

ASSOCIAÇÃO DA PERCEPÇÃO SUBJETIVA DO ESTRESSE OCUPACIONAL COM A QUALIDADE DE VIDA DE TRABALHADORES DO SETOR INDUSTRIAL

Nathália Fernanda Gouveia Madureira Teodoro¹
Pedro Henrique de Almeida Silva¹
Sara Fernandes Correia¹
Viviane Soares¹

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹

RESUMO

Introdução: O setor industrial, apesar de seu papel essencial na produção e desenvolvimento, expõe os trabalhadores a demandas físicas e cognitivas que podem gerar estresse ocupacional. Esse fator tem sido associado a prejuízos à saúde física, mental e emocional, repercutindo na qualidade de vida desses trabalhadores industriais. **Objetivo:** Avaliar a percepção subjetiva do estresse ocupacional e sua associação com a qualidade de vida de trabalhadores da indústria. **Método:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no polo industrial de Anápolis-GO. A amostra foi composta por 141 trabalhadores, com idades entre 18 e 59 anos e vínculo empregatício mínimo de seis meses. Serão aplicados os questionários Job Stress Scale (JSS) e Short Form-36 (SF-36), ambos validados para a população brasileira. **Resultados:** Entre os 141 trabalhadores, 74 (52,48%) estavam sem sinais de estresse relevante (SSER) e 67 (47,5%) apresentaram sinais com estresse relevante (SCER), associado a maior idade ($p=0,034$) e pior qualidade de vida, sobretudo em aspectos sociais ($p<0,001$), saúde geral ($p<0,001$), vitalidade ($p<0,001$), e saúde mental ($p<0,001$), diferente da associação que foi positiva entre a capacidade funcional ($p=0,019$), dor ($p=0,001$) e limitação por aspectos físicos ($p=0,001$). **Conclusão:** O estresse ocupacional exerce impacto negativo em diferentes domínios da qualidade de vida, reforçando a necessidade de estratégias de promoção da saúde e prevenção do estresse no ambiente industrial.

Palavras-chave: Estresse ocupacional; Qualidade de vida; Saúde do trabalhador; Indústria.

INTRODUÇÃO

O setor industrial desempenha um papel essencial no desenvolvimento e fornecimento de produtos e serviços, mas exige dos trabalhadores atividades laborais disciplinadas e extenuantes, o que pode gerar estresse ocupacional.¹ Esse fenômeno, entendido como a resposta física e emocional a demandas excessivas no ambiente de trabalho, está diretamente associado a prejuízos à saúde física e mental desses indivíduos.^{2,3,4,5} Estudos apontam que 13,9% dos trabalhadores apresentam níveis elevados de estresse e dificuldades para enfrentar a vida, enquanto 13,2% percebem o estresse de forma negativa e 15% relatam qualidade de vida regular ou ruim.^{3,4}

Nesse sentido, o estresse influencia a qualidade de vida dos trabalhadores industriais, afetando domínios como capacidade funcional, aspectos sociais, dor, vitalidade, saúde geral e limitações físicas, o que evidencia que essa associação pode

ser comprometida pela interferência do estresse, prejudicando o cotidiano e o desempenho laboral desses profissionais.^{6,7}

Além disso, o estresse ocupacional está diretamente relacionado a desfechos clínicos relevantes, como doenças cardiovasculares, distúrbios metabólicos, obesidade, hipertensão.⁷ Assim, a identificação dos fatores que contribuem para esse quadro é fundamental, uma vez que o estresse compromete não apenas a capacidade laboral, mas também aspectos da qualidade de vida, incluindo o bem-estar geral e a prática de atividade física.⁴ Diante disso, o presente estudo tem como objetivo avaliar a percepção subjetiva do estresse ocupacional e sua associação com a qualidade de vida de trabalhadores da indústria.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado com trabalhadores do Distrito Agroindustrial de Anápolis (DAIA), Goiás. Um total de 166 trabalhadores do setor industrial concordou em participar do estudo. Foram incluídos indivíduos com idade entre 18 e 59 anos e com vínculo empregatício mínimo de seis meses. Foram excluídos aqueles com déficits de cognição, dificuldades de comunicação ou perda de memória recente. Dos 166 participantes, 25 não completaram todos os procedimentos do estudo, resultando em uma amostra final de 141 trabalhadores.

O cálculo amostral foi realizado no software G*Power no qual o tipo de análise considerada foi a regressão linear múltipla (Teste F desvio- r^2 de zero e três preditores). Foi considerado um poder amostral de 95%, tamanho de efeito médio 0,15 e nível de significância 5%, sendo necessário 104 trabalhadores. No entanto, 141 trabalhadores foram avaliados e a amostra obteve um poder 99%.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Evangélica de Goiás (UniEvangélica), sob o número 6.898.839. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A condução do estudo seguiu as diretrizes da Declaração de Helsinki e as normas estabelecidas pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Os dados foram coletados entre outubro e novembro de 2024, nos turnos matutino, vespertino e noturno, conforme a disponibilidade do setor industrial. Após a assinatura do TCLE, os participantes receberam uma ficha de identificação para o registro das informações sociais e clínicas. Em seguida, responderam individualmente

a dois instrumentos padronizados: o *Job Stress Scale* (JSS), destinado à avaliação do estresse ocupacional, e o *Short Form-36* (SF-36), utilizado para mensurar a qualidade de vida (QV).

