

## QUALIDADE DE VIDA EM UMA MULTINACIONAL: UMA ANÁLISE PELA PERSPECTIVA DO WHOQOL-BREF

Sofia Correa França<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Discente, UNESPAR, Paranaguá, Paraná, Brasil. E-mail: sofiaicorreafraanca@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33871/26747170.2025.7.2.10278>

**RESUMO:** A qualidade de vida vai além de conforto e bens materiais; é sobre equilíbrio físico, mental, social e ambiental. Este artigo analisa a qualidade de vida dos funcionários de uma multinacional, utilizando o questionário WHOQOL-bref, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS). O objetivo da pesquisa, de abordagem quantitativa e descritiva, foi avaliar os aspectos que influenciam o bem-estar dos colaboradores de uma empresa localizada em Paranaguá, Paraná. Os resultados apresentaram índices positivos de qualidade de vida, porém apontaram áreas que requerem atenção, como problemas relacionados ao sono e à fadiga. Embora o ambiente de trabalho seja considerado saudável, os dados sugerem a necessidade de melhorias para garantir maior equilíbrio no cotidiano dos funcionários. Esses resultados destacam a relevância de estratégias externas para o aprimoramento das condições laborais e atualizadas para o desenvolvimento de ações futuras que promovam o bem-estar no ambiente corporativo, e mudanças que podem transformar a qualidade de vida das pessoas.

**Palavras chaves:** Qualidade de vida, WHOQOL-bref, trabalho, colaboradores.

## QUALITY OF LIFE IN A MULTINATIONAL: AN ANALYSIS FROM THE PERSPECTIVE OF THE WHOQOL-BREF

**ABSTRACT:** The quality of life goes beyond comfort and material possessions; it encompasses physical, mental, social, and environmental balance. This article analyzes the quality of life of employees at a multinational company using the WHOQOL-BREF questionnaire, developed by the World Health Organization (WHO). The study, adopting a quantitative and descriptive approach, aimed to evaluate the factors influencing the well-being of employees of a company located in Paranaguá, Paraná. The results indicated positive quality of life scores but highlighted areas requiring attention, such as sleep-related issues and fatigue. Although the work environment was considered healthy, the data suggest a need for improvements to ensure greater balance in employees' daily lives. These findings emphasize the importance of implementing external strategies to enhance workplace conditions and updated initiatives for future actions that foster well-being in the corporate environment, along with changes that can transform people's.

**Keywords:** Quality of life, WHOQOL-bref, work, employees.

## INTRODUÇÃO

A qualidade de vida tem sido um tema de crescente interesse em diversos campos do conhecimento,

com especial ênfase em sua aplicação no ambiente organizacional. A avaliação desse conceito, que engloba aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais, torna-se fundamental para compreender o bem-estar dos colaboradores e os fatores que influenciam sua satisfação no trabalho e fora dele. Este estudo se propõe a investigar os dados de qualidade de vida de colaboradores de uma multinacional situada em Paranaguá, Paraná, a fim de identificar pontos críticos que podem influenciar a dinâmica laboral e o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional. De acordo com as políticas da organização, não é permitida a utilização do nome real da empresa para fins que não sejam comerciais, por fim, foi utilizado o nome fictício de Multi Br para se referir a multinacional.

A metodologia utilizada foi quantitativa e descritiva, com a aplicação do questionário WHOQOL-bref, composto por 26 perguntas, adaptadas para avaliar as diferentes dimensões da qualidade de vida. A partir do levantamento dos dados obtidos, foi possível identificar a relevância de cada área influente na qualidade de vida dos trabalhadores, analisando tanto os aspectos positivos quanto negativos, e oferecendo subsídios para a melhorias no ambiente de trabalho.

A aplicação do WHOQOL-bref revelou que muitos dos entrevistados não estavam familiarizados com o conceito de qualidade de vida, o que dificultava uma avaliação reflexiva sobre seu próprio bem-estar. Contudo, ao utilizar a ferramenta, os participantes puderam identificar áreas críticas em que poderiam buscar melhorias, prevenindo possíveis problemas de saúde no futuro.

Este estudo se distingue de outros trabalhos existentes ao explorar o uso do WHOQOL-bref em um contexto organizacional, ampliando a aplicação desse instrumento, que tradicionalmente é voltado para a saúde pública. Desta forma, pretende-se não apenas analisar os dados de qualidade de vida sob as abordagens física, psicológica, das relações sociais e do meio ambiente, mas também identificar os indicadores mais relevantes para o bem-estar dos colaboradores. Com isso, busca-se fornecer subsídios práticos para que a organização compreenda os aspectos que afetam a qualidade de vida de seus trabalhadores e, assim, possa promover melhorias que impactem positivamente o ambiente de trabalho e o equilíbrio do dia-a-dia entre suas esferas pessoal e profissional.

