

PERFIL DE SAÚDE DOS EDUCADORES FÍSICOS ATUANTES EM ACADEMIAS DA CIDADE DE PELOTAS-RS, DE ACORDO COM O SEXO

GUILHERME FONSECA VILELA¹; TIAGO WALLY HARTWIG²; FELIPE FOSATTI
REICHERT³; MARCELO COZZENSA DA SILVA³, AIRTON JOSÉ ROMBALDI⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – gfvilela@bol.com.br

²Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-Rio-Grandense

³Universidade Federal de Pelotas

⁴ Universidade Federal de Pelotas – rombaldi@ufpel.tche.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, de acordo com o sexo.

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 para as variáveis categóricas, além dos testes de Qui-quadrado para a análise bivariada de variáveis categóricas e Wilcoxon para variáveis contínuas. 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 DISCUSSÃO

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%). 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.

A média de peso e estatura da população foi de 72,4 Kg (DP 14,5) e 170cm (DP 9,2), respectivamente. O índice de massa corporal (IMC) médio da amostra foi de 24,7 (DP 3,4). Quando se considerou os sexos, o IMC médio dos homens foi significativamente mais elevado (26,1 [DP 3,2] vs 22,8 [DP 2,8], para homens e mulheres respectivamente).

Em relação as modalidades trabalhadas, instrutor de musculação (48,9%) e *personal trainer* (38,8%) foram as mais relatadas. Quando se verificou as modalidades trabalhadas de acordo com o sexo, os homens foram mais prevalentes como instrutores de musculação (53,1% vs 42,1% para homens e mulheres, respectivamente) e não houve diferença quanto a atuação como *personal trainer* (39,6% vs 37,8% para homens e mulheres, respectivamente).

Em relação à variável percepção de saúde, 77,9% dos entrevistados relataram perceber a saúde como muito boa ou excelente. Analisando esta variável segundo o sexo, os homens mostraram maior prevalência de níveis elevados de percepção de saúde (82,3% vs 71,8%, para homens e mulheres, respectivamente). 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%, não havendo diferença entre os sexos.

Analisando a ingestão de álcool, atualmente, 77,4% relatam possuir este comportamento, não havendo diferença entre os sexos (75,2% vs 80,4% para homens e mulheres respectivamente). Entre aqueles que relataram ingerir bebida alcoólica atualmente, os homens foram mais frequentes em ingerir mais de cinco doses em uma mesma ocasião no último mês (55,8% vs 36,3%, para homens e mulheres, respectivamente).

A mediana de prática semanal de 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. Quando analisado através de frequências relativas, 75,2% e 79,3% foram considerados suficientemente ativos nos domínios trabalho e lazer, 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.

Quando separados por sexo, as medianas de atividade física semanal total foram similares (1380 minutos para homens e 1460 minutos para mulheres, respectivamente). Em relação à prática de atividade física no lazer, os homens

apresentaram escores mais elevados (482,5 minutos) que as mulheres (330 minutos), sendo a diferença estatisticamente significativa. Finalmente, quando observado o domínio do trabalho, homens e mulheres mostraram escores similares (590 vs. 650 minutos).

4. CONCLUSÕES

Concluiu-se que os trabalhadores das academias de ginástica têm perfil similar, independente do sexo. A maioria era jovem, atuava como instrutores de musculação e *personal trainers*, apresentava baixo risco para sobrepeso e obesidade e elevada percepção de saúde, baixa prevalência de tabagismo, elevado consumo de álcool - sendo maior nos homens, e muito ativos, independente do domínio considerado.

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.