

Projeto Blitz da Saúde: Estilo de Vida e Situação Atual da Saúde de Caminhoneiros

Nizandro Martins Ramos¹, Pedro Augusto Soares de Carvalho², Bruna Silva Meirelles², Érica Andrade Alves de Araújo Souza², Kátia Cristina Gonçalves Batista², Flávia Márcia Oliveira²

- 1) 4ª Superintendência da Polícia Rodoviária Federal/4ª Delegacia, João Monlevade, MG, Brasil
- 2) Departamento das Ciências da Saúde do Centro Universitário do Leste de Minas Gerais – UnilesteMG, Ipatinga, MG, Brasil

lab.saude@yahoo.com.br

Resumo

Estudos demonstram que os profissionais da área de transporte apresentam três principais categorias de doenças: cardiovasculares, gastrointestinais e músculo-esqueléticas. A importância social e econômica do transporte de carga e de passageiros e a segurança no trânsito fundamentam a intervenção proposta por este projeto de extensão e de pesquisa cujos objetivos consistiram na avaliação da situação atual de saúde e da qualidade de vida desses profissionais e na orientação dos mesmos quanto ao autocuidado. Foi realizada uma pesquisa qualitativa e descritiva na qual 45 caminhoneiros, que transitavam na rodovia BR-381/262 João Monlevade/MG, foram selecionados através de amostragem aleatória. Foi observado que a maioria possui apenas o ensino fundamental, negam tabagismo, são sedentários e não usam preservativo nas relações sexuais. As principais alterações fisiológicas relatadas foram ansiedade, mialgia e cefaléia. Em relação à pressão arterial, 69% foram classificados como normal, 27% hipertensão leve e 4% hipertensão grave. A maioria apresentou risco moderado para o desenvolvimento de doença cardiovascular, considerando a relação cintura-quadril, e se encontra na faixa de sobrepeso e pré-obesidade. Um caso de valor de glicemia capilar elevado foi identificado. A identificação de fatores relacionados ao estilo de vida e da situação de saúde dos caminhoneiros possibilitará a execução de programas de educação em saúde que atendam às necessidades específicas destes profissionais.

Apoio: UnilesteMG, Polícia Rodoviária Federal – 4ªDEL/4ª SUP, SEST/SENAT, FAPEMIG EDT237/05

PROJETO BLITZ DA SAÚDE: ESTILO DE VIDA E SITUAÇÃO ATUAL DA SAÚDE DE CAMINHONEIROS

Introdução

De acordo com a OTI (Organização Internacional do Trabalho) as doenças e acidentes relacionados ao trabalho matam, anualmente, 1,1 milhão de pessoas em todo mundo. Neste número estão incluídos cerca de 300 mil óbitos decorrentes de 250 milhões de acidentes de trabalho, além de mortes por doenças ocupacionais diversas⁽¹⁾.

Vários estudos demonstram que os profissionais da área de transporte apresentam três principais categorias de doenças entre elas, as doenças cardiovasculares e hipertensão, distúrbios gastrointestinais e músculo-esqueléticas⁽²⁻⁴⁾. Além disso, os motoristas possuem uma das maiores taxas de morbidade, mortalidade e absenteísmo entre as diversas categorias profissionais⁽⁵⁾.

A importância social e econômica do transporte de carga e de passageiros e a segurança no trânsito fundamentam a intervenção proposta por este projeto de extensão e de pesquisa cujos objetivos consistem na avaliação da situação atual de saúde e da qualidade de vida desses profissionais e na orientação dos mesmos quanto ao autocuidado.

Métodos

O projeto foi desenvolvido no mês de Abril do ano de 2006 na Rodovia BR-381, João Monlevade, Minas Gerais, em parceria com a 4ª Superintendência da Polícia Rodoviária Federal/4ª Delegacia e SEST/SENAT que contribuíram com a abordagem dos profissionais e a divulgação do evento através de faixas e imprensa local.

A idéia deste projeto de extensão passou por um referencial metodológico que amadureceu após a realização de um projeto de pesquisa realizado no mesmo trecho da rodovia através do qual foram avaliados parâmetros relacionados aos acidentes. De acordo com a pesquisa realizada pelo Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA) a rodovia BR-381 destaca-se pelo alto índice de periculosidade e gravidade dos acidentes⁽⁶⁾. Essas evidências aliadas aos altos custos fornecem indicativos da necessidade de se formular estratégias para reduzir a quantidade e gravidade dos acidentes na rodovia. Em função dessa premissa, foi iniciada a primeira etapa do projeto que consiste em avaliar a situação de saúde e estilo de vida dos caminhoneiros, bem como fornecer informações sobre os principais agravos que podem comprometer a saúde dos mesmos e a segurança no trânsito.

