

Análise da qualidade de vida dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior de São Paulo

Quality of life analysis of vigilantes at a university in the interior of the state São Paulo

RESUMO

Adriano Fideris dos Santos 
adrianofideris@hotmail.com
Universidade do Oeste Paulista
(UNOESTE), Presidente Prudente,
São Paulo, Brasil

Emily de Lima Hisdaleck 
emilyhisdaleck2@hotmail.com
Universidade do Oeste Paulista
(UNOESTE), Presidente Prudente,
São Paulo, Brasil

Edna Amari Shiratsu Takahashi 
edna@unoeste.br
Universidade do Oeste Paulista
(UNOESTE), Presidente Prudente,
São Paulo, Brasil

OBJETIVO: Comparar a qualidade de vida dos vigilantes diurnos e noturnos de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo.

MÉTODOS: Pesquisa de natureza qualitativa e descritiva, desenvolvida com uma amostra de 40 vigilantes do turno diurno e 40 do noturno, no ano de 2019. Os instrumentos utilizados no estudo foram o WHOQOL-bref e o Índice de Massa Corpórea. A análise estatística foi com Software Microsoft Excel 2016 e SPSS versão 20.

RESULTADOS: A média do escore da qualidade de vida total foi de 79,66 para o turno diurno e 79,62 para o noturno, sendo as médias estatisticamente não significativas. Os dois turnos apresentaram o escore de melhor valor no domínio físico. Seguem os domínios relações sociais e psicológico, e o domínio do meio ambiente com o menor valor. A autoavaliação da qualidade de vida foi a que apresentou o resultado menos semelhante entre os turnos.

CONCLUSÕES: Na avaliação da qualidade de vida dos vigilantes diurnos e noturnos de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo não foi encontrada diferença estatisticamente significativa entre os turnos. Os escores da avaliação global e da autoavaliação da qualidade de vida foram elevados e o domínio relações sociais foi o que mais contribuiu para este desfecho.

PALAVRAS-CHAVE: qualidade de vida; saúde do trabalhador; jornada de trabalho em turnos; Organização Mundial da Saúde.

ABSTRACT

OBJECTIVE: To compare the quality of life of daytime and night-time security guards at a higher education institution in the interior of the state São Paulo.

METHODS: Research of a qualitative and descriptive nature, developed with a sample of 40 day-shift and 40 night-shift security guards, in the year 2019. The instruments used were the WHOQOL-bref and the Body Mass Index. Statistical analysis was with Microsoft Excel 2016 Software and SPSS version 20.

RESULTS: The mean total quality of life score was 79.66 for the day shift and 79.62 for the night shift, and the averages were not statistically significant. Both shifts presented the best score in the physical domain. This was followed by the social relations and psychological domains, and the environment domain with the lowest score. The self-assessment of quality of life was the one that presented the least similar result between the shifts.

CONCLUSIONS: In the evaluation of the quality of life of daytime and nighttime security guards of a higher education institution in the interior of the state of São Paulo, no statistically significant difference was found between the shifts. The scores of the global assessment and of the self-assessment of quality of life were high and the social relations domain was the one that most contributed to this outcome.

KEYWORDS: quality of life; occupational health; shift work schedule; World Health Organization.

Correspondência:

Adriano Fideris dos Santos

Rua Valdemira Schatz, número 112, Jardim Prudentino, Presidente Prudente, São Paulo, Brasil.

Recebido: 11 nov. 2020.

Aprovado: 29 ago. 2021.

Como citar:

SANTOS; A. F. dos; HISDALECK, E. de L.; TAKAHASHI, E. A. S. Análise da qualidade de vida dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior de São Paulo. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, Ponta Grossa, v. 14, e13426, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.3895/rbqv.v14.13426>. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/13426>. Acesso em: XXX.

Direito autoral:

Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional. Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir deste artigo, mesmo para fins comerciais, desde que atribuam o devido crédito pela criação original.



INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a quantidade de profissionais vigilantes em turnos aumentou significativamente. Com o aumento da criminalidade e o crescimento da insegurança da população, as empresas ampliaram os serviços de vigilância em suas dependências. O serviço de vigilância ocorre em setores públicos e privados, como bancos, indústrias, hospitais, empresas de transportes de valores, instituições de ensino, entre outros (SILVA *et al.*, 2013).

Os vigilantes são definidos como profissionais responsáveis por garantir a segurança e a integridade física dos trabalhadores em diversos estabelecimentos. É permitido aos vigilantes, quando necessário, o uso de armas de fogo. Os profissionais dessa área necessitam estarem permanentemente em estado de alerta e apresentar reação rápida para qualquer adversidade que ameace a sua segurança ou a de terceiros (GODINHO *et al.*, 2016).

O trabalho noturno é importante na sociedade e para os diversos tipos de serviços, contribuindo para o desenvolvimento econômico das empresas, porém, de certa forma, torna-se uma preocupação pela maneira como este trabalho está organizado e as repercussões sobre a saúde dos profissionais. O trabalhador deve conhecer seus limites físicos, para que as atividades sejam executadas sem interferir no processo saúde-doença, e sem comprometer a qualidade do serviço prestado (REIS; BRAGA, 2015; SILVA; CARVALHO; CARDIM, 2017).

