



Qualidade de vida no trabalho de manicures de um município de Minas Gerais, Brasil

Quality of life at work for manicurists in a municipality in Minas Gerais, Brazil

DOI: 10.56238/isevjhv2n5-012

Recebimento dos originais: 28/08/2023

Aceitação para publicação: 18/09/2023

Andreza Trindade Lopes

Acadêmica de Fisioterapia

E-mail: andreza_trindade2011@live.com

Patrícia Brandão Amorim

Coordenadora do curso de Fisioterapeuta

E-mail: brandaoamorim@hotmail.com

Larissa Pereira Silva

Acadêmica de Fisioterapia

E-mail: larissapsilva.fisio@gmail.com

Vivian Ferreira França

Acadêmica de Fisioterapia

E-mail: francavivian2521@gmail.com

Lais Antunes Ribeiro

Acadêmica de Fisioterapia

E-mail: laisantunes031999@gmail.com

RESUMO

Introdução: Uma boa qualidade de vida no trabalho é um aspecto crucial para o bem-estar e satisfação dos profissionais em suas atividades laborais. No contexto das manicures, que desempenham um papel importante no cuidado estético das unhas e mãos, a qualidade de vida no trabalho pode ser influenciada por diversos fatores. **Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo analisar a qualidade de vida no trabalho de manicures em um município de Minas Gerais, Brasil. **Metodologia:** Este estudo adotou uma abordagem descritiva e exploratória, utilizando uma metodologia quantitativa. Inicialmente, foi realizado um levantamento bibliográfico para embasar teoricamente a pesquisa. Em seguida, foi aplicado um questionário a um grupo de manicures do município, a fim de obter dados sobre diferentes aspectos relacionados à qualidade de vida no trabalho. **Resultados:** Os resultados obtidos revelaram percepções importantes sobre a qualidade de vida no trabalho das manicures no município de Minas Gerais. Entre os principais achados, destacam-se a satisfação profissional das manicures, a autonomia no trabalho, o relacionamento com os clientes, as condições de trabalho e os aspectos de saúde e segurança ocupacional. **Conclusão:** Com base nos resultados obtidos, foi possível identificar os principais fatores que influenciam a qualidade de vida no trabalho das manicures no município de Minas Gerais. Essas informações são importantes para compreender as necessidades e desafios enfrentados por esses profissionais, bem como para subsidiar a implementação de políticas e práticas que visem melhorar a qualidade de vida no trabalho e promover o bem-estar das manicures.

Palavras-chave: Qualidade de vida no trabalho, Manicures, Condições de trabalho, Saúde ocupacional, Satisfação profissional.

1 INTRODUÇÃO

Compreender a relação entre trabalho e saúde é essencial para garantir um ambiente laboral seguro e saudável para os trabalhadores. O trabalho pode ser considerado um dos principais determinantes sociais da saúde, uma vez que o modo como as atividades laborais são executadas pode influenciar na saúde física, mental e social dos trabalhadores. Dentre os diversos riscos ocupacionais existentes, os distúrbios osteomusculares (DORT) e a exposição a produtos químicos têm sido apontados como os principais fatores relacionados à morbidade ocupacional (DE FRANÇA, 2020).

Os DORT representam um conjunto de doenças que acometem as estruturas musculoesqueléticas dos trabalhadores, tais como músculos, tendões, ligamentos, nervos e articulações, sendo caracterizados por dor, inflamação, rigidez e perda de função. Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT), cerca de 40% das doenças relacionadas ao trabalho estão associadas aos DORT (OIT, 2021). Essas lesões são causadas por uma série de fatores biomecânicos, psicológicos, sociais e organizacionais, como movimentos repetitivos, posturas inadequadas, força excessiva, vibração mecânica, ritmo intenso de trabalho, falta de pausas, dentre outros (BASSOLI, 2023).

Além dos DORT, a exposição a produtos químicos também representa um risco ocupacional importante, uma vez que pode causar intoxicação, alergias, irritações cutâneas e respiratórias, dentre outras doenças. As manicures, por exemplo, estão expostas diariamente a uma série de produtos químicos utilizados no processo de embelezamento das unhas, como esmaltes, removedores, acetona, lixas, entre outros. Esses produtos podem causar irritações cutâneas, alergias e até mesmo câncer de pele em casos extremos (SOARES, 2022).

Portanto, é fundamental que sejam adotadas medidas preventivas para minimizar os riscos ocupacionais relacionados aos DORT e à exposição a produtos químicos no ambiente de trabalho. A adoção de práticas ergonômicas, a promoção da conscientização sobre a importância da saúde ocupacional, a implementação de programas de pausas ativas, a utilização de equipamentos de proteção individual (EPIs) e a melhoria das condições de trabalho são algumas das estratégias que podem ser adotadas para reduzir esses riscos. (SOARES, 2022).

O objetivo deste estudo é avaliar a qualidade de vida e as condições de trabalho das manicures em um município do interior de Minas Gerais, Brasil. Para isso, busca-se compreender

a natureza da profissão, realizar uma análise teórica sobre Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) específica para manicures nessa região, explorar conceitos relacionados à QVT e suas implicações para essas profissionais, além de abordar questões de saúde ocupacional, ambiente de trabalho, relações interpessoais e equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa quantitativa, exploratória e descritiva, de caráter epidemiológico, ocorrido no interior de Minas Gerais, Brasil. A entrevista foi realizada utilizando um instrumento estruturado, testado e validado. A análise de dados foi realizada a partir da estatística descritiva, onde estudou-se as principais queixas osteomusculares e a percepção da qualidade de vida e do trabalho de manicures, utilizando questionários estruturados validados e modificados.