## REVISÃO DE LITERATURA

### Definições da qualidade de vida

A qualidade de vida tem sido alvo de discussões pelas gerações, especialmente devido às influências dos fatores sociais e econômicos. Após a Segunda Guerra Mundial, o termo passou a ser amplamente utilizado, associado à ideia de sucesso e à melhoria do padrão de vida, sobretudo em relação à posse de bens materiais (NAHAS, 2001).

Embora muitos autores considerem a qualidade de vida como consequência da saúde, outros abordam de maneira mais abrangente, considerando a saúde como apenas um dos aspectos relevantes (FLECK, 1999). Recentemente, fatores como qualidade dos relacionamentos, satisfação pessoal e acesso à cultura e entretenimento também passaram a ser valorizados (NAHAS, 2001).

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 1998) recomenda um conceito de qualidade de vida que reflete a percepção dos indivíduos sobre o atendimento de suas necessidades e suas oportunidades para alcançar a felicidade e a autorrealização, independentemente do estado de saúde ou das condições sociais e econômicas. A OMS destaca seis domínios centrais para a avaliação da qualidade de vida: físico, psicológico, nível de independência, relações sociais, ambiente e opinião pessoal/espiritualidade.

Estudos como os de Martin e Stockler (1998) sugerem que a qualidade de vida é determinada pela discrepância entre as expectativas pessoais e a realidade. Para Forattini (1991), ela se traduz pela satisfação em viver, e é diretamente influenciada por fatores como família, amigos, trabalho e ambiente (DIENER, 1985).

Hörnquist (1990) define como o grau de satisfação com as necessidades físicas, psicológicas e sociais, sendo estas concretas (alimentação, moradia) e mais subjetivas (autoestima, autorrealização). A qualidade de vida é, portanto, um conceito em constante evolução, intimamente relacionado à percepção individual sobre os aspectos da vida humana.

Diante disso, a OMS desenvolveu ferramentas para medir esse índice.

### Mensuração da qualidade de vida: WHOQOL-bref

A necessidade de métodos eficazes para medir a qualidade de vida ocasionou a criação de diversas ferramentas, sendo o WHOQOL (World Health Organization Quality of Life) uma das mais reconhecidas. Desenvolvida com o apoio de pesquisadores de diferentes países e culturas, a ferramenta foi baseada em domínios e subdomínios definidos a partir de grupos focais que incluíam pessoas com doenças e profissionais de saúde (WHO, 1995).

O WHOQOL-100, a versão original, contém 100 questões distribuídas em seis áreas: física, psicológica, nível de independência, relações sociais, meio ambiente e espiritualidade/religião/crenças pessoais, utilizando uma escala de resposta Likert de cinco pontos (WHO, 1995). Embora eficaz, sua aplicação pode ser onerosa e demorada, o que motivou a criação da versão simplificada, o WHOQOL-bref, composto por 26 questões que mantêm a mesma abrangência dos aspectos centrais.

A versão abreviada foi desenvolvida em 1990 e preserva a essência dos aspectos do WHOQOL-100, representando cada um com uma questão específica, selecionada com base em sua maior expressão com os escores médios (WHO, 1995). Uma pesquisa realizada por Harper e Power (1998) mostrou que todos os domínios são importantes significativamente para a variação na avaliação da qualidade de vida, com destaque para o ambiente e menor impacto da espiritualidade.

Devido à sua abrangência, validade e aplicação consolidada, o WHOQOL-bref é considerado o instrumento ideal para medir a qualidade de vida neste estudo, cujos detalhes metodológicos são apresentados a seguir.

## PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A metodologia adotada para o presente estudo foi de natureza quantitativa e descritiva, por meio de uma pesquisa realizada com os funcionários de uma multinacional localizada em Paranaguá, Paraná.

Para a coleta de dados, foi utilizado o questionário WHOQOL-bref, composto por 26 questões adaptadas para o contexto da pesquisa. O objetivo foi identificar os índices de qualidade de vida dos colaboradores da empresa. As questões foram ajustadas de acordo com os domínios descritos no Quadro 1, com base na tradução de Fleck (2000).

