

**INSTITUTO FEDERAL DE MINAS GERAIS
CAMPUS OURO PRETO**

GUSTAVO CAMPOS BARBOSA

**ANÁLISE DE CONTEÚDO DOS ASPECTOS FÍSICOS, EMOCIONAIS E
ORGANIZACIONAIS ENFRENTADOS PELOS TRABALHADORES DE COZINHA:
UMA REVISÃO DE LITERATURA.**

OURO PRETO

2025

GUSTAVO CAMPOS BARBOSA

ANÁLISE DE CONTEÚDO DOS ASPECTOS FÍSICOS, EMOCIONAIS E ORGANIZACIONAIS ENFRENTADOS PELOS TRABALHADORES DE COZINHA: UMA REVISÃO DE LITERATURA.

Monografia apresentada à Diretoria de Ensino (DE) do Instituto Federal Minas Gerais – Campus Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Gastronomia.

Orientadora: Prof^ª Dr.^a Cristiana Santos Andreoli

OURO PRETO

2025

-
- B238a Barbosa, Gustavo Campos.
Análise de conteúdo dos aspectos físicos, emocionais e organizacionais enfrentados pelos trabalhadores de cozinha [manuscrito] : uma revisão de literatura / Gustavo Campos Barbosa. – 2025.
35 f.
- Orientadora: Cristiana Santos Andreoli.
Trabalho de Conclusão de Curso (tecnologia) – Instituto Federal de Minas Gerais. *Campus* Ouro Preto, 2025.
1. Estresse ocupacional. 2. Burnout (Psicologia). 3. Coping (Psicologia). I. Andreoli, Cristiana Santos. II. Instituto Federal de Minas Gerais. *Campus* Ouro Preto. III. Título.

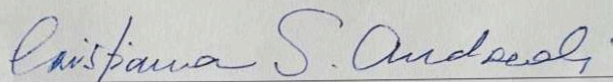
CDU: 641.5:331.1

GUSTAVO CAMPOS BARBOSA

ANÁLISE DE CONTEÚDO DOS ASPECTOS FÍSICOS, EMOCIONAIS E ORGANIZACIONAIS ENFRENTADOS PELOS TRABALHADORES DE COZINHA: UMA REVISÃO DE LITERATURA.

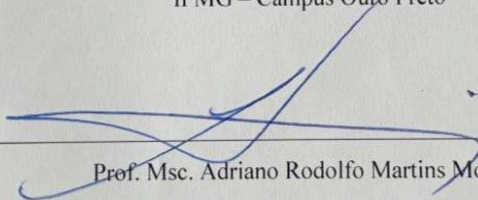
Trabalho de conclusão de curso submetido à banca examinadora designada pela Diretoria de Ensino do Instituto Federal de Minas Gerais – Campus Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Gastronomia.

Aprovado em 12 de fevereiro de 2025 por:



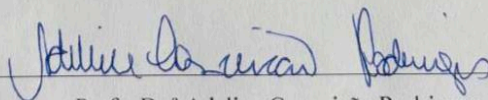
Prof.ª Dr.ª Cristiana Santos Andreoli (Orientadora)

IFMG – Campus Ouro Preto



Prof. Msc. Adriano Rodolfo Martins Moreira

IFMG – Campus Ouro Preto



Profª. Dr.ª Adeline Conceição Rodrigues

IFMG – Campus Ouro Preto

OURO PRETO

2025

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Instituto Federal de Minas Gerais - Campus Ouro Preto, pela oferta de estudo de qualidade e por proporcionar um espaço para o aprendizado na Arte da Gastronomia e do pensamento crítico.

À professora, Cristiana Santos Andreoli, que diante a todos os obstáculos, me mostrou que é possível sonhar em ser um grande profissional na área da gastronomia, mostrando de forma mais excelente os conhecimentos e técnicas para a execução do trabalho e também aos demais professores, durante o percorrer do curso me ensinaram o valor da empatia com os demais, abrindo diversas portas para meu futuro.

Aos diversos companheiros que pude interagir durante o percurso, um especial abraço, pois através das trocas de conhecimento com os mesmos pude crescer exponencialmente nas minhas relações pessoais e profissionais, além de serem os maiores incentivadores para a minha excelência no futuro.

“O maior dos pecados é a mediocridade”

Anthony Bourdain.

OURO PRETO

2025

RESUMO

O presente trabalho aborda os desafios enfrentados pelos trabalhadores de cozinha, dando o devido destaque aos aspectos físicos, emocionais e organizacionais que impactam diretamente sua saúde e bem-estar. Com o objetivo de mapear os principais fatores de risco, foi realizada uma revisão bibliográfica utilizando do material acadêmico mais recente para a elaboração da pesquisa. Como principais pontos, as condições de trabalho, como a ergonomia inadequada, jornadas exaustivas e ambientes insalubres se mostraram como contribuintes para lesões físicas e problemas de saúde mental. Como por exemplo, o surgimento de doenças ocupacionais, como doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho e o estresse ocupacional, agravados por demandas excessivas de trabalho, falta de suporte organizacional e pela violência sofrida pelo trabalhador, mediante ao assédio físico e moral, acarretando no adoecimento do mesmo. Como formas para reverter essa situação, a implementação de políticas de *coping* são bem vindas, onde elas se provaram eficazes para a gestão do estresse no trabalho, e conseqüentemente redutoras dos impactos negativos trazidos pela jornada exaustiva de trabalho nas cozinhas. Dentre elas, é possível citar condições laborais mais flexíveis, melhorias ergonômicas como forma de reduzir o desgaste físico e políticas organizacionais inclusivas também criam uma rede de apoio ao trabalhador. Por fim, uma necessidade de atualização da literatura sobre o tema é vista como necessária, onde se reflete uma carência sobre maneiras mais atuais de se lidar com a situação problema do estudo.

PALAVRAS-CHAVE : Estresse ocupacional, burnout, coping, gestão de pessoas, gastronomia.

ABSTRACT

This work addresses the challenges faced by kitchen workers, giving due emphasis to the physical, emotional and organizational aspects that directly impact their health and well-being. With the aim of mapping the main risk factors, a bibliographic review was carried out using the most recent academic material for the preparation of the research. As main points, working conditions, such as inadequate ergonomics, exhausting working hours and unhealthy environments, were shown to contribute to physical injuries and mental health problems. For example, the emergence of occupational diseases, such as WMSDs and occupational stress, aggravated by excessive work demands, lack of organizational support and violence suffered by workers, through physical and moral harassment, resulting in their becoming ill. As ways to reverse this situation, the implementation of coping policies are welcome, as they have proven to be effective for managing stress at work, and consequently reducing the negative impacts brought about by exhausting working hours in kitchens. Among them, it is possible citing more flexible working conditions, ergonomic improvements as a way to reduce physical exhaustion and inclusive organizational policies also create a support network for workers. Finally, a need to update the literature on the topic is seen as necessary, which reflects a lack of more current ways of dealing with the problem situation of the study.

KEYWORDS: Occupational stress, burnout, coping, people management, gastronomy.