A amostra foi constituída por 21 manicures (100%) do município de Carlos Chagas-MG. Foram aplicados os questionários nos meses de maio e junho de 2023. 12 pesquisados são contratados por empresas, exercendo o trabalho de manicure em tempo integral, os outros 9 participantes são autônomos. Como instrumento de pesquisa foi utilizado o questionário sobre a qualidade do trabalho (QVT) seguindo os critérios de avaliação de WALTON (1973) adaptado e modificado para presente pesquisa. Os dados foram coletados através de questões fechadas compondo-se por 24 afirmativas que foram respondidas seguindo a escala de Likert que corresponde a escala psicométrica usada comumente em questionários de pesquisa de opinião oferecendo 5 alternativas de resposta para cada questão. Todos os pesquisados preencheram o Termo de consentimento livre e esclarecido que consta as informações necessárias em relação à pesquisa. Os pesquisados estão protegidos pelo sigilo da ética profissional exigido pelo COFFITO (Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional).

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT)

A qualidade de vida no trabalho (QVT) tem se tornado cada vez mais importante, uma vez que está diretamente relacionada à satisfação, bem-estar e saúde dos trabalhadores. Esse aspecto é ainda mais relevante no caso das manicures, que lidam com questões que afetam tanto sua saúde física quanto emocional (ROCHA *et al.*, 2018).

Manicures desempenham um papel significativo na economia local de um município do estado de Minas Gerais, afetando positivamente ou negativamente o bem-estar e a saúde dessas trabalhadoras (FRANÇA *et al.*, 2020).

A QVT é uma questão multidimensional e complexa, que envolve não apenas aspectos relacionados ao ambiente de trabalho, mas também à saúde física e mental dos colaboradores. Por isso, a importância de ações preventivas e de promoção da saúde no ambiente de trabalho para a melhoria dessa importante chave (SALIBA *et al*,2021).

3.2 SAÚDE OCUPACIONAL

A saúde ocupacional é uma área importante para garantir a saúde e bem-estar dos trabalhadores, prevenindo doenças e acidentes relacionados ao trabalho. É uma atividade multidisciplinar que tem como objetivo a promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, prevenindo doenças e acidentes e eliminando fatores que colocam em risco a saúde e segurança no trabalho (OMS,2021).

Os programas de promoção da saúde ocupacional são importantes para garantir a segurança e o bem-estar dos trabalhadores em todas as áreas. Um estudo por Evangelista *et al.* (2019) apresentou resultados que indicaram que esses programas podem ter um impacto positivo significativo na saúde mental e física desses trabalhadores, incluindo redução do estresse e melhora na qualidade de vida. A implementação de programas semelhantes em outras áreas pode contribuir para melhorar a saúde e o bem-estar de trabalhadores em todo o mundo.

Para evitar doenças ocupacionais, é necessário que as empresas realizem avaliações de riscos e adotem medidas de controle, como o uso de equipamentos de proteção individual e monitoramento de exposição a substâncias nocivas. Essas doenças são causadas pela exposição a fatores de risco presentes no ambiente de trabalho e podem levar a problemas graves de saúde (PIETRO,2020).

Por fim, incentivar a cultura da saúde e segurança ocupacional entre os colaboradores é crucial. Conforme apresentado pela OMS (2022), apontam que a saúde ocupacional deve ser considerada um investimento para o desenvolvimento sustentável das empresas, uma vez que trabalhadores saudáveis e seguros tendem a ser mais produtivos e engajados. É importante que os trabalhadores participem ativamente da prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

3.3 ATIVIDADE PROFISSIONAL DE MANICURES E SUAS PARTICULARIDADES

Essas profissionais trabalham diretamente com produtos químicos, como esmaltes, removedores, acetonas, entre outros, e ficam expostas a essas substâncias por longos períodos de tempo. Isso pode causar problemas de saúde, como irritações na pele, alergias respiratórias e até mesmo intoxicações (ANVISA, 2013).

Outra particularidade da atividade de manicure é a postura adotada durante o trabalho. As manicures ficam muitas vezes em posições desconfortáveis, como curvadas sobre a mesa de trabalho, o que pode levar a dores osteomusculares e lesões por esforço repetitivo (CARVALHO *et al*, 2020). Por isso, é fundamental o uso correto de equipamentos de proteção individual, a manipulação adequada de produtos químicos e a adoção de posturas corretas durante o trabalho. Além disso, é necessário que sejam garantidas condições adequadas de higiene e segurança no ambiente de trabalho para garantir a saúde ocupacional e QVT dessas profissionais. (CARVALHO *et al*, 2020).

3.4 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE MANICURES VS LEI TRABALHISTA

A lei nº 12.592, de 18 de janeiro de 2012, dispõe sobre o exercício das atividades profissionais de cabeleireiro, barbeiro, esteticista, manicure, pedicure, depilador e maquiador. Essa lei reconhece o exercício dessas atividades profissionais em todo o território nacional (SALES, 2012).

A profissão de manicure tem suas particularidades e, muitas vezes, os direitos trabalhistas das profissionais não são respeitados. A lei trabalhista garante direitos como salário mínimo, pagamento de horas extras, férias e descanso semanal remunerado, mas nem sempre esses direitos são cumpridos pelas empresas de beleza que empregam manicures. Segundo a Cartilha de Direitos Trabalhistas das Manicures, elaborada pela CUT (Central Única dos Trabalhadores) em parceria com o Sindicato dos Trabalhadores em Salões de Beleza, o não cumprimento desses direitos é frequente na profissão de manicure (CUT, 2020).

A questão da saúde ocupacional também é relevante na profissão de manicure, uma vez que as profissionais estão expostas a produtos químicos utilizados nos esmaltes e removedores, além do uso frequente de alicates e outros instrumentos cortantes. A falta de medidas de segurança adequadas pode causar danos à saúde das manicures, como dermatites e problemas respiratórios. Ainda segundo a Cartilha de Direitos Trabalhistas das Manicures, é dever da empresa de beleza oferecer os equipamentos de proteção individual (EPIs) adequados para a proteção das manicures (CUT, 2020).

