

PREVALÊNCIA E FATORES CONDICIONANTES DE LOMBALGIA EM MOTORISTAS DE CAMINHÃO DA CIDADE DE CIANORTE-PR

THE PREVALENCE AND CONDITIONING FACTORS OF LOW BACK PAIN IN TRUCK DRIVERS FROM CIANORTE-PR

SÉRGIO ROBERTO FRATTI. Professor Auxiliar na Disciplina de Cirurgia do Centro Universitário Ingá, Maringá-PR e Professor Adjunto do Centro Universitário Unicesumar, Disciplina de Habilidades Clínicas. Mestre em Medicina, Ortopedia e Traumatologia pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa De São Paulo (2001).

DEIVINI ALVES DE SOUZA. Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário Ingá, Maringá-PR.

EDIPO FABRÍCIO VENDRAME. Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário Ingá, Maringá-PR.

VANESSA MARIN GRUSKA. Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário Ingá, Maringá-PR.

Rua Duque de Caxias n. 570, Centro, Araruna-PR. E-mail: deivini_80@hotmail.com

RESUMO

A lombalgia é uma condição clínica caracterizada por um conjunto de manifestações dolorosas de variada intensidade, que pode acometer a região lombar, lombossacral ou sacroilíaca. No Brasil é um grande problema no afastamento do trabalho e nos gastos do SUS. Trabalhadores que passam longos períodos sentados de forma inadequada, apresentam relação positiva com o aparecimento de lombalgia. O objetivo desse trabalho é avaliar a frequência e os fatores desencadeantes de lombalgia em motoristas profissionais de caminhão da cidade de Cianorte/PR, e estabelecer a frequência de ocorrência das variáveis de risco já definidas por outros trabalhos. Foi realizada abordagem exploratória, descritiva e quantitativa de delineamento transversal, através da aplicação de um questionário baseado e modificado a partir dos trabalhos de Lemos (2014) e Mascarenhas et al (2014). O banco dados coletado pelos questionários foram formulados a partir do programa Microsoft Office Excel® versão 2010 e analisado através de estatística descritiva (média, frequência e desvio-padrão). Diante da pesquisa realizada com os motoristas, os dados constataram que, fatores de risco atuaram na instalação da lombalgia. Por outro lado, houveram interesse dos motoristas e da empresa em prevenir os fatores de risco para enfermidade citada e proporcionar um tratamento adequado para a dor lombar.

PALAVRAS-CHAVE: Dor Lombar. Fatores de Risco. Motoristas de Caminhão. Saúde do Trabalhador.

ABSTRACT

Lower back pain is a clinical condition characterized by a variety of pain

manifestations with varying intensities, which can reach to the lumbar, lumbosacral or sacroiliac region. In Brazil, it's a big problem when it comes to missing work and expenses of Health Unic System. Studies show that workers who spend a large amount of time sitting incorrectly, are more likely to have lower back pain appear, in which the prevalence three times higher in professional drivers. The goal is to review the frequency and the triggering factors of the low back pain in professional truck drivers of Cianorte, PR and establish the frequency of occurrences of the risk variables, ones that have been already established by other works. An exploratory, descriptive and a cross-sectional design quantitative approach, through the application of a questionnaire based and modified after the works of Lemos (2014) e Mascarenhas et al (2014). The data bank collected by the questionnaires were formulated with the software Microsoft Excel 2010 version, and analyzed through descriptive statistics (average, frequency and standard deviation. Based off the research taken on the drivers, the data has shown that people who are under risk and aggravating factors, possibly were part of the low pack back installation. On the other hand, both parts (drivers and companies) on avoiding risk factors for this disease and Grant a fair treatment for the lumbar pain.

KEYWORDS: Lumbar pain. Risk factor. Truck drivers. Worker's health.

INTRODUÇÃO

Os distúrbios do sistema musculoesqueléticos são de etiologia multifatorial, determinando alterações de ordem socioeconômicas e individuais, sendo a dor lombar uma dessas afecções que acompanha o homem desde o início dos tempos, de forma indistinta na população e com prevalência elevada (FERREIRA et al., 2011; MASCARENHAS; FERNANDES, 2014).

A lombalgia é definida como uma condição clínica caracterizada por um conjunto de manifestações dolorosas de variada intensidade, que pode acometer a região lombar, lombo sacral ou sacro ilíaca. Sua apresentação pode ser aguda ou crônica e advém de diversas causas, dentre as quais podemos citar as doenças inflamatórias, degenerativas, neoplásicas, defeitos congênitos, debilidade muscular, predisposição reumática e sinais de degeneração da coluna e dos discos intervertebrais (FERREIRA; TAVELLA NAVEGA, 2010; OCARINO et al., 2009).

O estudo de Mascarenhas e Santos (2011) demonstra que a prevalência de lombalgia atinge níveis epidêmicos na população em geral, sobretudo em países industrializados, em que a prevalência é estimada em torno de 70% e a depender do grupo etário estudado pode variar a taxas de 70 a 85%. As pesquisas desse transtorno em âmbito nacional têm demonstrado taxas de prevalência variáveis, entre 4,2% a 52,8%, determinado por características populacionais distintas entre os grupos de pesquisa e heterogeneidade metodológica entre os estudos (FERREIRA et al., 2011; NASCIMENTO; COSTA, 2015).

Nos contextos de trabalho, a lombalgia pode ser resultante de disfunções organizacionais e biomecânicas do trabalho, os quais demanda adoção de posturas anômalas, repetitividade de movimentos e manuseio de carga com esforço físico intenso. Associadas às condições de instabilidade de

emprego, pouca possibilidade de desenvolvimento e crescimento profissional, que exigem metas difíceis de serem alcançadas e que causam um mal-estar junto aos trabalhadores, podem contribuir para o adoecimento do trabalhador (ALENCAR; VALENÇA, 2016; MASCARENHAS; FERNANDES, 2014). Logo, a incapacidade causada pela lombalgia e o impedimento para realização de atividades domésticas, profissionais e de lazer fazem com que essa morbidade seja considerada preocupante (FERREIRA et al., 2011).

