

## **CONDIÇÕES DE TRABALHO E SAÚDE DE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ATUANTES EM ACADEMIAS DA CIDADE DE PELOTAS-RS**

**CARINE FRANZ BÖHLKE<sup>1</sup>; TIAGO WALLY HARTWIG<sup>2</sup>; FELIPE FOSATTI REICHERT<sup>2</sup>; MARCELO COZZENSA DA SILVA<sup>2</sup>, AIRTON JOSÉ ROMBALDI<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas– karyne\_fb@hotmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas– rombaldi@brturbo.com.br*

### **1. INTRODUÇÃO**

Ao longo dos anos o trabalho vem sofrendo modificações importantes na sua execução, consequência das inovações tecnológicas e organizacionais, alterando de forma significativa a rotina dos trabalhadores. Essas inovações, fruto da globalização, são consideradas uma das causas da precarização do trabalho, acarretando um aumento das funções e da jornada das atividades profissionais. Exposições a fatores de riscos para a saúde, como cobranças por rendimento, ausência de pausas, entre outros, podem gerar transtornos psicofísicos, afetando o estilo de vida e o padrão de saúde-doença dos trabalhadores (COLARES et al., 2007). Dentre todas as profissões, a realidade de profissionais de Educação Física atuantes em academias de ginástica tem sido pouco abordada na literatura no presente contexto (SILVA, 2005).

As academias de ginástica ocupam cada vez mais espaço no contexto social, atuando como organizações especializadas e prestadoras de serviços físico-esportivos (SILVA et al., 2008). Profissionais atuantes nesses estabelecimentos são fundamentais, exercendo dentre várias funções, a de proporcionar, através de seus conhecimentos, meios que visem promover um estilo de vida ativo para seus clientes. Porém, esse mesmo profissional responsável por estimular tais comportamentos, por vezes, acaba por expor sua própria saúde. Salários abaixo do estabelecido, ausência de pausas, aspectos contratuais, ausência de condições ergonômicas ideais e desvalorização profissional são percebidos na literatura (PALMA, 2003; ESPÍRITO-SANTO et al., 2005).

O presente estudo tem por objetivo descrever as características de saúde de profissionais de educação física atuantes em academias da zona urbana de uma cidade de médio porte do sul do Brasil.

### **2. METODOLOGIA**

Para analisar as condições de trabalho e saúde dos profissionais de academias da cidade de Pelotas - RS foi realizado um estudo descritivo, observacional de corte transversal que contemplou todos esses profissionais atuantes.

Foram incluídos no estudo todos os profissionais de Educação Física, professores, provisionados ou não e estagiários que ofertem algum tipo de serviço relacionado ao exercício físico em todas as academias da zona urbana da cidade de Pelotas.

O presente estudo descritivo coletou as seguintes variáveis dependentes: (a) demográficas e socioeconômicas (sexo, idade, cor de pele, situação conjugal e perfil socioeconômico), (b) comportamentais e nutricional (tabagismo, ingestão de álcool, nível de atividade física nos diferentes domínios e índice de massa corporal), (c) relacionadas ao trabalho (condições de trabalho através do perfil do profissional, atuação profissional e ambiente laboral), (d) relacionadas à saúde (sintomas musculoesqueléticos e a autopercepção de saúde).

Os dados referentes às variáveis dependentes foram coletados por meio de entrevista estruturada, utilizando questionário com instrumentos adequados a cada variável considerada. Todos os profissionais atuantes nas academias e que ofertaram algum serviço de atividade física sistematizada foram entrevistados.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário contendo questões econômicas, sociodemográficas, comportamentais, relacionada à saúde e aspectos relativos ao trabalho como as modalidades que os trabalhadores de Educação Física atuavam. O nível econômico foi definido a partir do “Critério de Classificação Econômica Brasil” que estima o poder de compra das pessoas e famílias urbanas. Além disso, também foi coletada a renda dos entrevistados em reais. Aspectos comportamentais como tabagismo e ingestão de álcool foram coletados e analisados através de instrumentos propostos pela Organização Mundial da Saúde. Em relação à variável ingestão de álcool, uma “dose” foi definida e explicada ao entrevistado como sendo equivalente ao consumo de 285 mL de cerveja, 120 mL de vinho ou, aproximadamente, 30 mL de destilados. Para a mensuração da prática de atividade física foi utilizado o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ), versão longa, validado por Craig et al. Os indivíduos que relataram a prática semanal igual ou superior a 150 minutos foram considerados suficientemente ativos.