Os dados foram expressos por estatística descritiva. A normalidade foi verificada pelo teste de *Kolmogorov-Smirnov*. Para comparação entre os grupos, foi utilizado o teste *t* de Student para amostras independentes e o teste de *Mann-Whitney* para amostras independentes. Além disso, realizou-se a regressão linear múltipla entre o score subjetivo do estresse e os domínios e o escore geral da QV, ajustados por sexo e idade. O valor de *p* considerado foi $<0,05$ e o software utilizado foi o *Statistical Package for the Social Science* (SPSS-versão 24).

RESULTADOS

Os dados demográficos e clínicos dos trabalhadores estão apresentados na tabela 1. Participaram do estudo 141 trabalhadores do setor industrial, no qual 74 (52,48%) estavam sem sinais de estresse relevante (SSER) e 67 (47,52%) estavam com sinais de estresse relevante (CSER). Os valores da idade ($p=0,034$) foram superiores nos trabalhadores CSER. Com relação ao estado civil, 46,3% dos trabalhadores CSER eram casados ($p=0,015$).

Tabela 1 – Dados demográficos e clínicos da amostra estudada (n=141).

Variáveis	Percepção subjetiva do estresse ocupacional			P*
	Total (n=141)	SSER (n=74)	CSER (n=67)	
	Média ± DP	Média ± DP	Média ± DP	
Idade (anos)	37,84 ± 12,70	35,68 ± 11,58	40,20 ± 13,50	0,034
Massa corporal (kg)	78,34 ± 18,29	78,89 ± 18,67	77,74 ± 18,00	0,711
Estatura (m)	17,09 ± 10,35	17,09 ± 10,15	17,09 ± 10,65	0,984
IMC (kg/m ²)	26,80 ± 5,57	27,05 ± 6,00	26,51 ± 5,06	0,560
	n (%)	n (%)	n (%)	p**
Sexo				0,649
Feminino	49 (34,8)	27 (36,5)	22 (32,8)	
Masculino	92 (65,2)	47 (63,5)	45 (67,2)	
Estado civil				0,015
Solteiro	53 (37,6)	26 (35,1)	27 (40,3)	
Casado	73 (51,8)	42 (56,8)	31 (46,3)	
Divorciado/ separado	09 (6,4)	01 (1,4)	08 (11,9)	
Outros	06 (4,3)	05 (6,8)	01 (1,5)	
Nível de escolaridade				0,534
Ensino fundamental completo/incompleto	82 (58,1)	44 (59,4)	38 (56,7)	
Ensino médio completo/ incompleto	46 (32,6)	22 (29,7)	24 (35,8)	
Graduação completo/ incompleto	09 (6,4)	05 (6,8)	04 (6,0)	

Pós-graduação	04 (2,8)	03 (4,1)	01 (1,5)	
Carga horária de trabalho				0,766
≤40 horas semanais	110 (78)	57 (77)	53 (79,1)	
>40 horas semanais	31 (22)	17 (23)	14 (20,9)	
Medicamentos				0,955
Sim	34 (24,5)	18 (24,7)	16 (24,2)	
Não	105 (75,5)	55 (75,3)	50 (75,8)	
Comorbidades				0,589
Sim	22 (15,6)	13 (17,6)	09 (13,4)	
Não	106 (75,2)	55 (74,3)	51 (76,1)	

Fonte: SSER - Sem sinais de estresse relevante. CSER - Com sinais de estresse relevante. * -Teste de Mann-Withney. ** - Teste de qui-quadrado. Dados para $p < 0,05$.

Os valores dos aspectos sociais ($p < 0,001$), vitalidade ($p < 0,001$), saúde geral ($p < 0,001$) aspectos emocionais ($p < 0,001$), saúde mental ($p < 0,001$) e score total QV ($p = 0,002$) apresentaram valores inferiores para os trabalhadores CSER enquanto foi superior os das limitações por aspectos físicos ($p = 0,006$) (Tabela 2).

Tabela 2 – Comparação dos domínios da qualidade de vida com a percepção subjetiva do estresse ($n = 141$).