No Brasil a lombalgia é a principal causa de afastamento do trabalho, afetando diretamente os gastos públicos, sobretudo os do Sistema Único de Saúde (SUS) (GRASSI, 2011). Estudos com enfoque na saúde do trabalhador demonstram que as atividades ocupacionais desenvolvidas por trabalhadores que passam longos períodos de tempo sentados e na mesma postura, muitas vezes inadequada, apresentam relação positiva com o aparecimento de lombalgia, sendo a prevalência três vezes maior em motoristas profissionais (ABREU; RIBEIRO, 2010).

Reconhecer a frequência de ocorrência da lombalgia, em especial nos grupos mais afetados como o de motoristas profissionais, e os fatores de risco e condicionantes para o desenvolvimento e permanência da doença permite maiores discussões sobre formas de acompanhamento, prevenção e tratamento desse grupo em especial. Por ser um transtorno de alta prevalência e com altos custos sociais, trabalhistas e pessoais, o estudo sobre o tema denota importante relevância sobre a saúde pública.

Sendo assim, o presente estudo objetivou avaliar a frequência de lombalgia em motoristas de caminhão da cidade de Cianorte/PR e os fatores determinantes e agravantes para o surgimento desse transtorno.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se por uma abordagem exploratória, descritiva e quantitativa de delineamento transversal, através da aplicação de um questionário destinado a motoristas profissionais de caminhão.

O universo amostral estará composto por 80 motoristas de caminhão funcionários do setor de transporte de uma indústria de alimentos sediada na cidade de Cianorte/PR, independente do sexo, idade e tempo de serviço. A empresa em que será realizada a coleta de dados será previamente consultada quanto à autorização do local através de um termo de declaração por escrito, o qual estará anexado conjuntamente com o ofício para o encaminhamento do projeto de pesquisa, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o questionário para a coordenação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

O questionário foi baseado e modificado a partir dos trabalhos de Lemos (2014) e Mascarenhas et al. (2014). Este está estruturado em duas seções. A primeira seção aborda questões relativas a dados pessoais e funcionais, sendo elas idade, sexo, peso, altura, estado conjugal atual, escolaridade, vínculo, área de atuação, turno de trabalho e tempo de atuação como motorista, presença ou ausência de fumo e etilismo, opinião dos pesquisados quanto a fatores que provocam acidentes no exercício da profissão, seus medos no exercício da profissão, fatores que lhes provocam estresse, tensão ou cansaço no exercício da profissão, tempo de jornada de trabalho, presença ou ausência de outros trabalhos remunerados, presença ou ausência de pausa entre as jornadas de trabalho, presença ou ausência de satisfação com o trabalho,

relacionamento com outros colegas de profissão, autorreferenciação quanto a presença ou ausência de sentimentos de cansaço físico e mental após a jornada de trabalho, presença ou ausência de atividades de lazer em horários vagos e autorreferenciação quanto ao humor predominante.

A segunda seção aborda questões relativas a dados variáveis relacionadas à dor lombar e seus fatores associados, sendo elas, presença ou ausência de lombalgia, presença ou ausência de lombalgia antes do início da profissão, presença ou ausência de progressão da intensidade da dor após o início da profissão, tempo e intensidade da sintomatologia, presença ou ausência de dor em outras regiões do corpo, presença ou ausência de redução das atividades de trabalho nos últimos 12 meses devido a lombalgia, presença ou ausência de acompanhamento de saúde e tratamento devido ao distúrbio e autorreferenciação quando a melhora ou cura do quadro.

A obtenção dos dados será realizada pelo questionário e conduzida pelos pesquisadores, os quais inicialmente deverão fazer a explicação sobre o projeto de pesquisa e sanar dúvidas dos pesquisados e posteriormente estarão presentes durante todo o período de coleta de dados, auxiliando de forma oportuna os pesquisados quanto a correta resolução do questionário e outras dúvidas surgidas.

O banco de dados coletado pelos questionários será formulado a partir do programa Microsoft Office Excel® versão 2010 e analisado através de estatística descritiva (média, frequência e desvio-padrão).

Esta pesquisa atende às normas da Resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde que normatiza a realização de pesquisa em seres humanos, estando aprovada pelo CEP da instituição de origem sob o número de protocolo 2.417878.

RESULTADOS

Foram analisados 73 questionários, os quais foram devidamente preenchidos pelos motoristas.

De acordo com o gráfico (1), 47 motoristas (64,38%) afirmaram trabalhar menos do que 10 horas, 25 motoristas (34,24%) afirmaram trabalhar entre 10 a 12 horas; 1 motorista (1,37%) afirmou trabalhar por mais de 16 horas.

De acordo com o gráfico (2), 46 motoristas (63,01%) sentiam medo de assaltos; 41 motoristas (56,16%) sentiam medo de acidentes; 15 motoristas (20,55%) sentiam medo de morrer durante o trabalho.