**Quadro 1.** Domínios e aspectos do WHOQOL-bref. Marcelo Fleck, revista de saúde pública, Rio Grande do Sul, 2000 (adaptado).

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

A coleta de dados foi realizada por meio de um formulário eletrônico enviado via WhatsApp, com o objetivo de alcançar o maior número possível de respostas entre os 200 funcionários da organização. A maioria dos colaboradores pertence ao setor operacional, que trabalha por turnos e executa funções de serviços gerais. Cada turno possui um grupo no WhatsApp, facilitando o envio e o alcance do formulário. Para aqueles sem acesso à internet ou que enfrentaram dificuldades em responder eletronicamente, foram disponibilizadas cópias impressas. O mesmo procedimento foi adotado para os setores administrativos, financeiros, logísticos, entre outros, garantindo a participação da alta gestão. A pesquisa foi realizada com uma população de 200 funcionários da empresa MultiBr, estimando-se inicialmente uma amostra de 132 participantes, considerando uma margem de erro de 5% e um nível de confiança de 95%. No entanto, factores como a relutância dos trabalhadores em participar, dificuldades relacionadas com turnos de trabalho e ao acesso ao formulário online limitaram o número de respostas. Ao final da coleta de dados, realizada entre agosto e setembro de 2024, foram obtidas 86 respostas. Para preservar a validade estatística, a margem de erro foi recalculada para 8%, mantendo o nível de confiança de 95%.

O formulário foi criado na plataforma Google Forms, com alternativas que mediam o grau de satisfação ou insatisfação dos respondentes. Para uma análise mais detalhada, os resultados foram organizados em gráficos e planilhas no Excel, o que permitiu uma visualização clara dos dados. A análise seguiu a escala Likert de 1 a 5, aplicada às perguntas do WHOQOL-bref. A partir das respostas, foi possível calcular a média de cada domínio e aspecto do questionário, permitindo a identificação dos pontos positivos e negativos na qualidade de vida dos colaboradores.

$$\text{Média da Faceta} = \frac{\sum \text{Pontuação das Perguntas}}{\text{Número de Perguntas na Faceta}}$$

$$\text{Média da Domínio} = \frac{\sum \text{Média das Facetas}}{\text{Número de Facetas no Domínio}}$$

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compreendeu-se que a média dos domínios do WHOQOL-bref revelou informações essenciais sobre a percepção dos indivíduos em relação a diferentes aspectos de sua qualidade de vida. Cada domínio do questionário avalia áreas específicas, como saúde física, saúde mental, relações sociais e condições ambientais. Ao calcular a média de cada domínio, foi possível identificar quais áreas geraram maior ou menor satisfação, permitindo uma análise detalhada dos pontos fortes e das dificuldades enfrentadas pelos participantes. A análise revelou que, em média, os domínios relacionados à saúde física e mental apresentaram maiores níveis de satisfação, enquanto os aspectos relacionados às condições ambientais e sociais obtiveram médias mais baixas, indicando áreas de possível intervenção. Esses resultados permitem analisar a satisfação nas diferentes dimensões da qualidade de vida.

Com base nos dados obtidos, foi possível propor estratégias direcionadas a áreas específicas, visando melhorar a satisfação nas facetas com menores médias. Isso corroborou o objetivo de desenvolver intervenções focadas no bem-estar da população, com o intuito de promover um maior equilíbrio entre os diferentes domínios da qualidade de vida.

A partir do método WHOQOL-bref, apuraram-se os dados sobre qualidade de vida nas diferentes dimensões avaliadas, conforme a percepção dos 86 respondentes da pesquisa. Os participantes se identificaram como homens, mulheres, não binários ou optaram por não revelar o gênero. Para garantir respostas mais genuínas, não foram coletadas outras informações sobre identidade. Considerando o contexto profissional, havia a preocupação de que alguns participantes pudessem se sentir desconfortáveis com as perguntas. Os resultados mostraram que 60,5% dos entrevistados são homens, 36% são mulheres, 1,2% são não binários e 2,3% preferiram não informar o gênero.

O estudo apresentou diversos aspectos positivos relacionados à qualidade de vida dos entrevistados. No domínio psicológico, destaca-se a média de 3,71% para sentimentos positivos, indicando que os entrevistados possuem uma percepção garantida sobre o bem-estar emocional, embora ainda haja espaço para promover melhorias nessa área. A pontuação de 3,42% no quesito pensar, aprender, memória e concentração reflete uma habilidade cognitiva razoavelmente preservada para a maioria, apesar de desafios pontuais causados por fatores como estresse e fadiga. Além disso, o aspecto de espiritualidade/religião/crenças pessoais obteve maior média (3,85%), evidenciando o papel significativo

desses valores no apoio emocional e na resiliência frente aos desafios da vida.

