

PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM MOTORISTAS DE ÔNIBUS URBANO DA CIDADE DE ARACAJU/SE

ROSA LUCIANA PRADO¹

VÂNIA FONSECA²

CLÁUDIA MOURA DE MELO (Or.)²

¹Programa do Mestrado em Saúde e Ambiente Universidade Tiradentes, Aracaju, SE, Brasil

²Instituto de Tecnologia e Pesquisa – Laboratório de Promoção de Saúde, Aracaju, SE, Brasil

Email: claudiamouramelo@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A qualidade de vida tem sido apontada como uma categoria analítica central para promover abordagens integradoras e interdisciplinares, compreendida por diversos autores como decorrente de uma construção subjetiva, multidimensional, composta por aspectos positivos e negativos (SEGRE; FERRAZ, 1997; FLECK *et al.*, 2000; NAHAS, 2006). Percebe-se que seu constructo *dialoga* com noções relacionadas a motivação, satisfação, saúde-segurança, envolvendo discussões recentes acerca do bem estar físico, psicológico, social e ambiental. No âmbito das organizações trabalhistas, a idéia de qualidade de vida procura amalgamar interesses diversos e contraditórios, presentes em ambiente e condições de trabalho (LACAZ, 2000).

A melhoria das condições de vida e saúde de trabalhadores tem sido tema de crescente importância no setor ocupacional uma vez que impacta direta ou indiretamente na produtividade e na saúde dos colaboradores. Estudo realizado por Nunomura *et al.* (2004) aponta influência positiva da atividade física regular na atenuação do desencadeamento do processo de estresse entre adultos. Além disso, da mesma forma que existe efeito protetor na saúde mental, a atividade física propicia efeito benéfico na saúde física e social (SAMULSKI; LUSTOSA, 1996).

Vários estudos confirmam a importância da atividade física na manutenção da saúde global e do bem-estar uma vez que evidências epidemiológicas e laboratoriais mostraram que a atividade regular protege contra o desenvolvimento de muitas doenças crônicas como obesidade, estresse, câncer, diabetes, doenças coronarianas e vasculares em geral, doenças reumatológicas, entre outras (BLAIR *et al.*, 1995; ACSM, 1999; ACSM, 2000; NIEMAN, 1999; NAHAS, 2006)

É amplamente conhecido o caráter essencial dos transportes coletivos, não só como infra-estrutura, mas também como pré-requisito para uma boa qualidade de vida dos cidadão e, desta forma, a figura do motorista de transporte coletivo é um elemento fundamental neste panorama. Diversas pesquisas têm demonstrado que o motorista está sujeito a um trabalho extenuante, que compromete não só a sua saúde e qualidade de vida, mas também a segurança de passageiros, pedestres e ocupantes de outros veículos (MENDES, 1999; COSTA *et al.*, 2003).

Esse profissional vivencia em seu cotidiano condições de trabalho sujeitas a imprevistos relacionados a variáveis físicas, mentais e sociais além das condições extra-muros que podem propiciar o desencadeamento de doenças relacionadas ao sedentarismo (SOUZA; SILVA, 1998; MENDES, 1999; COSTA, 2006).

Desse modo, o presente trabalho objetivou avaliar o nível de qualidade de vida e sua relação com a atividade física dos motoristas de ônibus urbano da cidade de Aracaju, SE.

METODOLOGIA

O estudo caracteriza-se por ser do tipo não-experimental, descritivo transversal com delineamento correlacional. A população, estimada em 1500 trabalhadores, segundo

informações do Sindicato dos Trabalhadores de Transportes Rodoviários de Aracaju (SINTTRA), foi composta por motoristas de ônibus que atuam nas linhas urbanas em Aracaju, sendo a amostra populacional definida em 322 sujeitos (BARBETTA, 1998). Foram excluídos da amostra os motoristas que optaram em não responder os questionários, ausentes nos dias da coleta de dados, motoristas com menos de 3 anos de serviço, pertencentes ao gênero feminino, afastados ou aposentados ou com alguma incapacidade clínica ou física.

Foram utilizados o Questionário WHOQOL – bref baseando-se na escala Likert para medir a qualidade de vida (FLECK *et al.*, 1999) e o Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ 8.0 versão curta (MATSUDO *et al.*, 2001). A aplicação destes questionários foi realizada, em horários de repouso, no período de maio a setembro de 2008, nos três turnos e em todos os dias da semana.

Para análise dos dados foi utilizada planilha do Microsoft Office Excel 2007 e o pacote estatístico SPSS 13.0 for Windows, utilizando a estatística descritiva, o teste do qui-quadrado para análise da qualidade de vida, o coeficiente de correlação de Spearman para verificar relação entre os domínios da qualidade de vida e níveis de atividade física. Os testes foram aplicados utilizando-se o intervalo de confiança igual a 5%.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 322 motoristas de ônibus urbano da cidade de Aracaju/Se com idade média de $37,16 \pm 8,8$ anos e com tempo de serviço prestado nessa atividade variando entre $10,29 \pm 7,48$ anos.

A análise dos dados obtidos revela que 46% dos motoristas de ônibus coletivos de Aracaju consideram sua qualidade de vida 'nem ruim/nem boa', 39% a consideram 'boa', 9% muito boa e 6% 'muito ruim/ruim'. Dessa forma, 48% dos sujeitos pesquisados expressam aspectos positivos no que se refere a sua própria qualidade de vida e, levando em consideração quer ter dúvidas acerca de sua qualidade de vida torna-se fator negativo, tem-se que 52% dos sujeitos estudados apresentam aspectos negativos da sua qualidade de vida (Figura 1).

Em estudo sobre a qualidade de vida e o nível de atividade física Freitas (2004) relata que 45% dos policiais militares do município de Aracaju consideram sua qualidade de vida razoável (nem ruim/nem boa) e apenas 13% com percepção negativa da sua qualidade de vida, resultados muito próximos aos encontrados no presente estudo.

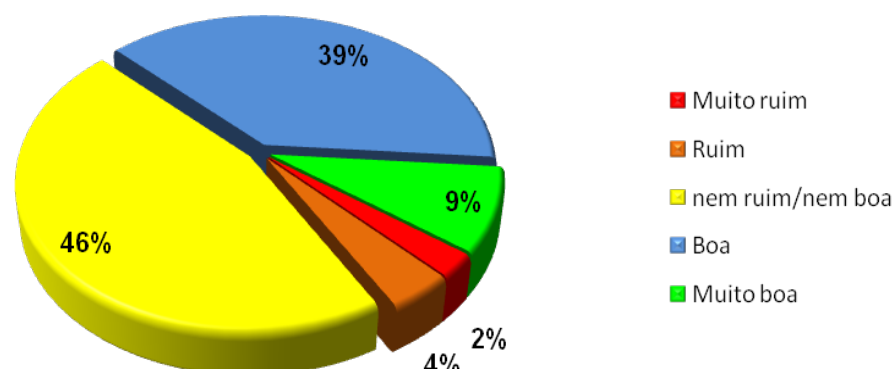


Figura 1. Percepção da Qualidade de vida dos motoristas de ônibus de Aracaju, 2008

Na questão sobre saúde 55% dos motoristas estão 'satisfeitos' e 17% 'muito satisfeitos'. No entanto, fator preocupante seria aqueles 'insatisfeitos' (9%) e aqueles 'nem satisfeitos/nem insatisfeitos' (19%) dos quais totalizam 28% dos motoristas que de forma geral, não percebem

sua saúde positivamente. Nesse mesmo aspecto Freitas (2004) encontrou 47% dos policiais militares de Aracaju com percepção negativa a cerca de sua saúde.

Deve-se ter cautela ao se pensar em percepção da saúde uma vez que esse consenso está longe de ser estabelecido. Todavia, atualmente há o entendimento de que saúde não se resume apenas à ausência de doença, e também há uma tendência em se mudar do paradigma biológico para o ecológico, definindo saúde como uma condição multidimensional, avaliada em uma escala contínua, resultante de complexa interação de fatores hereditários, ambientais e do estilo de vida (BOUCHARD *et al.* 1990 apud NAHAS, 2006).

Ao considerar saúde com esta amplitude, admite-se que muitos fatores (individuais e/ou coletivos) podem influenciá-la. No caso dos motoristas de transporte coletivo urbano, o ambiente laboral é composto por um “macro ambiente” - o trânsito, e um “micro” - o ônibus (BATTISTON *et al.*, 2006). Em nível individual, os fatores mais importantes relacionam-se com o estilo de vida pessoal, incluindo a dieta, atividades físicas, comportamento preventivo e controle do estresse (BRASIL, 1988; NIEMEM, 1990 *apud* BARROS; SANTOS, 2000; BOUCHARD *et al.*, 1990 apud NAHAS, 2006).

Analisados os domínios da qualidade de vida (físico, psicológico, social e meio ambiente) percebe-se que o domínio físico obteve média percentual considerada ‘boa’ (75,59%±14,37), apontando que os aspectos de locomoção, percepção de dor, capacidade física para trabalhar e desempenhar as tarefas do dia-dia e satisfação com o sono mostraram-se relativamente positivas, resultados próximos daqueles encontrados por Freitas (2004) em policiais militares da cidade de Aracaju.

Para Gonçalves; Vilarta, (2004) o aspecto físico está presente nos sentimento e expectativas quanto ao manejo da dor e desconforto causados após qualquer atividade, bem como as sensações de energia e fadiga.

Bastos Junior *et al.* (2006) estudou a síndrome piriforme em motoristas de ônibus no município de Governador Valadares/MG, e detectou que 46,7% destes trabalhadores apresentavam dor local que irradiava para membros inferiores, relacionada com peso, postura sentada e manutenção de membros inferiores em rotação externa.

Nos resultados relacionados ao aspecto psicológico foi encontrada uma percepção considerada ‘boa’ (73,01%±12,53), relatando envolvimento com sentimentos positivos como o aproveitar a vida, o otimismo em relação ao futuro, a preocupação com as condições de doença ou a ausência dela, a frequência de sentimentos negativos, como o mau humor, o desespero, a ansiedade e a depressão.

Nos aspectos direcionados ao domínio das relações sociais, onde o impacto dessas relações, em especial na família, no trabalho e no lazer, torna-se altamente relevante na construção de uma vida saudável, apresentou uma média considerada ‘boa’ (75,46%±14,67), em relação à escala Likert.

A dimensão ambiental é abrangente e reveste-se de importância, pois se consideram aqui itens associados à sensação de segurança, não só no sentido de proteção física mas também financeira, e conforto físico em relação ao ambiente em que se vive, em especial às condições do ambiente de trabalho, como poluição, ruídos e trânsito (GONÇALVES; VILARTA, 2004). Nesse aspecto foi encontrada uma média considerada ‘regular’ (50,10%±12,28).

Cordeiro; Ferraz (1992) apud Deus (2005) afirmam que as pesquisas têm identificado as principais enfermidades a que os motoristas de ônibus estão expostos, ressaltando os riscos ambientais, principalmente os agentes físicos como o ruído, o calor e a ventilação. Estes agentes são provenientes do próprio ambiente de trabalho (ônibus) e agem diretamente sobre a saúde física e mental do motorista.

No que se refere ao comportamento de risco relacionado ao sedentarismo, esse estudo aponta que 77% da população estudada não possui níveis recomendáveis de atividade física, sendo 49% sedentários (Figura 2). Da mesma maneira, Deus (2005) descreve que 76% dos motoristas de ônibus de Florianópolis/SC, foram considerados sedentários.

Entre os vários fatores podem levar os indivíduos ao sedentarismo, estão a falta de tempo, desinteresse e o desconhecimento dos benefícios associadas a atividade física. Assim, o sedentarismo e seus efeitos são um fator prejudicial à qualidade de vida do trabalhador.

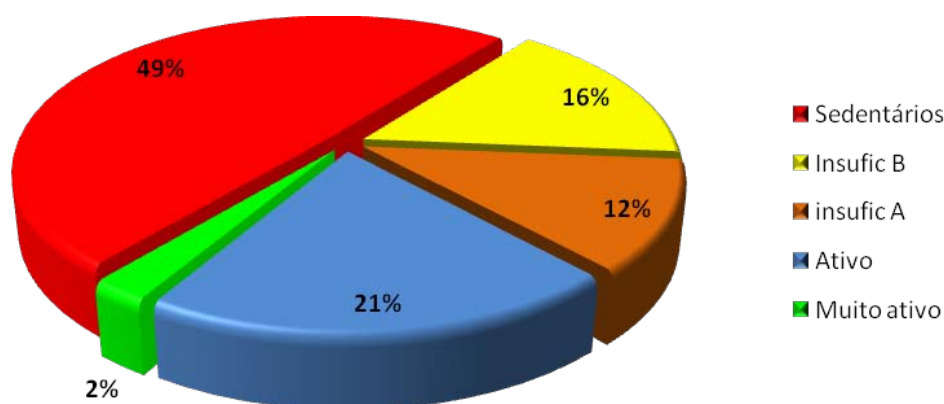


Figura 2. Nível de Atividade Física dos motoristas de ônibus de Aracaju, 2008

Quando utilizado o coeficiente de correlação de Spearman, percebe-se associações significativas, porém consideradas baixas entre os domínios físico, psicológico e do meio ambiente com o nível de atividade física dos motoristas de ônibus (Tabela 1). Nessa análise é possível inferir que quanto mais ativo for o indivíduo melhor sua percepção da qualidade de vida nos aspectos físico, psicológico e do meio ambiente.

Tabela 1. Coeficiente de correlação de Spearman dos domínios do WHOQOL entre o nível de atividade física e os domínios da qualidade de vida dos motoristas de ônibus urbano da cidade de Aracaju/Se, 2008

	Físico	Psicológico	Relações Sociais	Meio Ambiente
Nível de Atividade Física	0,147*	0,256*	-0,004	0,229*

*Correlação significativa

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O alto índice de sujeitos que não possuem níveis de atividade física, recomendáveis pelo Colégio Americano de Medicina e Esporte (ACSM) demonstra que os mesmos têm uma predisposição maior a sofrerem os agravos do sedentarismo. No que se refere ao ambiente do trabalho percebe-se nessa profissão uma tendência negativa uma vez que o barulho e o calor do motor, a relação nem sempre cordial com os passageiros, a poluição e até mesmo a falta de ponto de apoio nas paradas geram um ambiente hostil à essa categoria.

Sendo assim, torna-se viável a recomendação ou até mesmo implantação de programas de atividade física nos momentos de repouso ou paradas, compensando, *embora* de maneira mínima, a inatividade física e a geração de fatores agravantes do sedentarismo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARBETTA, Pedro Alberto. **Estatística aplicada às ciências sociais**. 4 ed. Florianópolis: Ed da UFSC, 2001.
- BARROS, Mauro Virgilio; SANTOS, Saray Giovani. A Atividade física como fator de qualidade de vida e saúde do trabalhador. **Revista Virtual de Ergonomia da Universidade Federal de Santa Catarina**, Florianópolis, junho, 2000. Disponível em:
<http://www.eps.ufsc.br/ergon/revista/artigos/saray.PDF> Acesso em: 25 ago. 2008.
- BASTOS JUNIOR, Luis Antonio Dias; SOUZA e SILVA, Gilson Bruno; VIEIRA, Horjana Aparecida Navarro Fernandes. Avaliação da prevalência de síndrome do piriforme em motoristas de ônibus no município de Governador Valadares-MG. 2006 Disponível em:
http://www.wgate.com.br/conteudo/medicinaesaude/fisioterapia/traumato/piriforme_luiz/piriforme_luiz.htm Acesso em: 25 ago. 2008.
- BATTISTON, Márcia; CRUZ, Roberto Moraes; HOFFMANN, Maria Helena. Condições de trabalho e saúde de motoristas de transporte coletivo urbano. **Estudos de Psicologia**. v. 11, n. 3, p. 333-343, 2006.
- BRASIL. **Constituição Federal do Brasil**, 1988. Disponível em:
http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constitui%C3%A7ao.htm Acesso em: 21 set. 2008
- COSTA, Letícia B; KOYAMA, Mitti Ayako Hara; MINUCI, Elaine Garcia; FISCHER, Frida Marina. Morbidade Declarada e Condições de Trabalho: O caso dos Motoristas de São Paulo e Belo Horizonte. **São Paulo em Perspectiva**. v. 17, n. 2, p. 54-67, 2003.
- COSTA, Elisângela Azevedo Viana Gomes da. **Estudos dos constrangimentos físicos e mentais sofrido pelos motoristas de ônibus urbano da cidade do Rio de Janeiro**. Dissertação de mestrado. Programa de pós-graduação em Design do Departamento de Artes e Design da PUC-RIO. Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2006
- DEUS, Maria José de. **Comportamentos de risco à saúde e estilo de vida em motoristas de ônibus urbanos: recomendações para um programa de promoção de saúde**. Tese de Doutorado em Engenharia de Produção – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, USFC, Florianópolis, 2005.
- FLECK, Marcelo P.A. *et al.* Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da organização mundial da saúde (WHOQOL-100). **Revista Brasileira de Psiquiatria** v. 21, n. 1, p. 19-28, 1999.
- FLECK, Marcelo P.A. *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. **Revista de Saúde Pública** v. 34, n. 2, p. 178-83, 2000.
- FREITAS, Anderson Vieira. **Qualidade de vida e nível de atividade física relacionada a saúde de policiais militares do município de Aracaju/SE**. Trabalho de conclusão de curso como requisito de obtenção de grau de licenciatura plena em educação física da Universidade Federal de Sergipe, UFS, 2004.
- GONÇALVES, Aguinaldo; VILARTA, Roberto. **Qualidade de vida e atividade física: explorando teoria e prática**. Barueri, Manole, 2004.
- LACAZ, Francisco Antonio de Castro. Qualidade de vida no trabalho e saúde/doença. **Revista Ciência e Saúde Coletiva** v. 5, n. 1, p. 151-161, 2000.
- MATSUDO, Sandra *et al.* Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): Estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde** v. 6, n. 2, p. 5-16, 2001.
- MENDES, Luiza de Resende. Condições de trabalho no transporte coletivo: desgaste e responsabilidade do motorista de ônibus. In: SAMPAIO, J. R. (Org). **Qualidade de vida, saúde mental e psicologia social** São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999. p. 153-180
- NAHAS, Marcos Vinícius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 4ª ed. Londrina: Midiograf, 2006

NUNOMURA, Myrian; CESPEDES, Luis Antonio; CARUSO, Mara Regina Fernandes. Nível de estresse em adultos após 12 meses de prática regular de atividade física. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes** v. 3, n. 3, p. 125-134, 2004

SAMULSKI, Dietmar; LUSTOSA, L. A importância da atividade física para a saúde e a qualidade de vida. **Artus – Revista de Educação Física e Desportos** v. 17, n. 1, p. 60-70, 1996.

SEGRE, M.; FERRAZ, F. C. O Conceito de saúde. **Revista de Saúde Pública** v. 31, n. 1, p. 538-542, 1997.

SOUZA, Maria de Fátima Marinho; SILVA, Guilherme Rodrigues. Risco de distúrbios psiquiátricos menores em área metropolitana na região sudeste do Brasil. **Revista de Saúde Pública** v. 32, n. 1, p. 49-58, 1998.

Programa do Mestrado em Saúde e Ambiente Universidade Tiradentes – UNIT

Instituto de Tecnologia e Pesquisa – Laboratório de Promoção de Saúde

Av. Murilo Dantas, 300, Farolândia, CEP 49032-490, Aracaju, SE

(79) 32182230

Email: claudiamouramelo@hotmail.com