LISTAGEM DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Artigos publicados por ano.....	11
Gráfico 2 - Distribuição de Doenças Ocupacionais.....	16
Gráfico 3 - Fatores de Risco de Doenças Ocupacionais.....	17

LISTAGEM DE TABELAS

Tabela 1 - Relação dos artigos selecionados..... 11

LISTAGEM DE ABREVIATURAS E SIGLAS

LER - Lesão Por Esforço Repetitivo

DORT - Doença Osteomuscular Relacionado ao Trabalho

SINAM - Sistema Nacional de Atendimento Médico

UFRGS - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

USP - Universidade de São Paulo

FATECS - Faculdade de Tecnologia e Ciências Sociais Aplicadas

UDESC - Universidade do Estado de Santa Catarina

FPL - Fundação Pedro Leopoldo

UFMA - Universidade Federal do Maranhão

UP.PT - Universidade do Porto

PUC-RIO - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro

UNESC - Centro Universitário do Espírito Santo

UC.PT - Universidade de Coimbra

CCC - Centro Científico Conhecer

SPAGESP - Sociedade de Psicoterapias Analíticas Grupais do Estado de São Paulo

UFMG - Universidade Federal de Minas Gerais

UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina

AT - Acidente de Trabalho

SETOR DE A&B - Setor de Alimentos e Bebidas

WMSD - Work-related Musculoskeletal Disorders

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	1
OBJETIVO GERAL.....	3
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	3
REFERENCIAL TEÓRICO.....	4
I-QUALIDADE DE VIDA.....	4
II- ESTRESSE OCUPACIONAL.....	5
III- BURNOUT.....	7
IV- COPING.....	8
METODOLOGIA.....	9
RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	10
1. Análise dos artigos selecionados.....	10
2. O Bem estar : Conceito e incidência nos artigos de estudo.....	13
3. As doenças ocupacionais.....	14
4.Assédio Moral e Físico no trabalho:.....	16
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	18
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	20

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, um tema recorrente no mundo do trabalho nas cozinhas tem sido a saúde do trabalhador, o qual é recebido com maiores exigências do mercado, sendo elas: metas cada vez mais exacerbadas, introdução de novas tecnologias, terceirizações e cada vez mais situações de empregabilidade instáveis, acarretando na deterioração da saúde do trabalhador, sendo ela no aspecto físico e mental (Antunes & Praun, 2015).

Essas condições, muitas vezes precarizadas, podem levar o trabalhador a desenvolver um quadro de fadiga e insatisfações, acarretando na queda da produtividade, alta rotatividade de emprego, problemas de saúde crônicos e acidentes laborais.

De acordo com Antunes e Praun (2015, p. 423):

“não se trata, portanto, de mero acaso que a maior incidência de casos de Lesões por Esforços Repetitivos/Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/DORT) e de transtornos mentais ocorra simultaneamente à disseminação em escala global dos processos de reorganização do trabalho e da produção e, de maneira articulada, à expansão das diferentes formas de precarização do trabalho, entre elas a expansão da terceirização.”

A falta de planejamento ergonômico no projeto das cozinhas, nos utensílios de trabalho associadas à deficiente manutenção dos equipamentos se torna a principal responsável pelo grande número de acidentes e doenças ocupacionais atualmente. Consoante ao Sistema Nacional de Atendimento Médico - SINAM, 134.670 casos de LER/DORT foram notificados entre 2007 e 2018. Neste período, o total de registros cresceu 506%, passando de 3.433 casos, em 2007, para 17.392 em 2018 (Ministério da Saúde, 2019). O DORT se destaca no ranking de motivos que levam às faltas ao trabalho e à incapacidade de adultos trabalhadores no Brasil e em demais países industrializados (Assunção & Abreu, 2017). É uma doença ocupacional que apresenta prejuízos econômicos para a sociedade e custos elevados de tratamento em vários países, sendo um dos maiores problemas de saúde pública no mundo (Brendbekken et al., 2016).

Segundo Riina(2000), alguns acidentes de trabalho estão relacionados com o desenvolvimento da tarefa realizada, como cortes e queimaduras. Outros, relacionam-se à falta de manutenção adequada dos equipamentos, como choques elétricos, apreensões e

amputações. Demais ainda devem-se às condições ambientais inadequadas, como, excesso de água no chão, sistema de drenagem ineficiente e piso com material inadequado.

Os fatores de riscos apontados como responsáveis pelo aparecimento de DORT estão presentes em todas as atividades desenvolvidas nas cozinhas, como ciclos de atividade menores que 30 segundos ou utilização dos mesmos grupos musculares durante mais de 50% do ciclo de trabalho, posturas inadequadas de membros superiores e força manual excessiva. Estes fatores estão presentes nas revisões realizadas por Ohlson (1995), Keyserling (2000) e Malchaire (2000).

De modo geral, os locais destinados ao preparo das refeições apresentam condições físicas e ambientais inadequadas como ruído excessivo, temperatura elevada, iluminação deficiente, arranjo físico e instalações precárias. Além disso, as atividades realizadas nas cozinhas caracterizam-se por movimentos repetitivos de membros superiores e coluna, levantamento de pesos excessivos e permanência na postura em pé por períodos prolongados de tempo (Brito, 2015; Wills, Davis & Kotowski et al., 2013; Abreu, Spinelli & Pinto, 2019).

O diagnóstico dos DORT, muitas vezes, decorre de um quadro de queixa de dor intensa de uma pessoa que trabalha com movimentos repetitivos, mesmo que nos exames físicos, clínicos e de ultrassonografia não sejam encontradas lesões correspondentes à essa patologia (Hussain, Sivakumaran, Gill, Dhas, & Ciurtin, 2018; Faisting & Sato, 2019; Santos, Martins, Santos, Oliveira & Brasileiro-Santos, 2021).

Diante desse contexto, torna-se necessário identificar os fatores de risco que desencadeiam e ou agravam essa problemática. O desenvolvimento desses distúrbios ocupacionais é multicausal e os fatores de risco são biomecânicos (ergonômicos), psicossociais relacionados à organização do trabalho e organizacionais (Costa, 2015).

OBJETIVO GERAL

Realizar um mapeamento dos estudos sobre as principais condições de saúde enfrentadas pelos trabalhadores de cozinha.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- I.** Levantar os impactos nas condições de saúde as quais os trabalhadores de cozinha são expostos e os principais desgastes físicos e psicológicos desenvolvidos.
- II.** Analisar a qualidade metodológica dos periódicos.
- III.** Oferecer alternativas organizacionais para a problemática apresentada.

REFERENCIAL TEÓRICO

I- QUALIDADE DE VIDA

Segundo Vasconcelos, *et al.*(2012, p.85):

A qualidade de vida é um fator que todas as pessoas que trabalham buscam, e, além de buscar-se a qualidade de vida no lado pessoal, vincula-se a qualidade de vida ao trabalho pelo fato de se passar a maior parte do tempo trabalhando em organizações, seja no próprio ambiente, seja na redução do estresse.

Nesse sentido, para D'Amico e Monteiro (2012,p.385), a qualidade de vida pessoal também incluem “as condições de saúde do indivíduo e os aspectos do meio ambiente os quais podem ou não ser afetados pela saúde, como por exemplo, haver a limitação no desempenho de papéis sociais do indivíduo ou a baixa performance nas atividades que desenvolve”.

É necessário também definir a qualidade de vida no trabalho, sendo essa intrínseca a saúde do trabalhador, se fazendo um elo entre organização e vida pessoal do trabalhador, é definida por Shiraishi, Hamza, Tsai e Muritiba (1999), a gestão e educação para o bem-estar no trabalho, com decisões e escolhas baseadas na cultura organizacional e no estilo de vida dos diferentes segmentos ocupacionais, Bonet-Porqueras et al. (2009) enfatizam, também, a qualidade de vida como uma percepção do indivíduo sobre sua posição de vida no contexto cultural, no sistema de valores que ele vive e com respeito a suas metas, bem como nas expectativas, normas e preocupações profissionais e sociais. Um conceito extenso e complexo, que engloba a saúde física, o estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais, as crenças pessoais e a relação com características sobressalentes.