Participaram do projeto uma equipe multiprofissional composta por graduandos dos cursos de enfermagem, farmácia, fisioterapia e nutrição sob a coordenação da Prof^a. Dr^a. Flávia Márcia Oliveira, que desenvolveram atividades de entrevistas, aferição da pressão arterial (PA), frequência cardíaca (Fc), cálculo do índice de massa corporal (IMC), glicemia capilar, tipagem sanguínea e orientações acerca da alimentação, do uso de medicamentos, do risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, da prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e de exercícios e postura para minimizar as dores musculares e ansiedade (Figura 1). Ao final das avaliações, o motorista recebeu um folder personalizado contendo as informações descritas de maneira sucinta, bem com os resultados dos testes (Figura 2 e 3). Além disso, foram distribuídos outros materiais de educação em saúde e preservativos.

Os dados foram tabulados e analisados de forma descritiva.



Figura 1. Projeto Blitz da Saúde.

Resultados

Foram abordados 63 motoristas de veículos e acompanhantes, dentre os quais os resultados apresentados a seguir foram referentes aos 45 motoristas de caminhão que transitavam na BR381, km (João Monlevade) entre o período de 10:00 às 16:00 horas. A maioria dos motoristas entrevistados possuía idade acima de 30 anos e grau de instrução equivalente ao nível fundamental completo ou incompleto. O tempo na atividade de motorista de carga foi bastante heterogêneo. Foram observados motoristas que possuíam experiência inferior a três anos (16%) e com experiência superior a 26 anos (16%).

A jornada de trabalho relatada pelos mesmos foi bastante excessiva uma vez que a maioria realiza mais de 10 horas diárias (64%) e percorre entre 600 a 1000 km por dia (55%) fato que pode gerar ansiedade, dores musculares e outros agravos à saúde comprometendo a qualidade de vida. No entanto, 62% dos motoristas relatam reservar de 6 a 8 horas de sono. Mas, uma grande parcela (24%) dorme menos de 6 horas o que pode aumentar ainda mais a probabilidade do uso de medicamentos estimulantes, do impacto negativo sobre a saúde, aumentando o risco de doenças cardiovasculares⁽⁷⁾, distúrbios psiquiátricos menores⁽³⁾ e osteomusculares⁽⁸⁾ e do comprometimento da segurança do

trânsito⁽⁹⁾. Um estudo demonstrou que os acidentes ocorrem após, uma a três horas, e depois de sete horas de trabalho⁽⁹⁾.

