

INATIVIDADE FÍSICA EM TRABALHADORES DO TRANSPORTE COLETIVO URBANO DA CIDADE DE PELOTAS/RS: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS

**JONATHAN BARTH¹; ANDRESSA DE OLIVEIRA BLANKE²; ÁLVARO BRAGA DE
 MOURA NETO²; MARCELO COZZENSA DA SILVA³**

¹Universidade Federal de Pelotas – jony_barth@yahoo.com.br

²Universidade Federal de Pelotas – andressa-blanke@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – alvaromoura_@hotmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – cozzensa@terra.com.br

1. INTRODUÇÃO

As condições de saúde do trabalhador são de extrema importância tendo em vista que o aparecimento de doenças ou patologias acarretam em prejuízo ao funcionário e a empresa. A prática de atividade física regular está diretamente associada à menor probabilidade de desenvolver doenças (BARROS e SANTOS, 2002). Quando realizada no ambiente de trabalho, os funcionários ganham em qualidade de vida, e as empresas reduzem seus gastos com o trabalhador.

Sabe-se que o nível de atividade física no trabalho está cada vez menor, principalmente pelos avanços tecnológicos, e o lazer cada dia mais sedentário (BARROS e SANTOS, 2002). Estudos tem demonstrado que indivíduos sedentários apresentam aproximadamente o dobro de chances de sofrer um ataque cardíaco quando comparados a indivíduos fisicamente ativos (BERLIN e COLDITZ, 1990). Para tanto existem programas para a promoção de saúde nas empresas, os quais geram os benefícios anteriormente citados.

O presente trabalho teve o objetivo de avaliar a prevalência de inatividade física entre motoristas e cobradores do transporte coletivo da cidade de Pelotas, bem como os fatores a ele associados.

2. METODOLOGIA

Realizou-se um estudo epidemiológico observacional transversal. O universo estimado de trabalhadores do transporte coletivo no município foi de 650 indivíduos, dos quais 240 foram amostrados.

A coleta de dados foi realizada no período de outubro de 2012 a fevereiro de 2013 por nove entrevistadores universitários treinados.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário contendo 111 questões sobre aspectos socioeconômicos, demográficos, condições de trabalho, além de comportamentais e de saúde

As questões referentes às condições de trabalho foram baseadas em diferentes questionários utilizados em estudos de avaliação desse tema em trabalhadores do transporte coletivo e trabalhadores em geral (DEUS, 2005).

O IMC dos indivíduos foi calculado pelo peso (Kg) referido, dividido pela altura (cm) referida elevada ao quadrado, conforme recomendações da WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1995). As medidas do perímetro da cintura e do quadril foram realizadas com fita métrica inelástica (milímetros). Para avaliação do risco de complicações metabólicas segundo a RCQ, utilizou-se como ponto de

corte o valor de $\geq 0,90$ (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2008).

O instrumento utilizado para avaliar o nível de atividade física nos domínios de lazer e deslocamento foi o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão longa. Os indivíduos que relataram a prática semanal igual ou superior a 150 minutos foram considerados ativos (HASKELL et al, 2007).

O banco de dados foi construído no programa Excel 2010 for Windows. Para a análise utilizou-se o programa STATA 10.0. Realizou-se uma análise descritiva dos dados com cálculo de frequência para variáveis categóricas e média, desvio-padrão e mediana para as variáveis contínuas. O teste de qui-quadrado de Pearson foi utilizado para a verificação da associação entre categoria de trabalho e inatividade física.

O Protocolo do estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas da Universidade Federal de Pelotas (Número do protocolo 007/2011), sendo que todos assinaram termo de consentimento livre e esclarecido.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de 240 trabalhadores amostrados para participarem do estudo, 225 foram entrevistados (6,3% de recusas). Todos entrevistados eram do sexo masculino e a média de idade foi de 36,2 anos (dp=11,6 anos). Observou-se que 77,3% dos entrevistados eram de cor branca, 64,9% eram casados/viviam com companheira e 69,8% tinham filhos. Em relação à escolaridade, a média de anos de estudos foi de 9,2 anos (dp=2,5 anos), sendo que 16,4% possuíam ensino fundamental completo, 42,7% ensino médio completo e 4,9% nível superior completo. Quanto à autopercepção de saúde, 14,4% relataram sua saúde como regular/ruim e mais de 21,8% dos entrevistados admitiram fumar atualmente.