As variáveis relacionadas à saúde (sintomas musculoesqueléticos, problemas de voz e transtornos psiquiátricos menores) foram coletadas e analisadas através dos seguintes instrumentos: Questionário Nórdico de Sintomas Musculoesqueléticos, Protocolo de Qualidade de Vida e Voz (QVV), versão brasileira do *Voice-Related Quality of Life (V-RQOL)* e o *Self-Report Questionnaire (SRQ-20)*. O Protocolo de Qualidade de Vida e Voz é um questionário composto por dez questões, contemplando dois domínios: socioemocional (SE) e físico (F). O ponto de corte é de 25 pontos de acordo com o escore final, sendo que valores abaixo dessa pontuação são definidos como uma pior percepção da QVV. O SRQ-20 foi testado e validado por Harding et al. e validado no Brasil por Mari e Willians. Escores iguais ou superiores a seis pontos para homens e iguais ou superiores a oito pontos para mulheres foram considerados sugestivos para transtornos psiquiátricos menores.

Durante o trabalho de campo, o controle de qualidade foi realizado através da aplicação de um questionário resumido contendo perguntas-chave a uma amostra aleatória de 10% dos trabalhadores entrevistados. O objetivo do mesmo foi a verificação de possíveis erros e fraudes, tais como modificação ou invenção de dados. Para estruturação do banco de dados foi utilizado o programa EpiData 3.1. Cada questionário foi duplamente digitado o que permitiu, posteriormente, a comparação dos bancos para avaliação e correção de possíveis erros de digitação. A análise inicial dos dados foi realizada através da utilização do software estatístico STATA 12.0. Foi realizada uma análise descritiva dos dados com cálculo de médias e desvios-padrão para as variáveis contínuas e cálculo de proporções e IC95% para as variáveis categóricas.

O protocolo do estudo foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas e aprovado sob nº 021/ 2011.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Do total de 546 trabalhadores de Educação Física existentes nas 170 academias mapeadas, 497 responderam o questionário (5,1% de perdas e 3,9% de recusas). A média de idade dos entrevistados foi de 29,7 anos (DP= 8,3), sendo a maioria do sexo masculino (57,9%). A média de peso e estatura da população foi de 72,4 Kg (DP= 14,5) e 170cm (DP= 9,2), respectivamente. Observou-se que 87,1% dos entrevistados eram de cor branca (autorreferida), 66,4% solteiros e 27,9% possuíam filhos. Em relação à escolaridade, a maioria possuía graduação em Educação Física (32,0% licenciados plenos, 14,7% licenciados e 6,6% bacharéis). Quanto à renda mensal, a mediana salarial proveniente somente do trabalho realizado na academia foi de R\$ 1000,00, sendo que 82,9% do total dos entrevistados foram classificados, segundo seus bens de consumo, nas classes econômicas A e B.

Do total dos entrevistados, 48,5% atuavam como instrutores de musculação e 38,8% ofertavam serviços de treinamento personalizado. Apenas 16,7% ministravam aulas de ginásticas (atividades coreografadas com pesos livres, exercícios localizados, atividades com auxílio de bicicletas ergométricas, entre outros), 15,2% trabalhavam com lutas, e 14,7% ofertavam o serviço de Pilates. Ainda, 6,6% trabalhavam com danças, 6,2% do total trabalhavam com atividades aquáticas (natação e hidroginástica), e 1,8% eram instrutores de Yoga.

Quanto à percepção de saúde, 77,9% dos entrevistados relataram perceber a saúde como muito boa ou excelente. Em relação ao tabagismo, 25,9% da população admitiram ter experimentado pelo menos um cigarro na vida, porém o hábito de fumar atualmente foi encontrado em 1,2% (n=6). Analisando a ingestão de álcool, 94,3% dos entrevistados relataram já ter ingerido esse tipo de substância alguma vez na vida. Atualmente, 73,0% ainda possuem esse comportamento, sendo que 70,8% do total da população relataram ingerir de forma esporádica. Entre os homens que relataram ingerir bebida alcoólica atualmente, mais da metade (55,7%) ingeriram mais de cinco doses em uma mesma ocasião no último mês. Em relação às mulheres, a prevalência foi de 45% para a ingestão de mais de quatro doses em uma mesma ocasião no último mês.