No domínio físico, as atividades da vida cotidiana alcançaram uma média de 3,43%, refletindo uma percepção moderada de capacidade funcional. Embora este índice não seja totalmente esmagador, ele demonstra que os participantes, em geral, conseguem realizar suas tarefas diárias com alguma autonomia. Esses resultados apontam para uma qualidade de vida relativamente positiva em aspectos cruciais, mas que ainda apresenta limitações que devem ser observadas de atenção.

Por outro lado, os aspectos relacionados ao sono e à fadiga foram destacados como pontos negativos. O sono e a reparação obtiveram uma média de 3,29%, revelando uma área preocupante, pois muitos entrevistados indicaram insatisfação ou respostas medianas nessa questão. A qualidade insuficiente do sono afeta diretamente tanto a saúde física quanto a mental, comprometendo o desempenho nas atividades diárias. Esses dados ressaltam a importância de intervenções que promovam uma rotina de sono adequada e diminuam os impactos do estresse na saúde geral. Fleck (2000) explorou a interação entre estresse, saúde mental e qualidade de vida. O estresse pode ter um impacto significativo na qualidade do sono, levando à insônia e à deterioração da saúde mental.

A OMS enfatiza a necessidade de adotar abordagens integradas, tendo em conta a saúde física, o bem-estar mental e as condições sociais e ambientais, para promover uma melhoria duradoura na qualidade de vida da população (WHO, 2001).

Os resultados obtidos foram organizados na Figura 1 e Figura 2, que apresentam o desempenho de cada faceta do questionário em relação à qualidade de vida dos funcionários.

<b>Domínio I - Domínio Físico</b>	<b>Nada</b>	<b>Muito pouco</b>	<b>Mais ou Menos</b>	<b>Bastante</b>	<b>Extremamente</b>
Quão satisfeito você está com a saúde do seu corpo?	7%	12,8%	36%	25,6%	18,6%
Em que medida você sente fadiga?	18,6%	32,6%	29,1%	17,4%	2,3%
Em que medida você dorme?	0	14%	51,2%	26,7%	8,1%
Em que medida você sente dores ao se movimentar?	27,9%	44,2%	18,6%	8,1%	1,2%
O quanto você aproveita a vida?	2,3%	9,3%	39,5%	40,7%	8,1%
Em que medida você precisa de algum tratamento médico?	43%	32,6%	12,8%	9,3%	2,3%
Em que medida você se sente exausto ?	17,4%	31,4%	26,7%	19,8%	4,7%
<b>Domínio II - Domínio psicológico</b>	<b>Nada</b>	<b>Muito pouco</b>	<b>Mais ou Menos</b>	<b>Bastante</b>	<b>Extremamente</b>
Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	2,3%	9,3%	19,8%	52,3%	16,3%
O quanto você consegue se concentrar?	3,5%	9,3%	34,9%	46,5%	5,8%
O quanto você possui autoestima?	3,5%	7%	45,3%	36%	8,1%
Você se sente satisfeito com a sua aparência física?	5,8%	9,3%	45,3%	29,1%	10,5%
Você se sente desmotivado com frequência?	26,7%	27,9%	30,2%	12,8%	2,3%
Você tem acesso as informações que precisa no dia a dia?	55,8%	1,2%	23,3%	55,8%	17,4%
<b>Domínio III - Relações sociais</b>	<b>Nada</b>	<b>Muito pouco</b>	<b>Mais ou Menos</b>	<b>Bastante</b>	<b>Extremamente</b>
Quão satisfeito(a) você está com suas relações com seus amigos?	1,2%	4,7%	32,6%	43%	18,6%
Quão saudável é o seu ambiente físico?	2,3%	15,1%	40,7%	38,4%	3,5%
Em que medida você tem energia suficiente para o seu dia a dia?	2,3%	10,5%	41,9%	39,5%	5,8%
<b>Domínio II - Domínio psicológico</b>	<b>Nada</b>	<b>Muito pouco</b>	<b>Mais ou Menos</b>	<b>Bastante</b>	<b>Extremamente</b>
Quão seguro(a) você se sente em executar suas atividades diárias?	2,3%	2,3%	20,9%	62,8%	11,6%
Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	4,7%	26,7%	45,3%	22,1%	1,2%
Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	4,7%	12%	60,5%	18,6%	4,7%
Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	3,5%	7%	32,6%	47,7%	9,3%
Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	2,3%	5,8%	29,1%	50%	12,8%
Quão satisfeito(a) você está com o acesso a sistemas de saúde?	9,3%	19,8%	50%	19,8%	1,2%
Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	3,5%	4,7%	29,1%	47,7%	15,1%
Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	5,8%	11,6%	33,7%	37,2%	11,6%
<b>Gerais sobre Qualidade de Vida</b>	<b>Nada</b>	<b>Muito pouco</b>	<b>Mais ou Menos</b>	<b>Bastante</b>	<b>Extremamente</b>
Quão satisfeito você está com sua qualidade de vida?	2,3%	7%	36%	45,3%	9,3%
Com que frequência você tem sentimentos negativos?	29,1%	23,3%	26,7%	14%	7%

