Anais do Congresso Brasileiro de Iniciação Científica
(https://periodicos.unisanta.br/COB)

ISSN 2317-1316

CONDIÇÕES LABORAIS E COMPORTAMENTOS DE RISCO À SAUDE: UMA ANÁLISE DO CONSUMO DE ÁLCOOL E ULTRAPROCESSADOS EM PROFESSORES DA REDE MUNICIPAL DE SÃO VICENTE

WORKING CONDITIONS AND HEALTH-RISK BEHAVIORS: AN ANALYSIS OF ALCOHOL AND ULTRA-PROCESSED FOOD CONSUMPTION AMONG TEACHER IN THE SÃO VICENTE MUNICIPAL SCHOOL SYSTEM

Giovana dos Santos Luiz, Kailany de Oliveira Conceição, Letícia Maria Pereira Carlos, Tássia do Vale Cardoso Lopes

Universidade Santa Cecília, Faculdade de Ciências da Saúde, Curso de Nutrição
E-mail para contato: leticiamariap62@gmail.com

RESUMO – Este estudo buscou analisar a relação entre condições laborais e emocionais com o consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) e álcool entre professores de São Vicente, SP. Com metodologia transversal e quantitativa, os dados foram obtidos por questionário sociodemográfico e de frequência alimentar com 94 participantes selecionados por conveniência. O consumo ocasional, frequente ou diário de AUP foi maior entre participantes com diagnóstico autorreferido de transtorno emocional (56,0%) do que entre aqueles sem diagnóstico (32,8%). Para o álcool, predominaram respostas nunca ou raramente. Não houve aumento progressivo do consumo de ambos acerca de fatores ocupacionais. Conclui-se que os comportamentos de saúde docente devem ser analisados considerando fatores laborais e emocionais.

Palavras-chave: Professores Escolares; Condições de trabalho; Alimentos Ultraprocessados; Consumo de Álcool; Hábitos Alimentares.

ABSTRACT – This study aimed to analyze how work and emotional conditions relate to ultra-processed foods (UPFs) and alcohol consumption among teachers in São Vicente, SP. Using a cross-sectional and quantitative methodology, data were collected from 94 convenience-sampled participants through a sociodemographic and food frequency questionnaire. Occasional, frequent, or daily UPF consumption was higher among participants with a self-reported diagnosis of an emotional disorder (56.0%) than among those without such a diagnosis (32.8%). For alcohol, "never" or "rarely" were the predominant responses. Consumption of both UPFs and alcohol did not increase progressively with occupational factors. In conclusion, teachers' health behaviors should be analyzed considering work-related and emotional factors.

Keywords: Faculty; Working Conditions; Processed food; Alcohol Drinking; Feeding Behavior.

ISSN 2317-1316

1 INTRODUÇÃO

A saúde dos professores da rede pública tem sido discutida na literatura científica em função das condições laborais, caracterizadas pela intensificação das atividades, pelo acúmulo de funções e por jornadas que ultrapassam o período em sala de aula (Furlanete; Czernisz; Santos, 2022). A organização do trabalho, incluindo a carga horária, os múltiplos vínculos e os diferentes turnos, pode repercutir na rotina alimentar e na realização das refeições (Soares, 2023; Braga; Paternez, 2011).

Paralelamente, o aumento da participação de alimentos ultraprocessados (AUP) na alimentação brasileira representa uma preocupação, considerando sua associação a um perfil nutricional menos favorável (Louzada *et al*., 2015). Além disso, fatores sociodemográficos e ocupacionais podem influenciar os padrões alimentares, sendo observada associação entre maior tensão ocupacional e menor frequência de consumo de frutas entre professores brasileiros (Simões *et al*., 2018; Rodrigues *et al*., 2021). O consumo de bebidas alcoólicas também merece atenção nesse grupo, especialmente diante das condições de trabalho e de fatores relacionados à saúde mental (Leão *et al*., 2022; Haikal *et al*., 2023).

