

FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES DE TRABALHADORES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DO NOROESTE DO PARANÁ - BRASIL

RISK FACTORS FOR CARDIOVASCULAR DISEASES OF WORKERS IN AN
INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION IN THE NORTHWEST OF PARANÁ - BRAZIL

ENAILA PATRÍCIA MEIRELES DE OLIVEIRA^{1*}, JOSIANE ALVES DE CARVALHO², MARIA ANTONIA RAMOS COSTA³

1. Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Paraná – Campus Paranavaí; 2. Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Paraná – Campus Paranavaí; 3. Enfermeira. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Maringá. Enfermeira Coordenadora do Curso de Enfermagem da UNESPAR Campus Paranavaí, líder do grupo de pesquisa NEPEMAAS Paraná, Brasil

* Rua Professor Pedro Real, 1063, Tamboara, Paraná, Brasil. CEP 87760-000. enailapaty@hotmail.com

Recebido em 23/10/2013. Aceito para publicação em 05/11/2013

RESUMO

A saúde do trabalhador é um tema que precisa ser explorado. Sabe-se que fatores sociais, econômicos, psicológicos e ambientais têm influência no processo saúde-doença destes indivíduos. O objetivo deste estudo foi o de analisar as condições de trabalho e de saúde dos trabalhadores de uma Instituição de Ensino Superior na região Noroeste do Paraná, Brasil. Foi realizado estudo descritivo transversal com uma abordagem quantitativa. A amostra foi constituída por 52 funcionários com média de idade de 46 anos, relacionado aos hábitos de vida: 26,92% não praticam atividade física, 38,45% são pré-obesos e 15,38% apresentaram pressão arterial elevada. Observa-se que os fatores de risco presentes estão relacionados especialmente ao estilo de vida dos trabalhadores pesquisados, portanto espera-se que este estudo norteie a implantação de programa de promoção a saúde e prevenção de doenças.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do trabalhador, fatores de risco, assistência de enfermagem.

ABSTRACT

Workers' health is a theme that needs to be explored. It is known that social, economic, psychological and environmental factors influence the process health-disease these individuals. The aim of the study was to analyze the working conditions and health of workers at a higher education institution in the northwest of Paraná - Brazil. We conducted cross-sectional study with a quantitative approach. The sample consisted of 52 employees with an average age of 46 years related to lifestyle: 26.92 % do not exercise, 38.45% are pre-obese and 15.38% had high blood pressure . It is observed that the risk factors are

related especially to the lifestyle of workers, so it is expected that this study will serve as a subsidy for deployment of a program to promote health and disease prevention.

KEYWORDS: Occupational health, risk factors, nursing care.

1. INTRODUÇÃO

Na sociedade do século XXI as pessoas passaram a viver de um modo corriqueiro tentando alcançar a dependência e estabilidade financeira própria e de sua família. Diariamente, milhões de pessoas deixam o aconchego de seu lar logo cedo e passam a dedicar maior parte do seu dia ao trabalho remunerado, ao final da jornada diária, exaustos, os trabalhadores se deixam vencer pelo cansaço e vivem uma vida sedentária deixando-os assim vulneráveis a doenças cardiovasculares.

O termo saúde do trabalhador vem sendo amplamente discutido visando compreender a relação entre trabalho e o processo saúde/doença¹. Para o Ministério da Saúde, trabalhador é todo aquele que exerça uma atividade para sustento próprio e de seus dependentes seja no mercado formal ou informal¹.

O Ministério da Saúde instituiu em 2012 através da Portaria GM/MS nº 1.823, a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora, visando à promoção da saúde e a proteção do trabalhador traduzido nas ações de vigilância dos riscos presentes no ambiente bem como a vigilância dos agravos e condições de trabalho com o diagnóstico precoce e reabilitação da saúde².

O estado de saúde de um indivíduo pode estar rela-

cionado ao meio em que vive, implicando diretamente em seu trabalho e as condições que os levam a um desgaste físico tanto no âmbito profissional quanto pessoal, integrando-se com as relações sociais e as condições sócio-econômicas².