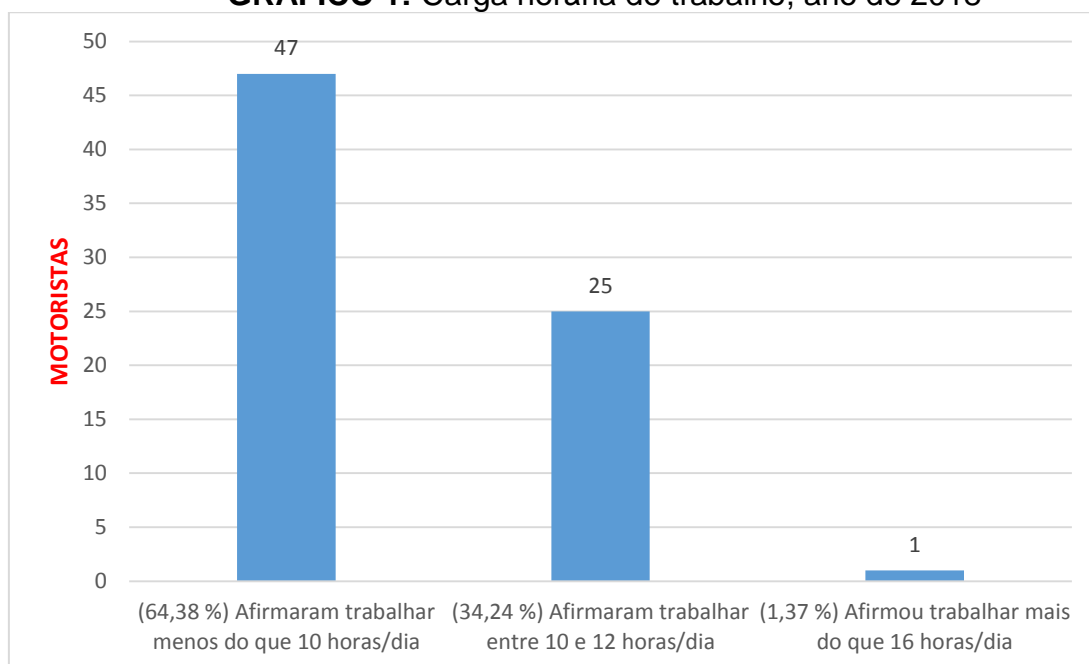
De acordo com o gráfico (3), 47 motoristas (64,38%) por congestionamento nas estradas e cidades; 10 motoristas (13,70%) por jornada extensa; 61 motoristas (83,56%) consideraram seu humor como normal; 61 motoristas (83,56%) consideraram seu humor como normal.

De acordo com o gráfico (4), 69 motoristas (94,52%) afirmaram realizar pausas durante as jornadas de trabalho; 40 motoristas (54,80%) realizavam atividades de lazer por até duas vezes na semana e, também; 6 motoristas (8,22%) faziam acompanhamento de saúde devido a dor, sendo que, 3 destes praticavam fisioterapia.

De acordo com o gráfico (5), 70 motoristas (95,90%) declararam estar satisfeitos com a sua profissão; 69 motoristas (94,52%) tinham um bom relacionamento com os colegas; 31 motoristas (42,46%) relataram estarem

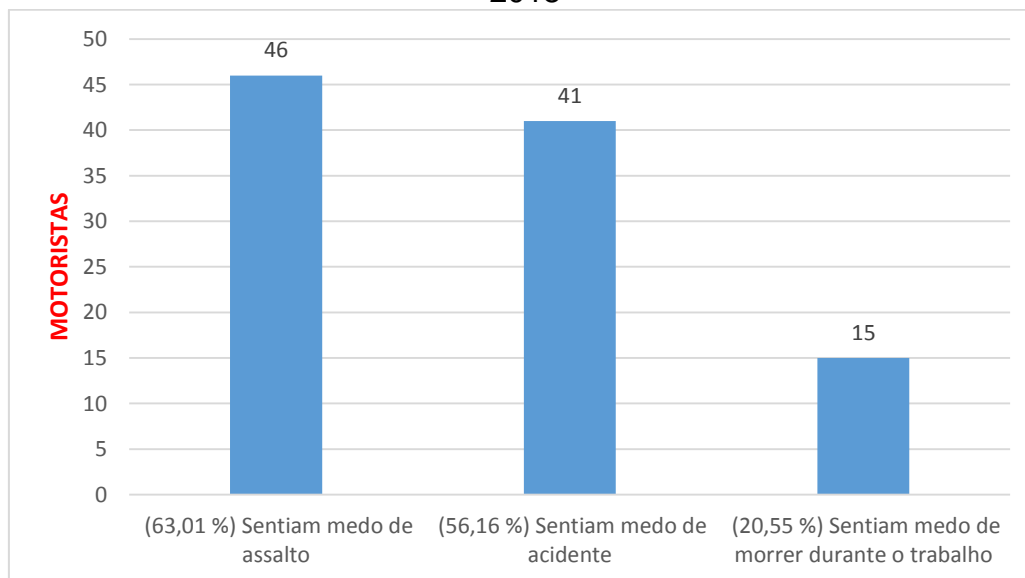
bem fisicamente; 41 motoristas (56,16%) relataram estarem bem mentalmente ao final da jornada.

GRÁFICO 1: Carga horária de trabalho, ano de 2018



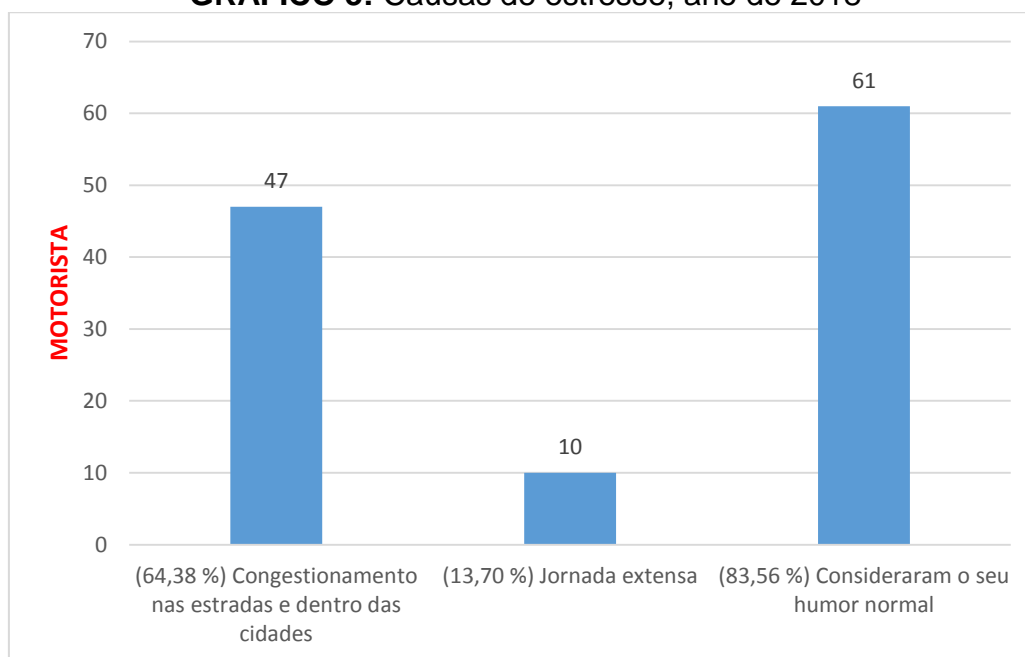
Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

