudáveis, uma vez que adquirem melhor capacidade para responderem às demandas cotidianas, reverberando positivamente sobre sua saúde mental e física. A relação entre a participação em lazer e o estresse ($p=0,000$) e a satisfação com o trabalho e a função exercida ($p=0,002$) apresentaram associação significativa. Contudo, quando comparado com turno ($p=0,722$), carga horária ($p=0,730$), e hábitos de atividade física vigorosa ($p=0,231$) ou moderada ($p=0,110$), o lazer não encontrou relação significativa (Tabela 2). Este resultado vai de encontro com Costa *et al.* (2020) em estudo feito com 237 policiais, dos quais 59,5% relataram ter tempo suficiente para o lazer e apresentaram relação significativa com saúde mental e componentes psicológicos, fundamentais para o gerenciamento do estresse. Entretanto, para Assunção e Pimenta (2020) não houve relação entre os índices de participação em lazer e a satisfação no trabalho entre 290 profissionais da enfermagem. Esta distinção pode ser relacionada às diferenças entre as atribuições e ambiente de trabalho de bibliotecários em relação aos enfermeiros. Entretanto, novos estudos para testar esta hipótese são viáveis para verificar este cenário. Além disso, Vieira e Silva (2019), apesar da jornada de trabalho constituir-se em um dos elementos centrais que podem ser barreiras para a população em idade produtiva, outras circunstâncias como sentimento de segurança, clima e ambiente, particular interesse e poder aquisitivo são outros pontos a serem considerados. Com isso, em alinhamento com nossos achados, não é possível definir relação significativa entre a participação em atividades de lazer e carga horária. O gerenciamento do estresse não obteve relação com o sexo ($p=0,737$), mas apresentou associação significativa com a satisfação com o trabalho e função ($p=0,003$) (Tabela 3).

Tabela 1 - Relação entre diagnóstico do estilo de vida e hábitos de vida por domínio. Teste não paramétrico de Kruskal-Wallis. Significância de $p < 0,05$

Domínio	Variável	χ^2	gl	valor de p
Família e amigos	Tenho alguém para conversar as coisas que são importantes para mim	1,080	3	0,782
	Dou e recebo afeto	0,557	3	0,906
Atividade	Sou vigorosamente ativo pelo menos durante 30 min/dia	2,646	3	0,449
	Sou moderadamente ativo	2,944	3	0,400
Nutrição	Como uma dieta balanceada	5,383	3	0,146
	Frequentemente como em excesso açúcar, sal, gordura animal, bobagens e salgadinhos	3,626	3	0,305
	Intervalo do meu peso considerado saudável	4,598	3	0,204
Cigarro e drogas	Fumo cigarros	2,007	3	0,571
	Uso drogas como maconha e cocaína	5,356	3	0,147
	Abuso de remédios ou exagero	3,472	3	0,324
	Ingiro bebidas que contêm cafeína	6,073	3	0,108
Álcool	Minha ingestão média por semana de álcool	0,979	3	0,806
	Bebo mais de quatro doses em uma ocasião	2,246	3	0,355
	Dirijo após beber	2,221	3	0,528
Sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro	Durmo bem e me sinto descansado	3,676	3	0,299
	Uso cinto de segurança	3,541	3	0,316
	Sou capaz de lidar com o estresse do meu dia-a-dia	12,576	3	0,006
	Relaxo e desfruto do meu tempo de lazer	11,903	3	0,008
Tipo de Comportamento	Pratico sexo seguro	1,294	3	0,731
	Aparento estar com pressa	4,205	3	0,240
	Sinto-me com raiva e hostil	3,719	3	0,293
Introspecção	Penso de forma positiva e otimista	0,455	3	0,929
	Sinto-me tenso e desapontado	8,438	3	0,038
	Sinto-me triste e deprimido	4,099	3	0,251
Trabalho	Estou satisfeito com meu trabalho ou função	2,202	3	0,532

Fonte: Os Autores, 2021.

Tabela 2. Relação entre lazer e turno, carga horária, estresse e domínios de atividade e trabalho. Teste não paramétrico de Kruskal-Wallis. Significância de $p < 0,05$

Variável	χ^2	gl	valor de p
Turno	2,074	3	0,722
Carga Horária	2,032	3	0,730
Sou vigorosamente ativo pelo menos durante 30 min/dia	5,602	3	0,231
Sou moderadamente ativo	7,529	3	0,110
Sou capaz de lidar com o estresse do meu dia-a-dia	32,094	3	0,000
Estou satisfeito com meu trabalho ou função	16,801	3	0,002

Fonte: Os Autores, 2021.

Nossos achados se coadunam aos achados de Balduino *et al.* (2019) que em estudo com 113 funcionários de uma Universidade do Oeste de Santa Catarina não encontrou relação significativa entre satisfação com o trabalho e sexo. Assim como Hirschle e Gondim (2020) que afirmam que há relação entre satisfação com o trabalho e a capacidade de gerenciamento do estresse, pois essa associação depende de habilidades adaptativas como a resiliência, auto eficácia, auto regulação emocional e coping para o enfrentamento de desafios cotidianos, ainda que em um ambiente com diversos estressores.