A média de peso dos trabalhadores foi de 82,5 Kg (dp= 12,4 Kg), sendo que a média do IMC foi 27,0 (DP 3,8) e 57,5% apresentaram risco aumentado para complicações metabólicas segundo a relação cintura quadril.

Em média, estes indivíduos pertencem ao quadro funcional das empresas de transporte coletivo urbano da cidade de Pelotas/RS há 8,9 anos (dp = 6,8 anos), com carga horária diária média de 7,1 h (dp = 0,7h).

Na amostra 47,6% não atingiram o mínimo de atividade física recomendada para promoção da saúde (150 min. por semana).

Indivíduos solteiros apresentaram 40% de proteção à inatividade física quando comparados aos casados ou os que vivem com companheiro. O avanço da idade diminuiu a percepção de boa saúde e aumentou o risco dos mesmos de serem inativos no tempo de lazer (respectivamente valores p de 0,04 e 0,03).

No presente estudo a média de idade encontrada é semelhante à de outros estudos na temática (BATTISTON, CRUZ, HOFFMANN, 2006; QUEIRÓGA, MICHELS, 1999). Verificou-se uma maior prevalência de cobradores entre 17 e 29 anos e de motoristas entre 30 e 39 anos, distribuição semelhante à de outros estudos (FARIA et al, 2007; COSTA et al, 2011).

O sexo masculino representa quase a totalidade dos trabalhadores dessas profissões no município de Pelotas, o que é semelhante em outros estudos (DEUS, 2005; BATTISTON, CRUZ, HOFFMANN, 2006; GUTERRES et al, 2011)

A frequência de fumantes (21,8%) é semelhante à encontrada em estudos semelhantes no país (COSTA et al, 2011; LANDIM e VICTOR, 2006).

A categoria de escolaridade com maior percentual de trabalhadores no presente estudo foi a do ensino médio completo, dado também encontrado por COSTA et al (2011). Tais achados divergem dos de Moraes onde apenas 3% da amostra completaram o ensino médio (MORAES, 2002).

Os trabalhadores sentem-se confortáveis no serviço com carteira assinada, porém 58,2% dos cobradores relataram o desejo de mudar para função de motorista, comportamento possivelmente influenciado aumento salarial.

No presente estudo quase 3/4 (71,0%) dos indivíduos foram classificados nas categorias de sobrepeso e obesidade segundo o IMC, dados estes semelhantes aos de MORAES (2002). A longa jornada de trabalho, realizada em turnos e sedentária (trabalho sentado) e estilo de vida inativo são fatores contribuintes para o aumento de peso (WINKLEBY et al, 1988). A prevalência encontrada referente a risco aumentado para complicações metabólicas foi superior as encontradas em outro estudo com motoristas (COSTA et al, 2011).

A prática da atividade física é fator reconhecidamente importante para prevenção e tratamento de doenças na população. Entre trabalhadores, a mesma tem sua contribuição no sentido de minimizar os impactos da vida sedentária, que conduz direta e indiretamente ao risco aumentado de doenças. Resultados de estudos com motoristas e cobradores mostram prevalências elevadas de inatividade física, variando de 64,5% (DEUS, 2005) a 76,0% (BENVEGNÚ et al, 2008). Tal achado permite sugerir que sejam adotadas medidas no sentido de indicar, orientar e oportunizar a prática de alguma atividade física ou esporte regularmente, visando melhorar as condições de saúde dos trabalhadores.