GRÁFICO 2: Tipos de medos durante as jornadas de trabalho, ano de 2018



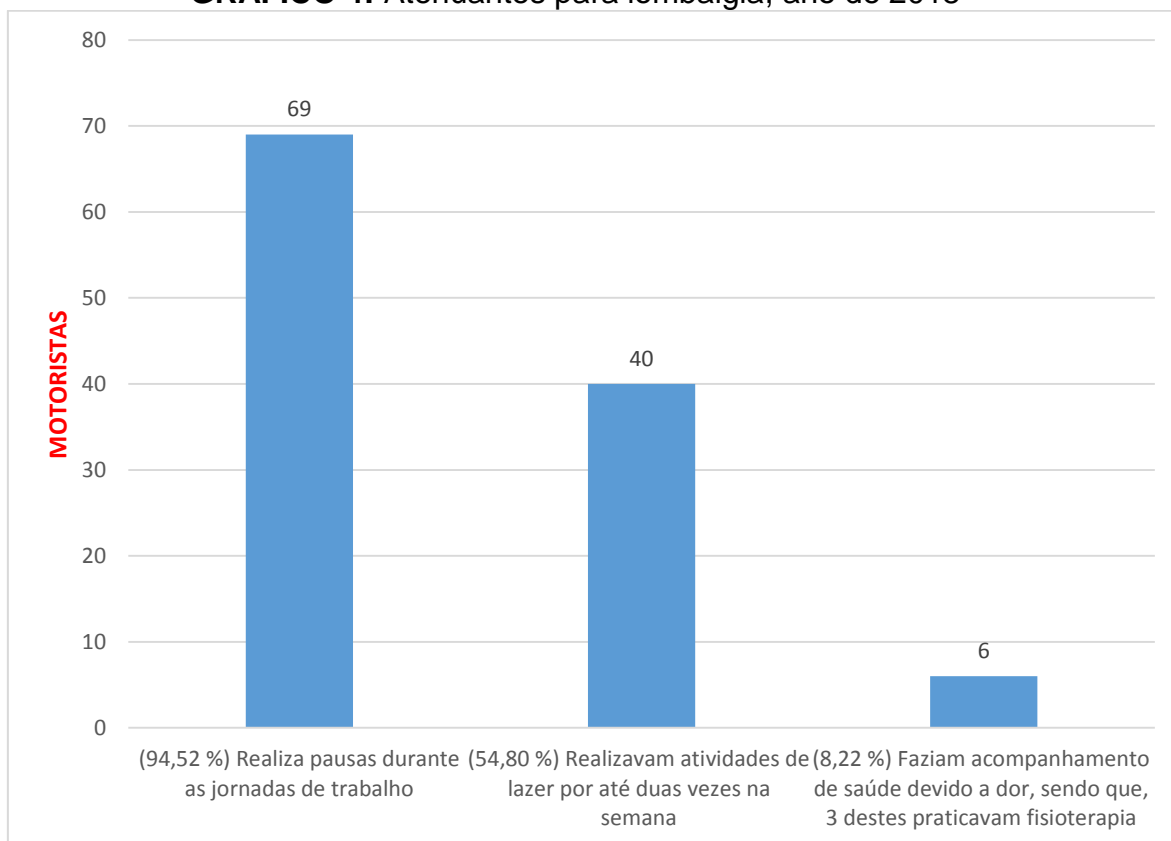
Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

GRÁFICO 3: Causas de estresse, ano de 2018



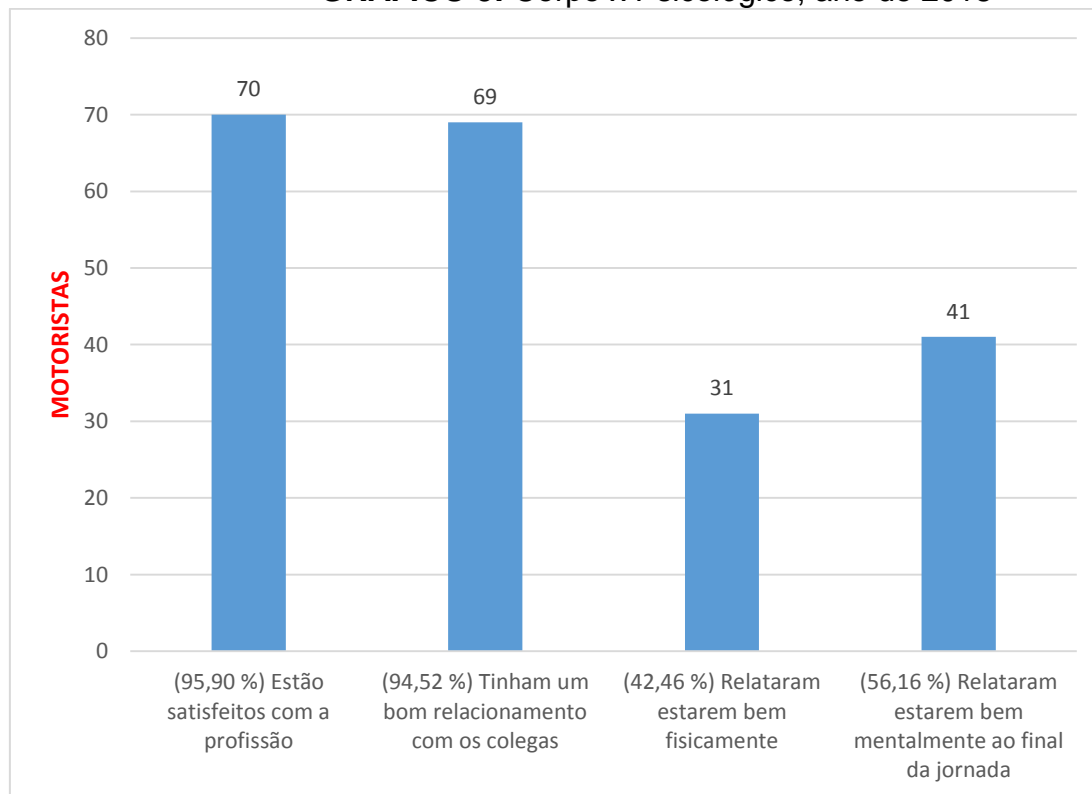
Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