Para a legislação brasileira, o horário noturno dos trabalhadores ocorre entre 22 horas e 5 horas da manhã seguinte, e em um turno fixo. A Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT) define como direitos do trabalhador a hora noturna reduzida e adicional de 20%, o que faz com que o salário seja superior aos que trabalham no turno diurno. Ao trabalhador possibilita melhorar a sua vida financeira e a facilidade de intercalar o tempo livre com os estudos e até mesmo com um segundo emprego (SANTOS; COSTA, 2016).

Porém, o ritmo de atividades realizadas no período da noite compromete o descanso e lazer, além de influenciar negativamente na qualidade de vida e no desenvolvimento de doenças por esses profissionais. Um dos principais fatores de desgaste para os trabalhadores do turno noturno é a privação do sono e a dificuldade de recuperá-lo nos dias seguintes, reduzindo o estado de alerta e atenção do trabalhador, diminuindo a capacidade física e mental, o que pode comprometer a qualidade dos serviços prestados (SILVA; CARVALHO; CARDIM, 2017).

O trabalhador noturno tem um ritmo diferente do de seus amigos e familiares, e este ritmo está associado ao grau de satisfação na vida amorosa, familiar, social e ambiental. A qualidade de vida é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a percepção do indivíduo sobre a sua inclusão na vida, no contexto da cultura e sistema de valores, a vivência em relação as suas expectativas, objetivos e preocupações dos indivíduos perante a sua posição (WHOQOL GROUP, 1994).

No intuito de mensurar percepções das dimensões do indivíduo, as suas indagações subjetivas e objetivas, a própria OMS apresenta vários instrumentos para verificar a qualidade de vida. Um dos instrumentos é o World Health Organization Quality of Life-100 (WHOQOL-100), sendo considerado o instrumento mais completo: avalia situações e grupos, bem como a percepção individual. A necessidade de se ter um instrumento de rápida aplicação e menos complexo, foi desenvolvido o WHOQOL-bref (FERENTZ, 2017; FREIRE; COSTA, 2016). Estes instrumentos avaliam a qualidade de vida e a saúde de forma geral.

Para a saúde e bem-estar, o trabalho em turnos pode ser prejudicial aos trabalhadores, principalmente à medida que ocorre conflitos entre o ritmo circadiano e o ritmo normal do organismo. Deste modo, o estudo objetivou comparar a qualidade de vida dos vigilantes diurnos e noturnos de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo.

MÉTODOS

Trata-se de pesquisa qualitativa-descritiva, desenvolvida com os vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo.

Utilizou-se o instrumento WHOQOL-bref (FLECK *et al.*, 2000). O instrumento é composto por 26 questões, sendo que as questões 1 e 2 avaliam a qualidade de vida e a saúde de forma geral, e as demais questões representam as 24 facetas que compõem os quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente (Quadro 1). Pesquisadores da sede no Brasil da World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) fizeram a validação deste instrumento.

Quadro 1 – Domínios e facetas do WHOQOL-bref

Domínios	Facetas
I – Físico	<p>Dor e desconforto</p> <p>Energia e fadiga</p> <p>Sono e repouso</p> <p>Mobilidade</p> <p>Atividades da vida cotidiana</p> <p>Dependência de medicação ou de tratamentos</p> <p>Capacidade de trabalho</p>
II – Psicológico	<p>Sentimentos positivos</p> <p>Pensar, aprender, memória e concentração</p> <p>Autoestima</p> <p>Imagem corporal e aparência</p> <p>Sentimentos negativos</p> <p>Espiritualidade, religião e crenças pessoais</p>
III - Relações Sociais	<p>Relações pessoais</p> <p>Suporte (apoio) social</p> <p>Atividade sexual</p>
IV - Meio Ambiente	<p>Segurança física e proteção</p> <p>Ambiente no lar</p> <p>Recursos financeiros</p> <p>Cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade</p> <p>Oportunidade de adquirir novas informações e habilidades</p> <p>Participação e oportunidades de recreação/lazer</p> <p>Ambiente físico: poluição, ruído, trânsito, clima</p> <p>Transporte</p>

Fonte: Fleck *et al.* (2000).

O instrumento WHOQOL-bref considera sempre os últimos 15 dias vividos pelos participantes. Os domínios são compostos por facetas, e estas possuem uma questão selecionada do WHOQOL-100 para melhor caracterizá-la. As respostas apresentadas ao respondente estão na forma da escala de Likert de 5 pontos. Utiliza-se a escala para obter as afirmações dos participantes que mais se aproximam da realidade (FERENTZ, 2017).

Dessa forma, por meio de uma sintaxe são calculados os escores finais, que resulta em uma pontuação entre 4 a 20, e posteriormente transformados em uma escala de 0 a 100 (PEDROSO et al., 2010). A própria sintaxe converte as questões de escala invertida (questões 3, 4 e 26); de modo que o maior valor da escala Likert pontue melhor a qualidade de vida.

O universo do estudo, uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo possui em seu quadro de funcionários, regidos pela CLT, 125 vigilantes. Destes, 39 trabalham em jornada de trabalho de 44 horas de segunda-feira a sexta-feira das 6 horas até às 15 horas, e sábado para completar às 44 horas; ou de segunda-feira a sexta-feira no período das 13 horas até à zero hora, trabalhando 44 horas em cinco dias. Os outros 86 vigilantes são divididos em turnos, no regime de 12 horas trabalhadas e 36 horas de descanso subsequente e duas folgas mensais, com 43 no turno diurno das 7 horas até às 19 horas e 43 no turno noturno, das 19 horas até às 7 horas.

