

# CARACTERIZAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E RISCO PARA SÍNDROME DE BURNOUT DE TRABALHADORES DE UM HOSPITAL DO SUL CATARINENSE

CHARACTERIZATION OF EATING BEHAVIOR AND RISK FOR BURNOUT SYNDROME AMONG WORKERS AT A HOSPITAL IN SOUTHERN SANTA CATARINA STATE

CARACTERIZACIÓN DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO Y RIESGO DE SÍNDROME DE BURNOUT EN TRABAJADORES DE UN HOSPITAL DEL SUR DE SANTA CATARINA

Louyse Sulzbach Damázio <sup>1</sup>

Eduarda Fregulia Becker <sup>2</sup>

Milena Monteiro Raupp <sup>3</sup>

Paula Rosane Vieira Guimarães <sup>4</sup>

## Como Citar:

Damázio LS, Becker EF, Raupp MM, Guimarães PRV. Caracterização do Comportamento Alimentar e Risco para Síndrome de Burnout de Trabalhadores de um Hospital do Sul Catarinense. *Sanare*. 2024;23(2).

## Descritores:

Exaustão psicológica; Comportamento alimentar; Burnout.

## Descriptors:

Psychological exhaustion; Eating behavior; Burnout.

## Descriptores:

Agotamiento psicológico; Comportamiento alimentario; Burnout

## Submetido:

03/08/2024

## Aprovado:

15/10/2024

## Autor(a) para Correspondência:

Louyse Sulzbach Damázio  
Av. Universitária, 1105 -  
Universitário, Criciúma - SC,  
CEP:88806-000  
E-mail: louyse3@hotmail.com

## RESUMO

O ambiente de trabalho hospitalar é notoriamente associado a altos níveis de estresse ocupacional, que pode ter um impacto direto e significativo no comportamento alimentar dos indivíduos. Este estresse é influenciado por uma combinação complexa de fatores psicológicos, sociais e culturais, refletindo a carga intensa enfrentada pelos profissionais da saúde. O objetivo deste estudo foi avaliar como o estresse influencia o comportamento alimentar entre trabalhadores de um hospital, utilizando uma abordagem detalhada. Para a coleta de dados, foi empregado um questionário clínico, o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar e a escala de Burnout. A amostra incluiu 45 trabalhadores, com uma predominância significativa de mulheres (95%) e uma média de idade de  $35,88 \pm 11,68$  anos. Os resultados revelaram que a alimentação emocional foi o padrão mais prevalente, identificado em 33,73% dos participantes. Isso indica uma tendência de buscar conforto alimentar como resposta ao estresse. Além disso, 77,7% dos participantes estavam em risco de desenvolver Burnout, evidenciando a alta carga emocional a que estão expostos. Observou-se também uma associação significativa entre comportamento alimentar e idade ( $p=0,008$ ), sugerindo que trabalhadores mais jovens podem apresentar comportamentos alimentares mais problemáticos, possivelmente devido a pressões e desafios específicos dessa faixa etária. Esses achados ressaltam a necessidade de intervenções focadas tanto na gestão do estresse quanto na promoção de hábitos alimentares saudáveis.

1. Doutora em Ciências da Saúde. Universidade do Extremo Sul Catarinense. E-mail: louyse3@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0710-2320>

2. Nutricionista. Universidade do Extremo Sul Catarinense. E-mail: dudabecker29@icloud.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-9465-4117>

3. Nutricionista. Universidade do Extremo Sul Catarinense. E-mail: milenaraupp13@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-3098-1000>

4. Doutora em Desenvolvimento Socioeconômico. Universidade do Extremo Sul Catarinense. E-mail: paulag@unes.net. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2063-2331>