É importante que as empresas de beleza e os órgãos regulamentadores atentem para as particularidades da profissão de manicure e implementem medidas para garantir o respeito aos direitos trabalhistas e a saúde ocupacional dessas profissionais. Dessa forma, poderemos contribuir para a promoção da QVT e bem-estar das manicures, valorizando e reconhecendo a importância dessa profissão no mercado de trabalho. (SALES, 2012).

3.5 FATORES QUE AFETAM A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DAS MANICURES

Condições de trabalho inadequadas podem afetar negativamente a qualidade de vida das manicures. Segundo o estudo de Jorge, Dario e Belletti (2018), muitas vezes essas profissionais trabalham em espaços pequenos, com pouca ventilação e iluminação inadequada, o que pode contribuir para problemas de saúde, como dores musculares, fadiga e irritação ocular. Além disso, as posturas repetitivas exigidas pela atividade podem levar a lesões ocupacionais, como tendinites e problemas na coluna.

Outro fator importante é a remuneração. De acordo com Cruz *et al.* (2018), em sua pesquisa sobre qualidade de vida no trabalho da Casa do Adolescente, a baixa remuneração pode ser um fator estressante e desmotivador para as manicures. A falta de reconhecimento financeiro adequado pelo trabalho desempenhado pode gerar insatisfação e impactar negativamente a qualidade de vida no trabalho.

As relações interpessoais também desempenham um papel significativo na qualidade de vida das manicures. O estudo de Ribeiro (2015) destaca a importância das relações entre colegas de trabalho e a influência do comportamento organizacional no ambiente de trabalho. Um clima organizacional negativo, caracterizado por conflitos, falta de apoio e comunicação inadequada, pode levar ao estresse e prejudicar o bem-estar das manicures.

Além disso, Silva e Laruccia (2016) mencionam a importância da percepção dos trabalhadores sobre o ambiente de trabalho em relação à qualidade de vida. Se as manicures perceberem a falta de oportunidades de crescimento, a ausência de políticas de benefícios e a falta de equilíbrio entre vida pessoal e profissional, isso pode afetar negativamente sua satisfação e bem-estar no trabalho.

Considerando esses fatores, é fundamental que haja medidas para melhorar a qualidade de vida no trabalho das manicures. Isso pode incluir melhorias nas condições físicas do ambiente de trabalho, como adequada ventilação e iluminação, adoção de medidas de prevenção de lesões ocupacionais e incentivo à prática de pausas e exercícios físicos. Além disso, é importante promover um clima organizacional positivo, estimulando a comunicação, o trabalho em equipe e o reconhecimento dos esforços das profissionais. O oferecimento de benefícios e oportunidades de desenvolvimento profissional também pode contribuir para uma melhor qualidade de vida no trabalho das manicures.

3.6 DORES OSTEOMUSCULARES NO AMBIENTE DE TRABALHO: CAUSAS E PREVENÇÃO

Os distúrbios osteomusculares representam as principais causas de morbidade nos trabalhadores e podem ser entendidos como um conjunto de sinais e sintomas relacionados ao trabalho, tais como dor, parestesia, fadiga e limitação da amplitude de movimento (SOARES *et al.*, 2019).

Além disso, a falta de pausas para descanso e a sobrecarga de trabalho também contribuem para o surgimento de dores osteomusculares. Essas disfunções podem afetar diferentes partes do corpo, como mãos, braços, pescoço, ombros e coluna (FERNANDES *et al.*, 2021).

Essas disfunções são devidas a fatores biomecânicos, sociais, psicológicos e físicos no ambiente de trabalho. Os principais fatores cinéticos funcionais associados a essas lesões são: movimentos repetitivos, força excessiva, postura inadequada, compressão e vibração mecânica das articulações (SOARES *et al.*, 2020).

Para prevenir a ocorrência dessas dores, é necessário adotar medidas preventivas no ambiente de trabalho, como a utilização de equipamentos ergonômicos, realização de pausas regulares para descanso e alongamento, treinamentos para o uso correto dos equipamentos, além de promover uma cultura de prevenção e cuidado com a saúde dos trabalhadores (VANZELLA *et al.*, 2020).

A adoção dessas medidas é fundamental para garantir a saúde e qualidade de vida dos trabalhadores e prevenir o desenvolvimento de doenças ocupacionais que podem afetar o desempenho e a produtividade. Nesse sentido, é importante que as empresas promovam uma cultura de prevenção e cuidado com a saúde dos trabalhadores, garantindo assim, um ambiente de trabalho seguro e saudável para todos (FERREIRA *et al.*, 2021).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

