

Nivel de actividad física y calidad de vida de trabajadores bancarios¹

Edison Vitório de Souza Júnior², Caroline Valois Cunha³, Bruno Gonçalves de Oliveira⁴, Eliane dos Santos Bomfim⁵, Rita Narriman Silva de Oliveira Boery⁶, Eduardo Nagib Boery⁷

Institución: Universidad Estatal del Suroeste de Bahía (UESB)

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo describir el nivel de actividad física y calidad de vida de trabajadores bancarios. Es un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal realizado con 36 bancarios de la ciudad de Jequié, Bahía, Brasil. Para recolectar el nivel de actividad física se adoptó el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) que evalúa la práctica de esa actividad en el período de una semana. Para evaluar la calidad de vida se utilizó el WHOQOL-bref que considera 4 dominios para evaluación: físico, psicológico, relaciones sociales y medio ambiente. Los datos fueron tabulados y analizados mediante estadística descriptiva simples en el software Software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 21.0. Entre los resultados se obtuvo que 66,7% (n=24) de los bancarios eran insuficientemente activos. En lo que se refiere a la evaluación de los dominios de la calidad de vida, se observó que los bancarios presentaron mejor percepción de calidad de vida en el dominio físico (82,1) y peor percepción en el dominio medio ambiente (59,3). Se concluye que a partir de este estudio, fue posible la comprensión sobre el nivel de actividad física de los bancarios, en que hubo el predominio de trabajadores insuficientemente activos, sin que tal factor pueda estar influenciando en su calidad de vida.

Palabras clave: Ejercicio; Calidad-de-vida; Salud-laboral; Salud-pública.

Fuente de financiamiento: Consejo Nacional de Desenvolvimento Científico y Tecnológico (CNPq).

DOI: 10.15517/revenf.v0i36.33641

¹ **Fecha de recepción:** 17 de junio del 2018

Fecha de aceptación: 05 de octubre del 2018

² Graduando en Enfermería por la Universidad Estatal de Suroeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahía, Brasil. Correo electrónico: edison.vitorio@gmail.com

³ Graduanda en Enfermería por la Universidad Estatal de Suroeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahía, Brasil. Correo electrónico: carolinyvalois@hotmail.com

⁴ Enfermero. Doctorando del Programa de Post-Graduación en Enfermería en Salud de la Universidad Estatal del Suroeste de Bahía (UESB), Jequié, Bahía, Brasil. Correo electrónico: brunoxrmf5@gmail.com

⁵ Enfermera. Doctoranda del Programa de Post-Graduación en Enfermería en Salud de la Universidad Estatal del Suroeste de Bahía (UESB), Jequié, Bahía, Brasil. Correo electrónico: elianebofmim17@gmail.com

⁶ Enfermera. Doctora en Enfermería. Docente del Programa de Post-Graduación en Enfermería en Salud de la Universidad Estatal del Suroeste de Bahía (UESB), Jequié, Bahía, Brasil. Correo electrónico: rboery@gmail.com

⁷ Enfermero. Doctor en Enfermería. Docente del Programa de Post-Graduación en Enfermería en Salud de la Universidad Estatal del Suroeste de Bahía (UESB), Jequié, Bahía, Brasil. Correo electrónico: eduardoboery@gmail.com



Level of physical activity and quality of life of bank workers¹

Edison Vitório de Souza Júnior², Caroline Valois Cunha³, Bruno Gonçalves de Oliveira⁴, Eliane dos Santos Bomfim⁵, Rita Narriman Silva de Oliveira Boery⁶, Eduardo Nagib Boery⁷

Institution: State University of the Southwest of Bahia (UESB)

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the level of physical activity and quality of life of bank workers. This is a quantitative and cross-sectional descriptive study of 36 bank workers of the town of Jequié. To collect the level of physical activity, it was used the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) that evaluates the practice this activity during 1 week. To evaluate the quality of life was used the WHOQOL-bref that considers 4 areas for the assessment: physical, psychological, social relationships and environment. The data were tabulated and analyzed using descriptive and simple statistics in the *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) version 21.0. Among the results, it was found that 66,7% (n=24) of bank workers were classified as physically inactive. Regarding the evaluation of the Quality of Life, it was observed that the bank workers showed a better perception of Quality of Life in the physical domain (82,1) and worst perception in environment domain (59,3). It is concluded that based on this study it was possible the understanding about de physical activity level in which there was a predominance of physically inactive workers and it can influence their quality of life in the physical and environment domains.