Diante desse cenário, considerando as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, que prioriza alimentos in natura ou minimamente processados e orienta evitar ultraprocessados (Brasil, 2014), torna-se relevante investigar a relação entre condições laborais e comportamentos de saúde. Assim, este estudo tem como objetivo verificar a relação entre condições laborais, comportamentos psicológicos e alimentares de risco, com ênfase no consumo de bebidas alcoólicas e alimentos ultraprocessados, em professores da rede municipal de São Vicente, considerando a frequência de consumo desses itens e os indicadores de sobrecarga laboral, como carga horária e turnos de trabalho.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional, transversal e de abordagem quantitativa, realizado com professores em atividade na rede municipal de ensino de São Vicente (SP). A amostra foi não probabilística, por conveniência, com participação voluntária. Como critérios de inclusão, foram elegidos docentes com 18 anos ou mais que aceitaram participar, consentindo com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e que preencheram o questionário. Por

ISSN 2317-1316

outro lado, foram excluídos profissionais afastados durante a coleta, aqueles que não consentiram e os que não responderam às variáveis centrais de consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) e bebidas alcoólicas.

A coleta ocorreu por questionário estruturado *on-line*, divulgado via *WhatsApp* com apoio da Diretoria de Alimentação Escolar da cidade. Foram levantados dados sociodemográficos, características laborais (carga horária semanal, número de turnos e vínculos), condições de alimentação e diagnóstico autorreferido de ansiedade, depressão ou outro transtorno emocional. A frequência de consumo de AUP e álcool foi avaliada por questionário adaptado, inspirado nos grupos alimentares do Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Brasil, 2015), com as categorias: nunca, raramente (uma vez/semana), às vezes (2–3 vezes/semana), frequentemente (4–6 vezes/semana) e diariamente. Os dados foram organizados em planilha Excel e tratados por estatística descritiva (frequências, médias e proporções), com cruzamentos entre características laborais e psicológicas e os desfechos de consumo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram recebidas 99 respostas ao questionário, onde foram incluídos 93 participantes, com idade média de 47,62 ± 8,59 anos. Houve predomínio do sexo feminino (89,2%), 73,1% possuíam pós-graduação lato sensu e 59,1% residiam em município diferente de São Vicente. Para as análises de consumo, foram consideradas 89 respostas válidas referentes a AUP e 88 referentes a bebidas alcoólicas. No conjunto, 39,3% relataram consumo de AUP às vezes, frequentemente ou diariamente, sendo 20,2% frequentemente ou diariamente. Quanto ao álcool, 47,7% declararam nunca consumir e 13,6% referiram consumo frequente ou diário.

Ao observar as condições de atividade docente, foi possível notar que a maioria da amostra atua em mais de um turno de trabalho, equivalendo a 60% dos educadores (Figura 1). Além disso, houve a prevalência de professores com carga horária semanal entre 31-40 horas (48,9%), com uma parcela expressiva jornadas maiores que 40 horas (26,1%), conforme explicitado na Figura 2.

ISSN 2317-1316

Figura 1: Prevalência dos participantes nos turnos de trabalho

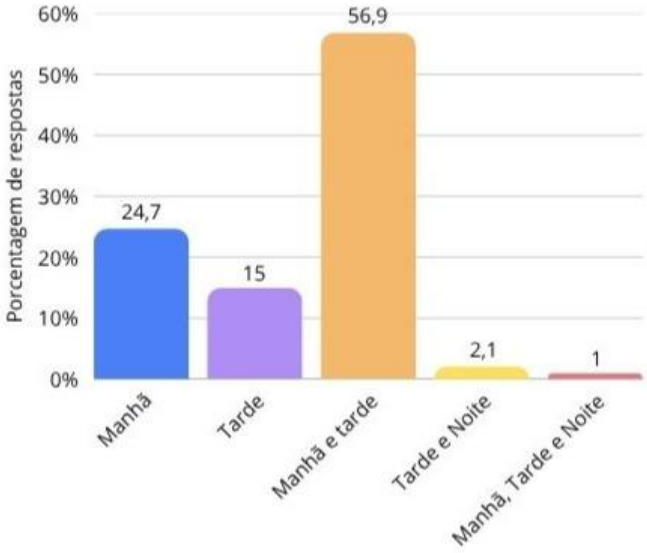
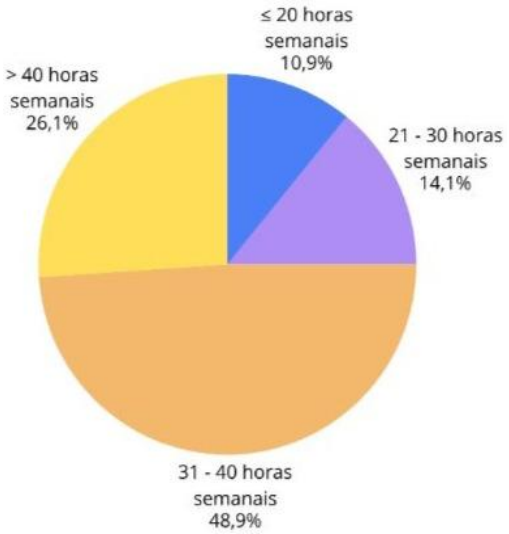