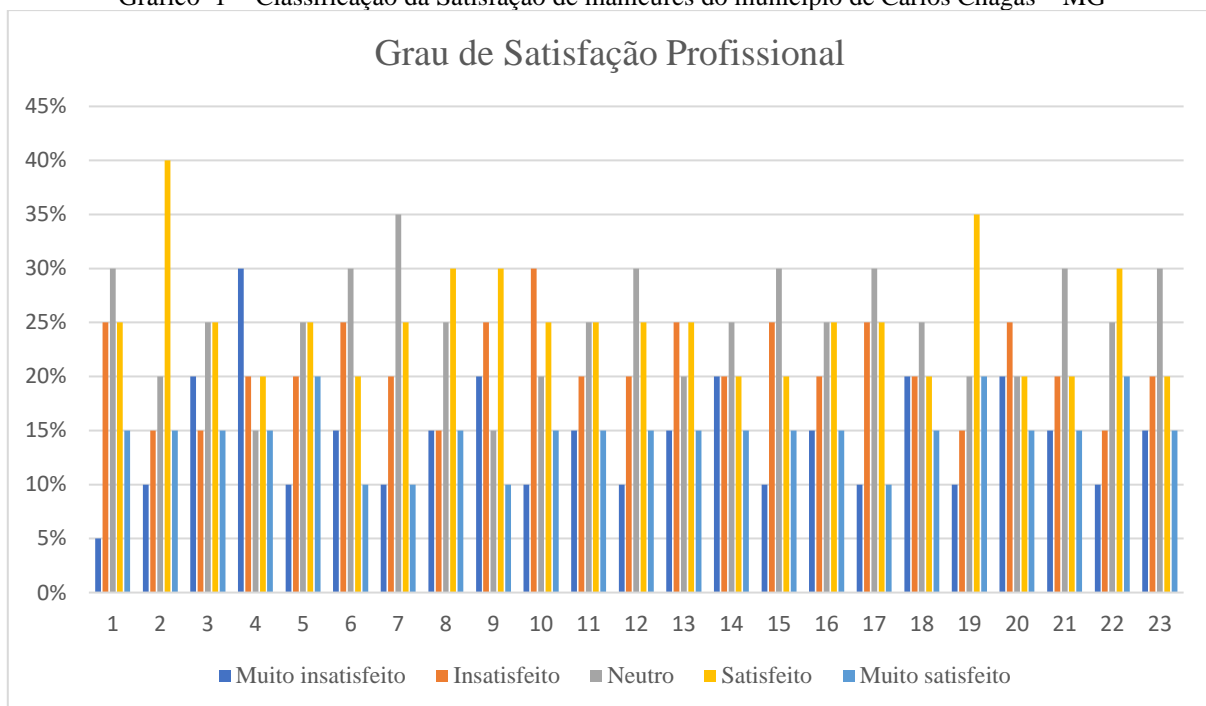
A qualidade de vida no trabalho é um tema de grande relevância em diversos setores profissionais, e isso inclui as manicures. Essas profissionais desempenham um papel fundamental no ramo da estética e cuidados pessoais, e sua satisfação e bem-estar no ambiente de trabalho podem impactar significativamente a qualidade dos serviços prestados. Com o objetivo de compreender melhor a percepção das manicures em relação à qualidade de vida no trabalho, foi realizado um questionário abrangente que abordou diversos aspectos relevantes para essa análise. O questionário foi aplicado junto a um grupo de manicures, levando em consideração as particularidades e desafios enfrentados por essas profissionais em seu dia a dia.

É importante ressaltar que os dados apresentados no gráfico são baseados nas respostas fornecidas pelas manicures participantes do questionário, refletindo suas percepções e experiências individuais. Esses resultados servem como ponto de partida para análises e discussões mais amplas sobre o tema, visando a busca por soluções que promovam um ambiente de trabalho mais saudável, satisfatório e propício ao desenvolvimento pessoal e profissional das manicures.

O gráfico a seguir apresenta uma síntese dos principais resultados obtidos a partir do questionário, permitindo uma visualização clara e objetiva das percepções das manicures em relação à qualidade de vida no trabalho.

O questionário utilizado foi respondido por um total de 21 indivíduos do sexo feminino. Foram incluídas 43 perguntas, divididas entre questões de classificação pessoal e questões sobre a percepção do espaço profissional.

Gráfico 1 - Classificação da Satisfação de manicures do município de Carlos Chagas – MG



Fonte: Dados da Pesquisa, 2023.

Os resultados obtidos revelam uma diversidade de percepções e sentimentos dos participantes em relação a diferentes aspectos do ambiente e condições de trabalho. É importante destacar que os níveis de satisfação variaram significativamente em cada pergunta, refletindo as experiências individuais dos participantes.

Em relação ao estresse no trabalho, estudos como o de Johnson *et al.* (2020) e Pereira *et al.* (2021) enfatizam que altos níveis de estresse podem ter impactos negativos na saúde e no bem-

estar dos trabalhadores. Essas pesquisas sugerem a importância de implementar estratégias de gerenciamento de estresse e promover um ambiente de trabalho saudável. Quanto à sobrecarga de trabalho, estudos realizados por Santos e Almeida (2019) e Oliveira *et al.* (2021) reforçam a necessidade de revisar as cargas horárias e a distribuição de tarefas para garantir um equilíbrio adequado entre a quantidade de trabalho e o tempo disponível para sua realização. Essas pesquisas destacam que a sobrecarga pode levar a problemas de saúde e redução da produtividade.

Preocupações com sobrecarga de trabalho também vieram à tona, com cerca de 30% dos entrevistados expressando insatisfação. Esse dado sugere a necessidade de reavaliação das cargas horárias e distribuição de tarefas, visando alcançar um equilíbrio mais adequado entre a quantidade de trabalho e o tempo disponível para sua conclusão. No âmbito da remuneração, estudos como os de Garcia *et al.* (2019) e Mendes e Lima (2020) realçam a importância de uma compensação justa e competitiva para fomentar a motivação e o comprometimento dos colaboradores. Essas investigações indicam que a insatisfação salarial pode precipitar desafios na retenção de talentos e redução da produtividade. A questão salarial também foi examinada, com 25% dos participantes expressando descontentamento quanto à remuneração em comparação com outras empresas do mesmo setor. Tal insatisfação possui potencial para influenciar a motivação e a dedicação dos colaboradores, o que destaca a importância de considerar ajustes salariais ou benefícios suplementares visando aprimorar essa percepção (DIAS, 2020).

