

A RELAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA COM A GRAVIDADE DAS DOENÇAS

Vitória Freire Alves¹

Gilvane de Lima Araujo²

Jonhatan Magno Norte da Silva³

Wilza Karla dos Santos Leite⁴

Elamara Marama de Araujo Vieira⁵

1. Graduanda em Fisioterapia, Universidade Federal da Paraíba – UFPB. João Pessoa, Paraíba – Brasil.
2. Fisioterapeuta, mestranda em Fisioterapia pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB. João Pessoa, Paraíba – Brasil.
3. Engenheiro de Produção, professor da Universidade Federal de Alagoas – UFAL. Delmiro Gouveia, Alagoas – Brasil.
4. Fisioterapeuta, professora da Universidade Federal do Amapá – UNIFAP. Macapá, Amapá – Brasil.
5. Fisioterapeuta, professora da Universidade Federal da Paraíba – UFPB. João Pessoa, Paraíba – Brasil.

Resumo: O comportamento sedentário revela aspectos alarmantes para a assistência em saúde no que se refere a gravidade das doenças ocasionadas. Considerando os fatores determinantes para a crescente desse comportamento na classe trabalhadora, este artigo tem como objetivo investigar a correlação entre a prática de atividade física e a gravidade das doenças ocupacionais, utilizando como ferramenta analítica os dados extraídos de processos judiciais trabalhistas. Trata-se de uma pesquisa documental com abordagem descritiva, foram analisadas as variáveis: prática de atividade física; número de afastamentos e tempo total de afastamentos, por meio de testes de hipóteses e regressão logística, considerando um $\alpha \leq 0,05$. Os testes foram realizados no *software* R core team. Os resultados indicam que os indivíduos que não praticam atividade física se afastam em menor quantidade (OR = 0,864, p-value = 0,006) entretanto, cada afastamento se prolonga por mais meses do que as pessoas que praticam atividade física (OR = 1,115, p-value = 0,027). Logo, há indícios de que a prática de atividade física interfere na gravidade das doenças dos trabalhadores.

Palavras-chave: Atividade Física; Saúde do Trabalhador; Doenças Ocupacionais.

1. Introdução

O estilo de vida sedentário impacta de maneira sistêmica a qualidade de vida do trabalhador, revelando aspectos alarmantes para a assistência em saúde no que se refere a gravidade das doenças ocasionadas. Apesar disso, a proporção de adultos classificados na condição de insuficientemente ativos no Brasil foi de 40,3% em 2019 segundo o Plano Nacional de Saúde (IBGE, 2020).

Diante desse cenário, o risco de acometimento de ordem musculoesquelética e comprometimento da aptidão física ocasionados pelo comportamento sedentário não são temas completamente desconhecidos entre os trabalhadores, entretanto a percepção não tem sido suficiente para a redução do quadro de adoecimento em questão. (Nöscher *et al.*, 2023). Sendo assim, junto a alta taxa de mortalidade por causas cardiovasculares e acometimento de síndromes metabólicas, as doenças musculoesqueléticas surgem como consequência do sedentarismo, que se revela determinante na conjuntura ocupacional e global do trabalhador. (Park *et al.*, 2020).

Nesse contexto, existem fatores determinantes para a crescente do comportamento sedentário na classe trabalhadora, entre eles os fatores ambientais como primordiais, refletidos na rotina do indivíduo e principalmente no seu trabalho. Dessa maneira, observa-se maior adesão da inatividade prolongada por parte dos trabalhadores, refletida principalmente na jornada daqueles que trabalham na maior parte do tempo sentados, e por isso apresentam maior risco de mortalidade e acometimento de doenças crônicas, dentro e fora do ambiente de trabalho. (Park *et al.*, 2020; Gao *et al.*, 2024).

O efeito protetor para saúde da atividade física acontece ao se considerar sua prática suficiente, em termos de frequência e duração, de pelo menos 150 minutos semanais em intensidade leve/moderada ou, pelo menos, 75 minutos de atividades físicas de intensidade vigorosa, assim como recomenda a Organização Mundial da Saúde (OMS). Além disso, a intervenção configura-se como uma estratégia não farmacológica eficaz tanto para a prevenção quanto para o manejo das condições mencionadas, incluindo aspectos relacionados à saúde mental. Essa abordagem contribui para a redução de níveis de ansiedade e estresse, além de promover um aumento no bem-estar psicológico (WHO 2010, Santos *et al.*, 2023).