Keywords: Exercise; Occupational-health; Public-health; Quality-of-life.

DOI: 10.15517/revenf.v0i36.33641

¹ **Date of reception:** June 17, 2018

Date of acceptance: October 5, 2018

² Graduated in Nursing from the State University of Southwest of Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brazil. E-mail: edison.vitorio@gmail.com

³ Graduated in Nursing from the State University of Southwest of Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brazil. E-mail: carolinyvalois@hotmail.com

⁴ Nurse. PhD candidate of the Post-Graduation Program in Nursing in Health of the State University of the Southwest of Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brazil. E-mail: brunoxrmf5@gmail.com

⁵ Nurse. PhD candidate of the Post-Graduation Program in Nursing in Health of the State University of Southwest of Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brazil. E-mail: elianebomfim17@gmail.com

⁶ Nurse. Doctor in Nursing. Professor of the Post-Graduation Program in Health Nursing, State University of Southwest Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brazil. E-mail: rboery@gmail.com

⁷ Nurse. Doctor in Nursing. Professor of the Post-Graduation Program in Health Nursing, State University of Southwest Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brazil. E-mail: eduardoboery@gmail.com

Nível de atividade física e qualidade de vida de profissionais bancários¹

Edison Vitório de Souza Júnior², Caroline Valois Cunha³, Bruno Gonçalves de Oliveira⁴, Eliane dos Santos Bomfim⁵, Rita Narriman Silva de Oliveira Boery⁶, Eduardo Nagib Boery⁷

Instituição: Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

RESUMO

Este estudo teve como objetivo descrever o nível de atividade física e a qualidade de vida de bancários. Trata-se de um estudo quantitativo e descritivo de corte transversal realizado com 36 bancários da cidade de Jequié, Bahia, Brasil. Para coletar o nível de atividade física adotou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) que avalia a prática dessa atividade no período de 1 semana. Para avaliar a Qualidade de Vida utilizou-se o WHOQOL-bref que considera quatro domínios para avaliação: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Os dados foram tabulados e analisados por meio de estatística descritiva simples no software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 21.0. Entre os resultados, constatou-se que 66,7% (n=24) dos bancários eram insuficientemente ativos. Quanto à avaliação dos domínios da Qualidade de Vida, observou-se que os bancários apresentaram melhor percepção de Qualidade de Vida no domínio físico (82,1) e pior percepção no domínio meio ambiente (59,3). Conclui-se que, a partir desse estudo, foi possível a compreensão sobre o nível de atividade física, em que houve predominância de trabalhadores insuficientemente ativos, sendo que este fator pode estar influenciando na sua qualidade de vida no domínio físico e meio ambiente.

Palavras chave: Exercício; Qualidade-de-vida; Saúde-do-trabalhador; Saúde-pública.

DOI: 10.15517/revenf.v0i36.33641

¹ **Data de recepção:** 17 de junho de 2018

Data de aceitação: 5 de outubro de 2018

² Graduando em Enfermagem pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil. Correio eletrônico: edison.vitorio@gmail.com

³ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil. Correio eletrônico: carolinyvalois@hotmail.com

⁴ Enfermeiro. Doutorando pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil. Correio eletrônico: brunoxrmf5@gmail.com

⁵ Enfermeira. Doutoranda pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil. Correio eletrônico: elianebofim17@gmail.com

⁶ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil. Correio eletrônico: rboery@gmail.com

⁷ Enfermeiro. Doutor em Enfermagem. Docente do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié, Bahia, Brasil. Correio eletrônico: eduardoboery@gmail.com



INTRODUÇÃO

A globalização pressiona grande parte das empresas a intensificarem seus esforços para manterem a alta produtividade. O setor financeiro foi um dos mais influenciados pelas transmutações imputadas pela globalização. Com isso, diversas mudanças ocorreram nas condições de trabalho dos bancários como a sobrecarga de atividades estressantes e repetitivas. Em decorrência disso, os profissionais podem se sentir desestimulados a praticarem atividades diárias de modo geral, principalmente atividades físicas¹.