GRÁFICO 4: Atenuantes para lombalgia, ano de 2018



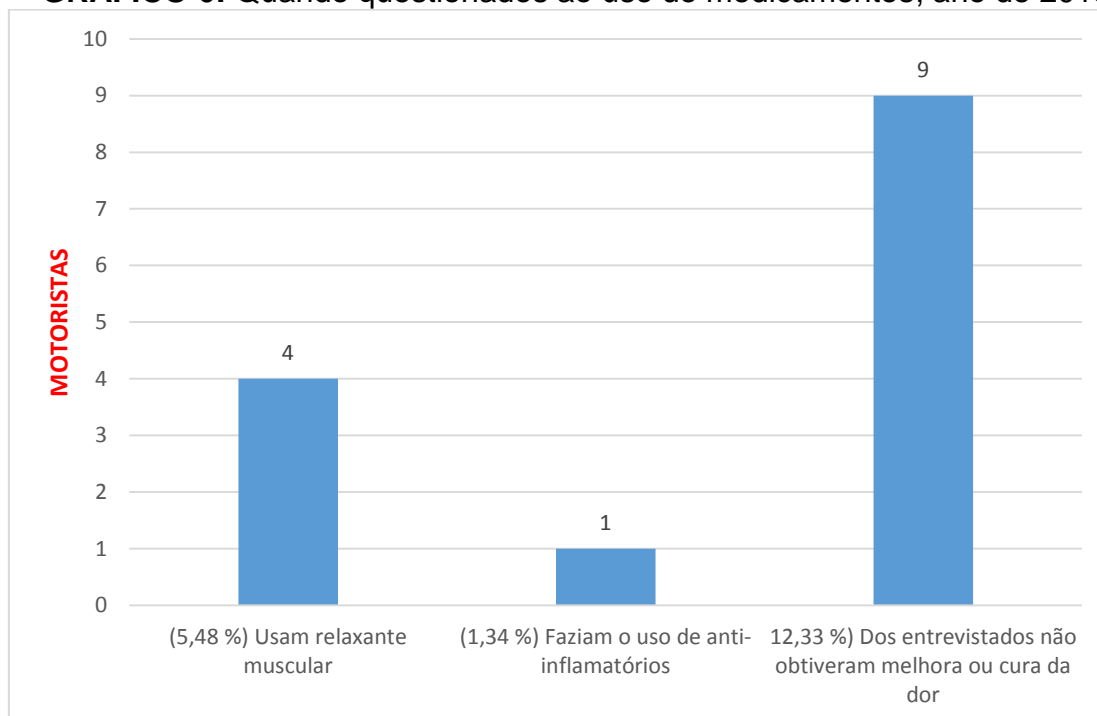
Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

GRÁFICO 5: Corpo x Psicológico, ano de 2018



Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

GRÁFICO 6: Quando questionados ao uso de medicamentos, ano de 2018

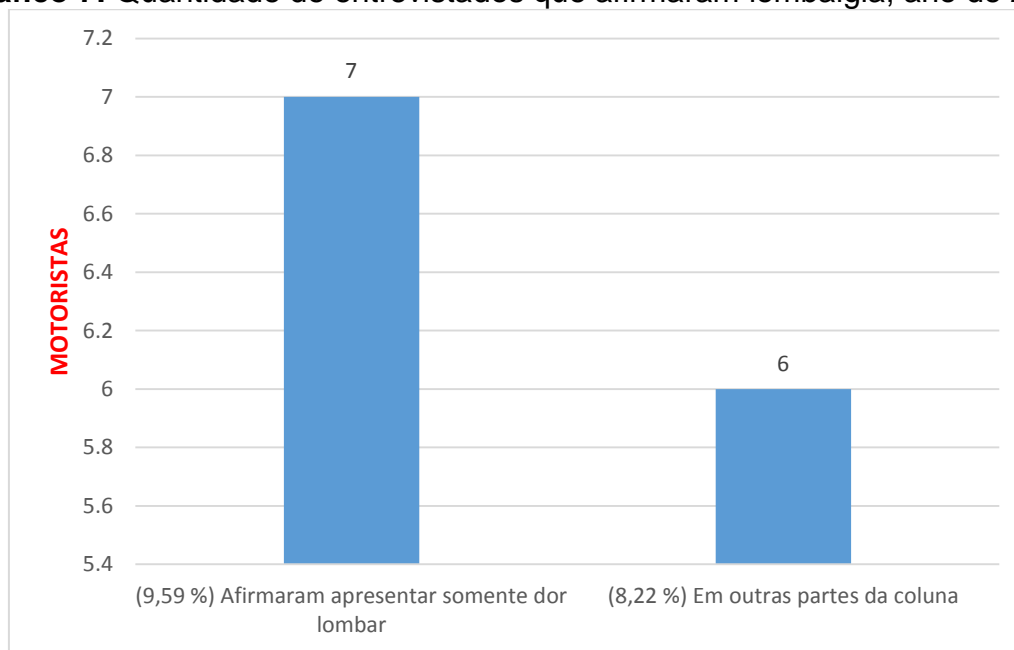


Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

De acordo com o gráfico (6), quando questionados ao uso de medicamentos, 4 motoristas (5,48%) usavam relaxante muscular; 1 motoristas

(1,34%) faziam o uso de anti-inflamatórios não esteroidais; 9 motoristas (12,33%) dos entrevistados não obtiveram melhora ou cura da dor.