Isto posto, este artigo tem como objetivo investigar a correlação entre a prática de atividade física e a gravidade das doenças ocupacionais, utilizando como ferramenta analítica os dados extraídos de processos judiciais trabalhistas.

2. Materiais e Métodos

Trata-se de uma pesquisa de campo, documental com abordagem descritiva, pois visa a utilização e investigação de dados contidos em processos judiciais para delineamento da proposta de pesquisa. Como aponta Gil (2019), sua característica descritiva se refere ao objetivo primordial de examinar o estabelecimento de relações entre variáveis presentes em determinado processo.

O levantamento dos dados foi realizado no Tribunal Regional do Trabalho da 13ª Região da Paraíba. A população consiste em processos com laudos periciais realizados por médico e/ou fisioterapeuta, cujo resultado aponta para a presença denexo causal ou concausa, considerando processos dos últimos 10 anos, podendo ser incluídos processos em aberto ou finalizados. Foram incluídos exclusivamente processos envolvendo doenças do trabalho cujos Códigos Internacionais de Doenças (CID) sejam pertencentes ao capítulo XIII - Doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo. Tais critérios de inclusão justificam-se pelo perfil epidemiológico prevalente. Sendo excluídos processos com número elevado de dados perdidos (superior à 10%) e processo que apresentem mais de um laudo pericial com resultados de causalidade diferentes. Nesse contexto, a amostra foi obtida por conveniência que de acordo com Gil (2019) numa modalidade onde os elementos são selecionados por melhor disponibilidade.

Os dados que envolvem tais processos são de acesso público, e por este motivo não necessitam de apreciação ética pelo sistema CEP/CONEP (Art.1º, inciso III da resolução nº 510, de 07 de abril de 2016). Para a coleta de dados nos processos, empregou-se um formulário Ad Hoc criado por meio da plataforma *Google Forms*. Na primeira etapa, foi efetuada a identificação do número de processos trabalhistas registrados na regional específica, os quais atendiam aos critérios de inclusão pré-estabelecidos. Na segunda etapa, procedeu-se à classificação dos processos, que foram agrupados com base em suas semelhanças.

As variáveis consideradas para análise foram: prática de atividade física (Sim=0 não =1); número de afastamentos (quantitativa discreta); tempo total de afastamentos (quantitativa contínua, em meses). Foi realizada uma regressão logística com o objetivo de avaliar a

probabilidade de associação entre as variáveis, considerando um $\alpha \leq 0,05$. Os testes foram realizados no *software* R core team versão 4.3.1.

3. Resultados

Foram coletados um n total de 239 processos, com a retirada de processos com dados perdidos e repetidos, restaram 218 processos. Para as variáveis quantitativas, os testes indicaram ausência de normalidade (p-valor $<0,000$). A vulnerabilidade associada a determinadas profissões pode aumentar a suscetibilidade ao desenvolvimento de doenças, impactando de maneira significativa a saúde dos trabalhadores. Embora estudos prévios indiquem que as mulheres tendem a ser mais afetadas por doenças ocupacionais (Roloff *et al.*, 2021; Gonçalves; Zanatti, 2023), os resultados do presente estudo revelam que a amostra é composta predominantemente por homens (72%, vide Tabela 1), sugerindo uma diferenciação no perfil dos participantes em relação ao esperado.

A análise da idade média dos trabalhadores envolvidos em processos litigiosos no estudo indica que o acometimento por doenças ocupacionais tem ocorrido em faixas etárias mais jovens (Tabela 1). Entretanto, a literatura sugere que o envelhecimento está associado a um maior risco de desenvolvimento dessas doenças, resultando em longos períodos de afastamento. Essa discrepância aponta para uma situação preocupante, evidenciando que pessoas mais jovens também estão sendo acometidas por doenças laborais. Além disso, é importante destacar que os afastamentos do trabalho são influenciados por uma combinação de fatores laborais, sociais e psicológicos, o que agrava ainda mais esse cenário (Roloff *et al.*, 2021).

Tabela 1 – Análise descritiva

Sexo	Média	DP	%
Idade	36,87	$\pm 10,29$	
Feminino			27%
Masculino			72%
N/A			1%

Fonte: Dados da Pesquisa, 2024

Legenda: DP = Desvio-padrão

Na tabela 2, são apresentados os resultados da regressão logística, ao observar os valores dos Odds Ratio (OR) e considerando as categorias das variáveis analisadas (vide seção de métodos), nota-se que os indivíduos não praticantes de atividade física se afastam menos do

trabalho, em comparação aos que praticam (OR = 0,864, p-value =0,006), entretanto, a duração de cada afastamento dos indivíduos não praticantes se prolonga por mais meses em comparação ao público praticante (OR = 1,115, p-value =0,027) podendo denotar um grau de acometimento maior (Tabela 2).