Figura 2: Quantificação da carga horária semanal (%) entre os participantes



Na análise do consumo de AUP, na Tabela 1, entre os docentes sem diagnóstico que trabalhavam em turno único, predominou a frequência rara (56,0%); entre aqueles com diagnóstico no mesmo regime de turnos, destacou-se o consumo às vezes (45,5%). Em

ISSN 2317-1316

continuidade à análise, entre os participantes que trabalhavam em mais de um turno, a categoria "às vezes" foi semelhante nos grupos com e sem diagnóstico (21,4% e 20,5%, respectivamente), enquanto o consumo raro foi mais frequente entre os sem diagnóstico (51,3%) do que entre os com diagnóstico (42,9%). As categorias de consumo frequente ou diário também apresentaram distribuições distintas: no turno único, somaram 18,2% entre os participantes com diagnóstico e 32,0% entre os sem diagnóstico; em mais de um turno, corresponderam a 28,5% e 10,2%, respectivamente. Assim, a relação entre turnos, diagnóstico e frequência de AUP não se mostrou uniforme: a categoria "às vezes" se destacou em alguns grupos com diagnóstico, mas as frequências elevadas não seguiram um padrão constante segundo o número de turnos.

Tabela 1: Avaliação do consumo de ultraprocessados e álcool de acordo com turnos de trabalho e distúrbios psicológicos

	Turno Único com Distúrbios Psicológicos*	Turno Único sem Distúrbios Psicológicos	Mais de um turno com Distúrbios Psicológicos	Mais de um turno sem Distúrbios Psicológicos
Consumo de AUP				
Nunca	27,3%	8,0%	7,1%	18,0%
Raramente	9,1%	56,0%	42,9%	51,3%
Às vezes	45,5%	4,0%	21,4%	20,5%
Frequentemente	18,2%	24,0%	21,4%	5,1%
Diariamente	0,0%	8,0%	7,1%	5,1%
Consumo de Álcool				
Nunca	63,6%	37,5%	28,6%	56,4%
Raramente	9,1%	20,8%	50,0%	28,2%
Às vezes	9,1%	8,3%	0,0%	2,6%
Frequentemente	9,1%	20,8%	14,3%	5,1%
Diariamente	9,1%	0,0%	0,0%	2,6%
Prefiro não responder	16,7%	16,7%	7,1%	5,1%

*Diagnóstico autorreferido de ansiedade, depressão ou outro transtorno emocional.

Ainda na mesma tabela, referente ao consumo de álcool, a categoria "nunca" foi mais frequente entre os participantes com diagnóstico que trabalhavam em turno único (63,6%) e entre os sem diagnóstico que atuavam em mais de um turno (56,4%). Entre os participantes

ISSN 2317-1316

com diagnóstico e mais de um turno, predominou o consumo raro (50,0%). As categorias frequentemente/diariamente somaram 18,2% no grupo com diagnóstico e turno único, 20,8% no grupo sem diagnóstico e turno único e 14,3% no grupo com diagnóstico e mais de um turno; entre os participantes sem diagnóstico e mais de um turno, totalizaram 7,7%. Esses contrastes indicam variação descritiva, mas não sustentam uma associação linear entre maior número de turnos e maior consumo de álcool.