Por tal motivo, é notório o aumento do número de empresas que funcionam durante 24 horas por dia e que passam a adotar o trabalho em turnos. Elas atuam tanto na elaboração de produtos industrializados quanto na execução de serviços de telecomunicações, de processamento bancário, de distribuição de correspondência rápida, centros de compras (*shopping centers*, supermercados), hotéis, lazer (cinemas, restaurantes, academias de ginástica, clubes sociais e esportivos) e serviços organizacionais (Fischer, 2003).

Com isso, a organização do sistema de trabalho nas empresas, restrita aos serviços essenciais, como àqueles relacionados à saúde e à segurança, introduz-se de forma mais importante na sociedade, devido às características dos processos contínuos de produção (Fischer, 2003).

Portanto, a necessidade por melhores rendimentos passou, então, a ser utilizada pelas empresas de forma desvirtuada, fazendo com que os trabalhadores obtivessem uma jornada de trabalho que chegavam a 16 horas. As condições insalubres e a fadiga dos trabalhadores passaram a acarretar acidentes de trabalho (Cartes, 2006).

II- ESTRESSE OCUPACIONAL

Como definição, o estresse relacionado ao trabalho, usualmente designado como estresse profissional ou estresse ocupacional (Gonçalves, 2013), “pode ser visto como um padrão de reação emocional, cognitiva, comportamental e fisiológica a componentes adversos do conteúdo do trabalho, da organização e do ambiente de trabalho” (Comissão Europeia 1999, citada por Gonçalves, 2014,p.175). Em outras palavras, refere-se a um desajuste entre o trabalhador e o ambiente, ou seja, entre as exigências (do ambiente ocupacional) e as competências, necessidades ou recursos do indivíduo, variando desde as motivações do mesmo até as potencialidades oferecidas pelo trabalho e sua organização” (Cardoso, Araújo, Ramos, Gonçalves, & Ramos, 2002; Serra, 2000 citados por Gonçalves, 2013, p.39). Há uma interação entre as condições laborais e as características do trabalhador, sendo as exigências criadas superiores à capacidade individual para lidar com as mesmas (Gonçalves, 2013). Deste modo, o trabalhador percebe que deve confrontar exigências que considera excessivas ou que não está totalmente preparado para lidar com uma dada situação (Chuang & Lei, 2011).

Huang (2006), enuncia que as caracterizações de causas de estresse ocupacional são divididas em: Características e processos organizacionais; exigências laborais e características da função; características e expectativas individuais. Deste modo, geram estresse um conjunto de fatores, sendo esses: turnos de trabalho rotativos, desigualdades salariais, baixa participação na tomada de decisão, comunicação pobre, programas de formação inadequados, fracas condições de trabalho, perigos de segurança, superlotação,

barulho, calor ou frio excessivo, iluminação, poluição do ar, relações interpessoais pobres, pressões do tempo, conflitos de função, sobrecarga, e preocupações com a carreira.

Voltando os olhos para o âmbito da cozinha profissional, é possível utilizar os estudos e publicações relacionados com estes contextos laborais (Huang, 2006; MurrayGibbons & Gibbons, 2007; Harris & Giuffre, 2010; Chuang & Lei, 2011; Meloury & Signal, 2014; Pidd et al., 2015; (<https://bomgourmet.com/bomgourmet/pessoas/a-profissao-de-chef-de-cozinha-e-uma-das-mais-esgotantes-do-mundo/>) apresentam como fatores como fonte de estresse: a cultura e as normas estritas das cozinhas comerciais, com elevados padrões de produção e de apresentação alimentar, bem como de perfeccionismo; As características físicas destes ambientes laborais (locais barulhentos, sobrelotados, com elevados níveis de calor, fumo e umidade, sendo que a temperatura pode ultrapassar os 40 °C); As pressões associadas à reputação, competição, datas limite, críticas e elogios dos clientes; As exigências de trabalho intensas; as horas de trabalho não padronizadas; longas jornadas laborais em pé; o trabalho físico intenso; o ritmo laboral acelerado em dados períodos de serviço (sobretudo desde a abertura do restaurante até ao fecho público); as fracas condições laborais; a baixa segurança no trabalho; os baixos salários; a baixa compensação; a falta de reconhecimento; a ausência de benefícios; a dificuldade em negociar as folgas; os fortes problemas de comunicação (sentimento de desvalorização, falta de controle ou autonomia no trabalho, deveres laborais não relacionados com a função, fracas relações entre os trabalhadores); a frustração com os colegas de trabalho; a violência física generalizada (pontapear, empurrar, atirar objetos, queimar deliberadamente alguém com comida ou equipamentos quentes); o abuso psicológico (pressão para conformidade de normas); e o conflito entre o trabalho e a vida pessoal.

Dentre todos esses, vale realçar que a agressão verbal é geralmente utilizada para motivar e intimidar colegas de trabalho que não acompanham os elevados padrões ou ritmo acelerado do período de serviço, enquanto a agressão física é tido como uma norma cultural culinária (Meloury & Signal, 2014). Tal violência, incluindo o *bullying*, é encarada pelos chefes de cozinha como uma forma de aplicar disciplina, de aumentar a produtividade e de manter a hierarquia existente nas cozinhas comerciais (Meloury & Signal, 2014). Nestes contextos laborais, os trabalhadores mais jovens mostram-se mais propensos ao bullying do que os trabalhadores mais velhos (Alexander, MacLaren, O’Gorman, & Taheri, 2012 citados por Pidd et al., 2015).

III- BURNOUT

Tendo o conceito de estresse ocupacional bem definido, é possível compreender o conceito de *burnout*, sendo o mesmo por definição uma síndrome psicológica que envolve uma reação prolongada aos estressores interpessoais crônicos. As três principais dimensões desta reação são uma exaustão avassaladora, sensação de ceticismo e desligamento do trabalho, uma sensação de ineficácia e falta de realização. (MASLACH, 1993, apud Maslach et al., 2008, p. 41). Segundo Maslach (2008), os trabalhadores que apresentam *burnout* sentem-se exauridos, além de seus limites físicos e emocionais, apresentando reação negativa, insensível ou excessivamente desligada do trabalho. Se estiverem trabalhando muito e fazendo coisas demais, eles começam a se retrair, cortar e reduzir o que estão fazendo, como forma de se proteger. Os trabalhadores passam a ter uma reação negativa às pessoas e ao seu trabalho, deixam de tentar fazer o melhor, passando a fazer o mínimo necessário, faltam ao trabalho regularmente e vão embora do trabalho cedo. Suas principais causas são a sobrecarga de trabalho e também a existência de conflitos pessoais no trabalho.

Ainda segundo Maslach (2008), trabalhadores com *burnout* apresentam um desempenho pior no emprego, problemas de saúde e de relacionamento com seus familiares. A qualidade de seu trabalho decai, e esses se tornam menos criativos, passam a cometer mais erros, sendo estes inclusive um perigo para a sua própria integridade no ambiente de trabalho. Além de se sentirem insatisfeitos com seu trabalho e pouco comprometidos com o mesmo, os trabalhadores com *burnout* podem afetar negativamente o trabalho de seus companheiros devido aos conflitos interpessoais e por atrapalharem as tarefas do trabalho.

O *burnout* também tem sido associado à depressão e tem havido muita discussão acerca do significado desta associação” (MASLACH e LEITER, 2005, apud MASLACH et al., 2008, p. 44). De acordo com Maslach (2008), o *burnout* é um importante fator de risco para a saúde mental, podendo causar impactos profundos na vida particular e no trabalho.

