

Atividade Física Referida e Estilo de Vida entre Trabalhadores de Enfermagem em Serviço Público de Saúde

Manuela de Santana Pi Chillida

Mestre em Enfermagem – UNICAMP

Enfermeira Supervisora, Hospital das Clínicas – UNICAMP

Luciana Contrera-Moreno

Mestre em Enfermagem – UNICAMP

Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Doenças Infecciosas e

Parasitárias da Faculdade de Medicina da UFMS

Professora Assistente do Departamento de Enfermagem – Universidade

Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS)

Maria Inês Monteiro

Mestre em Educação - UNICAMP;

Doutora em Enfermagem – USP

Professora Associada – Departamento de Enfermagem – FCM – UNICAMP

Introdução

O trabalho na área de saúde é de grande importância para a sociedade, tendo em vista o envelhecimento populacional, entre outros fatores.

Os profissionais de enfermagem são um dos grandes contingentes de trabalhadores no Brasil, especialmente nos serviços públicos, se consideradas as três categorias profissionais – auxiliar de enfermagem (ensino fundamental e curso de um ano de duração), técnico de enfermagem (curso técnico) e enfermeiro (formação na universitária).

Estes profissionais ainda não têm a jornada de trabalho regulamentada, como já ocorreu em outras profissões da área de saúde, com 30 horas semanais, perfazendo carga horária variada, entre 30 e 44 horas por semana, dependendo do vínculo de trabalho, com carga horária maior, em geral, no serviço privado.

A presença de segundo emprego tem sido relatada nesta categoria profissional, o que implica em menor tempo disponível para atividade física e outras atividades da vida pessoal. Além disso, longas jornadas de trabalho podem acarretar maior chance de erro nas atividades profissionais, podendo afetar a segurança do paciente e favorecer a ocorrência de acidentes.

Fischer (2003) aponta alguns exemplos de situações desfavoráveis que afetam o trabalhador em turnos: ruído na casa do trabalhador, o que pode prejudicar seu repouso; longo tempo de transporte; o aumento da violência, que faz com que os trabalhadores tenham medo de deslocar-se; e a terceirização dos serviços, que não incorpora os benefícios sociais conquistados pelos trabalhadores.

Em relação ao levantamento de dados relativos à atividade física, Troiano (2009, p. 737) sugere que dois aspectos devem ser considerados: “a escolha do instrumento depende dos aspectos da atividade física que o pesquisador quer mensurar [...] [e que] as medidas baseadas em instrumentos auto-relatados são atividades físicas relatadas e podem não refletir com acurácia e precisão o comportamento avaliado”.

Este estudo teve por objetivo identificar o perfil dos trabalhadores de serviço público de saúde municipal e estadual em relação a dados sociodemográficos e estilo de vida.

Metodologia

Estudo transversal realizado em dois hospitais públicos e cinco centros de saúde, na cidade de Campinas–SP. Foram entrevistados 570 trabalhadores de enfermagem que aceitaram participar da pesquisa. Neste capítulo, serão apresentados os resultados referentes aos dados sociodemográficos, estilo de vida e atividade física.

Foi considerado critério de inclusão concordar em participar da pesquisa e de exclusão, trabalhadores que estavam em afastamento por licença médica, licença gestante, férias ou outro tipo de afastamento, além dos que recusaram participar da pesquisa.

O questionário QSETS (Monteiro, 1996, atualizado em 2002) com dados sociodemográficos, estilo de vida, satisfação com a vida e o trabalho, e aspectos de saúde foi utilizado para coleta de dados. Os dados de atividade física foram indagados segundo tipo de atividade realizada, duração e frequência.

Os dados foram inseridos em planilha Excel®. Para a análise descritiva e testes estatísticos foi utilizado o software SAS 9.2®.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas.

Resultados e discussão

O hospital público municipal estudado tinha, na época da coleta de dados, 210 leitos, 31 leitos de retaguarda no pronto socorro, além de salas cirúrgicas e contava com 1550 funcionários, sendo 565 trabalhadores de enfermagem (64 enfermeiros, 30 técnicos e 471 auxiliares de enfermagem), alocados em três turnos de trabalho: diurno – manhã e tarde, com duração de seis horas e, noturno, 12 por 36 horas. Ainda no setor público municipal foram estudados os trabalhadores de cinco Centros de Saúde, na cidade de Campinas–SP (CONTRERA-MORENO, 2004).