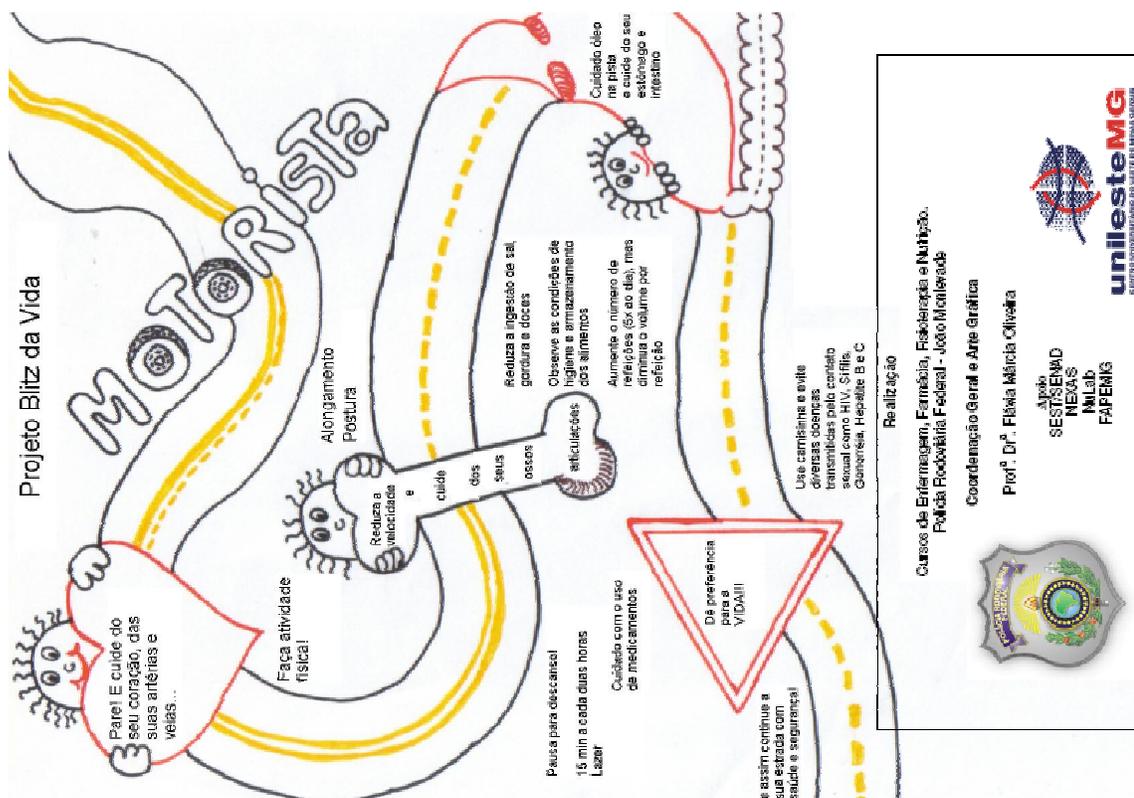


Figura 2. Panfleto do Projeto Blitz da Saúde (frente).

Apesar da maioria manter um período de sono ideal, a qualidade do mesmo pode estar comprometida, uma vez que cerca de 63% dos entrevistados utilizam a boléia do caminhão para o repouso. Portanto, é necessária a implantação de programas que regulamentem a jornada diária de trabalho do caminhoneiro e estabeleçam estratégias que garantam melhor qualidade de sono e de vida dos mesmos.

Um ponto favorável observado entre os motoristas é que a maioria (64%) não é tabagista. No entanto, como aspecto negativo, 78% é sedentário. O sedentarismo constitui um dos principais fatores de riscos para as doenças cardiovasculares. Entre outros fatores, a ausência de atividade física inclui essa categoria profissional como uma das mais acometidas pelos distúrbios cardiovasculares⁽⁷⁾. Além disso, ocorre um círculo vicioso. Sedentarismo significa também obesidade que, por sua vez, concentra-se na região abdominal, aumentando o risco para o desenvolvimento de patologias cardiovasculares.

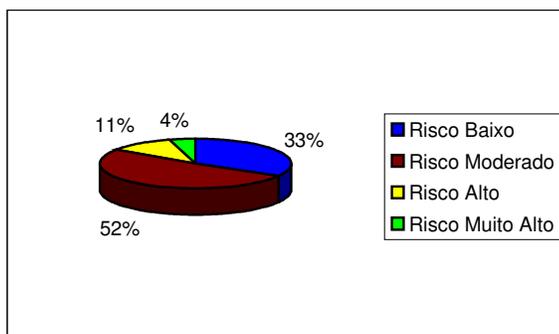


Gráfico 2. Risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares segundo à relação cintura/quadril.

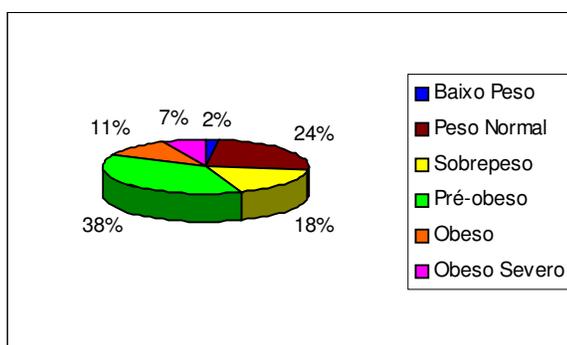


Gráfico 3. Classificação do índice de massa corporal (IMC).

Em relação à percepção sobre o estado de saúde atual a maioria considera como boa (Gráfico 4) e sobre a vida também considera como boa (Gráfico 5).

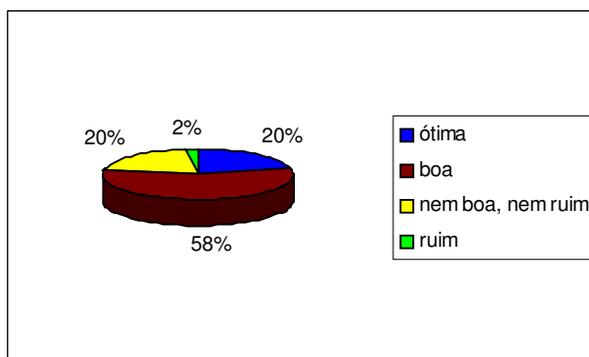


Gráfico 4. Percepção dos caminhoneiros quanto ao atual estado de saúde.