O instrumento WHOQOL-bref foi entregue individualmente, em data e horário previamente combinados com os vigilantes, para posterior recolhimento. Também continha junto a este instrumento, um questionário para preencherem de modo autorreferido, os dados de data de nascimento, peso e altura para calcular o índice de massa corpórea (IMC) (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1995).

Os critérios de inclusão foram profissionais do sexo masculino, trabalhar na respectiva função no mínimo há 6 meses, trabalhadores com jornada diária de trabalho de 12 horas trabalhadas e 36 horas de descanso subsequente para ambos os turnos. O critério de exclusão foi a não concordância em participar da pesquisa.

Os cálculos do instrumento WHOQOL-bref, seus escores e a estatística descritiva foi realizada de acordo com o proposto por Pedroso et al. (2010), empregando o Software Microsoft Excel 2016. Foi utilizado o programa IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versão 20, para a realização dos cálculos do coeficiente alfa de Cronbach.

Este estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisas sob número CAAE 05609119.9.0000.5515. Após a sua aprovação, os vigilantes foram convidados para participarem do estudo e informados sobre os seus objetivos. Entre as informações, a garantia do anonimato e o caráter voluntário da participação. Após os esclarecimentos, foram orientados a realizar a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e posterior assinatura.

RESULTADOS

Os vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo são do sexo masculino, e mesmo a participação sendo de forma voluntária obteve-se a participação de 80 vigilantes, de um total de 86. Foram coletados dados idade, peso e altura para calcular o IMC. Este índice é um cálculo adotado pela OMS para a verificação do peso ideal de cada indivíduo. A média do IMC obtido foi de 28,86 para o turno diurno e 29,02 para o noturno. A Tabela 1 apresenta a análise descritiva dos principais dados.

Tabela 1 – Dados antropométricos dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo, segundo seu turno de trabalho

Variável	Turno diurno n=40	Turno noturno n=40	DP Diurno	DP Noturno	teste t	DF	p-valor
Idade (anos)							
Média	38,925	40,250	5,8238	6,8378	-9329	78	0,3537
Mediana	37,500	40,000					
Peso (quilos)							
Média	94,5602	92,675	13,6628	12,7085	0,6389	78	0,5246
Mediana	90,000	90,000					
Altura (metros)							
Média	1,808	1,787	0,0581	0,0823	1,3337	78	0,1861
Mediana	1,800	1,790					

Fonte: Autoria própria.

Nota: DP = desvio padrão; DF = grau de liberdade; p-valor = com significância $p < 0,05$.

As análises das respostas, seguem a escala Likert com os valores entre 1 a 5, dessa forma quanto maior a pontuação melhor a qualidade de vida, uma vez que a sintaxe de Pedroso et al. (2010) convertem as questões invertidas.

Na Tabela 2 são registradas a hipótese nula de que não há diferenças estatísticas entre os domínios I, II, III e IV, a autoavaliação da qualidade de vida e a qualidade de vida total entre os dois turnos, conforme o p-valor apresentado.

Tabela 2 – Comparação da qualidade de vida e seus domínios dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo, segundo seu turno de trabalho

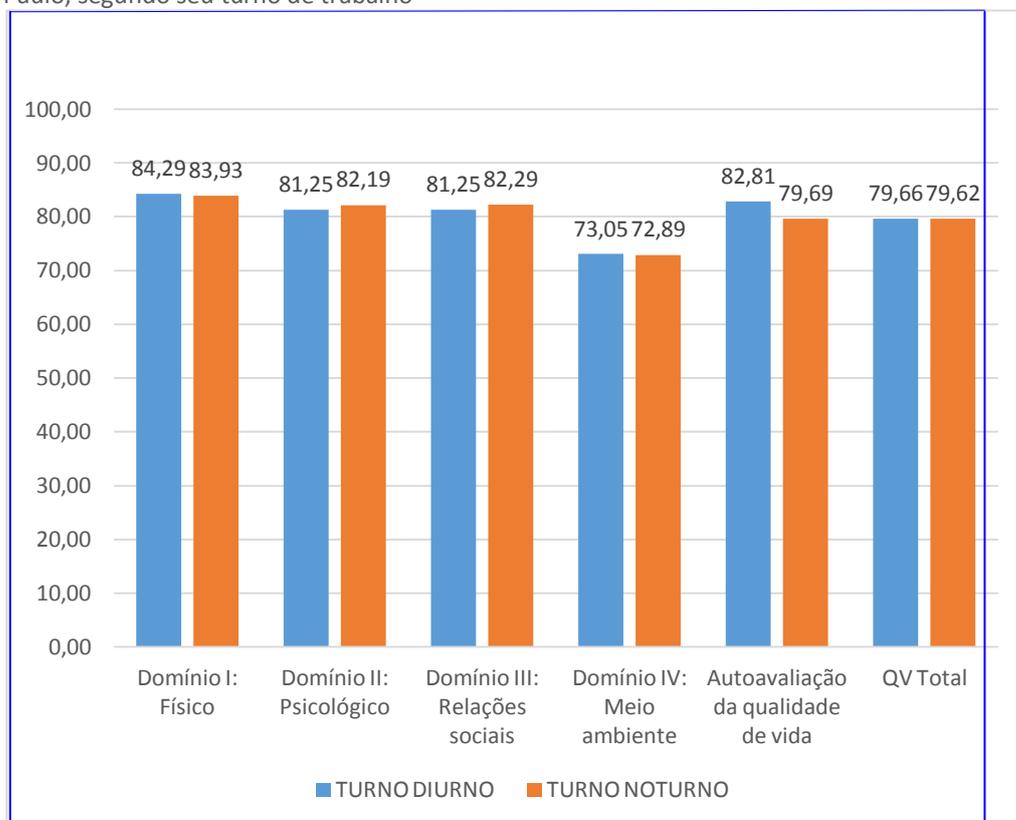
Domínios	Média Diurna *	Média Noturna*	DP Diurno	DP Noturno	Anova F. Única variação	teste t	DF	p-valor
Físico	4,372	4,357	0,3879	0,4620	p=0,2909	0,1497	78	0,8813
Psicológico	4,250	4,288	0,4591	0,3540	p=0,1917	- 0,4090	78	0,6836
Relações sociais	4,250	4,292	0,5686	0,5453	p=0,7572	- 0,3344	78	0,7389
Meio ambiente	3,922	3,916	0,5108	0,5222	p=0,8104	0,0541	78	0,9569
Autoavaliação da QV	4,313	4,188	0,5738	0,5023	p=0,1830	1,0365	78	0,3031
QV total	4,187	4,185	0,3671	0,4053	p=0,8877	0,0222	78	0,9823

