

HÁBITOS DE VIDA DOS PROFISSIONAIS DE AMBULATÓRIOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE PELOTAS, RS

ALESSANDRA DOUMID BORGES PRETTO¹; CARLA ALBERICI PASTORE²;
MARIA CECÍLIA FORMOSO ASSUNÇÃO³

¹ Programa de Pós Graduação em Saúde e Comportamento da Universidade Católica de Pelotas–
alidoumid@yahoo.com.br

² Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas– carlapastore@hotmail.com

³ Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas– cecília.epi@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Desde sua formação, o profissional de saúde elabora concepções a respeito de saúde, e o paradigma de saúde reporta a um estilo de vida saudável. Um dos principais aspectos para a melhoria da qualidade de vida de uma população é o aumento da sua capacidade de compreender os fenômenos relacionados à sua saúde, sendo os profissionais da saúde multiplicadores destas informações na sociedade. (COSTA e SILVA, 2007) É possível que as atitudes desses profissionais tenham impacto na saúde coletiva através do exemplo de ter bons hábitos de vida e de saúde e de suas orientações a seus pacientes. (MAC FALL, 2009)

O presente estudo descreve os hábitos de vida dos profissionais que prestam atendimento nos ambulatórios do Sistema Único de Saúde (SUS) do Município de Pelotas, RS.

2. METODOLOGIA

Estudo transversal, descritivo realizado em todos os ambulatórios que atendem através do SUS no Município de Pelotas. A população em estudo foi composta por todos os médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas e psicólogos que atuavam diretamente no atendimento aos pacientes atendidos na rede de atenção secundária à saúde de maio a julho de 2012.

Inicialmente os profissionais foram identificados e convidados a participar da pesquisa. Após a concordância quanto à participação e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, responderam a um questionário contendo perguntas sobre alimentação, consumo de bebidas alcoólicas, presença de doenças crônicas, frequência de atividade física e hábito de fumar. O questionário foi aplicado por alunos da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). O protocolo de pesquisa foi previamente testado em um estudo piloto realizado em um ambulatório privado do Município de Pelotas.

Além disso, foram coletadas informações sociodemográficas e realizadas medidas antropométricas de peso e altura. A aferição do peso e da altura foi realizada, de acordo com técnica padronizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 1995). Como parâmetro para avaliar as variáveis de hábitos alimentares e de vida, utilizou-se como referência o Guia Alimentar para a População Brasileira. (Ministério da Saúde, 2005)

O controle de qualidade foi realizado com a aplicação de um questionário reduzido a 10% da amostra, havendo concordância perfeita nos dois momentos. Os dados foram digitados no Epi Info 6.05 d[®], após serem codificados e revisados. As

análises estatísticas foram realizadas no Stata 12.0[®], admitindo-se um nível de significância de 5%. Inicialmente foi realizada a descrição dos dados e após foi efetuado o teste qui-quadrado.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPEL (OF.28/12, de 25 de abril de 2012).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 348 profissionais que trabalhavam nos seis ambulatórios que atendiam pelo SUS, 340 (97,7%) participaram da pesquisa. Dos profissionais avaliados, 53% eram mulheres. A idade média foi de $42 \pm 13,7$ anos, sendo a idade mínima de 22 anos e máxima de 80 anos. Quanto à formação profissional dos entrevistados, a maioria era médicos (85,3%), seguido de nutricionistas (5,6%), enfermeiros (3,5%) e fisioterapeutas (3,2%). A categoria profissional menos frequente foi a de psicólogos (2,4%). Não houve diferença estatisticamente significativa entre os sexos em relação às características avaliadas.

Apenas 0,8% dos profissionais ingeriam bebida alcoólica diariamente, 5% fumavam e 50,3% praticavam atividade física regularmente. Ser portador de doença crônica foi referido por 34,7% profissionais e hipertensão e doenças respiratórias foram as mais referidas. Quanto à frequência do consumo diário de frutas, 63,8% dos profissionais relataram ingerir e 82,3% consumiam verduras e/ou legumes. O consumo diário de leite e derivados foi referido por cerca de 80% dos profissionais.