O hospital público estadual estudado contava com 403 leitos e 1220 trabalhadores de enfermagem, no período da coleta de dados. Foram entrevistados os trabalhadores do período noturno (CHILLIDA, 2003).

Na amostra estudada, 83% eram mulheres (n=473) e 17%, homens (n=97). Em relação à profissão, 22,3% eram enfermeiros, 16,3% técnicos de enfermagem e 61,4% auxiliares de enfermagem. A maior parte dos entrevistados atuava no período noturno (65,6%) e 34,4% no diurno.

A idade média dos entrevistados foi de 38,9 anos (DP 7,8), variando entre 20 e 60 anos de idade. As faixas etárias de

maior prevalência foram de 40 a 49 anos (40,4%) e de 30 a 39 anos de idade (38,5%). Aproximadamente metade dos entrevistados era casada (50,4%). A maioria relatou realizar atividades na casa (89,6%).

Em relação ao estilo de vida, aproximadamente 1/3 fazia uso de bebida alcoólica. Dezenove por cento eram tabagistas, dado superior ao obtido no VIGITEL 2008, sistema de “Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico”, realizado pelo Ministério da Saúde, nas capitais e no Distrito Federal, que foi de 15,2%.

Dos profissionais entrevistados, 28,6% atuavam em hospital público municipal, 53% em hospital público estadual e 18,4% em Centros de Saúde.

Relataram ter outro emprego 26,8% dos entrevistados, o que pode interferir negativamente no tempo disponível para atividades físicas, de lazer, assim como em outros aspectos da vida pessoal e familiar.

A Organização Mundial de Saúde considera como normais os valores de 18,5 a 24,99 kg/m², em relação ao Índice de Massa Corpórea (IMC), como sobrepeso os valores entre 25 e 29,99 kg/m² e obesidade o valor maior ou igual a 30 kg/m². Na amostra estudada, metade dos entrevistados (50,6%) tinha Índice de Massa Corpórea no padrão normal, 31,6% apresentaram sobrepeso e 17,8%, obesidade. Aproximadamente metade dos entrevistados (49,4%) tinha IMC maior ou igual a 25 kg/m², superior a porcentagem identificada pelo VIGITEL 2008 (44,2%).

Houve pequena diferença na média de idade entre os que praticavam pelo menos 150 minutos de atividade física por semana (38,2 anos) e os que praticavam por menor tempo (39,3 anos).

Houve correlação entre atividade física por 150 minutos ou mais por semana e presença de doença com diagnóstico médico, com valor de $p=0.0007$ (teste de χ^2).

Somente 98 trabalhadores (17,2%) entre os 570 entrevistados realizavam atividade física durante pelo menos 150 minutos, cinco vezes por semana, conforme preconizado atualmente (MONTEIRO, FLORINDO, CLARO *et al.*, 2008).

Entre os 98 profissionais de enfermagem que realizavam atividade física nos padrões sugeridos atualmente, 67 tinham pelo menos uma doença com diagnóstico médico.

Embora a idade média dos entrevistados fosse de 38,9 anos (DP 7,8), 71,2% relataram pelo menos uma doença com diagnóstico médico, que é um valor elevado, quando comparado a outras categorias profissionais.

Considerações finais

A porcentagem (17,2%) de trabalhadores de enfermagem dos hospitais públicos e centros de saúde que realizavam atividade física por pelo menos 150 minutos, cinco vezes por semana foi muito pequena.

Os profissionais de enfermagem, na amostra estudada apresentaram valores acima da média nacional para tabagismo, IMC com sobrepeso e ou obesidade, além de realização de atividade física entre pequena parcela dos trabalhadores.

Outro aspecto a ser destacado é a presença de pelo menos uma doença com diagnóstico médico referida pela maioria dos trabalhadores (71,2%).

Tais fatos comprometem o estilo de vida e podem ter efeitos sobre sua saúde e qualidade de vida.

Políticas públicas que dêem suporte aos trabalhadores, em especial os do setor público, são fundamentais, visando garantir a qualidade da assistência prestada a população, assim como a qualidade de vida individual dos mesmos.

Referências bibliográficas

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. *VIGITEL Brasil 2008*. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, 2009. Disponível em: http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_2008.pdf. Acesso em: 21 mar. 2011.

