



## **OBESIDADE ABDOMINAL E TRABALHO NOTURNO EM MULHERES: UMA REVISÃO DA LITERATURA**

Raquel Toresan Andretta (PIBIC-CNPq), Debora Nienow, Karina Giane Mendes, Janaína Cristina da Silva, Heloísa Theodoro (Orientador(a))

Com crescentes demandas econômicas e sociais, o mundo está vivenciando uma sociedade ativa nas 24 horas. Trabalho noturno possui uma prevalência de 15 a 20% da população ativa na Europa e na América do Norte (Sun et al, 2018). As mulheres representam importante proporção dessa população que trabalha no período noturno. E com isso, a preocupação tende a aumentar, pois a falta de sono juntamente com alterações psicológicas causadas pelo trabalho em turno pode afetar o ritmo circadiano, assim como a ansiedade e os padrões de sono perturbados, contribuem para a má qualidade de vida entre estes trabalhadores (Kant et al, 2020). O presente estudo tem como objetivo verificar por meio de uma revisão sistemática a relação de obesidade abdominal e trabalho em turno em mulheres. Foi realizada busca de estudos ao longo dos anos de 2018 a 2021 nas bases de dados: PubMed, LILACS, Medline e Cochrane Library. Os termos utilizados foram (“shift work” OR “night shift work”) AND (“abdominal obesity” OR “central obesity”) e os descritores foram identificados a partir do Mesh (Medical Subject Heading). Todos os nove artigos selecionados foram avaliados pelos critérios do STROBE (*Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology*), foi definido que os artigos que atingissem um percentual superior a 50% seriam considerados de boa qualidade. Todos os artigos selecionados para esta revisão atingiram percentuais maiores que 50%. Observou-se inclusive que a maioria dos estudos atingiu resultado maior que 80%, evidenciando a boa qualidade dos artigos incluídos nesta revisão. Houve em todos os estudos, uma associação positiva significativa entre obesidade abdominal e trabalho de turno, evidenciando que o trabalho noturno está relacionado a uma circunferência abdominal aumentada. E a associação entre o trabalho noturno e a obesidade permaneceu independentemente do controle para atividades físicas de lazer, evidenciando que não só devido aos diferentes padrões de alimentação, hábitos e atividades físicas dos trabalhadores noturnos, a ruptura circadiana causada pela inversão do ciclo sono vigília pode afetar o desenvolvimento da obesidade proeminentemente. São necessários mais estudos como este visto que são escassos na literatura científica dados sobre a prevalência de obesidade abdominal e trabalho de turno com enfoque específico para as suas consequências sobre a população feminina.

Palavras-chave: Obesidade abdominal, Mulheres , Trabalho noturno

Apoio: UCS, CNPq