Dos profissionais estudados, 48% referiram consumir raramente frituras ou gordura aparente das carnes, 28% consumiam diariamente doces, 17% referiram fracionar sua alimentação diária em cinco vezes ou mais e 51% ingeriam menos de quatro copos de água por dia. (Tabela 1)

O IMC dos profissionais avaliados variou de 18 a 49 Kg/m², sendo que, 0,6% dos profissionais estavam com déficit de peso, 51,8% eutróficos, 35,9% com sobrepeso e 11,8% com obesidade. O estado nutricional mostrou que a prevalência de excesso de peso foi maior entre os homens ($p < 0,001$).

Foi construída uma variável denominada “perfil saudável” onde foi considerada a concomitância das seguintes características: possuir IMC dentro da normalidade, não fumar, consumir frutas e verduras diariamente, praticar atividade física regularmente e não adicionar sal às refeições ou alimentos já preparados. Dentre os profissionais avaliados, 52 (15,3%) caracterizaram-se por apresentar este perfil, o que foi mais frequente entre as mulheres do que entre os homens (20,56% *versus* 9,38% respectivamente, $p = 0,004$).

Percebeu-se que hábitos alimentares saudáveis foram pouco frequentes entre os profissionais de saúde avaliados. Os profissionais de saúde possuem o conhecimento sobre hábitos saudáveis de vida, mas há uma distância entre os seus conhecimentos e seus comportamentos. Existe grande dificuldade em manter e persistir estes hábitos propiciando o sedentarismo, o aparecimento de doenças e o aumento de peso. (SEBOLD, RADUNZ E CARRARO, 2011)

Os resultados deste estudo podem ser resumidos na seguinte constatação: quando avaliada a presença do “perfil saudável” entre os profissionais de saúde avaliados, notou-se que apenas 52 dos 340 profissionais se enquadraram neste perfil. Este perfil foi mais frequente no sexo feminino, o que mostra maior conscientização das mulheres com o cuidado à saúde. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009)

TABELA 1- HÁBITOS DE VIDA DOS PROFISSIONAIS ESTUDADOS CONFORME RECOMENDAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA (N=340)

	Recomendação	Adequação
Fumo	Não fumar	95% não fumam*
Prática de Atividade Física	Regular	8% praticam diariamente
Índice de Massa Corporal	Eutrofia: IMC entre 18,5 e 24,9 Kg/m	32,5% Homens e 68,9% Mulheres*
Frutas	3 porções ao dia	27,6%
Vegetais	3 porções ao dia	12,5%
Leite e derivados	3 porções ao dia	18,6%
Carne e/ou ovo	1 porção ao dia	54,1% consomem mais de 1 porção
Doces, refrigerantes e sucos industrializados	Evitar o consumo	28,2% consomem diariamente
Água	2 litros ao dia	13,2%
Fracionamento das refeições	5 refeições ao dia	16,8%
Sal	Não acrescentar sal à comida pronta	19,1%

4. CONCLUSÕES

As condições de saúde observadas apontam para a necessidade de mudanças nos hábitos de vida dos profissionais estudados. Além disto, espera-se com esse estudo contribuir para o planejamento e a implementação das políticas de formação no campo da saúde.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Costa MS e Silva, MJ. Qualidade de vida e trabalho: o que pensam os enfermeiros da rede básica de saúde. **Revista de Enfermagem**, RJ, abril/jun; 15 (2):236-241, 2007.
- Mac Fall M, Nonneman R, Rogers LQ, Mukerji V. Health care student attitudes toward the prevention of cardiovascular disease. **Life e Health Library**, Sep-Oct; 30(5): 285-9, 2009.
- World Health Organization. **Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry**. (Technical Report Series, 854). Genebra, 1995. Acessado em 18 set. 2012 . Online. Disponível em: <https://apps.who.int/nut/publications.htm>
- Ministério da Saúde. **Guia Alimentar da Alimentação para a população brasileira**. Promovendo a alimentação saudável. Brasília/DF, 2005. Acessado em 25 julho. 2012. Online. Disponível em: http://dtr2001.saude.gov.br/editora/produtos/livros/pdf/05_1109_M.pdf.
- Sebold LF, Radunz V, Carraro TE. Percepções sobre cuidar de si, promoção da saúde e sobrepeso entre acadêmicos de enfermagem. **Pesquisa Research- Investigaçión**. jul-set; 15 (93): 536-541, 2011.
- Ministério da Saúde. **Saúde Feminina**, DF, 2009. Acessado em 4 março. 2013. Online. Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/23_07_saude_feminina.pdf