

IMPACTO DOS MOVIMENTOS DAS EMBARCAÇÕES NA SAÚDE LOMBAR DE TRABALHADORES MARÍTIMOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA ODS 3

Eduardo Rocha Teles Silva (Universidade de Taubaté)
João Felipe de Azevedo Reis (Universidade de Taubaté)
João Gabriel Lopes Miranda da Silva (Universidade de Taubaté)
Luís Filipe Vaz de Melo Pires (Universidade de Taubaté)
Murilo Vieira Rodrigues (Universidade de Taubaté)
Glauce Gonzaga Silva (Universidade de Taubaté)

A dor lombar é uma das principais causas de incapacidade ocupacional em todo o mundo, sendo especialmente prevalente entre trabalhadores marítimos e pescadores, cuja rotina combina demandas físicas intensas com a exposição constante a ambientes instáveis. Este estudo teve como objetivo revisar sistematicamente a literatura acerca do impacto dos movimentos do navio na coluna lombar desses trabalhadores e identificar a frequência de queixas musculoesqueléticas relacionadas. A metodologia seguiu as recomendações PRISMA, com buscas no PubMed abrangendo o período de 2000 a 2021. Foram identificados 13 estudos que atenderam aos critérios de inclusão, contemplando ensaios de campo, estudos de simulador, inquéritos transversais e coortes retrospectivas. Os resultados indicam que os movimentos verticais do navio (eixo Z) aumentam a carga espinhal em até 40% durante o levantamento manual, intensificando a sobrecarga biomecânica. A prevalência de dor lombar variou de 60,95% a 82,13% entre pescadores, percentual superior ao observado em marítimos (28,42%) e na população em terra (48,63%). Entre os principais fatores de risco identificados destacam-se trabalho físico pesado, posturas inadequadas e estresse ergonômico, especialmente em tarefas como o levantamento de redes e manuseio de armadilhas. Estudos de coorte demonstraram ainda maior frequência de hospitalizações por distúrbios musculoesqueléticos em pescadores quando comparados a outros marítimos. Algumas medidas preventivas mostraram potencial de impacto, como a aplicação de exames de capacidade funcional em pré-emprego, que reduziram restrições por dor lombar em 15%, e a prática regular de atividade física, embora limitada pelas condições a bordo. Conclui-se que os pescadores representam o grupo mais vulnerável ao desenvolvimento de dor lombar, em virtude da interação entre sobrecarga mecânica e ambiente marítimo instável, enquanto trabalhadores de frotas offshore com menor exigência física apresentam prevalência mais baixa. Ressalta-se a necessidade de estudos com coortes mais amplas e detalhamento do tipo de embarcação e das tarefas laborais, de modo a subsidiar políticas ocupacionais e estratégias de prevenção eficazes.

Palavras-chave: Dor lombar; Pescadores; Marítimos; Biomecânica; Saúde ocupacional.