IV- COPING

Por definição, “é o modo como as pessoas reagem a situações estressantes e suas estratégias para enfrentar os estressores, visando excluir ou anular os efeitos que os mesmos lhes causam. As estratégias de *coping* incluem o pensamento positivo, o evitamento, que consiste em focalizar a atenção em outras coisas, e a ação direta, sendo essa dedicar mais tempo e energia ao trabalho. (Pina e Cunha et.al.,2004).

Os programas de gestão do estresse no trabalho podem ser divididos em individuais ou organizacionais, sendo os individuais indicados para ajudar os funcionários que já apresentam o estresse e os organizacionais são preventivos, tendo como objetivo diminuir a quantidade de estressores e seus impactos para os trabalhadores. Existem três níveis de intervenção para a gestão do estresse, são estes a primária, secundária e terciária. (Pina e Cunha et al., 2004).

Para efeito de relevância, as intervenções secundárias se mostram com o intuito modificar a resposta dos trabalhadores aos estressores, reduzindo o impacto dos mesmos, promovendo estratégias de *coping*, ou confronto, e alterando os estilos de *coping* ineficazes. Alguns exemplos de intervenção secundária são a meditação, yoga e cursos para uma melhor gestão do tempo. Suas vantagens são a implementação com maior rapidez, gerando maior flexibilidade dos trabalhadores e competência para lidar com os estressores. (Pina e Cunha et al., 2004). Sua grande desvantagem é a possibilidade de transformar-se em um atenuante em situações de estresse estrutural, sem combater devidamente as causas reais. (Pina e Cunha et al., 2004).

METODOLOGIA

A presente pesquisa consiste em revisão bibliográfica, por intermédio da qual foram levantados trabalhos científicos publicados em revistas e periódicos das áreas de Gastronomia e Turismo & Saúde, considerando as seguintes palavras-chave: Estresse ocupacional, *burnout*, *coping*, gestão de pessoas e gastronomia. Foi feito também, um recorte com relação às datas de publicação dos artigos, considerando o objetivo da pesquisa de mapear a relevância do mesmo sobre a problemática “Desgaste do profissional de cozinha”. Nesse sentido, se consideraram os artigos científicos publicados nos últimos vinte anos.

Os artigos resultantes das pesquisas realizadas com base nas palavras-chave acima mencionadas foram organizadas considerando o título, seu ano de publicação, a revista ou periódico no qual foram publicados e as palavras-chave discriminadas em cada um. A partir disso, os mesmos foram lidos e analisados, a fim de que fosse possível conhecer as diversas abordagens diferentes sobre a temática apresentada pelos autores em relação ao tema, de modo a inferir o desgaste do trabalhador observado na ótica dos autores estudados.

No presente trabalho, recorreu-se a Revisão Integrativa da Literatura, a qual, segundo Oliveira e col.(2023), é uma “técnica metodológica inserida na revisão bibliográfica sistemática que analisa produções teóricas e empíricas com foco na sistematização do conhecimento científico, de modo que o pesquisador se aproxime da problemática que busca compreender, traçando um panorama sobre sua produção científica para conhecer a evolução do tema ao longo do tempo e, com isso, perceber oportunidades de pesquisa”. A presente pesquisa classifica-se, ainda, como exploratória-descritiva, com viés qualitativo. De acordo com Merriam (citado por KOERICH; SOUZA, 2021), “em pesquisas qualitativas, ou interpretativistas, os pesquisadores realizam uma imersão sustentada no fenômeno e nas particularidades do estudo, com o propósito de observar, interpretar e descrever suas percepções”. Com efeito, os artigos levantados serão objeto de análise e interpretação, para fins de sistematização do conhecimento e descrição e caracterização dos resultados.

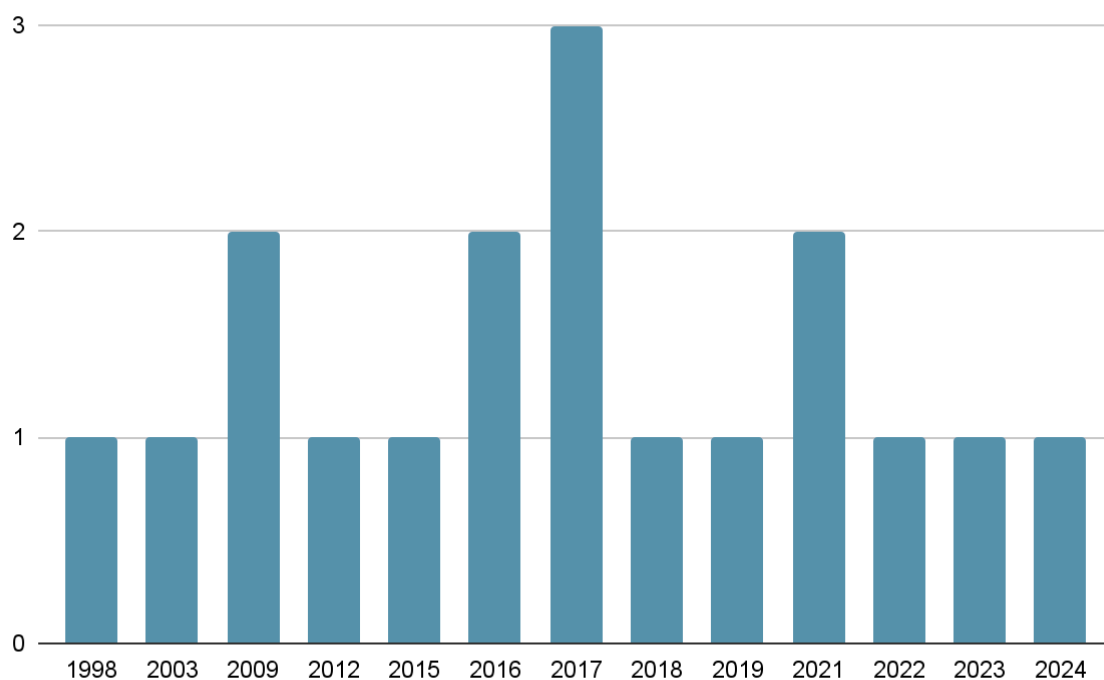
RESULTADOS E DISCUSSÕES

I- ANÁLISE DOS ARTIGOS SELECIONADOS

Os artigos objeto de análise foram obtidos a partir de pesquisas realizadas em revistas científicas na área de Psicologia, Saúde, Turismo e Gastronomia, Administração, Recursos Humanos e Ergonomia, dentre as quais citam-se: Scielo (UFRGS), Revista Brasileira de Saúde Ocupacional (USP), UniCEUB (FATECS), Katálysis (UDESC), Gestão e Tecnologia (FPL), Revista Eletrônica em Gestão, Educação e Tecnologia Ambiental (UFRGS), Ergotrip Design (UFMA), Universidade do Porto (UP.PT), PUC-Rio, Inova Saúde (UNESC), Universidade de Coimbra-PT, Enciclopédia Biosfera (CCC), Revista da SPAGESP, Repositório Institucional da UFMG, SIMEP (UFSC), Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional Online.

Em um primeiro momento, foram selecionados dezenove artigos publicados entre 1998 e 2024, os quais contavam com pesquisas científicas relacionadas à saúde do trabalhador de cozinha na parte de turismo e gastronomia ,saúde, cozinha profissional e mercado de trabalho. Os artigos podem ser organizados conforme a data de publicação dos mesmos, indicando a relevância do assunto por ano:

GRÁFICO I - ARTIGOS PUBLICADOS POR ANO



Fonte: Autor, 2024.