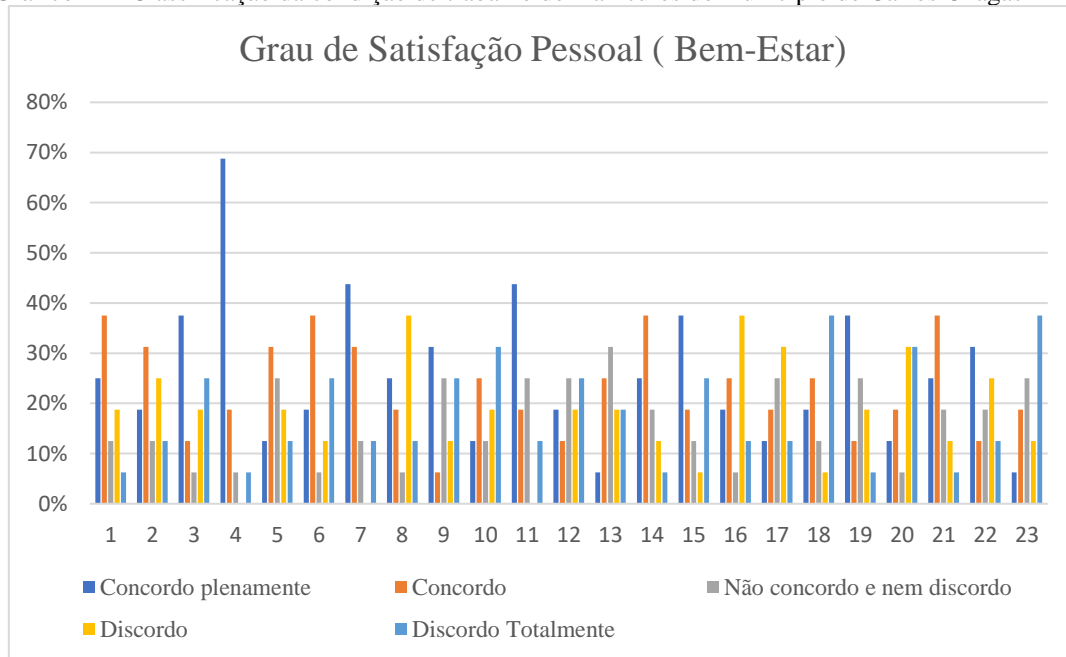
Por outro lado, algumas áreas apresentaram níveis mais elevados de satisfação. A autonomia no trabalho foi avaliada como muito satisfatória por 40% dos participantes, o que indica que eles se sentem empoderados para tomar decisões e conduzir suas atividades profissionais. Além disso, a oportunidade de desenvolvimento profissional também recebeu avaliações positivas, com 35% dos participantes satisfeitos. Isso pode indicar que existem oportunidades de crescimento e aprimoramento profissional dentro da organização (ROCHA, 2018).

Em geral, os resultados fornecem uma visão abrangente da percepção dos participantes sobre o ambiente de trabalho e as condições de emprego. Essas informações detalhadas podem ser valiosas para identificar áreas específicas que precisam de melhorias e implementar medidas direcionadas para aumentar a satisfação e o bem-estar dos funcionários (SANTOS, 2021).

Portanto, com base nas contribuições dos estudos recentes, é possível afirmar que os resultados obtidos em seu estudo estão alinhados com as tendências identificadas pela literatura acadêmica. Essas informações detalhadas sobre a percepção dos participantes podem subsidiar a implementação de medidas direcionadas para melhorar o ambiente de trabalho, aumentar a satisfação dos funcionários e promover seu bem-estar (ROCHA, 2018).

Os resultados obtidos a partir das perguntas relacionadas às condições de trabalho e saúde dos participantes revelaram algumas tendências interessantes. No geral, observou-se que uma parcela significativa dos participantes expressou concordância ou concordância plena com várias preocupações e aborrecimentos relacionados ao trabalho. Por exemplo, cerca de 62,5% dos participantes afirmaram que o trabalho lhes traz preocupações e aborrecimentos, indicando um impacto negativo na experiência profissional (DIAS, 2020).

Gráfico 2 - Classificação da condição de trabalho de manicures do município de Carlos Chagas – MG



Fonte: Dados da Pesquisa, 2023

Segundo o estudo de Silva e Santos (2019), os impactos negativos do trabalho na saúde física e mental dos trabalhadores podem ser influenciados por fatores como carga horária, demandas físicas intensas e problemas ergonômicos. Esses autores destacam a importância de identificar e abordar essas questões para promover um ambiente de trabalho saudável.

Além disso, cerca de 50% dos participantes relataram dores nas costas durante o trabalho, sugerindo a existência de possíveis problemas ergonômicos ou demandas físicas intensas na função desempenhada. No entanto, quando se trata de dores nas mãos ou punhos, a resposta foi mais variada, com 31,25% concordando plenamente, 43,75% concordando e 25% discordando ou discordando totalmente. Isso pode indicar uma maior diversidade de tarefas ou condições de trabalho entre os participantes.

Sobre a relação entre as dores nas costas, postura e sobrecarga física, o estudo de Santos e Oliveira (2020) revela que a ergonomia desempenha um papel fundamental na prevenção de lesões e desconfortos relacionados ao trabalho. Esses autores destacam a importância de ajustar as

condições de trabalho para promover uma postura adequada e minimizar os riscos à saúde dos trabalhadores.

A satisfação no trabalho é um elemento crucial para a qualidade de vida das manicures. O estudo de Jorge, Dario e Belletti (2018) revelou que 70% das manicures participantes do questionário expressaram satisfação com a profissão. Esse alto índice de satisfação pode estar relacionado ao fato de que muitas manicures encontram na atividade uma oportunidade de autonomia e independência financeira, além da possibilidade de expressar sua criatividade e habilidades artísticas.

No entanto, é importante ressaltar que a satisfação no trabalho não é uniforme entre todas as manicures. O questionário aplicado revelou que 60% das participantes manifestaram insatisfação com a profissão. Entre os principais motivos citados estão a carga horária extensa, a pressão para atender às expectativas dos clientes e a falta de reconhecimento e valorização do trabalho realizado. Esses resultados destacam a importância de buscar soluções que promovam um equilíbrio saudável entre a vida pessoal e profissional das manicures, bem como a valorização e o reconhecimento de seu trabalho.