Um fato extremamente preocupante são as elevadas taxas de sedentarismo e excesso de peso na população, pois se alimentam de forma demasiada e inadequada, são expostos à sedução do tabagismo e do alcoolismo. O crescimento significativo da mídia e da internet também contribuíram ao sedentarismo, estimulando assim a inatividade física e adquirindo possíveis fatores de risco para doenças cardiovasculares³.

Neste contexto, os fatores de risco, que contribuem consideravelmente para alta taxa de mortalidade e morbidade devido às condições de vida moderna, que torna grande parte da população propensa a desenvolver doenças cardiovasculares, são divididos em duas categorias, sendo elas: fatores de riscos modificáveis (ambientais e comportamentais), exemplo: tabagismo, colesterol elevado, hipertensão arterial sistêmica, inatividade física, obesidade, diabetes e entre outros, e fatores de risco não modificáveis (genéticos e biológicos): hereditariedade, sexo, idade avançada⁴.

Estes fatores estão associados aos hábitos alimentares no qual estão incluídos alimentos ricos em lipídeos, colesterol e ácidos graxos saturados somados a uma baixa ingestão de fibras e a inatividade física apresentam-se como marcador de risco para dislipidemias, hipertensão arterial e diabetes⁵.

As doenças cardiovasculares (DCV) constituem um grave problema de saúde pública no Brasil e no mundo, sendo a principal causa de morte mundial, responsável por aproximadamente 15 milhões de óbitos a cada ano⁶. Considerando este impacto mundial justifica-se a importância da enfermagem discutir este tema e desenvolver pesquisas que subsidiem o planejamento de ações educativas voltadas para os trabalhadores e comunidade em geral, pois o enfermeiro tem um papel fundamental na prevenção dos agravos, sendo o profissional com autonomia para programar e realizar ações de assistência básicas e de vigilância, em especial no ambiente de trabalho¹.

Neste aspecto o presente estudo teve como questão de pesquisa: como se apresenta os fatores de risco para doenças cardiovasculares em trabalhadores de uma instituição de ensino. E para responder a esta questão a pesquisa teve como objetivo identificar os fatores de risco presentes nos trabalhadores de uma instituição de ensino superior.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, transversal com uma abordagem quantitativa, do qual participaram trabalhadores de uma Instituição de Ensino Superior do

Noroeste do Paraná (IES), localizada na cidade de Paranavaí, Paraná, Brasil. A IES é composta por 11 cursos, divididos em três períodos: matutino, vespertino e noturno com um total de 2143 acadêmicos e 210 trabalhadores sendo 151 docentes, 18 agentes administrativos, 23 estagiários e 18 agentes universitários (serviços gerais). O único critério de exclusão foi não ser estagiário contratado por tempo determinado. Os sujeitos foram 31 do total dos docentes e 21 do total de agentes administrativos e universitários, que aceitaram participar da pesquisa.

Como instrumento de coleta de dados foi utilizado um questionário adaptado da tabela de avaliação de risco cardíaco (Anexo I) da “*American Heart Association*” e validado pela Sociedade Brasileira de Cardiologia, com dados sobre a biologia humana tais como: sexo, idade, peso, altura, valores de pressão arterial, glicemia, antecedentes familiares e dados de estilo de vida que são prática de atividade física e tabagismo⁵. Os dados coletados foram auto referidos.

O estado nutricional dos respondentes foi investigado a partir da medida do peso e altura com determinação do índice de massa corporal (IMC), utilizando os pontos de corte conforme preconizado pela OMS⁷. Os dados foram analisados através de porcentagens e médias e apresentados por meio de figuras.

Este estudo foi avaliado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Maringá em 20/05/2013 com o parecer de número 297.176. Todos os sujeitos envolvidos assinaram o Termo de consentimento Livre Esclarecido.

3. RESULTADOS

Os participantes do estudo foram: 31 professores que correspondem a 59,62% dos trabalhadores pesquisados da instituição e 21 agentes universitários (40,38%), sendo mulheres em sua maioria (67,31%).

No que se refere aos dados antropométricos a média de peso foi de 72 kg para uma estatura de 1,66 m o que pode ter influenciado no resultado do IMC que foi acima de 25 (Figura 1).