Após análise, foram selecionados aqueles que tratavam diretamente do assunto, relacionando a saúde do trabalhador com seu ambiente de trabalho, sendo assim, reduzindo-os a um número de dezesseis artigos sobre o tema:

TABELA I - RELAÇÃO DOS ARTIGOS SELECIONADOS

	Título	Ano	Instituição
1	O Conceito de coping: uma revisão teórica	1998	Universidade Federal do Rio Grande do Sul(UFRGS)
2	Queixas, doenças ocupacionais e acidentes de trabalho em trabalhadores de cozinhas industriais	2003*	Universidade de São Paulo(USP)
3	Burnout, entre os trabalhadores do restaurante	2009	Faculdade de

	Sabor Viagem -Grelhados, Crepes e Saladas, e práticas visando o combate do stress no trabalho no mesmo		Tecnologia e Ciências Sociais Aplicadas(FATECS)
4	Juventude e restaurantes fast food: a dura face do trabalho flexível	2009	Universidade do Estado de Santa Catarina(UDESC)
5	Trabalho em Turnos Noturnos: Implicações na Qualidade de Vida Profissional e Pessoal dos Trabalhadores	2012	Fundação Pedro Leopoldo(FPL)
6	Avaliação de condições ergonômicas em trabalhos realizados em restaurantes universitários	2015	Universidade Federal do Rio Grande do Sul(UFRGS)
7	Intervenção Ergonômica em um Restaurante Universitário	2016	Universidade Federal do Maranhão(UFMA)
8	Stress Ocupacional em Cozinheiros Profissionais: Estudo Exploratório no Concelho do Porto	2016	Universidade do Porto(UP.PT)
9	Como as condições adversas do ambiente de trabalho ruim podem afetar o estado emocional de seus empregados	2017	Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro(PUC-RIO)
10	Os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho(DORT) e Sua Relação Com o Setor Frigorífico	2017	Centro Universitário do Espírito Santo(UNESC)
11	Stress Ocupacional: Perspectiva Antropológica na Restauração	2017	Universidade de Coimbra(UC.PT)
12	Perfil dos Acidentes de Trabalho em Instituição de Ensino Superior - Um Estudo de Caso	2018	Centro Científico Conhecer(CCC)

13	Assédio Moral na Cozinha: Prevalência em Trabalhadores da Gastronomia em Restaurantes Comerciais	2021	Revista da SPAGESP
14	Distúrbios Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho: Prevalência em Trabalhadores de Restaurantes	2021	Repositório Institucional da UFMG
15	Análise Ergonômica do Trabalho do Setor de Almoxarifado do Restaurante Universitário da UFSC	2022	Universidade Federal de Santa Catarina(UFSC)
16	Trabalhadores de Unidades de Alimentação Coletiva: Principais Fatores de Risco/Riscos Ocupacionais, Doenças Profissionais e Medidas de Proteção Recomendadas	2024	Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional Online

Fonte: Autor, 2024.

Com um detalhamento da pesquisa, é possível extrair dos artigos informações relevantes com relação ao bem estar do trabalhador da cozinha profissional, dos quais é relevante citar a crescente preocupação com a temática abordada na pesquisa de acordo com as datas de publicação dos artigos.

II- O BEM ESTAR : CONCEITO E INCIDÊNCIA NOS ARTIGOS DE ESTUDO

O conceito de bem estar é bastante complexo e multidimensional, abrangendo o equilíbrio físico, mental, emocional e social como aspectos característicos. Este conceito definido por Ryan e Deci (2001) por sua vez, representa uma condição a qual os indivíduos experimentam a satisfação, saúde ,segurança e qualidade de vida, podendo ser percebido tanto de forma subjetiva (através da sensação de conforto e felicidade), como também objetiva (através de indicadores observáveis de saúde e condições ambientais favoráveis). Dentre esses fatores, é possível destacar os aspectos principais:

Físico: O bem estar físico é caracterizado pela manutenção da boa saúde corporal por intermédio de uma alimentação equilibrada, prática regular de exercícios físicos, sono

adequado e acesso a cuidados médicos de qualidade. Dentro do contexto ocupacional, o ambiente de trabalho tem como função minimizar os riscos físicos ao trabalhador, além de reduzir a exposição a fatores nocivos, como ergonomia inadequada e esforços repetitivos, os quais ao longo do tempo podem ser fatores que comprometem a saúde dos indivíduos.

Emocional e Mental: A saúde mental, apesar de ter sua relevância mostrada apenas nos recentes estudos, é vista como um pilar fundamental para o bem estar do indivíduo. Nele, é caracterizado pelo equilíbrio mental, a capacidade de lidar com ambientes estressantes, além de trazer uma visão positiva e um teor de resiliência ao indivíduo. Dentro do ambiente de trabalho, o bem estar emocional pode ser bem caracterizado pelo clima organizacional saudável, prezando o respeito, apoio e reconhecimento, assim, reduzindo o impacto dos fatores estressores (prazos, cargas excessivas de trabalho e ausência de autonomia).

Ambiental: Como definição, um ambiente físico saudável, que possua condições como, temperatura, segurança, limpeza e iluminação para o indivíduo, tanto no ambiente de trabalho quanto na vida do mesmo.

Econômico: Como outro pilar de suma importância, a estabilidade financeira é um aspecto essencial para o bem estar na sociedade. Através dela, o indivíduo possui liberdade para abranger outros aspectos importantes, como lazer, bem estar espiritual e outros fatores que possam trazer tranquilidade e felicidade. Dentro do contexto laboral, a remuneração justa, benefícios adequados e a segurança no emprego, permitem o mesmo a planejar o futuro de forma que se sinta parte da sociedade em que está inserido.

Dentro dos artigos de estudo, é possível notar a incidência do termo bem estar sendo recorrente em todos os artigos estudados, no entanto, o termo é aparente de forma central nos artigos 7, 11 e 16 (referentes a tabela 1). Acerca dos trabalhos acadêmicos citados anteriormente, é notório a necessidade de discussão do tema, onde é explícito no texto 7 a demanda pelo bem estar físico e psicológico do elemento trabalhador. Nisso, parte de uma abordagem ampla para a melhora nas condições do trabalho, sendo diretamente ligado à ergonomia do trabalho, promovendo maior longevidade e eficácia do trabalhador.

Já no texto 11, bem estar segue como um dos pilares da pesquisa, embora o termo apareça de forma implícita em diversas partes, ele é mencionado como dinâmico, sendo afetado pelos fatores intrínsecos (capacidade de adaptação ao estresse) e extrínsecos (como na cultura organizacional e no ambiente de trabalho). Por fim, o artigo enfatiza que sem o bem estar, a capacidade de trabalho e a qualidade de vida sofrem impactos significativamente negativos na vida do indivíduo.

Apesar de não ser mencionado de forma direta no artigo 16, por via de fatores como

ergonomia, prevenção de doenças e pausas no trabalho como elementos para garantir o bem estar do trabalhador é possível incorporar na discussão a importância do termo na promoção de ambientes saudáveis no ambiente laboral.

III- AS DOENÇAS OCUPACIONAIS

Os artigos fornecem uma visão abrangente sobre as principais doenças ocupacionais presentes no ambiente de restaurantes e cozinhas industriais, com destaque para Distúrbios osteomusculares (DORT), Estresse Ocupacional e Acidentes de trabalho.