**ABSTRACT**

*The hospital work environment is notoriously associated with high levels of occupational stress, which can have a direct and significant impact on individuals' eating behavior. This stress is influenced by a complex combination of psychological, social and cultural factors, reflecting the intense burden faced by healthcare professionals. The aim of this study was to assess how stress influences eating behavior among hospital workers, using a detailed approach. A clinical questionnaire, the Dutch Eating Behavior Questionnaire and the Burnout scale were used to collect data. The sample included 45 workers, with a significant predominance of women (95%) and a mean age of  $35.88 \pm 11.68$  years. The results revealed that emotional eating was the most prevalent pattern, identified in 33.73% of the participants. This indicates a tendency to seek comfort food as a response to stress. In addition, 77.7% of the participants were at risk of developing burnout, highlighting the high emotional burden to which they are exposed. There was also a significant association between eating behavior and age ( $p=0.008$ ), suggesting that younger workers may exhibit more problematic eating behaviors, possibly due to pressures and challenges specific to this age group. These findings underscore the need for interventions focused on both stress management and dieting.*

**RESUMEN**

*El entorno laboral de los hospitales está notoriamente asociado a altos niveles de estrés laboral, que pueden tener un impacto directo y significativo en el comportamiento alimentario de los individuos. Este estrés se ve influido por una compleja combinación de factores psicológicos, sociales y culturales, que reflejan la intensa carga a la que se enfrentan los profesionales sanitarios. El objetivo de este estudio era evaluar cómo influye el estrés en la conducta alimentaria de los trabajadores hospitalarios, utilizando un enfoque detallado. Para la recogida de datos se utilizaron un cuestionario clínico, el Cuestionario Holandés de Conducta Alimentaria y la escala de Burnout. La muestra incluyó a 45 trabajadores, con un predominio significativo de mujeres (95%) y una edad media de  $35,88 \pm 11,68$  años. Los resultados revelaron que la alimentación emocional era el patrón más prevalente, identificado en el 33,73% de los participantes. Esto indica una tendencia a buscar alimentos reconfortantes como respuesta al estrés. Además, el 77,7% de los participantes corría el riesgo de desarrollar burnout, lo que pone de manifiesto la elevada carga emocional a la que están expuestos. También se observó una asociación significativa entre el comportamiento alimentario y la edad ( $p=0,008$ ), lo que sugiere que los trabajadores más jóvenes pueden mostrar comportamientos alimentarios más problemáticos, posiblemente debido a las presiones y desafíos específicos de este grupo de edad. Estos resultados ponen de relieve la necesidad de intervenciones centradas tanto en la gestión del estrés alimentario como en el comportamiento de los trabajadores más jóvenes.*

.....

**INTRODUÇÃO**

O comportamento alimentar está intimamente ligado a uma série de circunstâncias que envolvem cognições e afetos que, afetam as escolhas alimentares individuais sendo impactadas por fatores psicológicos, sociais e culturais. A escolha de alimentos ultrapassa os meros desejos momentâneos, e incluem crenças, sensações, pensamentos e o contexto em que a pessoa se encontra<sup>1</sup>, adicionalmente, esse processo de escolha pode ser entendido como um conjunto de ações que começam no momento da seleção dos alimentos considerando sua disponibilidade e os costumes alimentares. O comportamento alimentar também inclui as técnicas e utensílios empregados na preparação dos alimentos escolhidos, a cultura local, os horários e as refeições realizadas<sup>2</sup>.

A comida desempenha um papel fundamental para todas as formas de vida. Na ausência dela, os seres vivos aumentam seus esforços para obter alimentos, levando o ser humano a desenvolver comportamentos primitivos e inimagináveis em busca de sobrevivência. No entanto, para os seres humanos, a comida adquire um significado além das necessidades fisiológicas, surgindo o desejo de comer mesmo sem necessidade energética ou nutricional<sup>3</sup>.