A mediana de prática semanal de atividade física (atividade física total) foi de 1410 minutos, sendo que quase a totalidade dos entrevistados atingiram o mínimo de atividade recomendada (99,0%). Quando analisados os domínios para prática de atividade física separadamente, os resultados variaram. As medianas em minutos de atividade física praticados na semana habitual nos domínios do trabalho, doméstico, lazer e deslocamento foram 600 minutos, 70 minutos, 420 minutos e 90 minutos, respectivamente. Além disso, considerando as modalidades ministradas, 95,1% dos trabalhadores que atuavam em ginásticas relataram atividade física suficiente no domínio do trabalho para serem considerados fisicamente ativos. Analisando a saúde vocal, a média do escore total do QVV foi de 94,8 (DP=1,25). Todos os trabalhadores de todas as modalidades obtiveram excelentes pontuações na análise vocal. Enquanto os ministrantes de atividades aquáticas apresentaram 93,0 pontos, os trabalhadores que atuavam com lutas relataram qualidade de voz próxima do

valor máximo (96,7 pontos). Em relação à saúde mental, a prevalência total de transtornos psiquiátricos menores na população foi de 7,6%.

Analisando os gêneros, a prevalência desse agravo entre os sexos foi de 6,2% para os homens e 9,5% para as mulheres. Entre os entrevistados, por volta de 10%, dos trabalhadores que atuavam com Yoga, atividades aquáticas, ginásticas e musculação relataram tais transtornos. No que se refere à presença de sintomas musculoesqueléticos no último ano, verificou-se que 87,9% dos entrevistados relataram alguma dor/desconforto em alguma região do corpo. Prevalências importantes foram descritas para as regiões da coluna lombar (50,1%), joelho (41,4%), pescoço (40,6%) e ombros (37,6%).

#### 4. CONCLUSÕES

Concluindo, encontrou-se baixa prevalência de fumantes e elevadas frequências de prática de atividade física total e de ingestão exagerada de álcool. Além disso, também notou-se baixas prevalências de transtornos psiquiátricos menores e excelentes condições de saúde vocal. Porém, verificou-se elevada prevalência de sintomas musculoesqueléticos no último ano, destacando as regiões da coluna lombar e joelho.

O diagnóstico das condições de saúde de trabalhadores de Educação Física atuantes em academias apontou um perfil positivo para quase a totalidade das variáveis. Isso, deve-se muito provavelmente em função da baixa média de idade da população. Porém, o planejamento de estratégias de mudanças em relação ao consumo excessivo de álcool e uma maior conscientização visando a não exposição de regiões como coluna lombar e joelhos torna-se necessário.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- COLARES, L.G.T. FREITAS, C.M. Processo de trabalho e saúde de trabalhadores de uma unidade de alimentação e nutrição: entre a prescrição e o real do trabalho. **Cad. Saúde Pública**, v. 23, n. 12. 3011-3020, 2007.
- SILVA, J.J. **Análise do custo físico do trabalho em professoras ginásticas sistematizadas** (dissertação). (Porto Alegre, Rio Grande do Sul): Curso de Pós-Graduação em Engenharia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005. 60p.
- SILVA, M.C. ROMBALDI, A.J. AZEVEDO, M.R. HALLAL, P.C. Participação atual e passada em academias de ginástica entre adultos: prevalência e fatores associados. **Rev. Bras. Ativ. Fis. Saúde**, v. 13, n. 1, p. 28-36, 2008.
- PALMA, A. **A vida de professores de educação física que atuam em academias de ginástica: comportamento de risco ou vulnerabilidade?**. In: II Conferência do imaginário e das representações sociais em educação física, esporte e lazer, Rio de Janeiro: Universidade gama Filho, 2003, p. 21-29.
- ESPÍRITO-SANTO, G.; MOURÃO, L. Saúde e trabalho: o caso das professoras de educação física que atuam em academias de ginástica no Rio de Janeiro. **Corpus et Scientia**, v. 1, n. 1, p. 17-29, 2005.