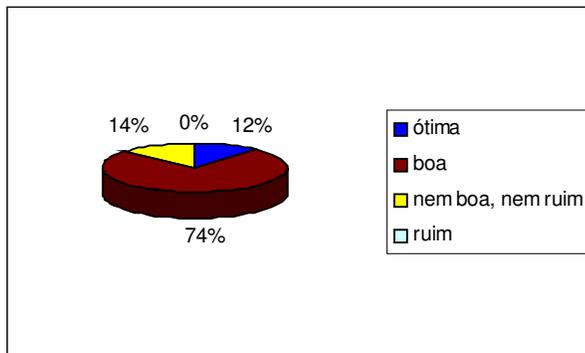


Gráfico 5. Percepção dos caminhoneiros quanto ao atual estado da vida.

Entre as principais alterações fisiológicas relatadas encontram-se a ansiedade e dores musculares (Gráfico 6) que estão relacionadas ao tipo de trabalho, à carga horária excessiva e ao desconforto no momento de repouso^(3,8).

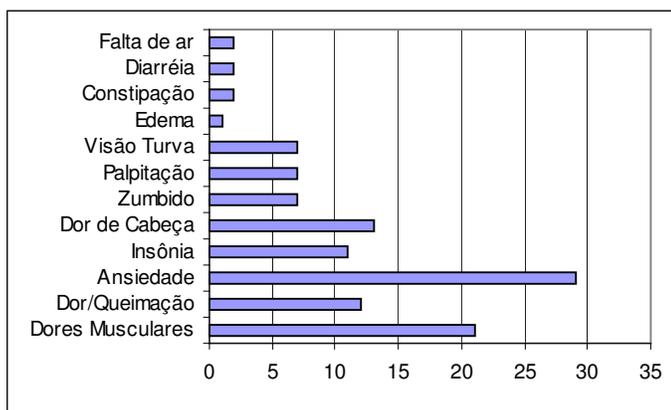


Gráfico 6. Alterações fisiológicas relatadas pelos caminhoneiros.

Nota: Os valores no eixo das abscissas se referem ao número absoluto de caminhoneiros que, nessa questão, podiam optar por mais de uma resposta.

Um fator alarmante é a proporção de caminhoneiros que não usa preservativos nas relações sexuais (56%), comprovando a vulnerabilidade desse grupo. As repostas emitidas por caminhoneiros em um outro estudo demonstraram, em sua totalidade, que os entrevistados apresentaram comportamento sexual bastante ativo, e que a maioria tem idéias simples e ingênuas sobre as doenças sexualmente transmissíveis. Mas, revelam certa noção sobre uso de preservativo como meio de prevenção, embora muitos referissem não utilizá-lo⁽¹⁰⁾. A principal situação de vulnerabilidade ao HIV ocorre devido ao uso inconsistente do preservativo interligada ao vínculo estabelecido com cada parceira⁽¹¹⁾.

A condição de higiene dos banheiros utilizados foi considerada como regular a péssima pela maioria (52%) e, dos alimentos, (55%) considerou como boa. É fundamental que os motoristas tenham

percepção crítica das condições dos locais que utilizam uma vez que constituem um grupo vulnerável a doenças transmissíveis e intoxicações alimentares.

Considerações Finais

Vários estudos vêm demonstrando a necessidade do desenvolvimento de pesquisas, de programas de saúde e políticas voltadas para o profissional motorista, em particular, os caminhoneiros. O grupo motorista geral representa, em São Paulo, 33,9 % dos acidentes de trabalhos, os de caminhão 32,4% ⁽⁹⁾. Através da análise das aposentadorias por invalidez, novamente, os motoristas se destacam liderando a posição do risco de doenças cardiovasculares associadas à alta carga de estresse e horas no trabalho ⁽⁷⁾. Além disso, a condição profissional e o estilo de vida os tornam susceptíveis a várias doenças transmissíveis. Um estudo envolvendo caminhoneiros da via Anhanguera demonstrou 1% de amostras soropositivas para o HIV ⁽¹²⁾.

Este estudo confirma uma série de fatores envolvidos com a categoria profissional de motorista, entre eles, sobrecarga de trabalho diária e semanal, bem como a falta de um repouso adequado e atividades voltadas para a prática de lazer e esporte. Tais fatores se relacionam com os acidentes, doenças cardiovasculares, dores musculares e distúrbios mentais menores. Além disso, esse grupo está exposto ao risco de contrair HIV uma vez que a minoria utiliza preservativos nas relações sexuais.