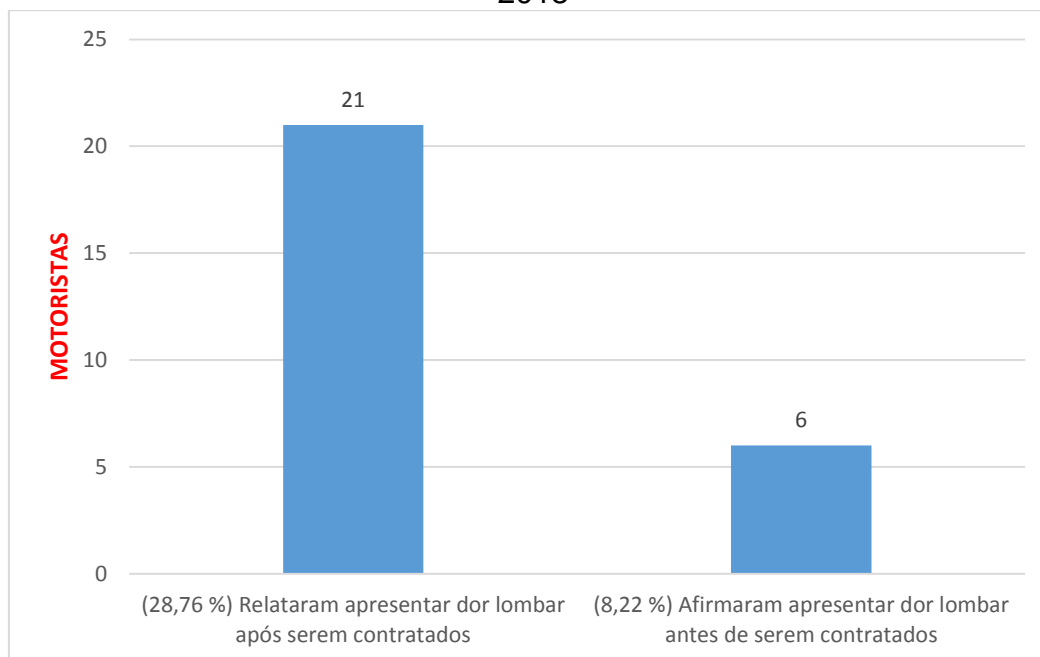
Gráfico 7: Quantidade de entrevistados que afirmaram lombalgia, ano de 2018



Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

De acordo com o gráfico (7), 7 motoristas (9,59%) afirmaram apresentar somente dor lombar; 6 motoristas (8,22%) em outras partes da coluna.

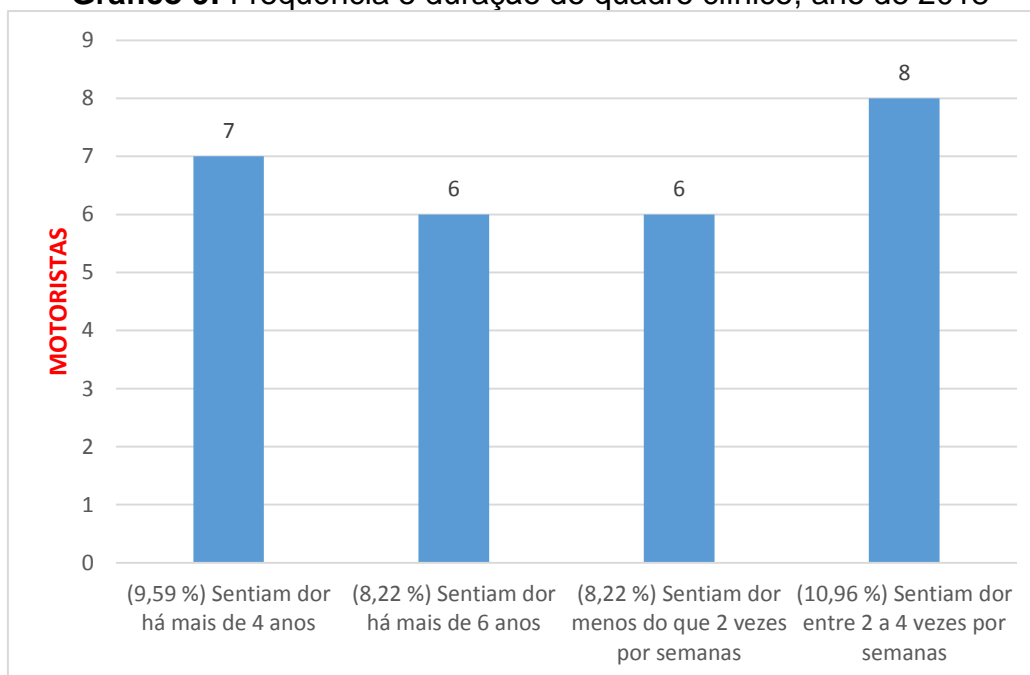
Gráfico 8: Antes e após admissão no cargo de motorista de caminhão, ano de 2018



Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

De acordo com o gráfico (8), 21 motoristas (28,76%) relataram apresentar dor lombar; Antes de serem contratados: 6 motoristas (8,22%) afirmaram apresentar antes de serem contratados.