Nesse contexto, surge o conceito de fome emocional, que descreve a vontade de comer em resposta ao estado emocional ao invés das necessidades fisiológicas. Emoções negativas aumentam significativamente os níveis de glicose no organismo, um supressor natural do apetite. Quando se come por razões psicológicas, geralmente é em situações de depressão ou alto estresse. Enquanto a fome física é gradual e paciente, receptiva a vários

alimentos e cessa quando o organismo está saciado, a fome emocional é repentina, urgente, específica e não cessa facilmente. Geralmente, são alimentos doces usados para compensar tristezas, decepções, perdas e ansiedade<sup>3</sup>.

O aumento nos índices do excesso de peso e obesidade na população brasileira está relacionado às mudanças nos padrões alimentares, como o aumento do consumo, produção e comercialização de alimentos industrializados ricos em gorduras e açúcares, em detrimento dos alimentos in natura, como cereais, raízes e tubérculos<sup>4</sup>. Esse fenômeno tem repercussões significativas para a saúde coletiva e pública, pois o excesso de peso e a obesidade estão associados a uma gama de problemas de saúde, incluindo doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e hipertensão. Esses problemas não afetam apenas o bem-estar individual, mas também sobrecarregam os sistemas de saúde pública e aumentam os custos associados ao tratamento dessas condições crônicas.

O estresse é um fator desencadeante de comportamentos viciantes e contribui para recaídas, aumentando o risco de obesidade e outras doenças metabólicas. Ele altera os padrões alimentares, aumentando o consumo de alimentos altamente palatáveis e, ao longo do tempo, promove um comportamento alimentar cada vez mais compulsivo<sup>5</sup>. Além disso, o estresse influencia significativamente os comportamentos e a saúde, especialmente quando o indivíduo enfrenta desafios ou situações que ultrapassam suas capacidades<sup>6</sup>. O estresse pode ser classificado como ocupacional, sendo uma condição gerada socialmente. No sistema capitalista, há uma demanda extrema sobre os trabalhadores, colocando-os em condições de insegurança, competição, controle e exploração, tornando o ambiente de trabalho estressante<sup>7</sup>. Os trabalhadores frequentemente precisam se reinventar diariamente para lidar com essas condições.

Quando o estresse é crônico e relacionado ao trabalho, pode-se manifestar como a Síndrome de *Burnout*, caracterizada pelo esgotamento emocional, despersonalização e sentimentos de incompetência. Esta síndrome ocorre quando o indivíduo não possui recursos adequados para enfrentar os conflitos e as demandas do trabalho<sup>8</sup>.

Estudar o comportamento alimentar em trabalhadores da saúde pública é crucial devido ao estresse elevado e constante a que estão expostos. Médicos, enfermeiros e outros profissionais enfrentam, frequentemente, uma carga emocional

significativa que, pode influenciar negativamente suas escolhas alimentares e saúde geral, levando ao consumo de alimentos menos nutritivos e ao aumento do risco de doenças metabólicas.

A saúde desses trabalhadores é diretamente proporcional à qualidade do atendimento que oferecem; profissionais saudáveis tendem a desempenhar melhor e fornecer cuidados mais eficazes. Assim, entender como o estresse afeta o comportamento alimentar desses profissionais é fundamental para desenvolver intervenções que promovam seu bem-estar e, por extensão, melhorem a qualidade do atendimento à saúde pública, beneficiando toda a comunidade.

Assim, este estudo teve como objetivo analisar o comportamento alimentar sob a influência do estresse entre os trabalhadores de um hospital no extremo sul de Santa Catarina.

## METODOLOGIA

Este estudo transversal avaliou dados coletados de trabalhadores de um hospital localizado no extremo sul de Santa Catarina, durante janeiro e fevereiro de 2023. Os critérios de elegibilidade incluíram indivíduos de ambos os sexos, com 18 anos ou mais, que eram funcionários do hospital e concordaram em participar por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos indivíduos menores de 18 anos, aqueles que não eram funcionários do hospital ou não concordaram com o TCLE. A população amostral foi composta por 45 indivíduos, compreendendo 100% dos profissionais que trabalhavam no local analisado.