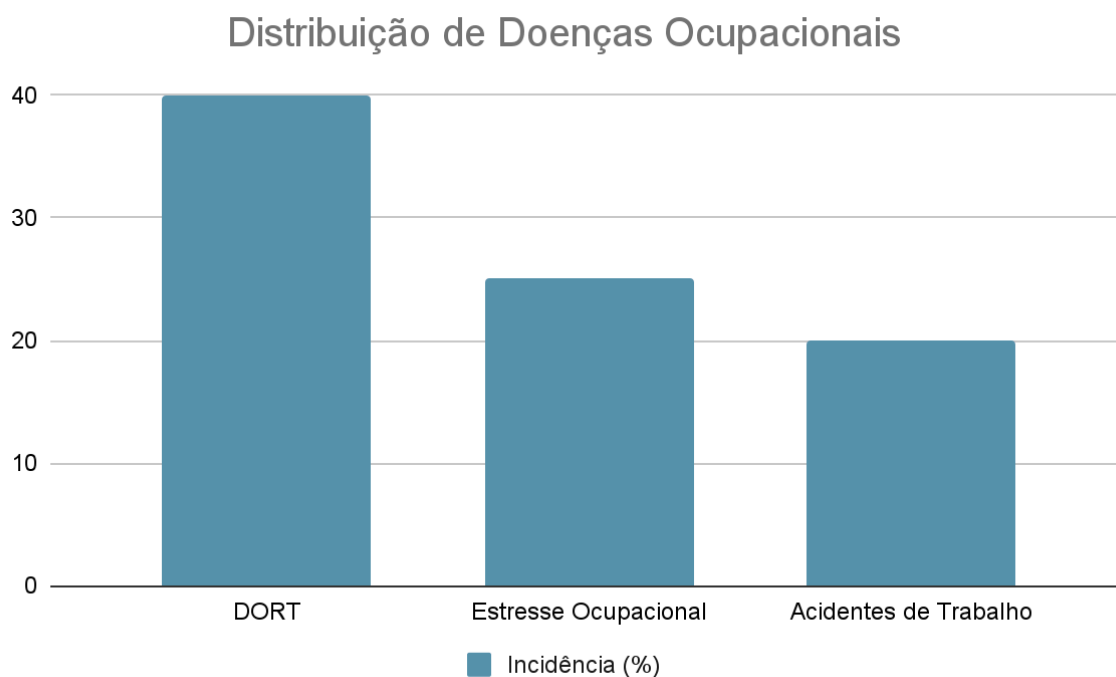
As LER (Lesão por Esforço Repetitivo) e DORT (Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho), por definição, abrangem quadros clínicos do sistema músculo-esquelético adquiridos pelo trabalhador submetido a determinadas condições de trabalho, isto é, são doenças músculo-tendinosas dos membros superiores, ombro e pescoço, causados pela sobrecarga de um grupo muscular restrito, devido a atividade excessiva repetitiva ou pela postura incorreta dos membros que resultam em dor, fadiga e baixo rendimento profissional (SANTOS, 2011).

O estresse ocupacional focou-se nas condições físicas do trabalho. No entanto, nos últimos anos o foco tem se alterado para uma integração das condições físicas e psicossociais do trabalho (Pugliesi, 1999: 127), graças a um aumento do trabalho direto com pessoas, tornando as exigências mentais e emocionais mais prevalentes no trabalho, em detrimento das físicas (Siegrist & Rödel, 2006: 473), bem como alterações na estrutura ocupacional das sociedades industriais (Pugliesi, 1999: 127).

Conforme a Lei 8.213/ 91 acidente de trabalho (AT) é definido como a ocorrência de uma “lesão corporal ou perturbação funcional que cause a morte ou a perda ou redução, permanente ou temporária, da capacidade para o trabalho” (BRASIL, 1991). AT não é somente aquele que ocorre no local do trabalho, mas também durante o trajeto percorrido da residência ao local, como vice-e-versa (PROCHNOW et al., 2011).

Com isso, se torna indispensável defini-los, com intuito de caracterizá-los e indicá-los para a produção de gráficos que indicam a incidência dos mesmos nos artigos selecionados.

GRÁFICO II - DISTRIBUIÇÃO DE DOENÇAS OCUPACIONAIS



Fonte: Autor, 2024.

O gráfico indica a necessidade urgente de intervenções para minimizar os impactos negativos das condições laborais dos trabalhadores de cozinha. As informações expostas reforçam a importância de um ambiente de trabalho mais saudável e adaptado às necessidades dos profissionais.

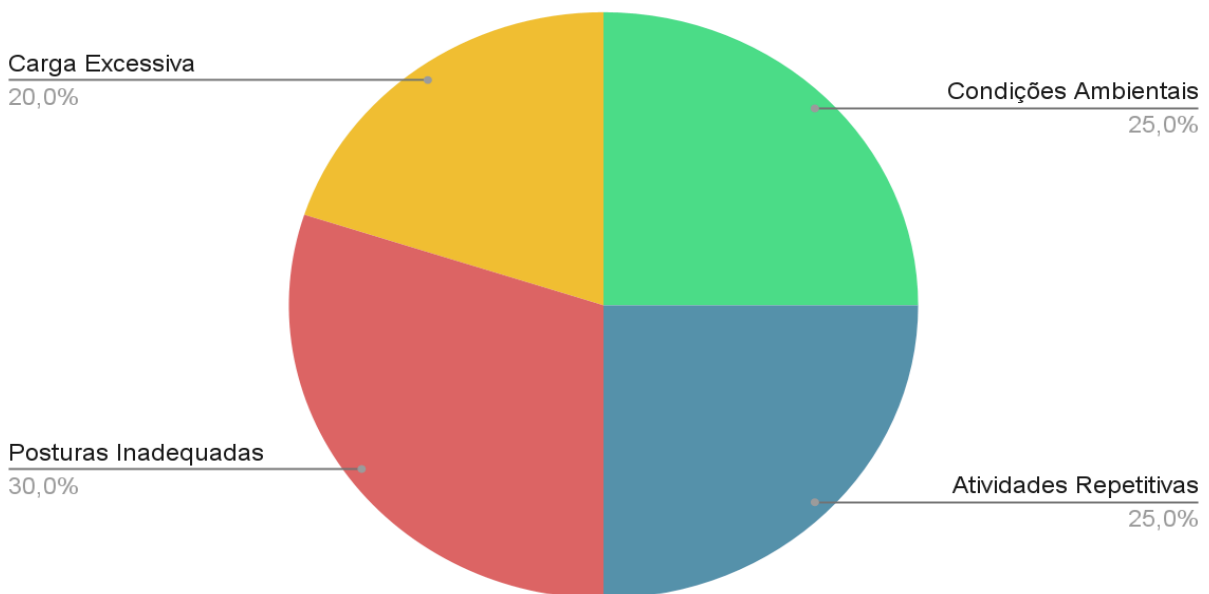
A predominância das DORT evidencia os fatores negativos como equipamentos mal projetados e ambientes insalubres, que levam aos AT e conseqüentemente a afastamentos recorrentes e a redução da capacidade de trabalho, sendo muitas vezes responsáveis pelo abandono da profissão.

Junto a isso, o estresse ocupacional também se destaca, refletindo o impacto das pressões psicossociais e físicas do ambiente de trabalho, como altas demandas, longas jornadas e falta de um suporte organizacional humanizado.

Também é possível por meio dos artigos, demarcar a incidência dos principais fatores de risco, os quais são os principais motivos de afastamento e causadores das doenças relacionadas ao trabalho.

GRÁFICO III - FATORES DE RISCO DE DOENÇAS OCUPACIONAIS

Fatores de Risco de Doenças Ocupacionais



Fonte : Autor, 2024.

O gráfico nos oferece uma visão ampla e detalhada sobre os fatores que levam ao adoecimento ocupacional, mostrando o quanto é urgente adotar medidas preventivas. Investir em melhorias na ergonomia, além de promover mudanças na organização do trabalho e oferecer suporte emocional são caminhos eficazes para reduzir esses riscos. Reconhecer esses fatores é um passo essencial para a implementação de programas que ajudem a lidar com o estresse ocupacional. Com essas ações, é possível diminuir os casos de doenças ocupacionais e trazer mais qualidade de vida para os trabalhadores.