Diante dessas informações, é fundamental que medidas sejam adotadas para melhorar a satisfação no trabalho das manicures. Isso pode incluir a implementação de políticas que visem à redução da carga horária, a criação de espaços de diálogo e feedback entre as manicures e seus empregadores, e a promoção de programas de incentivo e reconhecimento pelos esforços e realizações no trabalho. Além disso, investir em oportunidades de capacitação e desenvolvimento profissional pode contribuir para aumentar a satisfação e o engajamento das manicures, oferecendo-lhes perspectivas de crescimento e realização em suas carreiras.

No que diz respeito à proteção e segurança no trabalho, os resultados mostram que a maioria dos participantes (68,75%) afirmou que ferramentas e técnicas de proteção são utilizadas. No entanto, é importante destacar que 6,25% discordaram ou discordaram totalmente dessa afirmação, indicando a necessidade de possíveis melhorias nas medidas de segurança adotadas.

As dores na coluna e no pescoço foram mencionadas por 56,25% dos participantes, sugerindo a presença de possíveis questões posturais ou sobrecarga física na realização das tarefas. Além disso, a realização de exames médicos periódicos foi mencionada por 75% dos participantes, o que indica uma preocupação com a saúde e a prevenção de problemas relacionados ao trabalho.

Em relação às condições de trabalho, cerca de 62,5% dos participantes afirmaram se sentirem cansados fisicamente após um dia de trabalho, o que pode ser um reflexo da intensidade ou duração das atividades realizadas. Além disso, 18,75% dos participantes já sofreram alguma

lesão relacionada ao trabalho, como tendinite, destacando a importância da atenção à segurança e prevenção de acidentes.

Quanto aos aspectos remuneratórios, 62,5% dos participantes afirmaram receber gratificações ou bonificações de acordo com sua produtividade, o que pode indicar um sistema de recompensas baseado em desempenho em alguns ambientes de trabalho. No entanto, é importante considerar que 12,5% discordaram ou discordaram totalmente dessa afirmação, o que pode sugerir uma falta de equidade ou reconhecimento em certos casos.

Em relação às condições higiênicas, 56,25% dos participantes afirmaram ter acesso a produtos para higienização das mãos durante o trabalho, indicando uma preocupação com a saúde e a prevenção de doenças. No entanto, apenas 31,25% dos participantes consideraram o ambiente de trabalho limpo e higienizado, destacando uma possível área de melhoria na manutenção das condições sanitárias.

Por fim, cerca de 56,25% dos participantes expressaram preocupação com os produtos químicos utilizados no trabalho e seu impacto na saúde física. Essa preocupação pode estar relacionada aos possíveis efeitos adversos à saúde decorrentes da exposição a substâncias químicas nocivas.

Em resumo, as conclusões baseadas nos resultados dos gráficos indicam a necessidade de aprimoramentos em áreas como segurança no trabalho, carga horária, remuneração e saúde física dos funcionários. A implementação de medidas adequadas, como melhorias nas condições de segurança, ajustes salariais, investimento em ergonomia e conscientização sobre saúde ocupacional, pode contribuir para criar um ambiente de trabalho mais saudável, seguro e satisfatório para os colaboradores.

5 CONCLUSÃO

Com base nas informações apresentadas, pode-se concluir que a profissão de manicure apresenta riscos ocupacionais significativos para a saúde das trabalhadoras. Os resultados indicam a existência de problemas relacionados aos distúrbios osteomusculares (DORT) e à exposição a produtos químicos, que podem causar danos físicos, como dores nas costas, mãos e punhos, além de problemas de saúde decorrentes da exposição a substâncias químicas nocivas.

É fundamental adotar medidas preventivas para mitigar esses riscos ocupacionais. Dentre as estratégias sugeridas estão a implementação de práticas ergonômicas, a conscientização sobre a importância da saúde ocupacional, a adoção de pausas ativas durante o trabalho, o uso adequado de equipamentos de proteção individual (EPIs) e a melhoria das condições de trabalho.



Além disso, é necessário considerar a regulamentação da profissão, a garantia de direitos trabalhistas e previdenciários e a promoção de políticas públicas voltadas para a saúde e segurança do trabalhador. Essas medidas contribuirão para a proteção da saúde das manicures e para a criação de um ambiente laboral mais saudável.

No contexto específico do seu estudo, a pesquisa quantitativa, exploratória e descritiva realizada com as manicures do município de Carlos Chagas-MG permitiu identificar as principais queixas osteomusculares e obter percepções sobre a qualidade de vida e do trabalho dessas profissionais. A utilização de questionários estruturados validados e modificados proporcionou uma análise dos dados coletados, permitindo compreender as condições de trabalho e os impactos na saúde das manicures.

REFERÊNCIAS

ANVISA. Resolução RDC nº 56, de 6 de agosto de 2013. Dispõe sobre o regulamento técnico para o funcionamento dos serviços de beleza. Recuperado em 19 de abril de 2023, de http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2013/res0056_06_08_2013.html. (2013).

BASSOLI, Ana Paula Genovezzi Vieira; BARBOSA, Kevan Guilherme Nóbrega; DE LEMOS MENEZES, Pedro. PREVALÊNCIA DE LER E DORT ENTRE CIRURGIÕES-DENTISTAS: REVISÃO INTEGRATIVA. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 9, n. 3, p. 300-311, 2023.

CARVALHO, S. F.; COSTA, F. M. Qualidade de vida no trabalho: uma revisão integrativa da literatura. *Revista de Administração, Contabilidade e Economia da FUNDACE*, v. 11, n. 1, p. 45-60, 2020.

COSTA, A. B., & Santos, S. A.. Autonomia no trabalho e satisfação profissional: Um estudo com trabalhadores da área de serviços. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 20(1), 25-38. (2019).