Um questionário clínico foi desenvolvido pelos autores, contendo: idade, sexo, peso, altura, profissão, tempo de atuação na área, participação durante a pandemia, uso de medicações contínuas, e se faziam acompanhamento psicológico.

O Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA), validado por Wardle e adaptado para o português por Almeida Loureiro e Santos, composto por 33 perguntas divididas em três subescalas: alimentação restrita (10 questões), alimentação emocional (13 questões) e alimentação externa (10 questões).

Por fim, o questionário validado pela Associação Italiana do Maslach Burnout Inventory (MBI), composto por 22 itens, classificando os participantes em sem risco de *burnout* (pontuação de 0 a 40) e risco de *burnout* (pontuação de 41 a 100).

Os participantes acessaram os questionários por meio de um link enviado por e-mail usando o *Google Forms*®, onde primeiro concordaram com o TCLE para então responderem às perguntas. Ao final do período de pesquisa, os dados foram tabulados e analisados.

Para a análise descritiva dos dados, foram utilizados média, desvio padrão e frequências absolutas e relativas, com o uso do Excel 2019. A análise estatística foi realizada com o *software* IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 21.0. As variáveis quantitativas foram expressas como média e desvio padrão. Os testes estatísticos foram conduzidos com um nível de significância de  $\alpha = 0,05$  (confiança de 95%). A normalidade da distribuição dos dados foi verificada com os testes de Shapiro-Wilk ( $n < 50$ ) e Kolmogorov-Smirnov ( $n \geq 50$ ). A comparação entre amostras foi realizada com o teste t de Student e a variabilidade entre as variáveis quantitativas e qualitativas foi investigada com o teste de Levene.

A comparação das médias dos questionários entre as categorias das variáveis qualitativas dicotômicas foi feita com o teste t de Student para distribuição normal e U de Mann-Whitney para distribuições não normais. A correlação entre variáveis quantitativas foi avaliada com o coeficiente de correlação de Pearson para distribuições normais e Spearman para distribuições não normais.

Este estudo seguiu as diretrizes da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, regulamentando a pesquisa com seres humanos no Brasil, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Extremo Sul Catarinense (CEP) sob o parecer n.º 5.780.919 CAAE 65362722.0.0000.0119.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta as características demográficas e profissionais dos participantes do estudo. Os dados incluem informações sobre sexo, a idade média da população estudada, o tempo de atuação na área profissional e no hospital, a presença durante a pandemia de COVID-19, o uso de medicações contínuas e o acompanhamento psicológico.

**Tabela 1** -Dados Clínicos de profissionais de um hospital do Extremo Sul Catarinense. Turvo, Santa Catarina – Brasil (2023).

Variáveis sociodemográficas	Média $\pm$ DP, n% n= 45
Idade (anos)	35,68 $\pm$ 11,68
<b>IMC</b>	
Baixo peso	17,7 (4,4)
Eutrofia	22,4 (44,4)
Sobrepeso	27,0 (31,1)
Obesidade	33,1 (20)
<b>Sexo</b>	
Feminino	43 (95)
Masculino	2 (4,4)
<b>Profissão</b>	
Secretaria	3 (6,6)
Recepcionista	7 (15,5)
Auxiliar de Secretaria	3 (6,6)
Auxiliar Administrativo	2 (4,4)
Farmacêutico	2 (4,4)
Auxiliar de Farmácia	1 (2,2)
Enfermeiro	6 (13,3)
Técnico de Enfermagem	11 (24,4)
Fisioterapeuta	2 (4,4)
Nutricionista	1 (2,2)
Psicólogo	1 (2,2)
Serviços Gerais	4 (8,8)
Cozinheira	2 (4,4)
<b>Tempo de atuação na área</b>	
0 a 5 anos	21 (46,6)
6 a 10 anos	7 (15,5)
Mais de 10 anos	17 (37,7)
<b>Trabalhou na pandemia COVID-19</b>	
Sim	35 (77,7)
Não	10 (22,2)
<b>Faz o uso de medicação contínua</b>	
Sim	19 (42,2)
Não	26 (57,7)
<b>Acompanhamento psicológico</b>	
Sim	6 (13,3)
Não	39 (86,6)

Fonte: dados da pesquisa, 2023.

