

ATIVIDADE FÍSICA E FATORES DE RISCO EM TRABALHADORES DA SAÚDE MENTAL DA REGIÃO SUL DO BRASIL

JEFERSON SANTOS JERÔNIMO¹; VANDA MARIA DA ROSA JARDIM²;
MARLOS RODRIGUES DOMINGUES³

¹*Programa de Pós-Graduação em Educação Física – ESEF/UFPel - jefersonsj@yahoo.com.br*

²*Faculdade de Enfermagem e Obstetrícia /UFPel - vandamrjardim@gmail.com;*

³*Programa de Pós-Graduação em Educação Física - ESEF/UFPel – coriolis@vetorial.net*

1. INTRODUÇÃO

A literatura demonstra os benefícios da prática de atividade física (AF) para a saúde física e mental; para melhora do condicionamento cardiorrespiratório; muscular; da saúde óssea e da função cognitiva (LEE et al., 2012), o que é reconhecido e recomendado pela Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANITION - WHO, 2010).

Entretanto em nível global, 31% da população é inativa fisicamente, o que atinge 9% da mortalidade prematura. No Brasil 49% da população é inativa fisicamente, aliado a esse fator o tabagismo e o consumo exagerado de álcool estão entre os quatro principais fatores de risco para as quatro doenças crônicas não transmissíveis mais prevalentes: doenças cardiovasculares, diabetes, câncer e doenças respiratórias crônicas (SCHMIDT et al., 2011; HALLAL et al., 2012; LEE et al., 2012). Além disso, 52% da população brasileira consome bebidas alcoólicas (LARANJEIRA et al., 2010) e 15% é fumante (BRASIL, 2011).

Neste contexto, a área da AF e saúde vêm ampliando seu campo de pesquisa para outras temáticas em saúde pública, como a saúde do trabalhador (ROMBALDI; FLORINDO; BARROS, 2012). Tema que atualmente preocupa-se com a saúde do trabalhador de serviços de saúde, entre estes os Centros de atenção psicossocial (CAPS) (RAMMINGER; 2008).

Os CAPS são parte da política pública brasileira de atenção à saúde mental, efetivam-se através de equipes multiprofissionais no atendimento à pessoas com agravos psíquicos sem o procedimento da internação (BRASIL, 2001). Objetiva-se demonstrar a prevalência de AF e a associação com fatores de risco à saúde em trabalhadores de CAPS da região Sul do Brasil em 2006.

2. METODOLOGIA

Pesquisa transversal parte do projeto de mestrado do autor, integra o estudo Avaliação dos CAPS da região Sul do Brasil (KANTORSKI, et al., 2009), aprovado pelo comitê de ética e pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas, parecer 074/2005. Foram coletadas variáveis demográficas; socioeconômicas; ocupacionais; de saúde e AF em 30 unidades de CAPS da região Sul do Brasil em 2006, 3 no Paraná, 9 em Santa Catarina e 18 no Rio Grande do Sul, escolhidas aleatoriamente. Todos os sujeitos assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. O desfecho AF foi mensurado pelo questionário Internacional de Atividade Física-curto (MATSUDO et al., 2001), com ponto de corte ≥ 150 minutos semanais de AF para sujeitos ativos (WHO, 2010). Um modelo de regressão foi feito (Poisson) para controlar fatores de confusão (BARROS; HIRAKATA, 2003), utilizou-se o valor p de 20% para levar as variáveis ao modelo, as análises foram feitas no programa STATA 12.1.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um total de 435 pessoas foi estudado, 77,7% mulheres; média de idade 37,4 anos ($\pm 10,34$); 87,7% cor da pele branca; 51,8% casados; 68,2% com mais de 12 anos de estudo; 17% eram psicólogos, 10,5% médicos, 7,2% enfermeiros; 7% assistentes sociais e 58,4% outras profissões; mediana de renda individual mensal de 1050 reais e 7,8% apresentou hipertensão arterial.

A literatura demonstra que a relação mulher e cuidado na loucura vêm da Idade Antiga (PEGORARO; CALDANA, 2008), o que talvez explique a prevalência de mulheres na amostra, as quais embora em maior número apresentaram menor nível de AF. A Tabela abaixo demonstra as análises bruta e ajustada das variáveis que compuseram o modelo de regressão.

Tabela

Prevalência de atividade física conforme variáveis independentes, análises bruta e ajustada da amostra de trabalhadores de centros atenção psicossocial da região Sul do Brasil, 2006.

Variáveis	%	p	RP (IC _{95%})	p ^{***}
Sexo		0,008*		0,007
Masculino	27,8		1,00	
Feminino	16		0,59 (0,38-0,91)	
Profissão		0,09**		0,02
Médicos	17,8		1,00	
Enfermeiros	3,2		0,25 (0,03-1,98)	
Psicólogos	16,4		1,30 (0,56-3,02)	
Assistentes sociais	10		0,82 (0,22-2,96)	
Outras	21,9		1,62 (0,81-3,25)	
Problemas com turno de trabalho		0,17*		0,25
Sim	29,2		-	
Não	18,1		-	
Hipertensão		0,16*		0,20
Sim	8,8		-	
Não	19,5		-	

*Teste Qui-quadrado de Pearson.

**Análise bruta (Regressão de Poisson).

RP (IC_{95%}): Razão de prevalência (intervalo de 95% de confiança).