A atividade física (AF) é definida como qualquer movimento corporal ocasionado pelos músculos esqueléticos que promova gasto energético superior ao dos níveis de repouso e pode ser configurada por atividades no trabalho, atividades de deslocamento, atividades no tempo livre e atividades domésticas. Tal atividade proporciona melhor Qualidade de Vida (QV) para os profissionais que assumem cargos estressantes como bancários e motorista de ônibus².

A QV é um tema amplamente discutido na atualidade e é definida como "a percepção dos indivíduos sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais eles vivem, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações".^{3:1570} A QV é considerada uma noção subjetiva do indivíduo que pode ser compreendida pelo grau de satisfação na vida familiar, profissional, amorosa, social, ambiental e a própria condição existencial⁴.

As pesquisas realizadas com o objetivo de compreender a satisfação humana tornaram-se alvo de investigação a partir da Revolução Industrial, devido às mudanças no processo de trabalho, na qual a substituição significativa da mão de obra por máquinas concentrou grandes atividades distribuídas desproporcionalmente entre poucos trabalhadores⁵.

Diante do exposto, essa pesquisa justifica-se na necessidade de divulgar novos estudos relacionados às práticas de atividade física entre a profissão bancária devido à alta incidência de problemas de saúde como lombalgias e doenças consideradas fatores de risco para distúrbios cardiovasculares nessa população, fatores que podem influenciar na QV destes¹.

A melhoria da QV dos bancários reflete em um contato mais agradável com os clientes e, a sociedade poderá constatar melhores atendimentos empreendidos nas instituições financeiras.⁵ Com isso, a importância desse estudo é evidenciar a relevância da atividade física na saúde do trabalhador bancário levando em consideração aspectos físicos e mentais, que consequentemente, colaboram para sua QV pessoal e na sociedade.

Sendo assim, refletindo sobre as condições de saúde dos bancários e diante dessa profissão exaustiva e estressante, que por muitas vezes os desestimulam a praticarem atividades extras, o presente estudo tem como objetivo descrever o nível de AF e a QV de bancários.



MATERIAIS E MÉTODO

Trata-se de um estudo quantitativo e descritivo de corte transversal. A coleta de dados foi realizada no período de janeiro a abril de 2017 com 36 bancários da cidade de Jequié, Bahia, Brasil.

Como critérios de inclusão foram considerados os bancários associados ao Sindicato dos Bancários de Jequié e Região, que não apresentavam déficit cognitivo e/ou doença neurológica que impedissem a compreensão dos questionários. Foram excluídos da pesquisa participantes com algum tipo de deficiência motora, devido às limitações que essa condição acarreta na execução das AF.

A obtenção dos dados biosociodemográficos foi realizada por meio de um questionário elaborado pelos pesquisadores, no qual constavam informações como: sexo, cor, idade, situação conjugal, escolaridade e vínculo empregatício.

Para a coleta do nível de AF adotou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ)^{6,7} na versão curta, e validado para a população brasileira⁸. Trata-se de um questionário composto por 27 questões que avalia a prática dessa atividade na última semana que antecede a pesquisa com tempo mínimo de 10 minutos ininterruptos e o tempo que o trabalhador permanece sentado nos fins de semana. Considerou-se os participantes suficientemente ativos aqueles que realizaram no mínimo 150 minutos de atividades físicas na última semana.

Para avaliar a QV adotou-se um instrumento específico (WHOQOL-bref), construído pela Organização Mundial de Saúde (OMS), traduzido e validado para a população brasileira⁹. O instrumento é organizado por perguntas cujas respostas são do tipo *likert* organizadas de 1 a 5, em que a maior pontuação reflete a melhor percepção sobre determinado quesito.¹⁰ Trata-se de um instrumento composto por 26 questões, nas quais se dividem em: QV em geral, satisfação com a própria saúde e os seguintes domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente.⁹

Após a coleta de dados, os mesmos foram tabulados e analisados no *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 21.0. As variáveis categóricas foram apresentadas por meio de frequências (relativas e absolutas), e as quantitativas por meio de medidas de tendência central (mediana) e de dispersão (intervalo interquartilico).