Na Tabela 2, podemos analisar os estilos alimentares dos participantes, com maior percentual encontrado respectivamente na alimentação emocional, externa e restrita, com percentuais próximos.

**Tabela 2** - Caracterização do comportamento segundo Questionário Holandês de Comportamento Alimentar de profissionais de um hospital do Extremo Sul Catarinense. Turvo, Santa Catarina – Brasil (2023).

Comportamento alimentar	n% n = 45
Estilos alimentares	
Alimentação Externa	33,33%
Alimentação Restrita	32,93%
Alimentação Emocional	33,73%

Fonte: dados da pesquisa, 2023.

Na Tabela 3, são apresentados os dados sobre a escala de burnout dos participantes da pesquisa.

**Tabela 3** - Caracterização do risco de burnout segundo Maslach Burnout Inventory (MBI) de profissionais de um hospital do Extremo Sul Catarinense. Turvo, Santa Catarina – Brasil (2023).

Risco de Burnout	N % n = 45	Valor-p
Com risco	35 (77,7)	0,01
Sem risco	10 (22,3)	

Valores obtidos após aplicação do teste de t de student.

Fonte: dados da pesquisa, 2023.

A Tabela 4 refere-se à correlação de dados coletados na amostra, mostrando a relação do comportamento alimentar com Burnout, idade e IMC, e também sobre idade e a síndrome de Burnout.

Os resultados demonstraram uma correlação negativa ou inversa, ou seja, os valores altos de pontuação no questionário comportamento alimentar e estiveram relacionados a uma menor idade, demonstrando que indivíduos mais jovens tendem a ter comportamentos alimentares mais problemáticos.

**Tabela 4** - Correlação de dados de burnout, comportamento alimentar, idade e índice de massa corporal de profissionais de um hospital do Extremo Sul Catarinense. Turvo, Santa Catarina – Brasil (2023).

	n	r	Valor-p
Comportamento alimentar x Burnout	45	0,139	0,326 <sup>†</sup>
Comportamento alimentar x Idade	45	-0,393	0,008 <sup>††</sup>

Comportamento alimentar x IMC	45	0,136	0,374 <sup>†</sup>
Idade x Burnout	45	-0,166	0,277 <sup>††</sup>

Valores obtidos após aplicação do teste de correlação de †Pearson ou de ††Spearman.

Fonte: dados da pesquisa, 2023.

Por fim, a Tabela 5 refere-se aos resultados do teste t de Student ou de U de Mann-Whitney sobre os resultados da média de pontuação para *Burnout* e ter trabalhado ou não na pandemia, e se fazia o uso de alguma medicação. Nenhum dos resultados foi estatisticamente significativo.

**Tabela 5** - Correlação de dados entre a média da pontuação da escala Maslach Burnout Inventory (MBI), trabalho durante a pandemia do COVID-19 e uso de medicações de profissionais de um hospital do Extremo Sul Catarinense. Turvo, Santa Catarina – Brasil (2023).

	n	Burnout (Média ± DP)	Valor - p
Trabalhou durante a pandemia do COVID-19			
Não	10	49,70 ± 12,61	0,676 <sup>†</sup>
Sim	35	52,03 ± 16,09	
Faz uso de medicação			
Não	26	48,46 ± 15,08	0,182 <sup>††</sup>
Sim	19	55,68 ± 14,93	

Valores obtidos após aplicação do teste †t de Student ou de ††U de Mann-Whitney.

Fonte: dados da pesquisa, 2023.