Fonte: Autoria própria.

Nota: * Média avaliada em escala Likert; DP = desvio padrão; DF = grau de liberdade; p-valor= com significância $p < 0,05$.

A média avaliada em escala Likert dos domínios, usando a sintaxe disponibilizada por Pedroso et al. (2010), é convertida em escala de 0 a 100. Os resultados obtidos estão demonstrados no Gráfico 1. Nos dois turnos a escala de melhor valor correspondeu ao domínio físico. Seguem os domínios relações sociais e psicológico. Já o domínio do meio ambiente, com o menor valor nos dois turnos. A autoavaliação da qualidade de vida, em comparação com os domínios e a qualidade de vida global, apresentou o resultado menos semelhante (82,81 pontos para os vigilantes com turno diurno e 79,69 para os do turno noturno).

Gráfico 1 – Resultados por domínios, autoavaliação e global da qualidade de vida dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo, segundo seu turno de trabalho



Fonte: Autoria própria.

Uma vez que os domínios não apresentaram diferenças estatísticas, testou-se a igualdade de cada faceta, representada pelas questões. Na Tabela 3 são apresentados o p-valor não significativo das facetas, demonstrando não apresentar diferenças entre os turnos diurno e noturno. A faceta de menor p-valor é a questão 14 (Em que medida você tem oportunidades de lazer?) inserida no domínio do meio ambiente. Apesar de não ser significativo, aponta que o turno noturno tem ritmo e percepções diferentes entre as pessoas de seu convívio.

Tabela 3 – Resultados por facetas de qualidade de vida dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo, segundo seu turno de trabalho

Questão	Média Diurno *	Média Noturno *	DP Diurno	DP Noturno	teste t	DF	p-valor
Q1	4,325	4,275	0,5256	0,5541	0,4140	78	0,6799
Q2	4,300	4,100	0,6868	0,5453	1,4422	78	0,1532
Q3	4,250	4,500	0,9268	0,7510	-1,3554	78	0,1888
Q4	4,175	4,500	0,9841	0,7844	-1,6332	78	0,1064
Q5	3,975	3,825	0,7333	0,5494	1,0352	78	0,3037
Q6	4,375	4,500	0,7741	0,5991	-0,8075	78	0,4217
Q7	4,075	4,000	0,5256	0,5063	0,6499	78	0,5176
Q8	4,200	4,150	0,6484	0,6222	0,3518	78	0,7258
Q9	3,825	3,675	0,8737	0,8589	0,7742	78	0,4411
Q10	4,300	4,150	0,6868	0,7355	0,9426	78	0,3887
Q11	4,300	4,425	0,7909	0,6751	-0,7602	78	0,4494
Q12	3,525	3,500	1,0374	0,9058	0,1148	78	0,9088
Q13	3,800	3,775	0,7578	0,8002	0,1434	78	0,8862
Q14	3,725	3,450	0,7840	0,6774	1,6784	78	0,0972
Q15	4,750	4,575	0,4385	0,5943	1,4985	78	0,1380
Q16	4,100	3,925	0,6324	0,8285	1,0618	78	0,2916
Q17	4,475	4,325	0,5986	0,6558	1,0683	78	0,2886
Q18	4,550	4,525	0,7493	0,6400	0,1604	78	0,8729
Q19	4,375	4,525	0,7403	0,6788	-0,9444	78	0,3478
Q20	4,300	4,325	0,6076	0,7998	-0,1664	78	0,8682
Q21	4,325	4,275	0,7298	0,7156	0,3093	78	0,7578
Q22	4,125	4,275	0,6671	0,6400	-1,0754	78	0,2855
Q23	4,375	4,425	0,6674	0,8439	-0,2939	78	0,7696
Q24	3,725	4,075	1,1544	0,8285	-1,5577	78	0,1233
Q25	4,200	4,275	0,8227	0,8161	-0,4093	78	0,6834
Q26	4,400	4,450	0,7442	0,5038	-0,3518	78	0,7258