4. CONCLUSÃO

Conclui-se que a prevalência de indicadores da má condição do estilo de vida, dos funcionários das empresas do transporte coletivo urbano da cidade de Pelotas foi elevada. Das quais, destacam-se o sobrepeso/obesidade e a inatividade física. O diagnóstico das condições de saúde dos motoristas e cobradores deve servir de subsídio para as empresas implantarem programas de hábitos de vida saudável, com prática de atividades físicas regulares.

5. REFERÊNCIAS

- BARROS, M.V.G.; SANTOS, S.G. A atividade física como fator de qualidade de vida e saúde do trabalhador. **Ensaio de Ergonomia**, Florianópolis, v.1, n.1, p.1-15, 2000.
- BATTISTON, M.; CRUZ, R.; HOFFMANN, M.H. Condições de trabalho e saúde de motoristas de transporte coletivo urbano. **Estudos de Psicologia**, Natal, v.11, n.3, p.333-343, 2006.
- BENVEGNÚ, L.; FASSA, A.G.; FACCHINI, L.A.; BREITENBACH, F. Prevalência de hipertensão arterial entre motoristas de ônibus em Santa Maria, Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v.33, n.118, p.32-39, 2008.
- BERLIN, J.A.; COLDITZ, G.A. A meta-analysis of physical activity in the prevention of coronary heart disease. **American Journal of Epidemiology**, Boston, v.132, n.4, p.612-628, 1990.
- COSTA, M.M.; MASTROENI, S.S.B.S.; REIS, M.A.M.; ERZINGER, G.S.; MASTROENI, M.F. Excesso de peso em motoristas de ônibus da rede urbana. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v.19, n.1, p.42-51, 2011.

DEUS, M.J. **Comportamento de Risco à Saúde e Estilo de Vida em Motoristas de Ônibus Urbanos: recomendações para um programa de promoção de saúde**. 2005. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina.

FARIA, B.K.; AMORIM, G.; VANCEA, D.M.M. Perfil alimentar e antropométrico dos motoristas de ônibus da empresa de transporte coletivo Jotur/Palhoça-SC. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v.1, n.1, p.11-20, 2007.

GUTERRES, A.; DUARTE, D.; SIQUEIRA, F.V.; DA SILVA, M.C. Prevalência e fatores associados a dor nas costas dos motoristas e cobreadores do transporte coletivo da cidade de Pelotas-RS. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v.16, n.3, p.240-245, 2011.

HASKELL, W.L., LEE, I.M.; PATE, R.R.; POWEL, K.E.; BLAIR, S.N.; FRANKLIN, B.A.; MACERA, C.A.; HEATH, G.W.; THOMPSON, P.D.; BAUMAN, A. Physical Activity and Public Health: Updated Recommendation for Adults From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. **Circulation**, Dallas, v.116, n.9, p.1081-1093, 2007.

LANDIM, M.B.P.; VICTOR, E.G. Framingham Score for Public Transportation Drivers in the City of Teresina, Piauí. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v.86, n.3, p.315-320, 2006.

MORAES, L.F.S. **Os princípios das cadeias musculares na avaliação dos desconfortos corporais e constrangimentos posturais em motoristas do transporte coletivo**. 2002. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós Graduação em Engenharia da Produção, Universidade Federal de Santa Catarina.

QUEIRÓGA, M.R.; MICHELS, G. A influência de características individuais na incidência de dor músculo-esquelética em motoristas de ônibus da cidade de Londrina. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v.4, n.2, p.49-61, 1999.

WINKLEBY, M.A.; RAGLAND, D.R.; FISHER, J.M.; SIME, S.L. Excess risk of sickness and disease in bus drivers: A review and synthesis of epidemiologic studies. **International Journal of Epidemiology**, Berkeley, v.17, n.2, p.255-262, 1988.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation**. World Health Organization, Geneva, 2008. Acessado em 20 mar. 2012. Online. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789241501491_eng.pdf

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry**. World Health Organization, Geneva, 1995. Acessado em 18 jun. 2012. Online. Disponível em: http://www.who.int/childgrowth/publications/physical_status/en/