IV- ASSÉDIO MORAL E FÍSICO NO TRABALHO:

O assédio no ambiente de trabalho, especialmente no setor de A & B, não apenas contribui significativamente para o aumento nos casos de depressão, mas também desencadeia uma série de outros problemas que afetam a saúde física, emocional e social dos trabalhadores. Esse problema é decorrente de práticas organizacionais completamente inadequadas, que normaliza a violência e se ausenta de suporte para com a vítima.

Como efeitos do Assédio no ambiente laboral, é possível indicar alguns aspectos relevantes:

Os impactos psicológicos e emocionais, estão de forma íntima ligados ao desenvolvimento de transtornos emocionais graves, como ansiedade, síndrome de *burnout*, depressão, alterações significativas na qualidade do sono e dificuldades de concentração e memória. A violência psicológica, que inclui xingamentos, humilhações e isolamento, cria um ambiente de insegurança, e com isso, problemas psicossomáticos, como alterações cardíacas, gástricas e respiratórias são fortes indicadores desse problema como é descrito por Maslach (2008).

Os trabalhadores que passam por essa situação também enfrentam grandes dificuldades de integração social, tanto dentro do trabalho quanto fora dele, e com isso, prejudicando sua rede de apoio. Referenciando Hirigoyen (2001/2011, p.17), a prática do assédio compromete as relações interpessoais, reduzindo a cooperação e aumentando o isolamento, levando a perda de produtividade e queda na moral da equipe, levando a desmotivação coletiva.

Como consequência, problemas comportamentais e de saúde pública se tornam cada vez mais recorrentes, como o abuso de substâncias químicas, maior consumo de álcool e tabaco e transtornos alimentares. Essas questões impactam diretamente toda a sociedade, devido ao aumento da demanda por tratamento de saúde mental e afastamentos.

Como forma de combater essas práticas nocivas, se exige mudanças culturais profundas, como (Pina e Cunha et.al., 2004) por meio das definições de *coping*, trazendo como foco a criação de ambientes saudáveis, e com políticas severas de tolerância zero ao assédio, juntamente a treinamentos regulares e uma rede de suporte psicológico eficaz ao trabalhador. Essas medidas se tornam essenciais para proteger os direitos dos trabalhadores e assim promovem um ambiente laboral saudável e eficiente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O mercado de trabalho, em especial o âmbito gastronômico, se mostra cada vez mais rigoroso com seus participantes, com isso, é possível deduzir as possíveis causas das complicações físicas e emocionais que os trabalhadores estão sujeitos. Neste cenário, através do estudo das doenças ocupacionais, foi possível inferir que o ambiente laboral se mostra cada vez mais hostil, e com isso, carece de uma maior atenção, onde medidas preventivas devem ser tomadas para diminuir as estatísticas cada vez mais alarmantes. Estes números, são reflexos de uma sociedade que preza cada vez mais pelo resultado instantâneo, onde o produto final tem mais valor do que o trabalhador, e com isso, a precarização do trabalho se mostra uma maneira lucrativa de obter esses resultados em curto prazo.

Não há coincidência, quando através da leitura dos artigos, os valores percentuais de incidência de DORT e o estresse ocupacional estão sempre aumentando, indicando uma grande laceração nos métodos que se mostram ineficazes para a contenção dessa situação cada vez mais preocupante. É válido indicar que a temática de saúde mental, a poucos anos é de fato indicada como um dos fatores mais importantes no processo de cuidado e cura, onde se mostra que casos como do chef Anthony Bourdain são cada vez mais recorrentes, e que desgasta emocionalmente e fisicamente o trabalhador, que vê nos vícios um falso refúgio para essa situação rotineira. Tudo isso acarreta em mais problemas, como a depressão, que hoje possui um vínculo fortíssimo com demais transtornos afetivos.

Por isso, a sugestão vem de formas para evitar que a saúde do trabalhador seja sucateada e esquecida, onde a escala 6x1 vigente na maioria das áreas laborais se vê presente como um dos fatores mais nocivos. A mesma, se mostra incrivelmente desgastante fisicamente e mentalmente, de forma que o trabalhador fica refém do trabalho, onde sua liberdade criativa e afetiva é roubada, e com o tempo, se mostra o principal fator das doenças ocupacionais, uma vez que o mesmo não vê perspectiva de melhora, seja através da remuneração como forma de incentivo ou através da flexibilização do trabalho, este sendo uma proposta muito viável para a diminuição do desgaste, onde países como Japão, França e Suíça já demonstram a possibilidade da implementação desse modelo de trabalho. Trazendo essa temática para o Brasil, é nítido que a sindicalização da classe se mostra como uma forte defesa aos direitos trabalhistas, onde o agente é amparado de forma que a exploração do ofício seja de forma mais justa.

Se mostra imprescindível também, uma atualização da literatura disponível, uma vez que é muito escassa a quantidade de trabalhos acadêmicos que abrangem a temática da saúde

do trabalhador de cozinha. Tudo isso indica uma verdade muito maior, onde essa temática escancara a marginalização da categoria, que se vê como uma etapa, algo passageiro, de modo que quem trabalha na área possui dificuldades para se manter na profissão, seja através da falta de profissionalização adequada ou da romantização da mesma, onde se cria um espetáculo fantasioso que ilude, mas que mascara a verdadeira face do trabalho árduo da cozinha.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Antunes, R. & Praun, L. A (2015). Sociedade dos adoecimentos no trabalho. Serviço Social e Sociedade, n. 123, p. 407-427. <https://doi.org/10.1590/0101-6628.030>.

Assunção, A. A., Abreu, M. N. S. (2017). Fatores associados a distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho autorreferidos em adultos brasileiros. Revista de Saúde Pública, 51 Supl 1:10s. <https://doi.org/10.1590/s1518-8787.2017051000282>.

Brendbekken, R., Eriksen, H. R. , Grasdal, A., Harris, A., Hagen, E. M., & Tangen, T. (2016). Return to work in patients with chronic musculoskeletal pain: multidisciplinary intervention versus brief intervention: a randomized clinical trial. Journal of Occupational Rehabilitation, 26(2), 1-10. 10.1007 / s10926-016-9634-5.

Riina,L.H,Simpson,R.L., Gudjonsson, O., Glickman, L.T., Harris, S.U., Johnson, D., Ginocchio, M.Burn injury in kitchen workers: a cause for prevention. Journal of Burn Care & Rehabilitation. nov/dez.563-564.2000.

Ohlsson,K., Attewell, R.G., Palsson, B., Karlsson, B., Balogh, I., Johnsson, B., Alhem, A., Skerfving, S. Repetitive industrial work and neck and upper limb disorders in females. American Journal of Industrial Medicine. 27:731-747.1995.

Keyserling W.M. Workplace risk factors and occupational musculoskeletal disorders, part 2: a review of biomechanical and psychophysical research on risk factors associated with upper extremity disorders. AIHA, 61:231-243.2000.

Malchaire, J. , Cock N., Verbracht, S. Review of the factors associated with musculoskeletal problems in epidemiological studies. International Archives of Occupational and Environmental Health. 74: 79-90.2001.

Brito, K. M. F. de. (2015). Riscos à saúde dos trabalhadores em unidade de alimentação e nutrição de um Hospital Universitário. Dissertação (Mestrado). Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/20529/1/KatiaMariaFernandesDeBrito_DISSERT.pdf

Wills, A., Davis, K. G. & Kotowski, S. E. (2013). Quantification of the physical demands for servers in restaurants. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society*, 57(1), <https://doi.org/10.1177/1541931213571219>.