Portanto, mais estratégias para prevenção de doenças e melhoria da qualidade de vida de caminhoneiros devem ser estabelecidas por meio de iniciativas entre empregadores, entidades públicas e particulares, de ensino, fiscalização e regulamentação, principalmente, nos locais de trabalho dos mesmos, pois é através da melhor compreensão do universo destes profissionais que será possível elaborar intervenções educativas adequadas a essa categoria.

Alguns relatos na literatura mostram iniciativas que produziram impacto sobre a saúde e redução do número de acidentes envolvendo caminhoneiros. Dentre eles, destacam-se programas de controle do número de horas diárias e semanais de trabalho ⁽¹³⁾ e de acompanhamento físico dos profissionais ⁽¹⁴⁾.

Esse projeto não constitui apenas uma atividade isolada, mas sim, outros eventos e pesquisas serão gerados a partir desse vínculo a fim de melhorar a qualidade de vida dos motoristas e preservar vidas nas rodovias. Resumindo, motorista saudável, trânsito seguro, prejuízos e gastos reduzidos.

Apoio

UnilesteMG; FAPEMIG EDT0, SEST/SENAT, 4ª delegacia da 4ª superintendência da Polícia Rodoviária Federal.

Agradecimentos

Aos policiais da 4ª delegacia da 4ª superintendência da Polícia Rodoviária Federal, João Monlevade, MG

Referências

- 1 Casanova R. Saúde e segurança ocupacional no Brasil. *Jornal da Segurança do Trabalho*. Disponível em: <http://www.jseg.net>. Acesso em 04/03/2006.
- 2 Winkleby MA, Ragland DR, Fisher JM, Syme SL. Excess risk of sickness and disease in bus drivers: a review and synthesis of epidemiological studies. *Int J Epidemiol* 1988;17: 255-262.
- 3 Souza MFM, da Silva GR. Risco de distúrbios psiquiátricos menores em área metropolitana na região sudeste do Brasil. *Rev Saúde Pública* 1998;32:50-58.
- 4 Pinho C, Figueiredo MJ de O, Ebert MF, Bittencourt LAK. Alterações cardiovasculares em motoristas de ônibus. *Rev Bras Saúde Ocup* 1991;19:53-58.
- 5 Michaels D, Zoloth SR. Mortality among urban bus drivers. *Int J Epidemiol* 1991; 20:399-404.
- 6 _____. Impactos sociais e econômicos dos acidentes de trânsito nas rodovias brasileiras. [Relatório executivo]. Brasília: IPEA/DENATRAN/ANTP, 2006. 80p.
- 7 Oliveira, AA. Doenças cardiovasculares: trabalho e aposentadoria por invalidez. [Dissertação]. São Paulo; USP: s.n; 2000. 128 p.
- 8 Magnusson ML; Pope MH; Wilder DG; Areskoug B. Are occupational drivers at an increased risk for developing musculoskeletal disorders? *Spine*1996;21:710
- 9 Teixeira, MLP. Acidentes e doenças do trabalho de profissionais do setor transporte: análise dos motoristas no Estado de São Paulo, 1997 a 1999. [Dissertação]. São Paulo; USP: s.n; 2005. 131 p.
- 10 Santos, CRL; Bueno, SMV. Pesquisa-ação com caminhoneiros sobre sexualidade e DST/Aids. *DST j. bras. doenças sex. transm* 1999;11:11-21.
- 11 Villarinho, L; Bezerra, I; Lacerda, R; Latorre, MRDO; Paiva, V; Stall, R; Hearst, N. Caminhoneiros de rota curta e sua vulnerabilidade ao HIV, Santos, SP. *Rev. saúde pública* 2002;36(4 supl):61-67.
- 12 Berra, JAP; Bacetti, LB; Alves, KJF; Fiório, VLP. Soroprevalência de HIV em caminhoneiros usuários da Rodovia Anhanguera, SP 330, Brasil. *Rev. Inst. Adolfo Lutz* 2003;62:171-176.
- 13 Heaton K. Truck driver hours of service regulations: the collision of policy and public health. *Policy Polit Nurs Pract* 2005;6:277-84.
- 14 Kashima SRA. A petroleum company's experience in implementing a comprehensive medical fitness for duty program for professional truck drivers. *J Occup Environ Med* 2003; 45:185-96.