**Figura 1.** Apresentação dos resultados do WHOQOL-bref. Paranaguá, Estado do Paraná, outubro/2024. Amostra de 86 respondentes.

A Figura 1 apresenta as perguntas feitas aos entrevistados, adaptadas da ferramenta WHOQOL-bref, amplamente reconhecida por sua eficácia na avaliação da qualidade de vida. Essa adaptação permitiu capturar as percepções dos participantes em relação aos diferentes domínios avaliados, garantindo a adequação às características dos respondentes. Os resultados das respostas foram analisados com base em uma escala Likert de 1 a 5, em que os valores encontrados aos níveis de intensidade ou frequência definidos como: nada, muito pouco, mais ou menos, bastante e extremamente. Essa abordagem escalonada

possibilitou identificar nuances importantes nas percepções dos entrevistados, permitindo uma análise específica de cada aspecto investigado.

Já na Figura 2, são apresentados os resultados das médias calculadas para cada faceta de todos os domínios avaliados, destacando quais aspectos foram mais influentes, além de evidenciar os domínios maiores e menores resultados dentro de cada um. Essa análise permite compreender como os diferentes aspectos da qualidade de vida interagem entre si, demonstrando que certos fatores influenciam diretamente outros. Essa inter-relação reforça a importância de abordagens integradas para promover melhorias em todos os domínios, considerando a influência mútua entre aspectos físicos, psicológicos e de relações sociais.

Domínio I - Domínio Físico		Média
Dor e desconforto	Quão satisfeito você está com a saúde do seu corpo?	3,36
Energia e fadiga	Em que medida você sente fadiga?	2,52
Sono e repouso	Em que medida você dorme?	3,29
Mobilidade	Em que medida você sente dores ao se movimentar?	2,10
Atividades da vida cotidiana	O quanto você aproveita a vida?	3,43
Dependência de medicação ou de tratamentos	Em que medida você precisa de algum tratamento médico?	1,95
Capacidade de trabalho	Em que medida você se sente exausto ?	2,63
Domínio II - Domínio psicológico		
Sentimentos positivos	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	3,71
Pensar, aprender, memória e concentração	O quanto você consegue se concentrar?	3,42
Autoestima	O quanto você possui autoestima?	3,38
Imagem corporal e aparência	Você se sente satisfeito com a sua aparência física?	3,29
Sentimentos negativos	Você se sente desmotivado com frequência?	2,36
Espiritualidade/religião/crenças pessoais	Você tem acesso as informações que precisa no dia a dia?	3,85
Domínio III - Relações sociais		
Relações pessoais	Quão satisfeito(a) você está com suas relações com seus amigos?	3,73
Suporte (Apoio) social	Quão saudável é o seu ambiente físico?	3,26
Atividade sexual	Em que medida você tem energia suficiente para o seu dia a dia?	3,36
Domínio IV - Meio ambiente		
Segurança física e proteção	Quão seguro(a) você se sente em executar suas atividades diárias?	3,79
Ambiente no lar	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	2,88
Recursos financeiros	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	3,07
Cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e q	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	3,52
Oportunidades de adquirir novas informações e	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	3,65
Participação em, e oportunidades de recreação/l	Quão satisfeito(a) você está com o acesso a sistemas de saúde?	2,84
Ambiente físico: (poluição/ruído/trânsito/clima)	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	3,66
Transporte	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	3,37
Gerais sobre Qualidade de Vida		
	Quão satisfeito você está com sua qualidade de vida?	3,52
	Com que frequência você tem sentimentos negativos?	2,47

**Figura 2.** Resultado das facetas do WHOQOL-bref. Paranaguá, Estado do Paraná, outubro/2024.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A verificação da percepção dos funcionários da empresa Multi Br sobre os domínios avaliados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para mensuração da qualidade de vida apresentou resultados que atendem aos objetivos propostos neste estudo. O questionário WHOQOL-bref permitiu identificar como os colaboradores interpretam, de maneira distinta, aspectos da saúde física, psicológica, relações interpessoais e satisfação com o ambiente físico. Os resultados destacaram que as facetas avaliadas são essenciais para compreender as diferenças individuais e os fatores que influenciam a qualidade de vida no contexto organizacional e externo.