Considerações éticas

Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia em obediência a Resolução n° 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde sob o parecer n° 319.831.

RESULTADOS

Dos bancários estudados, 66,7% (n=24) eram do sexo masculino, 61,1% (n=22) apresentaram idade inferior a 40 anos, 80,6% (n=29) se declaram casados, 83,3% (n=30) possuem ensino médio, 72,2% (n=26) autodeclaram-se não brancos, conforme Tabela 1.

Tabela 1. Jequié, Bahia. Distribuição de características sociodemográficas dos bancários. (Frequências absolutas = *fi*, frequências relativas = *Fi*) (n=36). 2017.

| Variáveis | <i>fi</i> | <i>Fi</i> |
|--------------------------|-----------|-----------|
| Gênero | | |
| Masculino | 24 | 66,7 |
| Feminino | 12 | 33,3 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Faixa etária | | |
| < 40 anos | 22 | 61,1 |
| ≥ 40 anos | 14 | 38,9 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Situação conjugal | | |
| Solteiro | 07 | 19,4 |
| Casado | 29 | 80,6 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Escolaridade | | |
| Ensino Médio | 06 | 16,7 |
| Ensino Superior | 30 | 83,3 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Raça | | |
| Branco | 10 | 27,8 |
| Não branco | 26 | 72,2 |
| Total | 36 | 100,0 |

Fonte: Elaboração própria, 2017.

Quanto às características do trabalho, 82,9% (n=29) afirmaram não possuir outro tipo de remuneração; 55,6% (n=20) trabalham há mais de dez anos; 97,2% (n=35) trabalham nos turnos matutino e vespertino e 80,6% (n=29) não possuem local de descanso no trabalho conforme, tabela 2.



Tabela 2: Jequié, Bahia. Distribuição de Características laborais dos bancários. (Frequências absolutas = *fi*, frequências relativas = *Fi*) (n=36). 2017.

| Variáveis | <i>fi</i> | <i>Fi</i> |
|---|-----------|--------------|
| Outra remuneração | | |
| Sim | 05 | 14,2 |
| Não | 29 | 82,9 |
| Não respondeu | 01 | 2,9 |
| Total | 35 | 100,0 |
| Tempo de trabalho | | |
| <=10 anos | 16 | 44,4 |
| >10 anos | 20 | 55,6 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Horas de trabalho | | |
| Até 8 horas | 12 | 33,3 |
| >8 horas | 24 | 66,7 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Turnos de trabalho | | |
| Manhã | 01 | 2,8 |
| Manhã e tarde | 35 | 97,2 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Satisfação no ambiente de trabalho | | |
| Sim | 33 | 91,6 |
| Não | 02 | 5,6 |
| Não respondeu | 01 | 2,8 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Renda mensal | | |
| Entre 2-3 | 03 | 8,3 |
| Entre 3-4 | 06 | 16,7 |
| Entre 4-5 | 07 | 19,4 |
| <5 | 19 | 52,8 |
| Não respondeu | 1 | 2,8 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Vínculo empregatício | | |
| Assalariado com comissão | 28 | 77,8 |
| Assalariado sem comissão | 08 | 22,2 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Local de descanso | | |
| Sim | 07 | 19,4 |
| Não | 29 | 80,6 |
| Total | 36 | 100,0 |
| Acidente de trabalho | | |
| Sim | 06 | 16,6 |
| Não | 28 | 77,8 |
| Não respondeu | 02 | 5,6 |
| Total | 36 | 100,0 |

Fonte: Elaboração própria, 2017.

Quanto ao nível de AF, 33,3% (n=12) são suficientemente ativos e 66,7% (n=24) dos bancários são insuficientemente ativos, pois não se enquadraram nos quesitos do IPAQ, em que para ser suficientemente ativo, o

indivíduo deve cumprir uma frequência de 150 minutos semanais de caminhada ou atividades físicas moderadas ou intensas¹¹.

Quanto à avaliação da mediana e Intervalo Interquartilico (IQ) dos domínios da QV, observou-se que os bancários apresentaram melhor percepção de QV no domínio físico (82,1) e pior percepção de QV no domínio meio ambiente (59,3), conforme tabela 3.