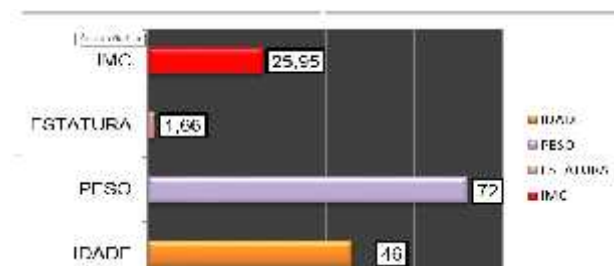


Figura 1. Distribuição das médias de idade, peso, estatura e índice de massa corporal, dos trabalhadores da IES. Paranavaí-PR, 2013.

Identificou-se que 6,15% são eutróficos, 38,45% são

pré-obesos, 15,38% apresentam obesidade grau I. Na Figura 2 observa-se que a obesidade grau I foi predominante no gênero feminino.

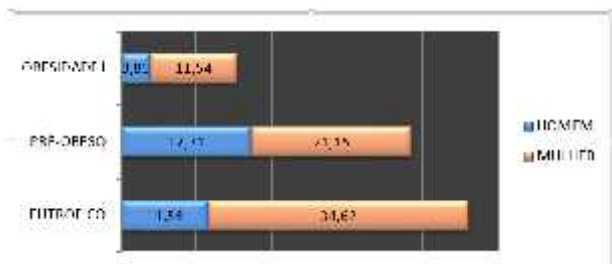


Figura 2. Distribuição do índice de massa corpórea dos trabalhadores da IES. Paranavaí-PR, 2013.

Quanto à prática de atividade física, 26,92% não praticam nenhum tipo de atividade, 55,77% praticam atividade pelo menos uma vez na semana e 17,31% praticam atividade intensa (mais de 3 vezes na semana).

Na Figura 3 observa-se que a prática de atividade física é maior entre as mulheres.

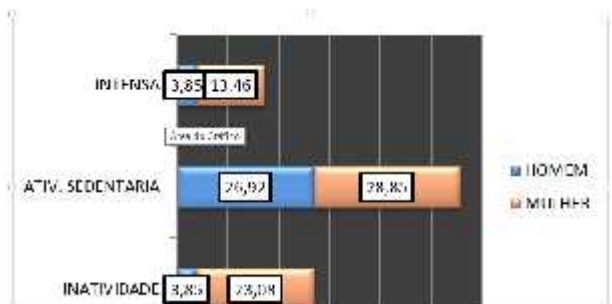


Figura 3. Distribuição da frequência da prática de atividade física dos trabalhadores da IES. Paranavaí-PR, 2013.

Quanto ao uso regular do cigarro, 7,69% fumam entre 10 ou mais cigarros por dia, sendo que 1,92% são do gênero masculino e 5,77% do gênero feminino. Do total dos sujeitos, 17,31% são ex-fumantes, dos quais 9,62% (gênero masculino), 7,69% (gênero feminino). Na figura 4 podemos observar que 15,38% apresentaram a pressão arterial elevada.

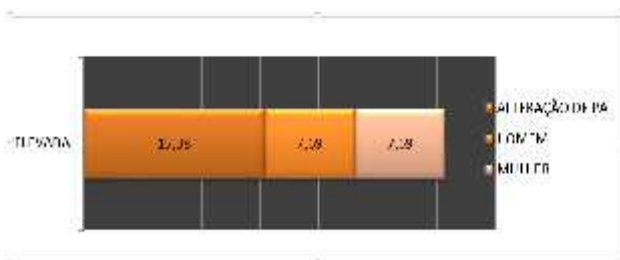


Figura 4. Distribuição da presença de alteração de pressão arterial (PA) entre homens e mulheres trabalhadoras da IES. Paranavaí-Pr, 2013.

Quanto ao risco cardíaco, 5,77% apresentaram risco moderado, 46,15% risco potencial e 48,08% não apresentaram risco. Dividindo esses valores entre o gênero masculino e o feminino, o último apresenta um risco

relativamente considerável em relação ao sexo masculino.



Figura 5. Distribuição dos valores da avaliação do risco cardíaco dos trabalhadores da IES. Paranavaí-PR, 2013.