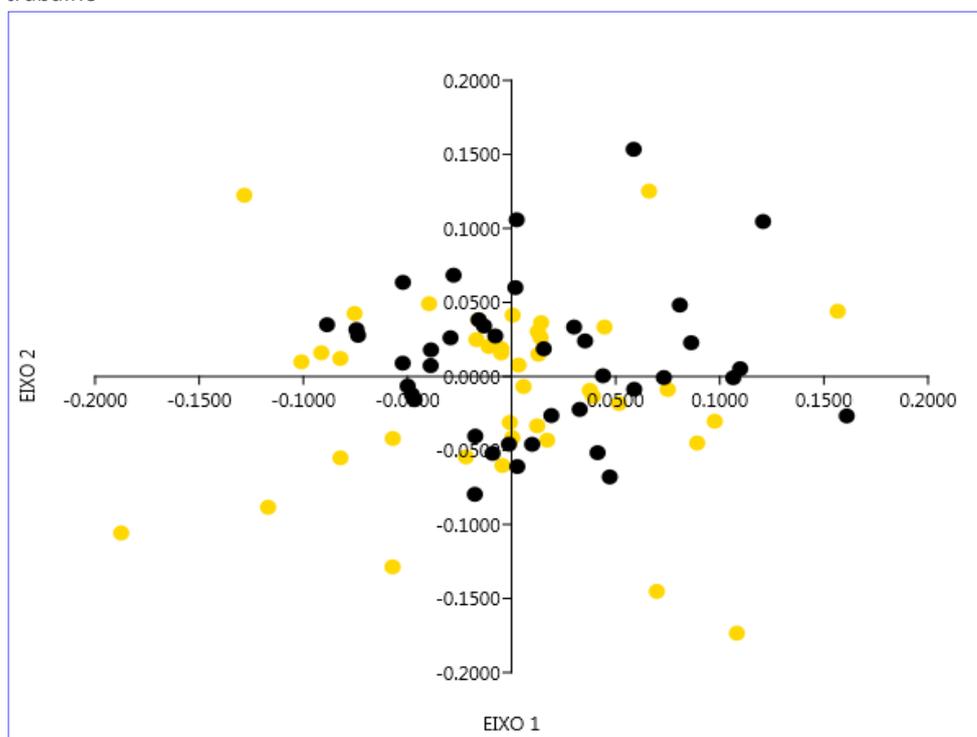
Fonte: Autoria própria.

Nota: * Média avaliada em escala Likert; DP = desvio padrão; teste t = teste-t para amostras independentes; DF = grau de liberdade; p-valor= com significância $p < 0,05$.

Verificou-se também a consistência interna das respostas do WHOQOL-bref, obtida por meio do coeficiente de Alfa de Cronbach, obtendo-se o valor $\alpha C=0,874$. O resultado indica alta consistência interna das facetas, apresentando semelhança entre os dois turnos. O coeficiente foi calculado usando o software estatístico SPSS.

Como outra forma de demonstrar os resultados, foi realizado o teste estatístico dos eixos de análise de correspondência, apresentado no Gráfico 2. É uma combinação linear das variáveis originais (facetas), de modo a maximizar a variação total explanada dos dados. Observa-se uma mistura considerável dos dois grupos de pontos nesse mundo multidimensional, atestando que com base nas variáveis estudadas, que não há uma diferenciação clara entre o turno noturno e diurno.

Gráfico 2 – Análise de correspondência de todas as facetas dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo, segundo seu turno de trabalho

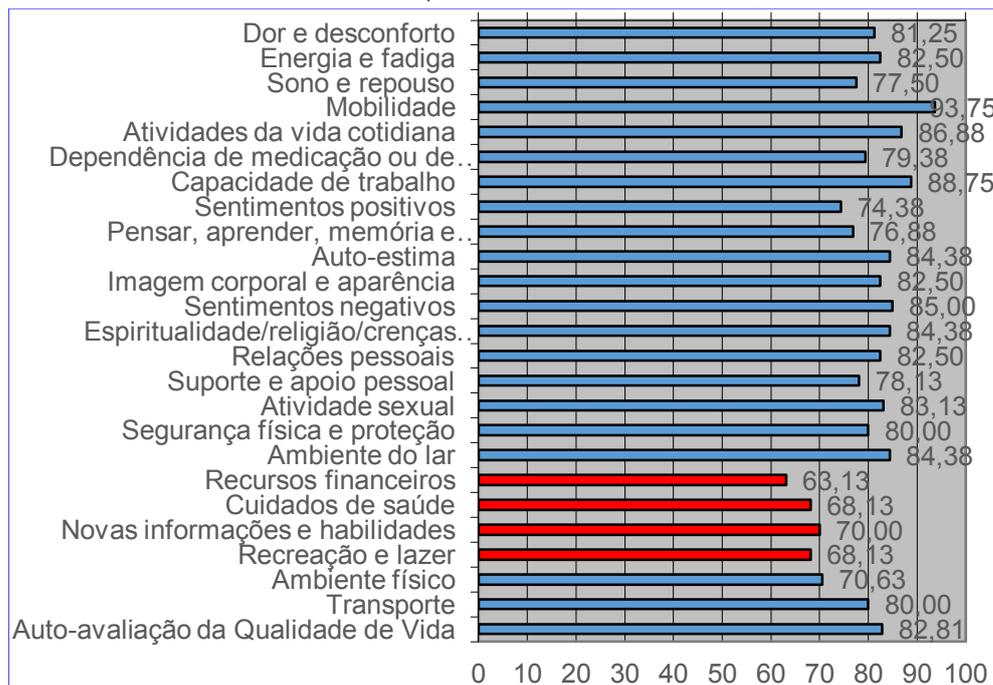


Fonte: Autoria própria.