O comportamento alimentar é moldado por uma complexa interação de fatores culturais, nutricionais, psicossociais e socioeconômicos. Apesar da abundância de informações sobre alimentação saudável disponível para o público, muitos indivíduos ainda demonizam certos alimentos, o que frequentemente leva a sentimentos de culpa desnecessários ao consumi-los<sup>12</sup>. Esse fenômeno é exacerbado pela pressão social e pelas normas culturais que valorizam dietas restritivas e a aparência física idealizada.

Rocha<sup>13</sup> utilizou o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA) em uma amostra de 79 indivíduos, destacando prevalências significativas de alimentação emocional (39%) e alimentação externa (38%). No estudo atual, observou-se uma prevalência de alimentação emocional de 33,73%, seguida por alimentação

externa (33,33%) e alimentação restrita (32,93%). Essas taxas são semelhantes às observadas por Rocha, mas com diferenças notáveis nas proporções. Em outra pesquisa foi avaliado o comportamento alimentar de 30 participantes, encontrando uma predominância de alimentação restrita e externa (46,7%) e uma baixa prevalência de alimentação emocional (6,7%). Esses dados sugerem variações no comportamento alimentar dependendo do contexto e da amostra estudada<sup>13</sup>

No que diz respeito ao consumo alimentar, Rocha<sup>13</sup> relatou que a maioria dos participantes consumia feijão (53%), frutas frescas (52%) e verduras/legumes (66%) no dia anterior à coleta de dados. No entanto, o consumo de alimentos menos saudáveis, como hambúrgueres/embutidos (63%), macarrão instantâneo/salgadinhos (73%) e biscoitos recheados/doces (56%), era baixo. Em contraste, o estudo atual revelou um alto consumo de frutas frescas (73,3%) e verduras/legumes (75,5%), mas também um consumo elevado de alimentos menos saudáveis, como hambúrgueres/embutidos (68,8%), macarrão instantâneo/salgadinhos (71,1%) e biscoitos recheados/doces (60%). Essa mudança no padrão de consumo pode refletir diferenças nos ambientes alimentares e nas influências culturais entre as amostras.

A pandemia de COVID-19 trouxe desafios significativos para a saúde e o bem-estar global, conforme discutido por Aro<sup>14</sup>. As medidas de distanciamento social e o medo do vírus causaram um desequilíbrio emocional que influenciou os hábitos alimentares, levando muitos a buscar alimentos ricos em carboidratos para elevar os níveis de serotonina e proporcionar conforto emocional. Esse comportamento pode ser visto como uma forma de automedicação para lidar com emoções negativas. Enquanto alguns estudos, como o de Chopra *et al.*<sup>15</sup>, indicam que o isolamento social levou a hábitos alimentares mais saudáveis em algumas populações, outros mostram um aumento nos hábitos de beliscar entre as refeições, o que pode contribuir para o desenvolvimento de problemas como a obesidade.

Ambientes de saúde, especialmente instituições hospitalares, são conhecidos por exigir altos níveis de estresse psicológico devido à carga de trabalho intensa, falta de pessoal adequado e complexidade das atividades<sup>16</sup>. Esse estresse frequente resulta em síndromes como a síndrome de burnout, que tem impactos negativos em vários níveis, incluindo o bem-estar pessoal, a eficiência institucional

e a qualidade dos cuidados ao paciente<sup>17</sup>. Estudos como o de Wei *et al.*<sup>18</sup>, realizado em um hospital dos EUA com profissionais de enfermagem, mostraram taxas alarmantes de burnout, atingindo 70,5%. O Inventário de Burnout de Maslach (MBI) revelou que todos os participantes estavam em algum estágio de burnout<sup>19</sup>. No presente estudo, constatou-se que 77,7% dos participantes estavam em risco de desenvolver burnout, enquanto 22,3% não apresentavam risco significativo.

Esses resultados ressaltam a necessidade urgente de estratégias de intervenção para mitigar o estresse ocupacional e promover o bem-estar dos trabalhadores da saúde. A compreensão detalhada desses padrões pode contribuir para o desenvolvimento de políticas e programas destinados a melhorar a saúde mental e a qualidade de vida desses profissionais, que desempenham um papel crucial no sistema de saúde.