Tabela 3: Jequié, Bahia. Mediana e Intervalo de interquartilico (IQ) dos domínios da QV dos taxistas (n=36), 2017.

| Domínios Whoqol-Bref | Mediana | IQ |
|-----------------------------------|---------|-------------|
| Físico | 82,1 | (58,0-92,8) |
| Psicológico | 79,1 | (66,6-86,4) |
| Relações sociais | 75,0 | (66,6-91,6) |
| Meio ambiente | 59,3 | (59,3-76,5) |
| Índice de qualidade de vida geral | 75,0 | (62,5-75,0) |

Fonte: Elaboração própria, 2017.

DISCUSSÃO

Embora haja aumento da prática de AF nos últimos anos, dados revelam que a população em geral não a pratica de forma suficiente conforme o preconizado. Observa-se que esse resultado poderá auxiliar no incentivo institucional para a prática de AF pelos bancários. Esse comportamento considerado de risco para a saúde cardiovascular pode ser encontrado também em outras classes trabalhadoras semelhantes aos bancários. Em um estudo¹² realizado com contabilistas revelou que 66,6% dos participantes foram classificados como insuficientemente ativos.

São amplamente divulgados na literatura os benefícios da AF para o funcionamento fisiológico do corpo humano. Um dos benefícios é a redução do nível de estresse, que por sua vez, refletirá no desempenho profissional aumentando sua produtividade com garantia da QV.¹³ Além disso, há melhora na cognição, na prevenção de doenças como arteriosclerose, hipertensão arterial, diabetes, distúrbios respiratórios, psicológicos e mentais. Torna-se evidente, que a prática regular de AF proporciona aumento da longevidade e melhor QV ao indivíduo¹.

Pitanga et al² afirmam que a prática de AF está associada ao bem estar, saúde e principalmente a alta percepção de QV. Salienta ainda que há redução dos sintomas de estresse e depressão, sendo que o primeiro é prevalente entre os trabalhadores bancários. Desse modo, possuir baixos níveis de AF configura-se num problema grave que associados às condições de trabalho refletirão as consequências em todos os âmbitos do trabalhador.

Uma pesquisa realizada com 306 bancários revelou a associação significativa entre a prática regular de AF e a diminuição dos níveis de estresse em trabalhadores ativos¹⁴. Resultados semelhantes foram encontrados em trabalhadores de Indústrias em Santa Catarina, no qual comprova que independente da ocupação laboral, a AF vai sempre contribuir para uma melhor QV do trabalhador¹⁵.

Não obstante, em outro estudo¹⁶ realizado com 525 trabalhadores de uma empresa bancária revelou que o principal fator negativo na saúde dos participantes foi a presença de uma ou mais doenças crônicas. Além disso, a autoavaliação negativa da saúde foi correlacionada estatisticamente aos indivíduos insuficientemente ativos, tabagistas e com sobrepeso e/ou obesidade.

Considerando, que os profissionais bancários são os mais acometidos pelo estresse, e que este tem consequências severas à saúde, o presente estudo contribui na disseminação de informações aos envolvidos nessa linha temática ao apontar a AF como uma estratégia para a garantia de uma saúde mais positiva.¹³

Nessa perspectiva, a saúde do trabalhador que consiste em um campo de estudo da saúde coletiva, atua na vigilância e identificação de potenciais presentes nas relações entre os profissionais e o ambiente de trabalho, de tal forma que intervenha em condições que ameace a saúde e interfira na QV dos mesmos. Para isso, o setor de vigilância à saúde atua na perspectiva de ações de promoção e proteção da saúde¹⁷.

Em relação à QV, o resultado obtido no domínio físico diverge de alguns estudos em que a maioria dos bancários apresentou baixa pontuação, evidenciando, portanto, uma baixa percepção de QV no referido domínio. A hipótese para o resultado da presente pesquisa é o investimento de algumas empresas bancárias em estratégias para a manutenção da saúde física de seus trabalhadores, tais como estratégias relacionadas à iluminação, temperatura, ergonomia, espaço, organização de materiais, dentre outros¹⁸.