Para a construção dos Gráficos 3 e 4 foi utilizada a sintaxe construída por Pedroso et al. (2010). Com gráficos pode-se observar os escores das facetas do Whoqol-bref apresentada pelos vigilantes dos turnos diurno e noturno.

Para o turno diurno, os menores escores foram recursos financeiros, cuidados em saúde, novas informações e habilidades e recreação e lazer. No turno noturno foi constatado menores escores em recursos financeiros, novas informações e habilidades, recreação e lazer e ambiente físico. Estas questões correspondem às facetas que representam o domínio meio ambiente, o qual apresentou o menor valor no presente estudo.

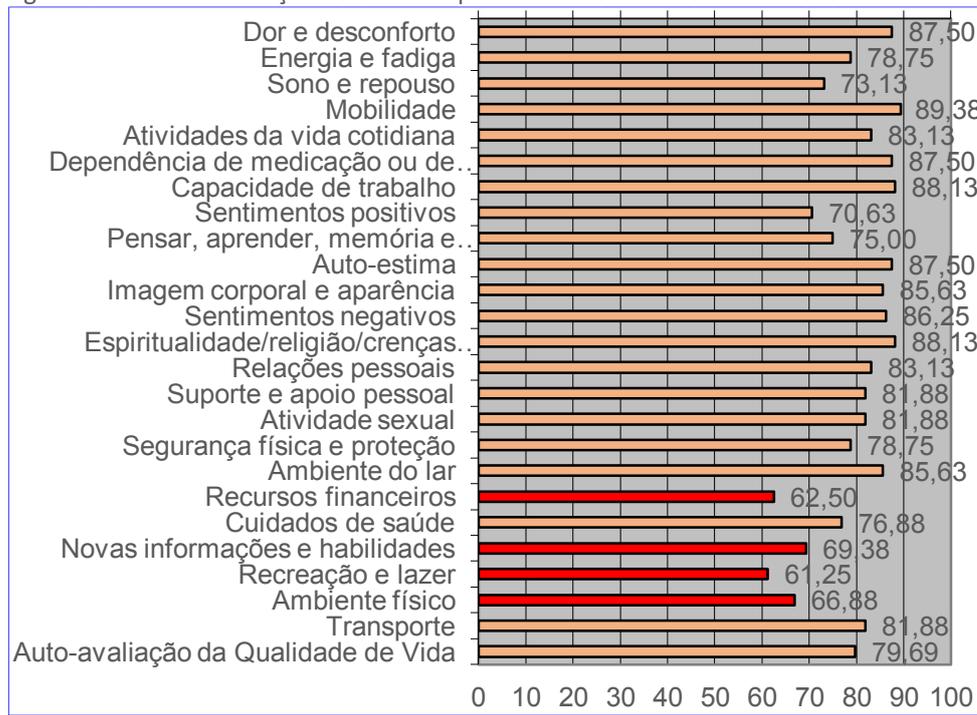
Gráfico 3 – Turno diurno: escores das questões individuais do WHOQOL-bref



Fonte: Autoria própria.

Em relação à autoavaliação da qualidade de vida, observou-se que os vigilantes estão satisfeitos. Os vigilantes que atuam no turno diurno apresentaram um escore superior (82,81) ao turno noturno (79,69). Na avaliação da qualidade de vida dos vigilantes, o domínio físico apresentou o melhor escore. No turno diurno, o maior escore foi encontrado na faceta mobilidade (93,75 pontos), e o menor na faceta sono e repouso (77,50 pontos). No turno noturno, o maior escore foi na faceta mobilidade (89,38 pontos) e o menor escore na faceta sono e repouso (73,13).

Gráfico 4 – Turno noturno: escores das questões individuais do WHOQOL-bref dos vigilantes de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo



Fonte: Autoria própria.

O melhor valor encontrado nas facetas foi na faceta mobilidade do domínio físico, e pode ser justificado com a idade média dos participantes, pois são adultos jovens ou maduros com pleno controle de suas atividades diárias. De acordo com Pereira et al. (2006), em seu estudo realizado em idosos, o domínio físico é o que mais impacta em sua qualidade de vida pois implica na manutenção de sua capacidade funcional. No estudo em egressos do curso de medicina, a idade foi uma variável fortemente associada à saúde física (TORRES et al., 2011). Ferreira et al. (2017), utilizando amostragem de açougueiros com idade semelhante ao presente estudo, também constataram maior escore no domínio físico.

Estudos demonstraram que o trabalho noturno tem relação entre o excesso de peso e problemas de saúde, como hipertensão e o diabetes mellitus (REIS; BRAGA, 2015; SILVA-COSTA, 2015). Neste estudo foi utilizado o IMC para verificar a obesidade, sendo que os vigilantes de ambos os turnos, de acordo com os padrões da OMS (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1995), foram classificados com sobrepeso. A identificação de sobrepeso foi inesperada. Pessoas com elevada quantidade de massa muscular tem limitação na aplicação do IMC (REZENDE et al., 2010). Os valores de peso e altura foram autorreferidos, fazendo-se necessária uma avaliação mais aprofundada dos indicadores antropométricos e dos biomarcadores para investigar possíveis alterações relacionadas à saúde do trabalhador.