Em nosso trabalho, a análise dos dados revela uma alta prevalência de alimentação emocional entre os trabalhadores do hospital, com 33,73% dos participantes exibindo esse padrão alimentar. Esse dado é consistente com a literatura, que aponta a relação entre estresse e escolhas alimentares não saudáveis.

A elevada taxa de risco de burnout identificada em 77,7% dos trabalhadores também é significativa, refletindo a alta carga emocional e estresse associados ao ambiente hospitalar. Houve uma associação significativa entre comportamento alimentar e idade ( $p=0,008$ ), e sugere que os trabalhadores mais jovens tendem a apresentar comportamentos alimentares mais problemáticos, possivelmente devido à pressão e desafios específicos dessa faixa etária. Essa informação é importante para desenvolver intervenções direcionadas, que considerem as necessidades distintas de diferentes grupos etários.

Portanto, os resultados destacam a urgência de implementar políticas e programas de suporte que abordem tanto o estresse ocupacional quanto os padrões alimentares inadequados, visando melhorar o bem-estar geral dos trabalhadores e, por consequência, a qualidade do atendimento aos pacientes.

## CONCLUSÃO

Observou-se uma associação entre burnout e o comportamento alimentar dos trabalhadores da área da saúde. Quanto ao comportamento alimentar,

predominaram a alimentação emocional, seguida pela alimentação externa e, por último, a alimentação restrita. Em relação ao estado nutricional, a maioria dos indivíduos estudados apresentou eutrofia.

Este estudo oferece informações importantes sobre a interação entre estresse ocupacional, comportamento alimentar e bem-estar dos profissionais hospitalares. Os resultados destacam a prevalência de alimentação emocional e o alto risco de burnout entre os participantes, especialmente entre os mais jovens.

Essas descobertas sublinham a necessidade urgente de políticas e intervenções destinadas a melhorar as condições de trabalho, promover hábitos alimentares saudáveis e apoiar o bem-estar físico e emocional desses profissionais. Essas medidas são essenciais não apenas para mitigar os impactos negativos do estresse, mas também para garantir ambientes de trabalho mais sustentáveis e propícios ao cuidado de qualidade aos pacientes.

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

**Louyse Sulzbach Damázio** contribuiu com o delineamento e a realização da pesquisa e a redação do manuscrito. **Paula Rosane Vieira Guimarães** contribuiu com o delineamento da pesquisa e a revisão crítica do manuscrito. **Eduarda Fregulia Becker** e **Milena Monteiro Raupp** contribuíram com a realização da pesquisa e a redação do manuscrito.

## REFERÊNCIAS

1. Instituto de Nutrição Comportamental. Avaliação do Comportamento Alimentar em Pesquisas Científicas. São Paulo, SP: Instituto de Nutrição Comportamental, 2020. Disponível em: <https://nutricao.comportamental.com.br/2020/06/17/avaliacao-do-comportamentoalimentar-em-pesquisas-cientificas/>
2. Souza MPG, Sampaio R, Cavalcante ACM, Arruda SPM, Pinto FJM. Comportamento alimentar e fatores associados em servidores: contribuições para a saúde coletiva. Revista de Atenção à Saúde [Internet]. 2020;18(63). Disponível em: [https://www.seer.uscs.edu.br/index.php/revista\\_ciencias\\_saude/article/view/6162](https://www.seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/6162)
3. Balaias DMAS. Quando as emoções comandam a fome. Revista Portuguesa de Psicologia. 2010, p. 1-4.
5. Matos SMR de, Ferreira JC de S. Estresse e comportamento alimentar. Research, Society and

Development. 2021 Jun 21;10(7): e26210716726.