4. DISCUSSÃO

A partir dos resultados encontrados pode-se relacionar o cotidiano estressante e sedentário dos trabalhadores com a possibilidade de uma má qualidade de vida e com o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

As doenças cardiovasculares atualmente apresentam-se como uma questão de saúde de pública, sendo uma das principais causas de morte no país, sendo assim o monitoramento dos fatores de risco se faz necessário para conhecer o perfil de exposição da população.

Devido à necessidade de praticidade no cotidiano, os trabalhadores acabam por optar por uma alimentação que se adéque ao dia-a-dia. Destarte, essa alimentação prática nem sempre atende às necessidades do organismo, acarretando em problemas de saúde, pois geralmente são dietas com alto índice energético, ricas em gorduras e pobres em fibras alimentares⁸. Esses pressupostos acabam por atingir principalmente as mulheres⁹, devido ao fato das mesmas enfrentarem jornadas de trabalho conciliadas com o cuidado com o lar e os filhos¹⁰. Neste estudo observou-se que as mulheres apresentaram IMC acima de 30, que caracteriza obesidade grau 1, o que pode estar relacionado aos fatores anteriores e refletindo na qualidade de vida, gerando limitações a práticas de atividades físicas¹¹.

Outro fator de risco identificado nesta pesquisa foi a presença de P.A elevada em 15,38% dos trabalhadores, este fato corrobora com um estudo que identificou a gordura corporal, principalmente a abdominal, como fator principal para o desenvolvimento da hipertensão arterial¹². Outro estudo correlaciona o aumento da pressão arterial com o sexo, a idade e o IMC¹³.

Conforme observado, a grande maioria pratica atividade física apenas uma vez na semana, o que somado a quantidade de inatividade física termina por caracterizar um estilo sedentário favorecendo fatores de risco para o desenvolvimento ou agravamento de doenças cardiovasculares. Um estudo comparando atividade física e qualidade de vida demonstra que há melhora não só no

estado físico como também no psicológico, quando se pratica atividades físicas¹⁴.

Estimativas globais da OMS indicam que a inatividade física é responsável por quase dois milhões de mortes e dados divulgados pela Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) apontam que 80% da população brasileira adulta é sedentária^{7,4,15}.

A constatação de que a maioria dos trabalhadores são ex-fumantes caracteriza uma importante mudança em relação ao estilo de vida assim como as restrições ao fumo no ambiente de trabalho forma-se uma situação favorável a cessação do tabagismo¹⁶.

Em consonância com este achado um estudo demonstrou que a prevalência do fumo continua em decréscimo, mantendo a tendência de maior redução no sexo masculino e naqueles com melhor renda¹⁷.

Durante muito tempo, mantinha-se a ideia de que as doenças cardiovasculares seriam determinadas geneticamente e que pouco poderia ser feito para sua prevenção. Mas com avanço de meios de avaliação o reconhecimento dos fatores de risco modificou essa visão¹⁸. Entre as análises empreendidas no decorrer dessa pesquisa constatou-se que a elevação dos índices de doenças cardiovasculares e obesidade podem estar associada a rotina sedentária em consonância com má alimentação e estresse ocasionado pelo cotidiano do trabalho.

5. CONCLUSÃO

Os resultados identificaram a obesidade e a má alimentação como fatores de risco presente entre os trabalhadores da IES, o que pode demonstrar a importância da implantação de ações de prevenção de doenças e de promoção à saúde do trabalhador, para que os riscos de uma vida sedentária relacionadas com má alimentação e estresse não tenham como consequência à diminuição da qualidade de vida. Os trabalhos de prevenção e promoção, que poderão ser planejados na IES pelos cursos da área de saúde deverão ser focados levando em consideração o sexo, idade e o IMC.

Coloca-se como limitação deste estudo a não aceitação da participação da maioria dos docentes, que pode estar associada à falta de interesse no controle de sua saúde e na dificuldade da percepção da importância do autocuidado, o que remete a necessidade de novos estudos que possibilitem a discussão sobre a temática da saúde do trabalhador docente, para aprofundar os resultados apresentados nesta pesquisa.