CONCLUSÃO

Os dados revelaram um estilo de vida de padrão prevalentemente positivo entre os trabalhadores estudados, mas com significativa parcela de indivíduos com hábitos negativos de vida. As variáveis relativas a estresse e lazer apresentaram maior relação com o estilo de vida global do que outros hábitos isoladamente como padrões de alimentação, atividade física e uso de drogas. Isso indica que resultados que assinalam estilo de vida com diagnósticos positivos podem ocultar itens passíveis de atenção em abordagens de grupos populacionais específicos, mas que contribuem para efetuar triagem para eleição de demandas para abordagens interventivas ou mesmo para estruturação de algum tipo de suporte ou política de apoio a adoção de estilo de vida em grupos populacionais de trabalhadores. Contudo, cabe indicar a necessidade de novos estudos com grupos de trabalhadores e pessoas em idade produtiva com esta e outras categorias profissionais, a fim de ampliar conhecimentos e monitorar tendências de estilo de vida procurando fornecer subsídios para uma constante atualização de medidas e políticas públicas de proteção à saúde do trabalhador.

REFERÊNCIAS

- Amim EF, Daher DV, Brito IS, Cursino EG, Teixeira ER, Koopmans FF, Faria MGA (2020). Estilo de vida e promoção à saúde de docentes universitários. Res., Soc. Dev. 9(9): e593997507.
- Assunção AÁ, Pimenta AM (2020). Satisfação no trabalho do pessoal de enfermagem na rede pública de saúde em uma capital brasileira. Cien Saude Colet. 25(1): 169-180.
- Azambuja CR, Santos DL, Rodrigues AdaR, Machado VA, Moraes ABde (2020). Estilo de vida e consumo de alimentos funcionais em docentes do ensino superior. Ci. e nat. 42(Commemorative Edition: Statistic): e30.
- Balduino D, Merlin LH, Bim MA, Marco JCPde, Pedrozo SC (2019). Unoesc & Ciência - ACBS. 10(1): 75-84.
- Brito JQ, Gordia AP, Teresa MB (2016). Estilo de vida de estudantes universitários: estudo de acompanhamento durante os dois primeiros anos do curso de graduação. Medicina (Ribeirão Preto. Online). 49(4): 293-302.
- Bührer BE, Tomiyoshi AC, Furtado MD, Nishida FS (2019). Análise da qualidade e estilo de vida entre acadêmicos de medicina de uma instituição do norte do Paraná. Rev. bras. educ. med. 43(1): 39-40.
- Caeiro CI (2020). Inteligência emocional e bem-estar: papel mediador dos estilos de vida nos jovens e adultos (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências Humanas, Universidade Católica Portuguesa).
- Cardoso BLC, Almeida ARde, Rodrigues GM, Pinto HP, Nunes CP (2020). Estilo de vida e barreiras para a prática de atividade física de docentes universitários. Teor. Prat. Edu. 23(3): 132-149.

- Costa FGda, Vieira LS, Cócaro MG, Azzolin KdeO, Pai DD, Tavares JP (2020). Qualidade de vida, condições de saúde e estilo de vida de policiais civis. *Rev Gaúcha Enferm.* 41: e20190124.
- Cotrim LR, Teixeira MO, Proni MW (2019). Desigualdade de gênero no mercado de trabalho formal no Brasil. *Unicamp. IE. Texto para Discussão*, jun, 383: 1-28.
- Hirschle ALT, Gondim SMG (2020). Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. *Cien Saude Colet.* 25(7): 2721-2736.
- Luza RR (2019). Atividade Física, qualidade de vida e estilo de vida de policiais militares do Centro de Operações Policiais Militares (COPOM) (Trabalho de Conclusão de Curso, Departamento Acadêmico de Educação Física, Universidade Tecnológica Federal do Paraná).
- Morais ACAS (2020). Saúde mental e estilo de vida dos profissionais do CAPS do Tocantins (Dissertação de Mestrado, Centro Universitário Adventista de São Paulo).
- Oliveira LA de, Oliveira EL (2019). A mulher no mercado de trabalho: algumas reflexões. *Refaf.* 8(1): 17-27.
- Pereira CAL (2020). Relações entre estilo de vida e qualidade da alimentação no trabalho: um estudo com os profissionais técnicos administrativos do Instituto Federal Baiano - Campus Santa Inês. *Braz. J. of Develop.* 6(11): 87034-87048.
- Quiroga FL, Paolucci BA (2020). Revisitando os clássicos: as contribuições de Karl Marx, Émile Durkheim e Max Weber para a sociologia da educação. *Educação por Escrito.* 11(1): 1-12.
- Rodrigues-Añez CR, Reis RS, Petroski EL (2008). Versão brasileira do Questionário "Estilo de Vida Fantástico": tradução e validação para adultos jovens. *Arq Bras Cardiol.* 91(2): 102-109.
- Sampaio FRR, Simões MC, Dutra FCMSe, Jorge IMP (2020). Estilo de vida e qualidade da alimentação de trabalhadores de bibliotecas públicas universitárias. *Rev. Contraponto.* 7(3): 35-56.
- Santos LLdos, Machado RC, Nascimento RCdo (2014). "Estilo de Vida Fantástico" de indivíduos jovens e adultos. In: *Anais da 7ª Jornada Acadêmica do curso de Educação Física da FAMES. Santa Maria: FAMES, pp. 1-4.*
- Silva DAS (2021). Indicadores do estilo de vida e autoavaliação negativa de saúde em universitários de uma instituição pública do Nordeste do Brasil. *Rev Bras Ativ Fis Saude.* 17(4): 263-269.
- Universidade Federal do Paraná (2021). Sistema de Bibliotecas (SiBi): as bibliotecas do SiBi/UFPR [online]. Disponível em: <http://www.portal.ufpr.br/setoriais.html>. Acesso em: 26 de agosto de 2021.
- Vieira VR, Silva JVPda (2019). Barreiras à prática de atividades físicas no lazer de brasileiros: revisão sistemática. *Pensar a prática.* 22: 54448.