No contexto de carga horária semanal, enunciado na Tabela 2, destaca-se uma diferença descritiva que é compatível com a relevância de investigar conjuntamente alimentação e saúde emocional. Entre os participantes sem diagnóstico psicológicos, o consumo raro de AUP predominou em todas as faixas de jornada, com percentuais de 42,9% para até 20 horas, 54,6% para 21–40 horas e 58,3% para mais de 40 horas semanais. Entre os participantes com diagnóstico, a distribuição variou: na faixa de até 20 horas, destacou-se o consumo às vezes (66,7%) e frequentemente (33,3%); entre 21–40 horas, as categorias às vezes (25,0%) e raramente (25,0%) foram as mais frequentes; acima de 40 horas, predominou o consumo raro (40,0%). No conjunto, 56,0% dos participantes com diagnóstico relataram consumo de AUP às vezes, frequentemente ou diariamente, frente a 32,8% daqueles sem diagnóstico.

Tabela 2 - Avaliação do consumo de ultraprocessados e álcool de acordo com carga horária semanal de trabalho e distúrbios psicológicos

	Com Distúrbios Psicológicos*			**Sem Distúrbios Psicológicos**		
	Carga Horária de Trabalho (Semanal)			**Carga Horária de Trabalho (Semanal)**		
	≤20 Horas	21-40 Horas	>40 Horas	≤20 Horas	21-40 Horas	>40 Horas
Consumo de AUP						
Nunca	0,0%	25,0%	10,0%	28,6%	13,6%	8,3%
Raramente	0,0%	25,0%	40,0%	42,9%	54,6%	58,3%
Às vezes	66,7%	25,0%	30,0%	14,3%	13,6%	16,7%
Frequentemente	33,3%	16,7%	20,0%	14,3%	9,1%	16,7%
Diariamente	0,0%	8,3%	0,0%	0,0%	9,1%	0,0%
Consumo de Álcool						
Nunca	66,7%	41,7%	40,0%	57,1%	45,5%	58,3%
Raramente	0,0%	33,3%	40,0%	14,3%	27,3%	25,0%
Às vezes	0,0%	8,3%	0,0%	0,0%	6,8%	0,0%
Frequentemente	0,0%	16,7%	10,0%	28,6%	9,1%	8,3%
Diariamente	33,3%	0,0%	0,0%	0,0%	2,3%	0,0%
Prefiro não responder	0,0%	0,0%	10,0%	0,0%	9,1%	8,3%

*Diagnóstico autorreferido de ansiedade, depressão ou outro transtorno emocional.

ISSN 2317-1316

Esses resultados inferem que há um de consumo de alimentos ultraprocessados e de bebidas alcoólicas relevante entre os professores da rede municipal de ensino de São Vicente, entretanto, os valores obtidos apresentam heterogeneidade em referente aos turnos laborais e diagnósticos de transtornos emocionais.

Avaliando o campo psicológico, os participantes com diagnóstico referido de ansiedade, depressão ou outro transtorno emocional, obtiveram um maior consumo às vezes, frequentemente ou diariamente, representando 56,0% da, em comparação a 32,8% dos indivíduos sem diagnóstico. Essa diferença descritiva encontra respaldo nos achados de Werneck *et al*. (2024), que identificaram associação entre o maior consumo de alimentos ultraprocessados e o aumento do risco de desfechos depressivos, tanto na coorte NutriNet-Brasil quanto em uma revisão sistemática com metanálise de estudos prospectivos. Na coorte, cada aumento de 10% na participação energética desses alimentos foi associado a um acréscimo de 10% no risco de ocorrência de sintomas depressivos. De forma semelhante, Ferreira *et al*. (2025), em análise longitudinal do ELSA-Brasil, observaram maior probabilidade de persistência e maior risco de incidência de depressão entre indivíduos com maior consumo desses alimentos. Embora esses estudos apresentem resultados convergentes, os achados do presente estudo devem ser interpretados com cautela, uma vez que seu delineamento não permite estabelecer relações de causalidade entre o consumo de ultraprocessados e a saúde emocional dos participantes.