ABREU, E. S.; SPINELLI, M. G. N.; PINTO, A. M. de S.. *Gestão de Unidades de Alimentação e Nutrição: um modo de fazer*. 2. ed. São Paulo: Metha, 2007. 318 p.

Hussain, S., Sivakumaran, P., Gill, A., Dhas, D. & Ciurtin, C. (2018). Ultrasonography-detect subclinical inflammation in patients with hand osteoarthritis and established rheumatoid arthritis: a comparison between two different pathologies using the same ultrasound examination protocol. *Musculoskeletal Care*, 6(1), 26–31. <https://doi.org/10.1002/msc.1197>.

Faisting, A. L. R. F. & Sato, T. O. (2019). Effectiveness of ergonomic training to reduce physical demands and musculoskeletal symptoms - An overview of systematic reviews. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 74, 102845. <https://doi.org/10.1016/j.ergon.2019.102845>

Santos, I. N., Martins, I. C., Santos, A. C., Oliveira, A. S., & Brasileiro-Santos, M. S. (2021). Work-related musculoskeletal disorders: a characterization of symptomatology and diagnostic exams. *Research, Society and Development*, 10(1), e36710111865. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i1.11865>

Costa, G. T. V. (2015). *Fatores de Risco dos Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho em Trabalhadores de Enfermagem: Revisão Integrativa*. Dissertação (Mestrado). Universidade Federal do Rio de Janeiro. <http://objdig.ufrj.br/51/teses/837961.pdf>

Vasconcelos, P. H.; Alves, C. E. Santos, S. F.M. Francisco, A. C. (2012). Qualidade de vida no trabalho docente: um estudo de caso em uma instituição de ensino superior. *Revista de Administração e Inovação*, 9(2), 79-97.

D'Amico, S. M. & Monteiro, J. K. (2012) Características de personalidade e qualidade de vida de gestores no Rio Grande do Sul. *Revista de Administração Contemporânea*, 16(3), 381-396.

SHIRAISHI, G.; HAMZA, M.; TSAI, J.; MURITIBA, S. (1999). Qualidade de vida no trabalho – uma análise do ponto de vista dos seus gestores. I SEMEAD Jr, out.

Bonet-Porqueras, Ricard, et al. "Turno nocturno: un factor de riesgo en la salud y calidad de vida del personal de enfermería." *Enfermería Clínica* 19.2 (2009): 76-82.

Fischer, F. M. (2003). As demandas da sociedade atual: aspectos históricos do desenvolvimento do trabalho em turnos no mundo. In Fischer, F. M. Moreno, R.C. Rotenberg, L. Trabalho em turnos e noturnos na sociedade 24 horas. São Paulo: Atheneu.
Cartes, O. (2009). História do Trabalho. Recuperado em 16 maio 2009 de http://www.guatimozin.org.br/artigos/hist_trabalho.htm.

Gonçalves, S. P. (2013). Stress e bem-estar no trabalho: uma viagem pelos conceitos, modelos e intervenções. Lisboa: Sociedade Portuguesa de Medicina do Trabalho.

Gonçalves, S. P. (2014). Stress e Bem-Estar no Trabalho. In S. P. Gonçalves (Coord.), *Psicossociologia do Trabalho e das Organizações* (Cap. 7, pp. 173-231). Lisboa, Portugal: PACTOR - Edições de Ciências Sociais, Forenses e de Educação.

Chuang, N.-K., & Lei, S. A. (2011). Job Stress Among Casino Hotel Chefs in a Top-Tier Tourism City. *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 20, 551–574.
doi:10.1080/19368623.2011.570642.

Huang, H.-I. (2006). Understanding Culinary Arts Workers: Locus of Control, Job Satisfaction, Work Stress and Turnover Intention. *Journal of Foodservice Business Research*, 9(2-3), 151-168. doi: 10.1300/J369v09n02_09.

Murray-Gibbons, R., & Gibbons, C. (2007). Occupational *stress* in the *chef* profession. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 19(1), 32-42.
<https://doi.org/10.1108/09596110710724143>.

Harris, D. A., & Giuffre, P. (2010). “The price you pay”: How female professional chefs negotiate work and family. *Gender Issues*, 27, 27-52.

Chuang, N. K., & Lei, S. A. (2011). Job stress among casino hotel chefs in a top-tier tourism city. *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 20(5), 551-574.

Meloury, J., & Signal, T. (2014). When the plate is full: Aggression among chefs.

International Journal of Hospitality Management, 41, 97–103. doi:

10.1016/j.ijhm.2014.05.006 0278-4319.

Pidd, K., Roche, A., & Fischer, J. (2015). A recipe for good mental health: A pilot randomised controlled trial of a psychological wellbeing and substance use intervention targeting young chefs. *Drugs Educ Prev Pol*, Early Online, 1-10. doi:

10.3109/09687637.2015.1016400.

ROSSI, Ana Maria; COOPER, Cary L.; ROSCH, Paul J.; MASLACH, Christina et al. *Stress e Qualidade de Vida no Trabalho – Perspectivas Atuais da Saúde Ocupacional*. São Paulo: Atlas, 2008.

PINA e CUNHA, M. ; REGO, A. ; CAMPOS e CUNHA, R. ; CABRAL CARDOSO, C. – *Manual de Comportamento Organizacional e Gestão*. Editora Ra, Lisboa, 2004.

OLIVEIRA, Natália Araújo de; SILVA, Priscilla Teixeira da; GABRIEL, Ketrin Cristina. *Gênero, trabalho e turismo: uma Revisão Integrativa da Literatura em dissertações e teses defendidas em Programas de Pós-Graduação da área do Turismo no Brasil*. *Revista de Turismo Contemporâneo*, 11(1), 77-103, 2023.

KOERICH, Guilherme Henrique; SOUSA, Richard Perassi; Luiz de. *Turismo criativo gastronômico: uma revisão sistemática da literatura*. *Revista Turismo: Estudos & Práticas*, v. 10, n. 2, jul./dez. 2021 (ISSN: 2316-1493).

SANTOS MI. *Avaliação ergonômica de ler/dort dos trabalhadores de Aquidauana – MS*. 2011, 48 f. Tese (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.

Pugliesi, K. 1999. The Consequences of Emotional Labor : Effects on Work Stress, Job Satisfaction, and Well-Being. *Motivation and Emotion*, 23(2): 125–154. DOI: 10.1023/A:1021329112679.

Siegrist, J.; Rödel, A. 2006. Work stress and health risk behavior. *Scandinavian journal of work, environment & health*, 32(6): 473–481. DOI: 10.5271/sjweh.1052.

BRASIL. Lei nº 8.213. Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras providências. Brasília. 1991.

BRASIL. Ministério da Saúde. Disponível em: [LER e DORT são as doenças que mais acometem os trabalhadores, aponta estudo](#). Acesso em: 18/01/2025.

PROCHNOW, A.; MAGNAGO, T. S. B. S. TAVARES, J. P. BECK, C. L. C.; SILVA, R. M.; GRECO, P. B. T. Perfil dos acidentes de trabalho publicados em estudos brasileiros. *Saúde (Santa Maria)*. v. 37, n. 1, p. 77-90. 2011. DOI: <http://dx.doi.org/10.5902/223658342900>.

Maestrali, Bianca Olinto. "Como as condições adversas do ambiente de trabalho ruim podem afetar o estado emocional de seus empregados." *PUC Rio, Rio de Janeiro* (2017).

Ryan, Richard M., and Edward L. Deci. "On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being." *Annual review of psychology* 52.1 (2001): 141-166.

Hirigoyen, M. F. (2001/2011). *Mal-estar no trabalho: Redefinindo o assédio moral*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil.