PERFIL DO TRABALHADOR DA INDÚSTRIA CATARINENSE PRATICANTES DE GINÁSTICA LABORAL – PANORAMA DOS INDICADORES DO ESTILO DE VIDA.

Me. ANA PAULA KUHNEN DUARTE
SANDRA MARIA DE CAMARGO
KRÍSCIA GERMANO FÁVERO
EVANELY AGENOR DE CARVALHO JUNIOR
SESI/SC – SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA DE SANTA CATARINA
FLORIANÓPOLIS, SANTA CATARINA, BRASIL
ana.duarte@sesisc.org.br

INTRODUÇÃO

A sistematização de novas exigências laborais, impostas às organizações e transferidas aos seus empregados, passou a ser fonte desencadeadora de doenças ocupacionais e quando associadas à redução da atividade física em decorrência da modernização nos meios de produção e transporte, contribui para adoção de ações mais passivas. O crescente sedentarismo, isolado ou associado ao estresse contínuo e a outros fatores comportamentais de risco, pode resultar em inúmeros agravos à saúde das pessoas, além de comprometer o bem-estar e a produtividade no trabalho (SESI, 2008).

Em contrapartida a esta realidade, novos estudos têm mostrado que trabalhadores que aderem a um estilo de vida ativo e saudável constituem um subgrupo populacional que tende a adoecer com menor frequência e a ter menor incidência de doenças cardiovasculares, diabetes e certos tipos de câncer. Neste contexto, há evidências que esses indivíduos tendem a ser mais produtivos e estão menos expostos ao risco de sofrer doenças ocupacionais (OMS, 2003; NAHAS, 2010; BARROS, 2011).

Diante deste cenário, a prática de atividade física dentro das empresas passou a desempenhar importante função na sociedade industrial. O Serviço Social da Indústria de Santa Catarina (SESI/SC), cuja missão institucional é contribuir para a melhora da qualidade de vida dos trabalhadores da indústria, iniciou em 1998 o programa SESI Ginástica na Empresa (SESIGE). Com foco inicial na prevenção de doenças ocupacionais, agregou aos seus objetivos a melhoria no estilo de vida através da disseminação do conceito de promoção de saúde, incentivando a adoção de um estilo de vida fisicamente mais ativo e saudável. (SESI/SC, 2010).

Ogata e Simurro (2009) afirmam que a ideia principal que permeia a promoção da saúde é capacitar os indivíduos ou grupos para que adotem hábitos de vida saudáveis a fim de identificar e realizar suas aspirações, satisfazer as suas necessidades, bem como modificar-se ou adaptar-se ao meio, resultando em um estado de completo bem-estar físico, mental e social.

O programa SESIGE verifica através da pesquisa Perfil Individual - SESI Ginástica na Empresa - indicadores associados aos hábitos de vida dos trabalhadores. As pesquisas são reaplicadas periodicamente, proporcionando traçar o panorama atual dos trabalhadores. (SESI/SC, 2010).

O objetivo deste estudo foi analisar os indicadores de estilo de vida dos trabalhadores das empresas atendidas pelo SESIGE em Santa Catarina, coletados em 2011 e apresentar o panorama dos resultados destes indicadores, obtidos em 2010 e 2011.

MATERIAL E MÉTODO

Este levantamento foi realizado em 2012, por intermédio de pesquisas propostas em 2011 pelo programa SESIGE, nas 12 Unidades Regionais que compõe o SESI/SC, através do questionário *Perfil Individual - SESI Ginástica na Empresa*, o qual foi adaptado de FIESC-SESI

(1999). Trata-se de uma pesquisa descritiva, aplicada - gerando conhecimentos para a orientação prática, dirigidos à solução de problemas específicos - e quantitativa, pela escala de mensuração.

O questionário aplicado contem 30 questões referentes ao estilo de vida - *Prática de Atividade Física no Lazer, Tabagismo, Percepção Individual de Saúde, Percepção de Estresse e Percepção da Disposição após Jornada de Trabalho* - à satisfação do programa, ao desconforto ou dor corporal e às informações sociodemográficas, sendo que para este artigo utilizou-se os resultados do estilo de vida e das questões sociodemográficas (gênero, faixa etária e setor de trabalho).

O conteúdo do questionário foi esclarecido e a confidencialidade dos dados assegurada, além da ausência de identificação pessoal. A aplicação da pesquisa teve acompanhamento sistemático realizado pelo orientador de atividades físicas do SESI/SC e, quando necessário, por monitores da empresa, no momento da sessão de GL.

O processamento, o tratamento dos dados e a análise estatística foram realizados por meio do software Sphinx versão 5.1.0.5. Para o tratamento dos dados utilizou-se a análise descritiva, considerando a frequência, o percentual e o Intervalo de Confiança de 95,0%. Para o teste de estatística utilizou-se o Qui-quadrado, adotando-se o nível de significância estatística de 99,9% (p < 0,01). As análises permitem verificar se houve prevalência entre valores encontrados, desconsiderando-se as Não Respostas.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A população deste estudo foi constituída por 44.857 trabalhadores, pertencentes a 266 empresas catarinenses atendidas pelo programa SESIGE, no ano de 2011.

Tabela 1. Frequência e Percentual das características sociodemográficas dos trabalhadores catarinenses (SESI/SC, 2011).

Caracterização	n	%
Gênero		
Masculino	20.884	57,2
Feminino	15.638	42,8
Idade		
Menos de 18 anos	754	1,7
De 18 a 25 anos	14.713	33,2
De 26 a 35 anos	15.599	35,2
De 36 a 45 anos	9.064	20,5
De 46 a 55 anos	3.603	8,1
Acima de 55 anos	566	1,3
Setor		
Administrativo	10.881	24,9
Produção	32.891	75,1

Conforme tabela 1, observa-se que 57,2% são. A prevalência do gênero masculino também foi verificada em outros estudos com industriários brasileiros - 62,5% em Nahas e Fonseca (2004), 84,8% em Hofelmann e Blank (2007) e 74,5% no Diagnóstico de Saúde e Estilo de Vida Brasileiro DSEV BR (2011).

Constatou-se que a maioria dos trabalhadores, 68,4% encontra-se na faixa etária de 18 a 35 anos. Alguns estudos reforçam este perfil, como o DSEV BR, 2011, no qual 60,8% têm até 34

anos. Nahas e Fonseca (2004), no estudo com industriários catarinenses, também observaram que 53,3% dos trabalhadores tinham idade inferior a 29 anos.

Pertencem ao setor produção 75,1% dos participantes desta pesquisa e ao setor administrativo 24,9%. A predominância do setor produção também pode ser encontrada no estudo de Picoloto e Silveira (2008), com industriários de uma metalúrgica do Rio Grande do Sul, onde 64,2% dos funcionários ocupam cargos operacionais, e 31,3%, cargos administrativos.

Tabela 2. Frequência e Percentual dos indicadores do estilo de vida dos trabalhadores catarinenses (SESI/SC, 2011).

Indicadores	n	%
Prática de Atividade Física no lazer		
Ativo no lazer	9.491	21,4
Insuficientemente ativo no lazer	17.238	38,8
Inativo fisicamente no lazer	17.688	39,8
Disposição após trabalho		
Percepção positiva	9.975	22,4
Percepção neutra	16.717	37,6
Percepção negativa	17.814	40,0
Percepção de Estresse		
Percepção positiva	36.272	81,7
Percepção negativa	8.135	18,3
Percepção Individual de Saúde		
Percepção positiva	36.114	81,1
Percepção negativa	8.396	18,9
Relacionamento Interpessoal no Ambiente de Trabalho		
Percepção positiva	41.956	94,2
Percepção negativa	2.587	5,8
Tabagismo		
Não	39.080	90,6
Sim	4.048	9,4

Constatou-se que 39,8% (17,688) das pessoas não praticam atividade física. Em estudo realizado por Camargo e Duarte (2012) com trabalhadores das indústrias catarinenses verificou-se também o predomínio de 41,3% (14.490) de não praticantes. Nahas (2009) apresentou a inatividade física entre os trabalhadores da indústria brasileira indicada por 45,4%, estando maior em relação a um estudo feito pelo mesmo autor em 2004 apenas com os trabalhadores da indústria catarinense, sendo indicada por 32,4%.

De acordo com as estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS), a inatividade física é causa de cerca de dois milhões de óbitos anualmente, sendo responsável por cerca de 10,0% a 16,0% dos casos de câncer de mama, cólon e diabetes mellitus e por 22,0% dos casos de doença coronariana (OMS, 2003).

Observa-se que 40,0% (17.814) das pessoas expressam uma percepção negativa (cansado e muito cansado) em relação à disposição após jornada de trabalho. A disposição após jornada de trabalho reflete como uma pessoa está preparada para realizar as tarefas diárias normais, utilizando para isso tanto o lado físico, mental, social quanto o espiritual (SESI/SC, 2010).

Nahas (2009), em seu estudo com industriários brasileiros, obteve um resultado próximo ao obtido por esta pesquisa, onde 34,7% dos respondentes relataram sentir-se fisicamente cansados e muito cansados após o seu dia de trabalho.

Observa-se que 18,3% (8.135) das pessoas expressam uma percepção negativa (estressado e muito estressado) em relação ao estresse. O estresse ocupacional tem causado vários problemas para os trabalhadores e também para as empresas em geral. Quando o indivíduo é exposto a situações estressantes recorrentes, este pode desenvolver a Síndrome de Burnout, que Almeida e Silva (2006) definem como uma resposta ao estresse ocupacional crônico, que pode se caracterizar quando o indivíduo tem uma percepção de fracasso profissional, um sentimento de estar emocionalmente esgotado e também a presença de atitudes negativas em relação às pessoas que trabalha.

Trabalhadores das indústrias catarinenses, investigados por Camargo e Duarte (2012), referiram resultado semelhante a este estudo, com 18,6%. Estudo realizado em operadores de telemarketing de São Paulo, observou que 46,8% das operadoras referiram a percepção de que o trabalho causava estresse e já para os homens o valor foi de apenas 15,4% (ROCHA et al, 2006).

Observa-se que 18,9% (8.396) das pessoas expressam uma percepção negativa (regular e ruim) em relação à saúde. Resultado inferior (16,6%) foi obtido em estudo realizado através da auto avaliação negativa de saúde com industriários (HOFELMANN e BLACK, 2007).

Fonseca et al (2008) em seu estudo com industriários catarinenses observou que a percepção negativa de saúde foi baixa (11,8%) e positivamente associada com a faixa etária, atividade física de lazer, percepção da qualidade do sono, percepção do estresse e sexo.

Camargo e Duarte (2012) encontraram resultado semelhante com trabalhadores das indústrias catarinenses, com 18,2%. Contudo, os resultados encontrados por Nahas (2009) foram melhores, sendo observado um valor de 16,2% entre os trabalhadores da indústria nacional e 11,4% entre os trabalhadores da indústria catarinense.

Segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS - saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença. De acordo com Ogata e Simurro (2009), a saúde vai muito além da dimensão física de uma pessoa. Nesse sentido, fica claro que cuidar da saúde não se restringe apenas ao acesso a serviços (exames, hospitais, consultórios etc.) ou à prevenção de doenças. Saúde, como ela é definida, é um processo subjetivo e dinâmico, que compreende a busca contínua do equilíbrio entre os aspectos físico, mental, social e emocional, que permeiam a vida de uma pessoa.

A percepção individual de saúde tem-se revelado fortemente correlacionada com medidas como morbidade e mortalidade (VIGITEL, 2012).

Em relação a percepção do relacionamento interpessoal no ambiente de trabalho, 5,8% (2.587) relataram possuir uma percepção negativa (regular e ruim). Valor encontrado por Camargo e Duarte (2012) corrobora com esta pesquisa, sendo de 5,6%. Outro estudo realizado por Souza et al (2009), em uma indústria moveleira de Minas Gerais verificou resultado próximo ao obtido, sendo que 6,3% dos participantes citaram percepção negativa do relacionamento com os colegas de trabalho.

Constata-se que 9,4% (4.048) das pessoas participantes da pesquisa fumam. O resultado do indicador tabagismo mostrou-se melhor dos que os resultados obtidos entre industriários catarinenses em 2004 - 13,0% (NAHAS e FONSECA, 2004), industriários brasileiros em 2009 - 13,1% (NAHAS, 2009), industriários catarinenses em 2010 - 10,9% (SESI/SC, 2010) e pelo inquérito feito pela VIGITEL em 2011 no estado de Santa Catarina – 14,8% (VIGITEL, 2012).

A tabela 3 mostra o perfil dos trabalhadores investigados em 2010 e 2011. O número de respondentes em 2010 foi de 35.077 e o de 2011 é de 44.857. Verificou-se que 174 empresas que fizeram parte da coleta em 2010 também fizeram em 2011. Observou-se que quatro dos seis indicadores analisados - Inatividade Física no Lazer, Percepção Negativa da Disposição,

Percepção Negativa de Estresse e Tabagismo - apresentaram resultados melhores em 2011, que foram constatados pela análise de um intervalo de confiança de 95,0%.

Tabela 3: Frequência, Percentual e Intervalo de Confiança de 95% dos indicadores de estilo de vida dos trabalhadores catarinenses (SESI/SC, 2011).

Indicador	2010			2011		
	n	%	IC 95%	n	%	IC 95%
Inatividade física no lazer	14.490	42,6	(42,1-43,1)	17.688	39,8*	(39,4-40,3)
Percepção negativa da Disposição	14.940	43,4	(42,9-43,9)	17.814	40,0*	(39,6-40,5)
Percepção negativa do Estresse	6.530	19,1	(18,7-19,5)	8.135	18,3*	(18,0-18,7)
Percepção negativa da Saúde	6.388	18,5	(18,1-18,9)	8.396	18,9	(18,5-19,2)
Percepção negativa do Relacionamento interpessoal	1.931	5,6	(5,4-5,8)	2.587	5,8	(5,6-6,0)
Tabagismo	3.712	10,9	(10,5-11,2)	4.048	9,4*	(9,1-9,7)

*Houve uma tendência de redução nos indicadores de 2010-2011, para um Intervalo de Confiança de 95%.

Em geral os indicadores de saúde apresentam-se positivos, visto que a maioria dos valores encontrados em 2011 apresenta-se melhores em relação aos verificados em 2010.

A percepção negativa do relacionamento manteve-se estável de 2010 para 2011, e, como este valor pode ser considerado baixo, torna-se um indicador positivo. Cabe ressaltar que nos depoimentos obtidos pelas questões abertas do questionário aplicado, observa-se uma expressiva frequência dos relatos sobre a percepção positiva ressaltando a integração, a interação e o relacionamento entre os trabalhadores que participam das sessões de GL. Com isso, sugere-se que estudos de conteúdo utilizando questões abertas sejam realizados a fim de verificar e evidenciar os benefícios percebidos por ações como a GL.

Importante salientar atenção ao indicador da percepção individual da saúde, pois foi constatado um pequeno aumento nos valores percentuais de 2010 para 2011. Este aumento pode estar associado ao quadro de dor ou desconforto corporal, que vem sendo abordado por muitos pesquisadores (FONSECA et al, 2008, RESENDE et al, 2006).

O Programa de GL demonstra ter efeitos benéficos sobre a saúde dos trabalhadores, diminuindo os relatos de cansaço e estresse, aumentando a disposição para o trabalho e a interação entre os colegas, além da diminuição de queixas de dor. (RESENDE et al, 2006).

CONCLUSÃO

Com base nos dados observados, verificou-se que quatro dos seis indicadores analisados - Inatividade Física no Lazer, Percepção Negativa da Disposição, Percepção Negativa de Estresse e Tabagismo - apresentaram resultados melhores em 2011 quando comparados com 2010.

A partir dos achados deste estudo, recomenda-se a ampliação de estratégias voltadas à melhoria da saúde e qualidade de vida do trabalhador, com intervenções focadas e pautadas pela busca de soluções sociais.

Sugere-se que os indicadores sejam reavaliados e novos estudos sejam feitos, além da manutenção do incentivo a hábitos de vida saudáveis, visando gerar resultados positivos para a sociedade.

REFERÊNCIA

ALMEIDA, G. O.; SILVA, A. M. M. Justiça Organizacional, Impactos no Burnout e o Comprometimento dos Trabalhadores. **Revista Eletrônica de Gestão Organizacional**. v.4(2). 2006.

BARROS, M. V. G.. **Estilo de vida, hábitos de lazer e produtividade do trabalhador da indústria brasileira.** 2011. Publicação da Unidade de Tendências e Prospecção – UNITEP, Brasília, 2011.

CAMARGO, S. M.; DUARTE. A. P. K. Indicadores de Estilo de Vida dos Trabalhadores da Indústria Catarinense que Participam do Programa Sesi Ginástica na Empresa. **FIEP BULLETIN** - Volume 82 – Special Edition - ARTICLE I – 2012

DSEV BR. SESI Indústria Saudável. **Programa Indústria Saudável: Diagnóstico de Saúde e Estilo de Vida.** Período de avaliação: 05/06/2007 a 07/07/2011. SESI Nacional. 2011.

FIESC-SESI. **Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores da indústria Catarinense. Florianópolis**: Serviço Social da Indústria - SC, 1999.

FONSECA, S. A. ; BLANK, V. L. G. ; BARROS, M. V. G. ; NAHAS, M. V. Percepção de saúde e fatores associados em industriários de Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública** (FIOCRUZ), v. 24, p. 567-576, 2008.

HOFELMANN, D.A; BLANK,N. Auto-avaliação de saúde entre trabalhadores de uma indústria do sul do Brasil. **Revista de Saúde Pública**. 2007. 41 (5): 777-87.

NAHAS, M.V; FONSECA, S.A. **Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores da indústria catarinense: Relatório geral**. Florianópolis: SESI - SC, 2004.

NAHAS, M.V. et al. **Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores das indústrias brasileiras: relatório geral**. Brasília: SESI-DN, 2009.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 5. ed. rev. atual. Londrina: Midiograf, 2010. 318p.

OGATA, A.; SIMURRO, S. **Guia Prático de Qualidade de Vida: Como Planejar e Gerenciar o Melhor Programa para sua Empresa**. Rio de Janeiro: Elservier, 2009.

OMS - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Doenças Crônico-Degenerativas e Obesidade. Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde.** 2003. Disponível em: <http://opas.org.br/publicmo.cfm?codigo=66> Acesso em 18 maio 2011.

PICOLOTO, D; SILVEIRA, E. Prevalência de sintomas osteomusculares e fatores associados em trabalhadores de uma indústria metalúrgica de Canoas - RS**. Ciênc. saúde coletiva**. vol.13, no.2, p.507-516, Abr 2008.

RESENDE, M.C.F; TEDESCHI, C.M; BETHÔNICO, F.P; MARTINS, T.T.M. **Efeitos da ginástica laboral em funcionários de teleatendimento**. Acta Fisiatr 2007; 14(1): 25 – 31, 2006.

ROCHA, L.E.; GLINA,D.M.R.; MARINHO, M.F.; NAKASATO, D. Fatores de risco para sintomas osteomusculares entre operadores de uma central de atendimento telefônico de um banco localizado em São Paulo. **Boletim da Saúde**. Porto Alegre. Volume 20, 1, Jan./Jun. 2006.

SESI - SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA. **Portfólio de produtos: SESI Ginástica na Empresa**. 2008. Disponível em: <http://jet.sesisc.org.br/_estilo_vida/lazer_ginastica.php>. Acesso em: 26 de outubro de 2012.

SESI/SC – SERVIÇO SOCIAL DA INDUSTRIA DE SANTA CATARINA. **Relatório Anual 2010.** Pesquisas SESIGE: Foco em Estilo de Vida**.** Departamento Regional. 2010.

SESI/SC – SERVIÇO SOCIAL DA INDUSTRIA DE SANTA CATARINA. **Relatório Anual 2011.** Pesquisas SESIGE: Foco em Estilo de Vida**.** Departamento Regional. 2011.

SOUZA, V.L; COCATE, P.G; CRUZ, L.A; SOARES, L.A; MATOS, D.G. Ginástica laboral: melhora no estilo de vida e na flexibilidade de funcionários de uma indústria moveleira**. Revista Digital Efdeportes**. Buenos Aires, a. 14, n. 134, Julio, 2009 Disponível em: <www.efdeportes.com/efd134/ginastica-laboral-funcionarios-de-uma-industria-moveleira.htm> Acesso em 09 de novembro de 2012.

VIGITEL. **Vigitel Brasil 2011: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2011**. Ministério da Saúde - Secretaria de Vigilância em Saúde. Brasília-DF, 2012.

ANA PAULA KUHNEN DUARTE
AVENIDA ADMAR GONZAGA, 2475.
BAIRRO: ITACORUBI, FLORIANÓPOLIS/SC.
CEP: 88034-001
FONE: (48) 3332-3342