A distribuição observada não apresentou um padrão uniforme de maior consumo de ultraprocessados entre os professores com distúrbios psicológicos, maior carga horária ou atuação em múltiplos turnos. Entre os participantes que trabalhavam em turno único, o consumo frequente ou diário foi relatado por 32,00% daqueles sem distúrbios psicológicos e por 18,18% daqueles com esses distúrbios. Considerando o número de turnos, essas categorias de consumo corresponderam a 27,8% dos docentes que trabalhavam em um turno e a 13,7% daqueles que atuavam em dois turnos. Quanto à carga horária semanal, os percentuais foram de 21,4% entre aqueles que trabalhavam de 31 a 40 horas e de 18,2% entre os que cumpriam jornadas superiores a 40 horas. Assim, os resultados não evidenciaram uma associação descritiva consistente entre maior exposição às demandas laborais e maior frequência de consumo desses alimentos.

ISSN 2317-1316

Esses achados diferem dos apresentados por Silva *et al*. (2024), que investigaram mudanças no consumo de ultraprocessados entre professores da rede pública de educação básica de Minas Gerais durante a pandemia de COVID-19. Os autores identificaram que 27,6% dos participantes relataram aumento desse consumo, associado a fatores como jornada de trabalho igual ou superior a 40 horas semanais, insatisfação com o trabalho docente e problemas relacionados ao sono. Essa divergência pode estar relacionada às diferenças entre os delineamentos e os objetivos dos estudos: enquanto Silva *et al.* (2024) analisaram alterações no consumo durante a pandemia, o presente estudo examinou a frequência de consumo segundo características laborais e psicológicas dos docentes. Dessa forma, os resultados devem ser interpretados considerando essas diferenças metodológicas, sem pressupor que a carga horária ou o número de turnos, isoladamente, determinem a frequência de consumo de ultraprocessados.

A interpretação dos resultados deve considerar que o instrumento utilizado avaliou a frequência de consumo de alimentos ultraprocessados, sem mensurar as quantidades ingeridas, o tamanho das porções ou a participação desses produtos na alimentação total dos participantes. Portanto, não foi possível estimar sua contribuição efetiva para a dieta dos docentes. Ainda assim, a identificação de consumo frequente ou diário merece atenção, considerando as características nutricionais desses alimentos. Louzada *et al*. (2015) demonstraram que uma maior participação de ultraprocessados na alimentação está associada a um perfil nutricional menos favorável, com maior contribuição de açúcares, gorduras e sódio e menor participação de fibras e determinados micronutrientes.

Em consonância com essas evidências, o Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda que a alimentação seja baseada em alimentos in natura ou minimamente processados e orienta que os ultraprocessados sejam evitados (Brasil, 2014). A adoção dessas recomendações deve ser contextualizada pelas condições em que os docentes organizam suas refeições. Nesse sentido, Braga e Paternez (2011), ao investigarem hábitos alimentares de professores, identificaram dificuldades na organização das refeições e na realização de pequenos lanches durante a jornada de trabalho, além de aspectos relacionados ao consumo de alimentos ricos em açúcares e gorduras. Esses achados reforçam a importância de considerar a

ISSN 2317-1316

organização da rotina profissional na compreensão dos hábitos alimentares dos docentes, sem atribuir exclusivamente às condições de trabalho a frequência de consumo observada.

Soares (2023) destaca a importância de considerar as características do trabalho e do emprego na compreensão dos hábitos alimentares. Essa perspectiva é complementada por Rodrigues *et al*. (2021), que identificaram associação entre maior tensão ocupacional e alterações na frequência de consumo de frutas entre professores brasileiros, indicando que diferentes dimensões do trabalho podem se relacionar de maneiras distintas à alimentação. Entretanto, essa relação não se manifesta necessariamente da mesma forma para todos os grupos alimentares. Ribeiro *et al.* (2023), por exemplo, não identificaram associação entre consumo alimentar e desgaste psíquico em professores do ensino fundamental, observando a coexistência de alimentos considerados saudáveis e de produtos como hambúrgueres, embutidos e doces. Em conjunto, esses achados evidenciam a complexidade das relações entre condições laborais, saúde emocional e alimentação, reforçando que os resultados do presente estudo não permitem atribuir diretamente aos diagnósticos emocionais uma maior frequência de consumo de ultraprocessados.