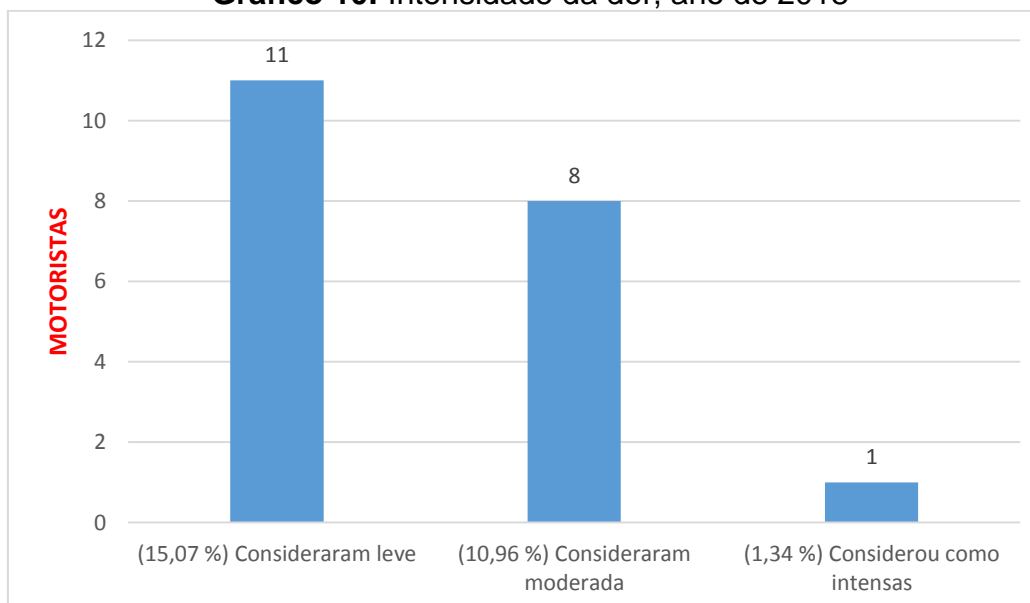
Gráfico 9: Frequência e duração do quadro clínico, ano de 2018



Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

De acordo com o gráfico (9), quanto ao tempo de duração do quadro: 7 motoristas (9,59%) sentiam dores há 4 anos; 6 motoristas (8,22%) sentiam dores por mais de 6 anos; 8 motoristas (10,96%) sentiam dores de 2 a 4 vezes por semana; 6 motoristas (8,22%) sentiam por períodos menores que 2 vezes por semana.

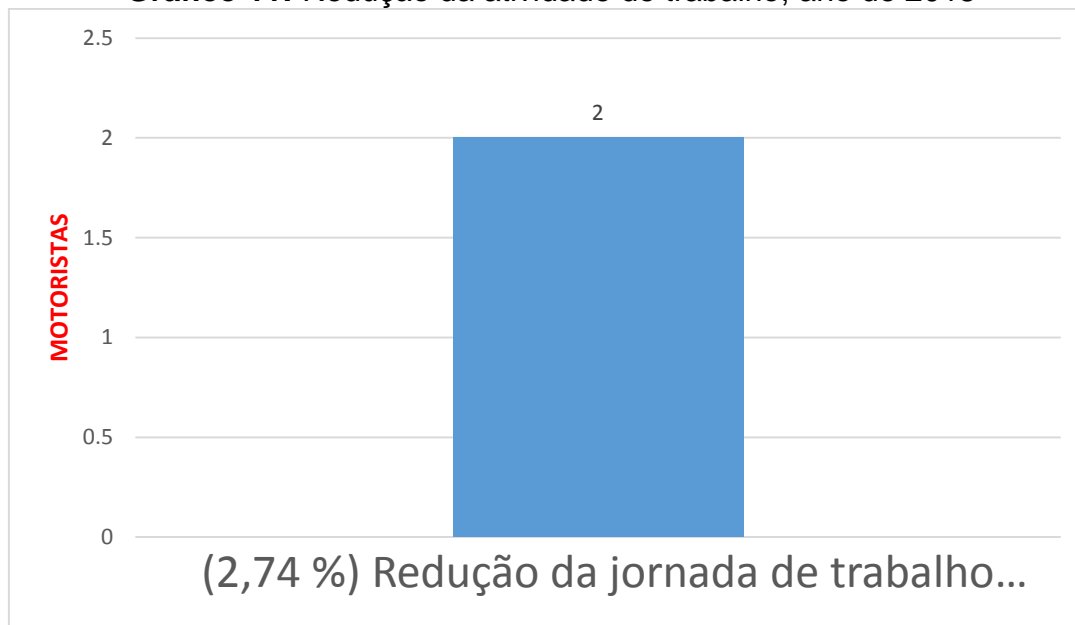
Gráfico 10: Intensidade da dor, ano de 2018



Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

De acordo com o gráfico (10), 11 motoristas (15,07%) consideraram leve; 8 motoristas (10,96%) consideraram moderada; 1 motorista (1,34%) considerou como intensas. De acordo com o gráfico (11), 2 motoristas (2,74%) afirmaram a redução.

Gráfico 11: Redução da atividade de trabalho, ano de 2018



Fonte: (motoristas de caminhão da cidade de Cianorte-Pr, 2018)

DISCUSSÃO

Um aspecto a ser destacado neste estudo é a sua representatividade ser composta exclusivamente por indivíduos do sexo masculino. Dados apresentados em estudos semelhantes em outras regiões do país, como o estudo de Mascarenhas et al. (2014) e Saporiti et al. (2010) demonstraram predominância, mas não exclusividade da profissão de caminhoneiro, da forma como foi apresentada no presente estudo.

Há evidências entre a associação de lombalgia com ocupações em que os trabalhadores permanecem longos períodos de tempo sentados. Neste estudo, 34,24% afirmaram passar de 10 a 12 horas dirigindo, dado similar ao estudo de Lemos, Marqueze e Moreno (2014), em que 28% dos entrevistados dirigiam mais de 10 horas em um dia. Levando-se em conta estes dados, pode-se inferir que longos períodos de jornadas sentados é uma condicionante para possíveis lombalgias.