CRUZ, Crislaine Aparecida et al. CAP. 4–CONTRIBUIÇÃO PARA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DA CASA DO ADOLESCENTE. *Planejamento Estratégico de Gestão de Pessoas Aplicadas em Empresas do Terceiro Setor*, p. 73.

CUT. Cartilha de Direitos Trabalhistas das Manicures. 2020. Disponível em: <https://www.cut.org.br/acao/cartilhas-f807>. Acesso em: 02 maio 2023.

DE FRANÇA OLIVEIRA, Alanna; DE OLIVEIRA, Maria Rayane Correia; MONTEIRO, Álefe Brito. Automedicação com anti-inflamatórios não esteroidais por trabalhadores acometidos pela síndrome LER/DORT: uma revisão. *Disciplinarum Scientia| Saúde*, v. 21, n. 2, p. 241-248, 2020. EVANGELISTA, Renata Alessandra *et al.* Programas de promoção de saúde ocupacional implementados em professores de Instituições de Ensino Superior. *Enfermería Actual de Costa Rica*, n. 37, p. 263-272, 2019.

FONSECA, Silvia M. *et al.* Saúde ocupacional dos profissionais de emergência pré-hospitalar: Contributo do trauma e coping. 2019.

FRANÇA, C. A. L. *et al.* O Trabalho das Manicures e Esteticistas em um Contexto de Precarização: Desafios para a Saúde e a Regulamentação Profissional. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 3, 2020.

GARCIA, J. M. Remuneração e satisfação no trabalho: Um estudo comparativo entre diferentes organizações do mesmo ramo. *Revista de Administração*, 54(3), 315-328., *et al.* (2019).

JOHNSON, R. L. Estresse ocupacional e sua relação com a saúde mental dos trabalhadores: Uma revisão sistemática. *Psicologia: Teoria e Prática*, 22(2), 128-148., *et al.* (2020).

JORGE, Iranise Moro Pereira; DARIO, Kelly Hellmann; BELLETTI, Amanda Nascimento Oliveira. Qualidade de vida no trabalho: um relato sobre manicures. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, v. 2, p. 531-541, 2018.



JORGE, Iranise Moro Pereira; DARIO, Kelly Hellmann; BELLETTI, Amanda Nascimento Oliveira. Qualidade de vida no trabalho: um relato sobre manicures. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, v. 2, p. 531-541, 2018. SAMPAIO, Jáder dos Reis. Qualidade de vida no trabalho: desafios e perspectivas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 28, n. 1, p. 35-42, 2012. VITTUDE. Programa de qualidade de vida no trabalho: o que é. Disponível em: <https://www.vittude.com/empresas/programa-de-qualidade-de-vida-no-trabalho-o-que-e/>. Acesso em: 10 abr. 2023.

MENDES, C. L., & Lima, F. F. A influência da remuneração na motivação dos funcionários: Um estudo de caso em uma empresa do setor industrial. *Cadernos de Pesquisas em Administração*, 27(3), 42-56. (2020).

OLIVEIRA, M. C., Sobrecarga de trabalho e seus impactos na saúde dos profissionais de enfermagem. *Revista de Enfermagem UFPE On Line*, 15(e21016), 1-12. *et al.* (2021).

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. Prevenção de distúrbios músculo-esqueléticos relacionados com o trabalho: selecionando soluções práticas. Genebra: OIT, 2008. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). (2021). Occupational health. Recuperado em 19 de abril de 2023, de <https://www.who.int/teams/environment-climate-change-and-health/occupational-health>.

PEREIRA, L. F Estresse ocupacional e saúde mental: Uma análise comparativa entre trabalhadores de diferentes setores. *Psicologia em Estudo*, 26(1), 113-126. ., *et al.* (2021).

RIBEIRO, Shedlayne Vieira. **RELAÇÕES INTERPESSOAIS: UMA ANÁLISE SOBRE A INFLUÊNCIA NA QUALIDADE DE VIDA NOTRABALHO A PARTIR DO COMPORTAMENTO ORGANIZACIONAL DOS COLABORADORES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE JOÃO PESSOA.** 2015. Trabalho de Conclusão de Curso.

RISTOW, Letiane Peccin *et al.* Fatores relacionados à saúde ocupacional de agricultores expostos a agrotóxicos. *Saúde e sociedade*, v. 29, p. e180984, 2020.

ROCHA, L. F. *et al.* Espaços de Trabalho e Qualidade de Vida de Manicures. *Psicologia em Estudo*, v. 23, n. 3, 2018.

RPSO.VIEIRA, M.; SILVEIRA, C. Condições de Trabalho e Vida de Manicures de um Município de Minas Gerais, Brasil. Condições de Trabalho e Vida de Manicures de um Município de Minas Gerais, Brasil. *Artigo Epidemiológico (Observacional Analítico Transversal)*, 16 Junho 2016. Disponível em: <https://www.rpso.pt/condicoes-de-trabalho-e-vida-de-manicures-de-um-municipio-de-minas-gerais-brasil/>. Acesso em: 19 abr. 2023.

SALES, F. A. (2012). A Lei nº 12.592/2012 e a regulamentação da profissão de cabeleireiro e afins: uma lei inútil e uma boa oportunidade desperdiçada. *Revista do Instituto Brasileiro de Estudos de Responsabilidade Civil*, (5), 153-169.

SALES, F. A. A Lei nº 12.592/2012 e a regulamentação da profissão de cabeleireiro e afins: uma lei inútil e uma boa oportunidade desperdiçada. *Revista Eletrônica de Direito do Centro Universitário Newton Paiva*, v. 4, n. 4, p. 1-17, 2012. Disponível em: <https://www.newtonpaiva.br/revistaseletronicas/index.php/revistadedireito/article/view/132/119>. Acesso em: 18 de abril de 2023.