No que se refere ao consumo de bebidas alcoólicas, 47,7% dos participantes com respostas válidas relataram nunca consumir, enquanto 13,6% referiram consumo frequente ou diário. Esses resultados devem ser interpretados considerando que o instrumento avaliou apenas a frequência de consumo, sem investigar a quantidade ingerida por ocasião ou a ocorrência de episódios de consumo excessivo, o que impossibilita classificar os participantes segundo critérios de consumo de risco. Além disso, não foi observada uma relação progressiva entre a frequência de consumo e as condições laborais analisadas. Entre os professores com jornada de até 20 horas semanais, 30,0% relataram consumo frequente ou diário, em comparação a 14,3% daqueles que trabalhavam de 31 a 40 horas e a 9,1% dos que cumpriam jornadas superiores a 40 horas. Da mesma forma, essa frequência foi de 20,0% entre os docentes que trabalhavam em um turno e de 7,8% entre aqueles que atuavam em dois turnos. Portanto, os dados não sustentam a hipótese de que jornadas mais extensas ou a atuação em múltiplos turnos estejam necessariamente associadas a uma maior frequência de consumo de álcool.

ISSN 2317-1316

Esses resultados podem ser contextualizados a partir do estudo de Leão *et al*. (2022), que investigaram o consumo de bebidas alcoólicas entre professores da rede pública estadual de Minas Gerais durante a pandemia de COVID-19. Os autores verificaram que 46,9% dos participantes consumiam bebidas alcoólicas pelo menos uma vez por semana antes da pandemia, enquanto 7,1% relataram aumento do consumo durante esse período. Essa elevação esteve associada a fatores como insatisfação com o trabalho, dificuldades para realizar as atividades escolares e problemas relacionados ao sono. Embora esses achados indiquem possíveis relações entre aspectos ocupacionais e consumo de álcool, a comparação com o presente estudo deve considerar as diferenças metodológicas, uma vez que Leão *et al*. (2022) investigaram mudanças no consumo durante a pandemia, enquanto este trabalho analisou a frequência de consumo segundo características laborais e psicológicas dos docentes.

Quanto à saúde emocional, o consumo frequente ou diário de bebidas alcoólicas foi relatado por 16,7% dos participantes com diagnóstico referido de ansiedade, depressão ou outro transtorno emocional e por 13,8% daqueles sem diagnóstico. Apesar da diferença observada, esses resultados não permitem estabelecer uma associação direta entre a presença de condições emocionais e a frequência de consumo de álcool. Nesse contexto, Haikal *et al*. (2023), ao investigarem fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis em professores da educação básica, também abordaram comportamentos relacionados à saúde, incluindo o consumo de bebidas alcoólicas e aspectos da saúde mental. Considerados em conjunto, esses estudos ressaltam a importância de analisar os comportamentos relacionados à saúde dos docentes de maneira integrada, levando em conta as condições de trabalho e os aspectos emocionais, sem pressupor relações causais entre essas dimensões.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que, entre os professores da rede municipal de São Vicente, o consumo de alimentos ultraprocessados foi mais frequente que o de bebidas alcoólicas, sem aumento progressivo desses comportamentos conforme a carga horária ou o número de turnos. A presença de outro vínculo profissional esteve associada a diferenças descritivas no consumo, enquanto participantes com diagnóstico referido de ansiedade, depressão ou outro transtorno emocional apresentaram maior frequência de consumo de ultraprocessados. Os resultados

ISSN 2317-1316

reforçam a importância de considerar diferentes dimensões das condições laborais e da saúde emocional, sem estabelecer relações causais. Agradece-se aos participantes e à instituição pelo apoio à realização da pesquisa. Estudos futuros, com amostras maiores e instrumentos mais detalhados, poderão aprofundar a compreensão dessas relações e subsidiar o desenvolvimento de intervenções voltadas à valorização profissional e à promoção da saúde dos docentes.