Os menores resultados estão no domínio meio ambiente, seguindo tendência dos estudos nacionais (ARROYO; BORGES; LOURENÇÃO, 2019; FERENTZ, 2017) sendo o aspecto preocupante para a qualidade de vida entre os turnos deste estudo. De acordo com Almeida-Brasil et al. (2017), em estudo que avalia qualidade de vida e perfil de saúde dos indivíduos atendidos em quatro unidades básicas de saúde em Belo Horizonte, relatam que o meio ambiente é o domínio que menos contribui para uma boa avaliação da qualidade de vida. Mesmo o domínio meio ambiente apresentando o menor escore neste estudo, o resultado encontrado prejudicou pouco a avaliação da qualidade de vida total dos vigilantes em seus diferentes turnos.

O turno noturno do presente estudo tem o menor de todos os escores para a faceta da oportunidade de recreação e lazer. O lazer deve ser entendido como um período inserido no espectro do tempo livre (ADÃO, 2000). Este tempo livre pode ser ocupado de diversas formas, como repousar, divertir, recrear ou desenvolver atividades outras para o seu interesse, como a prática de hábitos saudáveis de vida. O lazer proporciona momentos prazerosos e pode diminuir o estresse e favorecer a criatividade da pessoa (ADÃO, 2000; ZANARDO, 2010).

A faceta recursos financeiros, também pertencente ao domínio meio ambiente, apresentou os piores escores quando comparados com os demais. De acordo com literatura nacional, foi apontada em outros estudos como a faceta que possui os menores escores (ARROYO; BORGES; LOURENÇÃO, 2019). Na realidade brasileira, a maioria das vezes policiais, vigilantes ou seguranças acabam desenvolvendo outras atividades informais para complementar a sua renda, o que requer esforço físico e pode trazer riscos e prejuízos às suas atividades, e com isso também afetar o domínio psicológico (JESUS; JESUS, 2012).

O domínio psicológico da qualidade de vida dos vigilantes apresentou escore bastante similar ao do domínio das relações sociais. A faceta espiritualidade apresentou um dos maiores escores, permitindo supor que estes profissionais encontram auxílio nas suas crenças durante dificuldades que rugem na área profissional, pessoal ou espiritual. De acordo com os resultados, os vigilantes demonstram confiança em relação à autoestima, imagem corporal e aparência. Já a faceta relacionada a sentimentos negativos, foi pontuada de maneira favorável para a ausência destes sentimentos. Este conjunto contribui para o desempenho de suas funções profissionais, visto que se espera o equilíbrio necessário para saber lidar com quaisquer situações inesperadas com possíveis intervenções (SOUZA FILHO et al., 2015).

No domínio relações sociais, os dados não indicam diferenças estatísticas entre os turnos, demonstrando satisfação dos vigilantes nas questões relacionadas com amigos e familiares, apoio e vida sexual. De acordo com a literatura, pessoas casadas encontram apoio em seu parceiro, fator que contribui e influencia na qualidade de vida e na sua capacidade de trabalho. Um bom relacionamento entre os colegas de trabalho conduz ao menor estresse e promove benefícios à saúde. Para promover as relações pessoais, bem como o relacionamento com os colegas envolve cooperação entre colegas e supervisores no intuito de reduzir o desgaste do trabalhador na realização de suas funções (ARROYO; BORGES; LOURENÇÃO, 2019; GODINHO et al., 2016). Estudo realizado por Almeida-Brasil et al. (2017) aponta que o domínio das relações sociais é o que mais contribui para melhor qualidade de vida.

Conclui-se que, na avaliação da qualidade de vida dos vigilantes diurnos e noturnos de uma instituição de ensino superior no interior do estado de São Paulo, não há diferença estatisticamente significativa entre os turnos. Os escores da avaliação global e da autoavaliação da qualidade de vida encontrados foram elevados e o domínio relações sociais foi o que mais contribuiu para este desfecho.

REFERÊNCIAS

- ADÃO, K. do S. Contribuições de Norbert Elias e Eric Dunning para a teoria do lazer. **Conexões**, Campinas, n. 5, p. 1-11, 2000. DOI: 10.20396/conex.v0i5.8638138. DOI: <https://doi.org/10.20396/conex.v0i5.8638138>. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8638138#:~:text=Este%20artigo%20busca%20situar%20os,civilizat%C3%B3rio%20que%20nela%20se%20efetivou>. Acesso em: 29 set. 2021.
- ALMEIDA-BRASIL, C. C. *et al.* Qualidade de vida e características associadas: aplicação do WHOQOL-BREF no contexto da Atenção Primária à Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1705-1716, maio 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232017225.20362015>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/hCT5bVhkXN8Q7kk3Tc9w8gb/?lang=pt>. Acesso em: 3 dez. 2020.
- ARROYO, T. R.; BORGES, M. A.; LOURENÇÃO, L. G. Saúde e qualidade de vida de policiais militares. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 32, p. 7738, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5020/18061230.2019.7738>. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/7738>. Acesso em: 3 dez. 2020.
- FERENTZ, L. M. da S. Análise da qualidade de vida pelo método WHOQOL-bref: estudo de caso na cidade de Curitiba, Paraná. **Estudo & Debates**, Lajeado, v. 24, n. 3, p. 116-134, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.22410/issn.1983-036X.v24i3a2017.1359>. Disponível em: <http://univates.br/revistas/index.php/estudoedebate/article/view/1359/0>. Acesso em: 2 dez. 2020.
- FERREIRA, J. C. *et al.* Avaliação da qualidade de vida de açougueiros com a utilização do WHOQOL-bref. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 222-228, 2017. DOI: <https://doi.org/10.5327/Z1679443520170416>. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/252/pt-BR/avaliacao-da-qualidade-de-vida-de-acougueiros-com-a-utilizacao-do-whoqol-bref#:~:text=RESULTADOS%3A%20Foi%20observado%20que%2C%20em,foram%20diferentes%20entre%20os%20grupos>. Acesso em: 3 dez. 2020.