- CHILLIDA, M. S. P. *Capacidade para o trabalho entre trabalhadores de enfermagem do período noturno de um hospital universitário*. 2003. 114 f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Enfermagem. Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Estadual de Campinas, Campinas-SP, 2003.
- CONTRERA-MORENO, L. *Violência e capacidade para o trabalho entre trabalhadores de enfermagem*. 2004. 197 f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Enfermagem. Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Estadual de Campinas, Campinas-SP, 2004.
- FISCHER, F. M. Fatores individuais e condições de trabalho e de vida na tolerância ao trabalho em turnos. In: FISCHER, F. M.; MORENO, C. R. C; ROTENBERG, L. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. Atheneu: São Paulo, 2003, p. 65-76.
- MONTEIRO, M. I. *Instrumento para coleta de dados sociodemográficos, estilo de vida, aspectos de saúde e trabalho - QSETS*. Campinas: Grupo de Estudos e Pesquisas em Saúde e Trabalho, 1996, atualizado em 2002.
- MONTEIRO, C.A.; FLORINDO, A.A.; CLARO, R.M. *et al.* Validade de indicadores de atividade física e sedentarismo obtidos por inquérito telefônico. *Rev Saúde Pública*, v. 42, n. 4, p. 575-81, 2008.
- TROIANO, R. Can there be a single best measure of reported physical activity? *Am J Clin Nutr*, n. 89, p. 736-37, 2009.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Body Mass Index Classification - BMI*. http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html. Acesso em: 01 mar. 2010.

Observação

Parte dos dados apresentados neste capítulo integram a dissertação de Mestrado de Manuela de Santana Pi Chillida – intitulada “Capacidade para o trabalho entre trabalhadores de enfermagem do período noturno de um hospital universitário”, e de Luciana Contrera Moreno – “Violência e capacidade para o trabalho entre trabalhadores de enfermagem”, ambas receberam bolsa CAPES e foram orientadas pela Professora Dra. Maria Inês Monteiro, no Programa de Pós-graduação em Enfermagem – UNICAMP.

- SEEDHOUSE, D. Health promotion: philosophy, prejudice and practice. New York: John Wiley and Sons; 1997.
- SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C. M. L. C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. Caderno de Saúde Pública, v. 20, n. 2, p. 580-588, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.org/index.php?lang=gn>>. Acesso em: 23 abr. 2006.
- SIGERIST, H. The University at the Crossroad., Nova York: Henry Schumann Publisher, 1956.
- THEOBALD, M. V.; DIETRICH, S. H. C. Análise dos benefícios da atividade física em pacientes com depressão do sexo feminino em idade de 22 a 55 anos no Centro de Atenção Psicossocial de Sidrolândia/MS. 2007. Disponível em: <<http://www.fes.br/revistas/agora/files/2007/AG-2007-50.pdf>> Acesso em: 12 out. 2007.
- VILARTA, R. Qualidade de vida e políticas públicas: saúde, lazer e atividade física. Campinas: IPES, 2004.
- WAISSMANN, W. Desigualdade social e atividade física. In: BAGRICHEVSK, Y.M.; PALMA, A.; ESTEVÃO, A. A saúde em debate na educação física. Blumenau: Edites, 2003.
- WEINECK, J. Biologia do esporte. Barueri: Manole, 2005.
- _____. Atividade física e esporte para que? Barueri: Manole, 2003.
- ZAMAI, C. A. Atividade física e saúde: estudo do conhecimento de professores de educação física do ensino fundamental através da educação a distância. 2000. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2000.
- _____. *et al.* Estudo dos fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis entre funcionários. Conexões, Campinas, v. 6, n. 1, p. 14-30, 2008.

ZAMAI, C.A. Impacto das atividades físicas nos indicadores de saúde de sujeitos adultos: Programa Mexa-se. Tese de doutorado. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2009.

ZAMAI, C.A.; BANKOFF, A.D.P. Nível de atividade física e indicadores de qualidade de vida de colaboradores da Unicamp: Análise através do Programa Mexa-se Unicamp XI Simpósio Nordestino de Atividade Física & Saúde, 2010, Aracaju - Sergipe. XI Simpósio Nordestino de Atividade Física & Saúde: da evidência à intervenção. Aracaju - Sergipe: UFS, 2010.