Qualidade de vida	Percepção subjetiva do estresse ocupacional			P*
	Total ($n = 141$)	SSER ($n = 74$)	CSER ($n = 67$)	
	Média ± DP	Média ± DP	Média ± DP	
Capacidade funcional	84,11 ± 19, 21	82,57 ± 20,41	85,82 ± 17,79	0,120
Aspectos sociais	80,31 ± 21,08	87,31 ± 19,13	72,58 ± 20,56	<0,001
Dor	66,01 ± 20,67	67,07 ± 18,79	64,86 ± 22,71	0,757
Vitalidade	56,06 ± 23,96	64,52 ± 22,46	46,72 ± 22,14	<0,001
Saúde geral	55,69 ± 17,86	61,61 ± 18,24	49,16 ± 15, 01	<0,001
Limitação por aspectos físicos	86,52 ± 24,00	82,78 ± 23,75	90,67 ± 23,78	0,006
Aspectos emocionais	82,26 ± 36,64	95,04 ± 18,86	68,15 ± 45,48	<0,001
Saúde mental	69,81 ± 21,47	77,35 ± 18,93	61,49 ± 21, 16	<0,001
Score total QV	72,60 ± 16,35	77,28 ± 14, 24	67,43 ± 17, 06	0,002

Fonte: SSER - Sem sinais de estresse relevante. CSER - Com sinais de estresse relevante. * -Teste de Mann-Withney. Dados para $p < 0,05$.

A tabela 3 apresenta os modelos da regressão linear múltipla entre a QV com a percepção subjetiva de estresse, sendo os dados ajustados por sexo e idade. Observou-se uma associação positiva entre a capacidade funcional ($p = 0,019$), dor ($p = 0,001$) e limitação por aspectos físicos ($p = 0,001$) com a percepção subjetiva de estresse. Em contrapartida, a associação foi inversa para os domínios aspectos sociais ($p < 0,001$), vitalidade ($p < 0,001$), saúde geral ($p < 0,001$) e saúde mental ($p < 0,001$).

Tabela 3 – Modelos da regressão linear múltipla entre a percepção subjetiva do estresse com os domínios da qualidade de vida ($n = 141$).

Qualidade de vida	Percepção subjetiva do estresse ocupacional		p
	β (IC 95%)	R ² ajustado (%)	
Capacidade funcional	0,137 (0,023/0,251)	7,9	0,019

Aspectos sociais	-0,188 (-0,182/-0,089)	13,1	<0,001
Dor	0,177 (0,074/0,281)	11,5	0,001
Vitalidade	-0,185 (-0,273/-0,097)	14,9	<0,001
Saúde geral	-0,236 (-0,357/-0,114)	13,5	<0,001
Limitação por aspectos físicos	0,152 (0,064/0,240)	11,7	0,001
Aspectos emocionais	-0,034 (-0,094/0,026)	5,0	0,268
Saúde mental	-0,294 (-0,384/-0,204)	26,6	<0,001
Score total QV	-0,114 (-0,253/0,024)	6,0	0,105

Fonte: Dados para $p < 0,05$. Modelos ajustados por sexo e idade.

CONCLUSÃO

Conclui-se que os trabalhadores CSER apresentaram elevada prevalência de percepção subjetiva de estresse. A qualidade de vida é melhor naqueles com menor percepção de estresse ocupacional. Os modelos de regressão indicaram associação direta da capacidade funcional, dor e limitação por aspectos físicos com maior escore de estresse, quando aspectos sociais, vitalidade, saúde geral e saúde mental apresentaram relação inversa. A adoção de estratégias voltadas à redução do estresse é essencial para favorecer a qualidade de vida desses trabalhadores. Destaca-se, ainda, a necessidade de novos estudos com essa população, capazes de fornecer evidências que orientem a formulação de políticas públicas voltadas à promoção da saúde e bem-estar desses trabalhadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ¹RODRIGUES, P. H. DE A.; SILVA, R. D. F. DA C.; KISS, C. Mudanças recentes e continuidade da dependência tecnológica e econômica na indústria farmacêutica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 38, 26 ago. 2022.
- ²BARROS, M. V. G. DE; NAHAS, M. V. Comportamentos de risco, auto-avaliação do nível de saúde e percepção de estresse entre trabalhadores da indústria. **Revista de Saúde Pública**, v. 35, n. 6, p. 554–563, dez. 2001.
- ³NG, D. M.; JEFFERY, R. W. Relationships Between Perceived Stress and Health Behaviors in a Sample of Working Adults. **Health Psychology**, v. 22, n. 6, p. 638–642, 2003.
- ⁴COSTA, C. S. N. DA et al. Capacidade para o trabalho e qualidade de vida de trabalhadores industriais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 6, p. 1635–1642, jun. 2012.
- ⁵DIAS, F. M. et al. O estresse ocupacional e a síndrome do esgotamento profissional (burnout) em trabalhadores da indústria do petróleo: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 41, n. 0, 2016.
- ⁶ALVES, M. G. DE M. et al. Versão resumida da “job stress scale”: adaptação para o português. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, n. 2, p. 164–171, abr. 2004.
- ⁷MOREIRA, L. F.; BIEGELMEYER, T. C.; BIEGELMEYER, I. C.; BIEGELMEYER, U. H. A percepção do estresse dos trabalhadores da indústria de ferramentas. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 18, n. 53, p. 574–593, 2024. DOI: 10.5281/zenodo.12510133. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/4549>. Acesso em: 29 ago. 2025.