Tratando-se do domínio meio ambiente, a literatura aponta que há um aumento da produtividade profissional se as condições de trabalho forem satisfatórias às necessidades do trabalhador, tornando-se, portanto, estratégias para as instituições bancárias buscarem melhores resultados nessas organizações.⁵ No presente estudo, o domínio meio ambiente obteve o menor escore (59,3). Em consequência disso, infere-se que há interferência negativa na relação não só com os clientes, mas com os próprios colegas de trabalho.

Ressalta-se que os bancários consideram um ambiente satisfatório aquele que oferece condições humanizadas, tais como a presença de poucos ruídos, mobília e materiais adequados, harmonia entre funcionários, redução de cobranças e metas abusivas, além de outras atividades para aliviar o estresse. Entretanto, nem sempre as empresas se preocupam no lazer dos funcionários¹⁹.

Vale salientar que o domínio meio ambiente não está associado apenas aos recursos oferecidos pela instituição empregadora, mas também às relações entre profissionais, chefes e clientes. Alguns estudos apontam que o assédio moral vivenciado pelos bancários por seus superiores²⁰ e a carência de apoio coletivo no ambiente de trabalho¹⁶, constituem-se dois dos fatores que interferem negativamente na percepção do trabalhador no referido domínio.

No decorrer dos anos, o vínculo trabalhista tem assumido uma posição superior às necessidades fisiológicas para a aquisição de bens. Trata-se de um novo olhar, em que o trabalho é visto como um cenário que abarca fatores sociais, psicológicos, individuais, saúde, satisfação, dentre outros.¹⁸ Aliada a essa nova percepção de trabalho, torna-se evidente, a imprescindibilidade de desenvolvimento de ações promotoras e protetoras da saúde dos trabalhadores, reafirmando sua identidade profissional e promovendo um espaço digno de trabalho.

No entanto, destaca-se a escassez de programas institucionais para o amparo dos trabalhadores em situações de angústias, sofrimentos, estresse, adoecimentos, dentre outros impactos psicológicos que o setor bancário pode

provocar. A maioria das empresas se preocupam apenas nos aspectos físicos como adoção de estratégias para promover a adequada ergonomia e relaxamento de pulsos, braços e pescoço. Essa preocupação está ligada diretamente a pensamentos político-econômicos, visando a prevenção de absenteísmo e afastamento profissional por lesões musculares²⁰.

CONCLUSÃO

A partir desse estudo foi possível à compreensão sobre os aspectos sociodemográficos dos bancários de Jequié, indicando a predominância de indivíduos do sexo masculino, com idade inferior a 40 anos, casados, com ensino superior e que se autodeclararam não brancos. No entanto, quando avaliados sobre o nível de AF, houve predominância de trabalhadores insuficientemente ativos, o que pode estar influenciando no seu domínio físico e ambiental da QV.

Dessa forma torna-se necessário a elaboração de propostas de intervenções no ambiente de trabalho dos bancários, além de incentivo de AF para melhorar as condições de saúde, estilo de vida e conseqüentemente a QV desses trabalhadores. No desenvolver da pesquisa tem sido notória a importância da pesquisa sobre QV dos servidores, uma vez que os mesmos em sua maioria se preocuparam com seu estado geral de saúde e os fatores que influenciam na manutenção da mesma.

Ao começar a fase de coleta, encontramos algumas dificuldades, tais como a recusa por parte de alguns servidores, alegando a cobrança por cumprimento de metas e conseqüentemente, falta de tempo para responder os questionários. Ressalta-se que há carência de estudos voltados para a população dos bancários e surge a necessidade de maior atenção aos aspectos psicossociais e saúde desses trabalhadores. Além disso, a maioria dos estudos encontrados focam apenas em doenças físicas, especialmente as musculoesqueléticas. Salienta-se, portanto, a importância da valorização dos aspectos psicológicos dos trabalhadores, pois a saúde não se resume apenas a ausência de inconformidades físicas.

