

**IMPACTO DA JORNADA PROLONGADA NA SAÚDE DO
CAMINHONEIRO: REVISÃO DE LITERATURA
ODS 3**

Anna Cláudia da Silva Souza (Universidade de Taubaté)
Anna Livia Campos Cruz (Universidade de Taubaté)
Camille Fernanda Meirelles de Moura (Universidade de Taubaté)
Carolina Martins Moraes Gomes (Universidade de Taubaté)
Giovanna Alvarenga de Melo Borges (Universidade de Taubaté)
Glauce Gonzaga Silva (Universidade de Taubaté)

Os caminhoneiros estão sujeitos a diversos quadros e comportamentos que influenciam diretamente na sua saúde e bem estar, devido a seu estilo de vida que leva a maus hábitos. Pela presença desse quadro, maléfico, existe uma maior prevalência de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, sobrepeso e obesidade; ademais por longas horas na mesma posição, por longas viagens devido à baixa velocidade ocasionada pelo peso das cargas, com movimentos laborais repetitivos, estão propensos a presença de distúrbios musculoesqueléticos (DMEs). O objetivo deste trabalho foi analisar as posturas ergonômicas durante a longa jornada de serviço, adjunto com os fatores que levam ao prejuízo da saúde dos caminhoneiros. Trata-se de uma revisão de literatura simples, realizada através de pesquisas em sites como PubMed e Scielo, sendo incluídos estudos publicados nos últimos 6 anos. Os resultados obtidos mostram que há uma alta taxa de prevalência entre os caminhoneiros de sobrepeso e obesidade, juntamente com outras doenças como diabetes e hipertensão, sendo relacionados aos hábitos de vida e a dificuldade para cuidado consigo mesmo causada principalmente pela dificuldade de horários, rotina e má alimentação pelas estradas. Tendo um destaque maior para as dores envolvidas com a postura assimétrica de tronco, com ênfase para dores na coluna vertebral lombar causadas por sempre ter que manter a mesma posição, durante o período de trabalho, além de dor nos ombros por realizar movimentos repetitivos com os membros superiores para mexer no câmbio e no volante do veículo. Ademais, a sobrecarga postural e o trabalho estático podem levar a outros problemas como fadiga, transtorno músculo esquelético, compressão dos nervos e agravamento em lesões de articulação em membro inferior gerando uma incapacidade para o trabalhador. Com isso foi possível concluir que os motoristas de caminhão requerem melhores condições de trabalho, tendo em vista que eles são parte fundamental da economia do país, cabendo às empresas oferecerem caminhões com melhores assentos, respeitando períodos de descanso que estão previstos em legislação. Dessa forma incentivando e conscientizando sobre os cuidados à saúde, visando o bem-estar e segurança dos colaboradores

Palavras-chave: Caminhoneiro; Postura; Ergonomia

BATISTA, Adriana Maria Figuerêdo *et al.* Condições de trabalho de caminhoneiros: percepções sobre a saúde e autocuidado. **Physis (Rio de Janeiro, Brazil)**, v. 31, n. 2, 2021.

ZAMPARONI VICTORINO, Silvia Veridiana *et al.* A look through Latin America truck drivers' health, a systematic review and meta-analysis. **BMC public health**, v. 23, n. 1, p. 3, 2023.

TAHERNEJAD, Somayeh *et al.* Musculoskeletal disorders among truck drivers: a systematic review and meta-analysis. **BMC public health**, v. 24, n. 1, p. 3146, 2024.