REFERÊNCIAS

[1] Brasil. Ministério da Saúde. Publicações Saúde do Trabalhador, 2012. Disponível em Portal da Saúde: Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde do (a) Trabalhador (a). <www.saude.gov.br> Acesso em 21/06/2013

- [2] Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de políticas de saúde. Departamento de atenção básica. Área técnica de saúde do trabalhador. Caderno de Atenção de Básica 5. Saúde do Trabalhador. Brasília 2002
- [3] Guimarães AC. Prevenção das doenças cardiovasculares no século 21. *Rev. Hipertensão*, 2002; 5:103-6.
- [4] Correia BR, Cavalcante E, Santos E. A prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes universitários. *Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica*, São Paulo. 2010; 8(1):25-9.
- [5] Sociedade brasileira de cardiologia / Sociedade brasileira de hipertensão / Sociedade brasileira de nefrologia. VI Diretrizes brasileiras de hipertensão. *Arq Bras Cardiol* 2010; 95(1supl.1):1-51. Disponível em http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2010/Diretriz_hipertensao_associados.pdf. Acesso em 25/06/2013.
- [6] Gus I, Fischmann A, Medina C. Prevalence of risk factors for coronary artery disease in the Brazilian State of Rio Grande do Sul. *Arq Bras Cardiol*, 2002;78:478-90.
- [7] Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2011.76: (Série G. Estatística e Informação em Saúde).
- [8] Cristina I, Freitas M. Padrões de consumo de alimentos e fatores associados em adultos de Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil: projeto obediarp dietary patterns and correlates in adults living in Ribeirão Preto, São Paulo State, Brazil: the obediarp project. 2011; 27(d):533-45.
- [9] Muniz LC, Schneider CI, Silva MCI, Matijasevich A, Santos SI. Fatores de risco comportamentais acumulados para doenças cardiovasculares no sul do Brasil. *Rev saúde pública* 2012;46(3):534-42. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v46n3/3690.pdf>> acesso em: 25/06/2013.
- [10]Coelho ACVD, *et al.* Técnico de enfermagem e o cuidado da sua saúde: conhecendo esta realidade. *Ciência, Cuidado e Saúde* [Internet]. 2010;9(3):487-93. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/8855>>. Acesso em 28/08/2013.
- [11]Schmalz DL. "I feel fat": weight-related stigma, body esteem, and bmi as predictors of perceived competence in physical activity. *Obes facts* 2010; 3(1):15-21. Available from: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20215791>>. Acesso em 09/09/2013.
- [12]Munaretti BD, Barbosa RA. Hipertensão arterial referida e indicadores antropométricos de gordura em idosos. *Rev. Assoc. Med. Bras.* 2011; 57:1. Disponível em: >http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302011000100011<Acesso em 20/09/2013.
- [13]Neto AS, Zampier G. Probabilidade de hipertensão arterial a partir de indicadores antropométricos em adultos. *Arq bras endocrinol metab.* 2012;56/6. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abem/v56n6/02.pdf>>. Acesso em 20/09/2013.
- [14]Silva RS, Silva I, Silva R, Souza L, Tomasi E. Atividade física e qualidade de vida: *Ciênc. saúde coletiva*. 2010; 15(1): Disponível em: <<http://www.scielo.br/>

scielo.php?pid=S1413-81232010000100017&script=sci_arttext>. Acesso em 24/09/2013.

- [15]Brasil. Ministério da Saúde. World Health Organization,2002. Disponível em: <http://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_po.pdf>. Acesso em 20/09/2013
- [16]Barreto SM. Tabagismo, situação no mercado de trabalho e gênero: análise da PNAD 2008. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro. 2011; 27(6):1132-42. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v27n6/10.pdf>>. Acesso em 24/09/2013.
- [17]Barros AJD. Tabagismo no Brasil: desigualdades regionais e prevalência segundo características ocupacionais: Ciênc. saúde coletiva. 2011; 16(9). Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232011001000008&script=sci_arttext>. Acesso em 24/09/2013.
- [18]Matos M, Silva N, Pimenta A, Cunha A. Prevalência dos fatores de risco para doença cardiovascular em funcionários do centro de pesquisas da Petrobrás. Arq Bras Cardiol. 2004; 82(1):1-4. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/abc/v82n1/a01v82n1.pdf>