Declaração de conflito de interesse. Os autores desse estudo declaram não haver conflitos de interesse.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. [Kafrouni BL](#). A prática de atividade física e o estresse percebido em funcionários de uma instituição financeira [Trabalho de Conclusão de Curso]. Rio Grande do Sul: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2014.
2. Pitanga FJG, Almeida LAB, Freitas MM, Pitanga CPS, Beck CC. Atividade física como discriminador da ausência de hipertensão arterial em homens adultos. *Rev Bras Med Esporte*. 2014; 20(6): 456-60. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1517-86922014200601636>
3. The Whoqol Group. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. *Soc Sci Med*. Burlington; 46 (12): 1569-85. Disponível: http://www.psychology.hku.hk/ftbcstudies/refbase/docs/thewhoqolgroup/1998/71_TheWHOQOLGroup1998.pdf

4. Minayo MCS, Hartz ZMA, Buss PM. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Cienc. Saúde Coletiva*. 2000; 5(1):7-18. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232000000100002>
5. Silva T. A qualidade de vida no trabalho dos bancários de instituições privadas [dissertação]. Pedro Leopoldo: Faculdades Pedro Leopoldo; 2013.
6. Pires AAP, Pires Junior R, Oliveira RF. Concordância entre os formatos impresso e eletrônico do IPAQ-I. *Rev Bras Med Esporte*. 2014; 20(6): 474-79. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1517-86922014200602134>
7. Rocha ES, Rose GJ, Schivinsk CIS. Nível de atividade física e funcional de crianças atletas. *Journal of Human Growth and Development*. 2014; 24(2): 127-34. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/jhgd/article/view/79843/84612>
8. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et al. Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev Bras Ativ Fís Saúde* 2001; 6:5-18. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.6n2p5-18>
9. Fleck MP, Louzada S, Xavier M, Chachamovich E, Vieira G, Santos L et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". *Rev. Saúde Pública*. 2000;34(2):178-83. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102000000200012>
10. Barbosa AP, Teixeira TG, Orlandi B, Oliveira NTB, Concone MHVB. Nível de atividade física e qualidade de vida: um estudo comparativo entre idosos dos espaços rural e urbano. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol*. 2015; 18(4):743-54. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14182>
11. Reis ASF, Oliveira BG, Bomfim ES, Boery RNSO, Boery EM. Avaliação da influência do nível de atividade física na qualidade de vida do professor universitário. *Arq. Ciênc. Saúde*. 2017; 24(1): 75-80. DOI: <https://doi.org/10.17696/2318-3691.24.1.2017.537>
12. Lemos RV, Farias JM. Perfil do estilo de vida de contabilistas da cidade de Araranguá. In: Duarte MFS, editor. 5º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde; nov 17- 19; Florianópolis, Santa Catarina. Brasil; 2005. p.160.
13. Viana MS, Andrade A, Back AR, Vasconcellos DIC. Nível de atividade física, estresse e saúde em bancários. *Motricidade*. 2010; 6(1):19-32. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2010000100003
14. Luft CB, Andrade A, Vianna MS, Vasconcellos DI, Back AR. O estresse relacionado ao nível de atividade física, ao ambiente e motivação no trabalho. In: Duarte MFS, editor. 5º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde; Nov 17- 19; Florianópolis, Santa Catarina. Brasil; 2005.



15. Niehues V, Tirloné AS. Diagnóstico dos fatores de risco das doenças cardiovasculares em trabalhadores de uma empresa privada. Duarte, MFS, editor. 5º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde; nov 17-19; Florianópolis, Santa Catarina. Brasil; 2005. p.155.
16. Petarli GB, Salaroli LB, Bissoli NS, Zandonade E. Autoavaliação do estado de saúde e fatores associados: um estudo em trabalhadores bancários. Cad. Saúde Pública. 2015;31(4): 787-99. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00083114>
17. Ferreira AP, Carvalho APC. Saúde do Trabalhador: Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho de Bancários. Ciencia & Trabajo. 2017; 19(59): 128-134.
18. Tiecher B. Qualidade de vida no trabalho em bancários de um município do interior do Rio Grande do Sul [Trabalho de Conclusão de Curso]. Lajeado: Centro Universitário UNIVATES; 2015.
19. Soares SE. Qualidade de vida no trabalho do setor bancário: a visão dos gestores [monografia]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2012.
20. Marques GS, Giongo CR. Trabalhadores bancários em sofrimento: uma análise da literatura nacional. Revista Psicologia: Organizações e Trabalho. 2016; 16(3): 220-35. DOI: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2016.3.704>