5 DECLARAÇÃO DE USO DE IA

Não foram utilizadas ferramentas de IA no desenvolvimento desse artigo.

6 REFERÊNCIAS

BRAGA, Milena Mendes; PATERNEZ, Ana Carolina Almada Colucci. Avaliação do consumo alimentar de professores de uma universidade particular de São Paulo. **Simbio-Logias**, v. 4, n. 6, p. 84-97, dez. 2011. Disponível em: https://simbiologias.ibb.unesp.br/index.php/1/article/view/87. Acesso em: 23 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 05 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN**: documentos técnicos. Brasília, DF, 2015. Disponível em: https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/documentos/index. Acesso em: 10 fev. 2026.

FERREIRA, Naomi Vidal *et al*. Higher ultraprocessed food consumption is associated with depression persistence and higher risk of depression incidence in the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, out. 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.jand.2024.10.012. Acesso em: 23 mar. 2026.

FURLANETE, Karina Lane Vianei Ramalho de Sá; CZERNISZ, Eliane Cleide da Silva; SANTOS, Silvia Alves dos. A jornada de trabalho e a hora atividade como expressões do processo de precarização e intensificação do trabalho na Escola Pública Paranaense. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 17, n. 2, p. 1098–1113, 2022. DOI: 10.21723/riaee.v17i2.14548. Disponível em: https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/14548. Acesso em: 10 abr. 2026.

HAIKAL, Desiree Sant'Ana *et al*. Fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis entre professores da educação básica. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional,

ISSN 2317-1316

v. 48, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.1590/2317-6369/42520pt2023v48e5. Acesso em: 23 abr. 2026.

LEÃO, Ana Cláudia Alves *et al*. Consumo de álcool em professores da rede pública estadual durante a pandemia da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, n. 1, p. 5–15, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0047-2085000000368. Acesso em: 26 mar. 2026.

LOUZADA, Maria Laura da Costa *et al*. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, 2015. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4544452/. Acesso em: 26 mar. 2026.

RIBEIRO, Emmily Santos da Silva *et al*. Consumo alimentar e desgaste psíquico de professores do ensino fundamental de Macaé - Rio de Janeiro. The Journal of the Food and Culture of the Americas, v. 4, n. 1, p. 105-125, 31 jul. 2023. Disponível em: https://doi.org/10.35953/raca.v4i1.156. Acesso em: 23 abr. 2026.

RODRIGUES, Renne *et al*. Job strain is prospectively associated with a lower frequency of fruit consumption in schoolteachers. Public Health Nutrition, Cambridge, v. 24, n. 7, p. 1678-1686, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1017/S1368980021000860. Acesso em: 24 mar. 2026.

SILVA, Maria Clara Serrat Guimarães-Ferreira *et al*. Increase in consumption of ultra-processed foods during the COVID-19 pandemic among teachers in Minas Gerais: cross-sectional study, 2020. Revista Chilena de Nutrición, v. 51, n. 3, p. 215-223, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.4067/S0717-75182024000300215. Acesso em: 24 mar. 2026.

SIMÕES, Bárbara dos Santos *et al*. O consumo de alimentos ultraprocessados e
nível socioeconômico: uma análise transversal do
Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 2018. Disponível em: https://cadernos.ensp.fiocruz.br/ojs/index.php/csp/article/view/6668. Acesso em: 26 mar. 2026.

SOARES, Marcela Mello. **Posição na ocupação, condições e características de trabalho e emprego e o consumo alimentar no Brasil**. 2021. 189 p. Dissertação de mestrado — Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2021. Disponível em: https://hdl.handle.net/1843/39384. Acesso em: 21 abr. 2026.

WERNECK, André O. *et al.* Adherence to the ultra-processed dietary pattern and risk of depressive outcomes: findings from the NutriNet Brasil cohort study and an updated systematic review and meta-analysis. Clinical Nutrition, abr. 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.clnu.2024.03.028. Acesso em: 24 mar. 2026.