FLECK, M. P. A. *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 178-183, abr. 2000. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102000000200012>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/JVdm5QNjj4xHsRzMFbF7trN/?lang=pt>. Acesso em: 2 dez. 2020.

FREIRE, M. N.; COSTA, E. R. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem no ambiente de trabalho. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, Recife, v. 10, sup. 5, p. 4286-4294, 2016. DOI: <https://doi.org/10.17267/2317-3378rec.v5i1.871>. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/871>. Acesso em: 2 dez. 2020.

GODINHO, M. R. *et al.* Capacidade para o trabalho e saúde dos vigilantes de uma universidade pública. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 24, e2725, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0616.2725>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/TDGG9nj8cJDXVbMh8bh4vn/?lang=pt>. Acesso em: 2 dez. 2020.

JESUS, G. M.; JESUS, E. F. A. de. Nível de atividade física e barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 34, n. 2, p. 433-448, jun. 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892012000200013>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/TJPG6vK6VfNQdCVkSgFmmtK/?lang=pt>. Acesso em: 3 dez. 2020.

PEDROSO, B. *et al.* Cálculo dos escores e estatística descritiva do WHOQOL-bref através do Microsoft Excel. **Revista Brasileira de Qualidade de vida**, Ponta Grossa, v. 2, n. 1, p. 31-36, jan./jun. 2010. DOI: <https://doi.org/10.3895/S2175-08582010000100004>. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/687>. Acesso em: 2 dez. 2020.

PEREIRA, R. J. *et al.* Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 28, n. 1, p. 27-38, abr. 2006. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-81082006000100005>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/6XN7kRNr6QjQqd93NKzh7Gy/?lang=pt>. Acesso em: 28 set. 2021.

REIS, F. F.; BRAGA, A. L. S. O trabalho noturno e seus impactos na saúde da equipe de enfermagem: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, Recife, v. 9, n. 3, p. 7133-7145, mar. 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10444>. Acesso em: 2 dez. 2020.

REZENDE, F. A. C. *et al.* Aplicabilidade do índice de massa corporal na avaliação da gordura corporal. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 16, n. 2, p. 90-94, abr. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922010000200002>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/y5rNM97t3JpfshH5gHVfx6K/?lang=pt>. Acesso em: 3 dez. 2020.

SANTOS, A. A. dos; COSTA, O. R. S. Qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem que atuam no período noturno em um hospital escola do sul de Minas Gerais. **Revista Ciências em Saúde**, Itajubá, v. 6, n. 1, p. 43, jan./mar. 2016. DOI: <https://doi.org/10.21876/rcsfmit.v6i1.453>. Disponível em: https://portalrcs.hcitajuba.org.br/index.php/rcsfmit_zero/article/view/453. Acesso em: 2 dez. 2020.

SILVA, A. P. da; CARVALHO, E. S. de; CARDIM, A. Trabalho noturno na vida dos enfermeiros. **Revista Enfermagem Contemporânea**, v. 6, n. 2, p. 177-185, out. 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3378rec.v6i2.1292>. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/1292>. Acesso em: 2 dez. 2020.

SILVA, M. F. M. da *et al.* Trabalho diurno e noturno: principais impactos do trabalho em turnos para a saúde de vigilantes. **Revista Organizações em Contexto**, São Bernardo do Campo, v. 9, n. 17, p. 183-204, jan/jun. 2013. DOI: <https://doi.org/10.15603/1982-8756/roc.v9n17p183-204>. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/OC/article/view/3208#:~:text=Sobre%20o%20impacto%20de%20seu,e%20profissional%2C%20especialmente%20aos%20noturnos>. Acesso em: 2 dez. 2020.

SILVA-COSTA, A. **Trabalho noturno e diabetes tipo 2: resultados da linha de base do estudo longitudinal de saúde do adulto ELSA-Brasil**. 2015. Tese (Doutorado em Epidemiologia em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2015. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/12853>. Acesso em: 28 set. 2021.

SOUZA FILHO, M. J. de *et al.* Avaliação da qualidade de vida de policiais militares. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 23, n. 4, p. 159-169, 2015. Disponível em:

<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/5551/4099>.

Acesso em: 3 dez. 2020.

TORRES, A. R. et al. Qualidade de vida e saúde física e mental de médicos: uma autoavaliação por egressos da Faculdade de Medicina de Botucatu - UNESP. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 264-275, jun. 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2011000200008>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/DNgmkBDw5ZGhyhyzcHWVShz/?lang=pt>. Acesso em: 28 set. 2021.

WHOQOL GROUP. The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). *In*: ORLEY, J.; KUYKEN, W. (ed.). **Quality of life assessment: international perspectives**. Heidelberg: Springer, 1994. p. 41-60. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-642-79123-9_4. Disponível em:

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/41833>. Acesso em: 28 set. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry**. Geneva, Switzerland: WHO, 1995. (WHO Technical Report Series, n. 854).

ZANARDO, M. D. **A qualidade de vida do trabalhador noturno e as relações do sono e do dia de descanso com o seu desempenho profissional**. 2010. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em:

<https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/15917/1/MARILZA%20DELPINO%20ZANARDO.pdf>. Acesso em: 3 dez. 2020.