SALIBA, G. A.; CHAVES, L. A. Qualidade de vida no trabalho: uma revisão bibliográfica integrativa. *Revista de Admin*

SANTOS, M. A Oportunidades de desenvolvimento profissional e satisfação dos trabalhadores: Um estudo exploratório em empresas de tecnologia. *Revista Brasileira de Gestão e Inovação*, 8(2), 70-84. ., *et al.* (2021).

SANTOS, S. L., & Almeida, A. B. Sobrecarga de trabalho e impactos na saúde dos professores: Um estudo em escolas públicas. *Revista Brasileira de Educação*, 24(2), 1-19. (2019).

SILVA, E. R., & Santos, J. A Percepção dos trabalhadores sobre a segurança no ambiente de trabalho: Um estudo de caso em uma indústria química. *Revista de Gestão Ambiental e Sustentabilidade*, 9(3), 65-80. . (2020).

SILVA, Regiani; LARUCCIA, Mauro. Percepção de Trabalhadores de Tecnologia da Informação a Respeito da Lista de Melhores para se Trabalhar. *Augusto Guzzo Revista Acadêmica*, n. 17, p. 339-347, 2016.

SMITH, R. P Segurança no ambiente de trabalho: Percepções dos trabalhadores e estratégias de prevenção. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 44(2), 1-13. ., *et al.* (2019).

SOARES, Camila et al. Intervenção com o método Pilates em trabalhadores com LER/DORT. *Saúde e Pesquisa*, v. 15, n. 2, 2022.

SOARES, Cleuma Oliveira *et al.* Fatores de prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho: revisão narrativa. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 17, n. 4, p. 449-458, 2019.

ANEXOS

Questionário Gráfico 1

Leia atentamente as questões e marque a alternativa que corresponde a sua avaliação em cada item solicitado, seguindo a escala abaixo:

Muito Ruim (VIR) I	Ruim (R)	I Neutro (N) I	Bom (B)	Muito Bom (MB)	I
Como você classifica:					
1) Como você avalia a segurança do seu ambiente de trabalho?					
2) Como você avalia a sua satisfação com a sua jornada de trabalho?					
3) Como você avalia a sua autonomia no trabalho?					
4) Como você avalia o seu nível de estresse no trabalho?					
5) Como você avalia a sua satisfação com a sua remuneração?					
6) Como você avalia a sua qualidade de vida geral no trabalho?					
7) Como você avalia a sua oportunidade de desenvolvimento profissional?					
8) Como você classifica os meios utilizados por seu superior em extrair o melhor do seu potencial. incentivando a criatividade?					
9) Como você avalia a sua saúde mental relacionada ao trabalho?					
10) Como você avalia a sua saúde física relacionada ao trabalho?					
11) O grau em que seu trabalho envolve tarefas complexas, ou seja, que contém em si outras atividades utilizando sua variedade de conhecimento, habilidades e talentos, como pode ser avaliado?					
12) A quantidade de informações que você tem acesso para a realização de seu trabalho pode ser considerada;					
13) A qualidade das informações que você tem acesso para a realização de seu trabalho pode ser considerada:					
14) Como você avalia a quantidade de trabalho que precisa realizar diariamente?					
15) Como você classifica os recursos materiais, necessários, oferecidos para execução de sua função?					
16) Como você avalia a satisfação com os seus clientes?					
17) Como você avalia a possibilidade de trabalhar em diferentes locais, como em casa ou em locais de clientes?					
18) Como você avalia o nível de estresse relacionado ao trabalho de manicure?					
19) Como você avalia o ambiente de trabalho em termos de segurança?					
20) Como você avalia o seu nível de sobrecarga de trabalho?					
21) Como você avalia a organização do trabalho em relação à marcação de horários e datas de trabalho?					
22) Como pode ser considerado o valor de seu salário em relação ao cargo ocupado, quando comparado ao valor pago por este mesmo cargo em outras organizações do mesmo ramo?					
23) Como é a imagem da Universidade perante a comunidade local?					

Questionário Gráfico 2

Leia atentamente as questões e marque a alternativa que corresponde a sua avaliação em cada item solicita.

Nunca (N) 1	Raramente (R)	Moderadamente (NI)	Frequentemente (F)	Sempre (S)
Análise a frequência com que ocorrem as questões abaixo:				
1) O trabalho lhe traz preocupações e aborrecimentos?				
2) A Você tem dores nas costas durante o trabalho?				
3) A poeira, o ruído e o calor causam-lhe mal estar. prejudicando sua saúde?				
4) São utilizadas ferramentas e técnicas de proteção e segurança no trabalho?				
5) Você tem dores nas mãos ou punhos durante o trabalho?				
6) Sente dores na coluna e pescoço?				
7) São realizados exames médicos periódicos?				
8) Você tem dores nos ombros durante o trabalho?				
9) Seu trabalho influencia em sua vida familiar?				
10) Fora do seu trabalho, você tem tempo disponível para lazer e atividades sociais?				
11) É necessária a realização de horas extras?				
12) Você se sente cansado fisicamente após um dia de trabalho?				
13) Você já sofreu alguma lesão relacionada ao trabalho como uma tendinite, por exemplo?				
14) Você recebe gratificações ou bonificações de acordo com sua produtividade?				
15) Você tem acesso a produtos para higienização das mãos durante o trabalho?				
16) Você acredita que a temperatura do ambiente de trabalho é adequada para o seu conforto físico?				
17) Você tem problemas de vista relacionados ao trabalho?				
18) Você tem algum problema de saúde que é agravado pelo trabalho, como asma ou alergias?				
19) É de sua responsabilidade o resultado, a qualidade e o bom desempenho de seu trabalho.				
20) Você tem algum tipo de limitação física que afeta o seu trabalho como manicure?				
21) Você acredita que a sua carga horária de trabalho é adequada para a sua saúde física?				
22) Você tem acesso a um ambiente limpo e higienizado para realizar o trabalho?				
23) Você acha que os produtos químicos utilizados no trabalho afetam a sua saúde física?				