***Análise ajustada (Regressão de Poisson) para sexo e profissão.

O presente estudo encontrou uma prevalência total de AF de 18,2%, o que é aproximadamente três vezes menor que a prevalência na população brasileira (49%) (HALLAL et al., 2012) e quatro vezes menor que o nível de AF (72,5%) de trabalhadores de Unidades Básicas de Saúde (UBS's). Enfermeiros apresentaram risco 75% maior de serem inativos fisicamente em comparação aos médicos, achado contrário ao da população de enfermeiros trabalhadores de UBS's que apresentam 10% a mais de chance de serem mais ativos (SIQUEIRA et al., 2009), o que pode ser um indicativo de sobrecarga e estresse.

Sabe-se que trabalhadores da área da saúde, entre estes, trabalhadores de CAPS, enfrentam condições de trabalho insatisfatórias, instalações físicas precárias, equipes reduzidas e baixos salários (SAMPAIO et al., 2011; DEDECCA; TROVÃO, 2013), gerando estresse (RAMMINGER, 2008), fator de risco decorrente do trabalho

(CAMELO; ANGERAMI, 2008). O estresse no ambiente laboral está associado ao risco de tabagismo, de consumo de bebidas alcoólicas e a menores níveis de AF (TSUTSUMI et al., 2009).

Nosso estudo encontrou problemas decorrentes do trabalho como jornada de trabalho com mais de 40 horas (4,8%); trabalho noturno (4,2%); problemas com o turno de trabalho (5,5%). Com prevalências mais elevadas, consumo de bebidas alcoólicas (61,8%), o que é maior do que na população brasileira em geral, 52% (LARANJEIRA et al., 2010); e tabagismo (17,8%), o que também é maior do que na população em geral, 15% (BRASIL, 2011) e maior que a prevalência de 11,5% encontrada na população de trabalhadores de UBS's (SIQUEIRA et al., 2009).

Outro fator de risco encontrado foi o índice de massa corporal de sobrepeso/obesidade, com prevalência de 38,4% na amostra total. Um estudo realizado no Brasil com 1580 indivíduos adultos de 25 a 59 anos de idade, encontrou associação entre inatividade física; tabagismo; consumo de bebidas alcoólicas e obesidade abdominal (PINHO et al., 2013).

4. CONCLUSÕES

Há necessidade de intervenções promotoras de AF capazes de diminuir fatores de risco como tabagismo; consumo de bebidas alcoólicas e obesidade, principalmente em mulheres enfermeiras desta população.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROS, A. J.; HIRAKATA, V. N. Alternatives for logistic regression in cross-sectional studies: an empirical comparison of models that directly estimate the prevalence ratio. **BMC Medical Research Methodology**, London, v. 3, n. 21, p. 1-13, 2003.

BRASIL. **Lei nº 10.216 de 6 de abril de 2001**. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo em saúde mental. Acessado em 02 out. 2013. Online. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/LEIS_2001/L10216.htm

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. **Vigitel Brasil 2011: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Acessado em 25 set. 2013. Online. Disponível em: http://portalsaude.saude.gov.br/portalsaude/arquivos/pdf/2012/Dez/18/vigitel_2011_final_18_12_12.pdf

CAMELO, S. H. H.; ANGERAMI, E. L. S. Riscos psicossociais no trabalho que podem levar ao estresse: uma análise da literatura. **Ciência, Cuidado e Saúde**, Maringá, v. 7, n. 2, p. 232-240, abr/Jun. 2008.

DEDECCA, C. S.; TROVÃO, C. J. B. M. A força de trabalho no complexo da saúde: vantagens e desafios. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n.6, p. 1555-1567, 2013.

HALLAL, P. C. et al. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The Lancet**, UK, v. 380, n. 9838, p. 247-257, 2012.

KANTORSKI, L. P. et al. Uma proposta de Avaliação quantitativa e qualitativa de serviços de saúde mental: contribuições metodológicas. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 82, p. 273-282, maio/ago. 2009.

LARANJEIRA, R. et al. Alcohol use patterns among Brazilian adults. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 32, n. 3, p. 231-241, set. 2010.

LEE, I-M. et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **The Lancet**, UK, v. 380, n. 9838, p. 219-229, jul. 2012.

MATSUDO, S. et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v. 6, n. 2, p. 5-18, 2001.

PEGORARO, R. F.; CALDANA, R. H. L. Mulheres, Loucura e Cuidado: a condição da mulher na provisão e demanda por cuidados em saúde mental. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v.17, n.2, p.82-94, 2008.

PINHO, C. P. S. et al. Prevalência e fatores associados à obesidade abdominal em indivíduos na faixa etária de 25 a 59 anos do Estado de Pernambuco, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 2, p. 313-324, fev, 2013.

RAMMINGER, T. Saúde do trabalhador de Saúde Mental: uma revisão dos estudos brasileiros. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 32, n. 78/79/80, p. 60-71, 2008.

ROMBALDI, A. J.; FLORINDO, A. A.; BARROS, M. V. G. B. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde 2012: novos objetivos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v. 17, n. 4, p. 241-242, 2012.

SAMPAIO, J. J. C. et al. O trabalho em serviços de saúde mental no contexto da reforma psiquiátrica: um desafio técnico, político e ético. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 12, p. 4685-4694, 2011.

SCHMIDT, M. I. et al. Chronic non-communicable diseases in Brazil: burden and current challenges. **The Lancet**, UK, v. 377, n. 9781, p. 1949-1961, jun. 2011.

SIQUEIRA, F. C. V. et al. Atividade física em profissionais de saúde do Sul e Nordeste do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 9, p. 1917-1928, set, 2009.

TSUTSUMI, A. et al. Prospective Study on Occupational Stress and Risk of Stroke. **Archives of Internal Medicine**, USA, v. 169, n. 1, p. 56-61, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global recommendations on physical activity for health, 2010.** Acessado em 23 set. 2013. Online. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979_eng.pdf