Os dados indicaram que a maioria dos entrevistados apresenta índices positivos nos domínios físico e psicológico, demonstrando satisfação com sua saúde e bem-estar mental. Entretanto, foram observados episódios de fadiga e exaustão que podem sugerir problemas de saúde não evidenciados ou negligenciados. Esses sintomas

reforçam a necessidade de orientações direcionadas para melhorar as condições de saúde física e mental, além de mitigar fatores organizacionais que afetam o cansaço, como carga excessiva de trabalho e pressão para atingir metas.

Para a Multi Br, os resultados são significativos, pois revelam áreas de atenção e oportunidade de melhorar a qualidade de vida de seus funcionários. Como na redução de estresse e em políticas de apoio à saúde mental. Os autores Goh et al. (2008), sugerem intervenções eficazes para as organizações otimizarem os índices de qualidade de vida de seus funcionários, como programas de redução de estresse, gestão de tempo, desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, e políticas de apoio à saúde mental. Eles também sugerem que a empresa deve ter políticas claras sobre equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

Este estudo também evidencia a importância de considerar fatores subjetivos e sociais na análise da qualidade de vida, destacando como as percepções individuais são influenciadas por aspectos coletivos e culturais. O WHOQOL-bref, adaptado por Fleck (2000), mostrou-se uma ferramenta eficaz para investigar a saúde e a qualidade de vida no contexto organizacional, contribuindo para uma compreensão mais ampla e crítica dos determinantes desses fatores.

Entre as limitações da pesquisa, destaca-se o número limitado de entrevistados. Além disso, a aplicação limita-se a uma única multinacional, indicando a necessidade de estudos futuros que explorem a qualidade de vida em diferentes tipos de organizações e contextos, permitindo análises comparativas. Assim, a aplicação do WHOQOL-bref em empresas de diversos portes, setores ou regiões pode ampliar o entendimento sobre as variáveis que influenciam a saúde e o bem-estar no ambiente de trabalho.

Os resultados obtidos reforçam que a qualidade de vida é uma construção multifacetada e dinâmica, influenciada pelas interações entre saúde física, mental, social e fatores ambientais. A integração desses aspectos nas políticas organizacionais pode não apenas melhorar a percepção de qualidade de vida, mas também fortalecer o engajamento e o desempenho dos colaboradores, promovendo uma cultura organizacional mais saudável e sustentável.

## REFERÊNCIAS

- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). A escala de satisfação com a vida. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- Fleck, M. (1999). Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). *Revista de Saúde Pública*, 33 (2), 198-205.
- Fleck, M. (2000). Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida do WHOQOL-bref. *Revista de Saúde Pública*, 34 (2), 178-183.
- Forattini, O. P. (1991). Qualidade de vida e meio urbano: A cidade de São Paulo, Brasil. *Revista de Saúde Pública*, 25(2), 75-86.
- Goh, SLB, Chiang, L., & Goh, B. (2008). Saúde e bem-estar no local de trabalho: Uma revisão da literatura. *International Journal of Workplace Health Management*, 1 (3), 129-145.
- Harper, A., & Power, M. (1998). On behalf of the WHOQOL Group: WHOQOL user manual (Draft). World Health Organization, Geneva, 88.
- Hornquist, J. O. (1990). Quality of life: Concept and assessment. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 18(2), 69-79.
- Martin, A. J., & Stockler, M. (1998). Quality of life assessment in health care research and practice. *Evaluation & Health Professions*, 21(2), 141-156.
- Nahas, M. V. (2001). Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina.
- WHO. (1995). WHOQOL: The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. 41 ed, pp. 1403-1409.
- WHO. (1998). WHOQOL: The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Development and general psychometric properties. *Social Science and Medicine*, 12, 1569-1585.
- WHO. (2001). WHOQOL: The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Mental Health: New Understanding, New Hope. Geneva: World Health Organization.

Received on 01, 2025.

Accepted on 04, 2025.