6. Ferreira SC. Comportamento alimentar, food craving e relação com ganho de peso e obesidade em pacientes submetidos ao transplante hepático. repositoriufmgbr [Internet]. 2018. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/BUOS-B56KWQ>
7. De Nascimento G. (Re)Conhecendo o Estresse no Trabalho: uma Visão Crítica Recognizing Stress at Work: a Critical Appraisal (Re)Conhecendo o Estresse no Trabalho. 2020; Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/gerais/v12n1/05.pdf>
8. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior [Internet]. 1981 Apr;2(2):99-113. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
9. Wardle J. Eating style: A validation study of the Dutch eating behaviour questionnaire in normal subjects and women with eating disorders. Journal of Psychosomatic Research. 1987 Jan;31(2):161-9.
10. De Almeida GAN, Loureiro SR, dos Santos JE. Obesidade mórbida em mulheres - Estilos alimentares e qualidade de vida. Archivos Latinoamericanos de Nutrición [Internet]. 2001 [citado 2023 Jun 22];51(4):359-65. Disponível em: [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-06222001000400006](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222001000400006)
11. Brasil, Ministério da Saúde. Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica. 2015. Disponível em: [http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/marcadores\\_consumo\\_alimentar\\_atencao\\_basica.pdf](http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/marcadores_consumo_alimentar_atencao_basica.pdf)
12. De Souza AF, Dos Reis AS. Os estilos alimentares restritivo e emocional estão positivamente associados ao índice de massa corporal. Revista educação, saúde & meio ambiente. 2019, Vol. 2, Ano 3, nº 6. Disponível em: <https://www.unicerp.edu.br/revistas/educausademioamb/20192/artigo11>.
13. Rocha ALD. Correlação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários em bauru e região [internet]. repositorio.unisagrado.edu.br. 2021. Disponível em: <https://repositorio.unisagrado.edu.br/jspui/handle/handle/336>
14. De Aro F, Pereira BV, Bernardo DNDA. Comportamento alimentar em tempos de pandemia por Covid-19 / Eating behavior in times by Covid-19. Brazilian Journal of Development. 2021 Jun 17;7(6):59736-48. DOI:[10.34117/bjdv7n6-386](https://doi.org/10.34117/bjdv7n6-386)
15. Chopra S, Ranjan P, Singh V, Kumar S, Arora M, Hasan MS, et al. Impact of COVID-19 on lifestyle-related behaviours- a cross-sectional audit of responses

from nine hundred and ninety-five participants from India. *Diabetes & Metabolic Syndrome* [Internet]. 2020 [citado 2020 Dec 2];14(6):2021-30. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7537601/>

16. Ribeiro RP, Marziale MHP, Martins JT, Galdino MJQ, Ribeiro PHV. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. *Revista Gaúcha de Enfermagem* [Internet]. 2018 [citado 2021 Nov 20];39. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/93bFnj3GkbyPtrpjyGvn8cj/?lang=pt>

17. Jarruche LT, Mucci S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. *Revista Bioética* [Internet]. 2021 [citado 2022 Jan 22]; 29:162-73. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGpG/>

18. Wei H, Aucoin J, Kuntapay GR, Justice A, Jones A, Zhang C, et al. The prevalence of nurse burnout and its association with telomere length pre and during the COVID-19 pandemic. *ProQuest* [Internet]. 2022 Mar 1;17(3):e0263603. Disponível em: <https://www.proquest.com/w/2640117079?parentSessionId=rB0dLc9aQosRhufCbQ0rhbgc4HIiNYndmhRHb0jAjI%3D&ccountid=10202>

19. Coutinho MP, Portugal MRC, Neves A dos S. Síndrome de burnout e relação com comportamento alimentar: um estudo com profissionais da saúde. *Congresso Brasileiro de Ciências e Saberes Multidisciplinares* [Internet]. 2022 [citado 2023 Jun 22];1-8. Disponível em: <https://conferencias.unifoa.edu.br/tc/article/view/136/135>