É importante citar que, entre os grupos que se caracterizavam por sentir dor, um grande número referiu sua intensidade como moderada. Podemos observar isso nestes dois estudos, onde houve uma concordância a respeito do grau de intensidade, um maior percentual deles (24,14%); (36,67%) relatavam ser moderada (PEDROSO et al., 2013; CAVALCANTE; BORÉM, 2008). Nesta pesquisa, também foi constatado que a maioria dos motoristas apresentava dor de intensidade moderada na coluna (10,96%), dados relevantes que não podem passar por despercebido, visto que, uma grande proporção de motorista

carrega-a em suas jornadas podendo inferir diretamente na qualidade de vida, a longo prazo vir até causar incapacitações.

Podemos ampliar nossa atenção, quando observamos que existe uma pequena busca destes profissionais por tratamento médico, ressaltando assim o seu impacto social, profissional e econômico. No Mestrado realizado na Universidade de São Paulo (LEMOS, 2009), foi demonstrado que dos (27,9%) participantes que sentiam dor lombar, (10,5%) destes procuraram profissionais da área da saúde, sendo estes, médicos ou fisioterapeutas. Dados levantados da pesquisa de Guterres et al. (2011), ressalta esta observação quando afirma que (9,2%) dos motoristas, realizaram tratamento fisioterápico para esse sintoma no Município de Pelotas. No presente estudo, (8,22%) dos motoristas também faziam acompanhamento de saúde devido à dor, onde (4,11%) praticavam fisioterapia, e (5,48%) deles, usavam relaxante muscular para alívio.

Existem evidências que afirmam que a saúde mental influencia no aparecimento de dores crônicas, quando analisamos a saúde mental da população estudada, observamos queixas frequentes de medo em relação a assaltos e acidentes. Na pesquisa de Lemos, Marqueze e Moreno (2014), 50,6% dos motoristas sentiam medo de sofrer acidentes durante as jornadas. No presente estudo, observou-se que, (63,01%) dos motoristas de Cianorte-PR, sentiam medo de assaltos, 41 (56,16%) de acidentes, e 15 (20,55%) tinham medo de morrer durante o trabalho. Visto que estes dados se assemelham, pode-se levantar hipóteses de possíveis associações com estes fatores psíquicos com as dores musculoesqueléticas.

Um aspecto interessante a ser ressaltado é a respeito da satisfação profissional dos motoristas ao seu ambiente de trabalho, onde apesar das frequentes queixas quanto a suas longas jornadas de trabalho, cansaços e dores, ainda assim, parecem estar contentes com os seus respectivos serviços. Podemos perceber isso quando Mascarenhas (2014) mostra que (96%) dos participantes estavam satisfeitos e (99%) tinham um bom relacionamento no ambiente de trabalho. Assim como Pereira (2014) onde relata que (85,4%) em um total de 141 participantes, demonstraram satisfação a respeito de sua profissão. No presente estudo um total de (95,90%) motoristas também declararam satisfação e relacionamento agradável com os colegas (94,52%).

CONCLUSÃO

Diante da pesquisa realizada com os motoristas, os dados constataram que indivíduos submetidos a fatores de risco e agravantes, como: grandes jornadas diárias de trabalho somado a fatores que alteram a saúde mental (medo, estresse e humor), possivelmente atuaram na instalação da lombalgia. Por outro lado, motoristas e empresa, se interessaram em prevenir os fatores de risco para lombalgia, sendo a grande maioria dos que apresentaram dor lombar procuraram alguma forma de tratamento para amenizar problemas causados pela profissão.

REFERÊNCIAS

ABREU, A. T. D. J. B.; RIBEIRO, C. A. B. Prevalência de lombalgia em trabalhadores submetidos ao programa de reabilitação profissional do Instituto

Nacional do Seguro Social (INSS), São Luís, MA. **Acta fisiátrica**, v. 17, n. 4, 2010. ISSN 0104-7795.

ALENCAR, M. D. C. B.; VALENÇA, J. B. M. Afastamento do trabalho e funcionalidade: o caso de trabalhadores adoecidos por doenças da coluna lombar/Absence from work and functionality: the case of workers with lower back diseases. **Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar**, v. 24, n. 4, 2016. ISSN 2238-2860.

FERNANDES, R. D. C. P. Aptidão física e trabalho físico pesado: como interagem para a ocorrência de distúrbio musculoesquelético? **Cad. saúde pública**, v. 30, n. 10, p. 2187-2198, 2014. ISSN 0102-311X.

FERREIRA, G. D. et al. Prevalência de dor nas costas e fatores associados em adultos do Sul do Brasil: estudo de base populacional. **Rev bras fisioter**, v. 15, n. 1, p. 31-6, 2011.

FERREIRA, M. S.; TAVELLA NAVEGA, M. Efeitos de um programa de orientação para adultos com lombalgia. **Acta Ortopédica Brasileira**, v. 18, n. 3, 2010. ISSN 1413-7852.

GRASSI, D. D. O. As classificações de dor lombar em subgrupos: revisão da literatura. Monografia. **Universidade de São Paulo**, p. 35, 2011.

LEMO, L.C.; MARQUEZE, E. C.; MORENO, C. R. C. Prevalência de dores musculoesqueléticas em motoristas de caminhão e fatores associados. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 39, n. 129, 2014. ISSN 0303-7657.

MASCARENHAS, C. H. M. et al. Prevalência de dor lombar em motoristas de táxi do município de Jequié-BA. **Espaço para a Saúde-Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 15, n. 1, p. 66-76, 2014. ISSN 1517-7130.

MASCARENHAS, C. H. M.; SANTOS, L. S. Avaliação da dor e da capacidade funcional em indivíduos com lombalgia crônica. **J Health Sci Inst**, v. 29, n. 3, p. 205-8, 2011.

NASCIMENTO, P. R. C. D.; COSTA, L. O. P. Prevalência da dor lombar no Brasil: uma revisão sistemática. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 31, n. 6, p. 1141-1156, 2015. ISSN 0102-311X.

OCARINO, J. et al. Correlação entre um questionário de desempenho funcional e testes de capacidade física em pacientes com lombalgia. **Rev Bras Fisioter**, v. 13, n. 4, p. 343-9, 2009.