Tabela 2 – Resultados da Regressão Logística.*

Variáveis	Odds Ratio	Intervalo de Confiança	p-valor
Intercept	2,532	1,534	0,002
Número de Afastamentos	0,864	-0,467	0,006
Tempo de Afastamento	1,115	0,218	0,027

*Pseudo R=0,13.

Fonte: Dados da Pesquisa, 2024

Esses resultados são coerentes com publicações prévias que indicaram predomínio de auxílios-doença por causas musculoesqueléticas na população adulta, comumente associadas a fatores ocupacionais, reforçando a gravidade de doença atribuída a riscos ergonômicos e evidenciada por afastamentos laborais declarados na Previdência Social. Além disso, em 2022 o número de dias de trabalho perdidos acumulados devido a afastamentos por benefício previdenciário de auxílio-doença (B32) foi de 223,9 milhões, destacando o impacto crescente dos afastamentos prolongados no tocante a saúde do trabalhador brasileiro. (Assunção; França, 2020; SMARTLAB, 2022)

4. Conclusões

Os achados do artigo destacaram a relação significativa entre a prática de atividade física e a gravidade das doenças, conforme evidenciado pelos coeficientes de regressão e os valores p significantes ($p \leq 0,05$). Apesar da falta de atividade física não aumentar o número de afastamentos por doenças do trabalho, ela pode inclusive reduzir a probabilidade de tê-los, é interessante observar que há uma relação importante entre o comportamento sedentário e o aumento do tempo de cada afastamento. Sendo assim, indivíduos que não praticam atividades físicas regularmente tendem a ter afastamentos mais longos quando adoecem. O valor do Pseudo R² de 0,13 sugere que o modelo possui uma modesta capacidade de explicação da variabilidade na gravidade das doenças, apontando para a complexidade multifatorial desse

fenômeno. Tais resultados reforçam a importância da promoção de atividades físicas regulares considerando a saúde do trabalhador, como estratégia de saúde pública para reduzir a gravidade das por doenças que tem acometido esse público.

Referências Bibliográficas

ASSUNÇÃO, A. A.; FRANÇA, E. B. Years of life lost by CNCD attributed to occupational hazards in Brazil: GBD 2016 study. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, p. 1-12, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/S1518-8787.2020054001257>. Acesso em: 10 jul. 2024.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 7ª edição. São Paulo: Grupo GEN, 2019. *E-book*. 248p. ISBN 9788597020991. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788597020991/pages/recent>. Acesso em: 12 jul. 2024.

GONÇALES, D. A.; ZANATTI, C. L. M. Avaliando o absenteísmo por doença nas instituições federais de ensino: análise dos dados de afastamento de servidores por licença médica nas universidades federais de Pelotas e Rio Grande. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 33, p. e33022, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-7331202333022>. Acesso em: 11 jul. 2024.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa nacional de saúde 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal: Brasil e grandes regiões. **Coordenação de Trabalho e Rendimento**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: <https://www.pns.icict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/12/liv101846.pdf>. Acesso em 11 jul. 2024.

MATIELO, E. *et al.* Associações entre as características sociodemográficas e de saúde dos trabalhadores do Ministério da Saúde e COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 10, p. 2879–2889, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320232810.10062023>. Acesso em: 10 jul. 2024

NÖSCHER, P. *et al.* Arbeitsbezogenes sedentäres Verhalten: Eine explorative Studie an Verwaltungsangestellten einer Universitätsklinik. **Zentralblatt für Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie**, v. 73, n. 1, p. 39–47, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s40664-022-00489-3>. Acesso em: 10 jul. 2024.

ROLOFF, D. I. T. *et al.* Absenteeism and associated factors: a study addressing the workers from a footwear manufacturer. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, p. e20200341, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200341>. Acesso em: 11 jul. 2024

SANTOS, H.S *et al.* Avaliação dos efeitos da atividade física na saúde mental: uma revisão sistemática. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 7, p. 1770–1779, 2023. Disponível: <https://doi.org/10.51891/rease.v9i7.10780>. Acesso em: 10 jul.2024.

SMARTLAB. **Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho**. Disponível em: <https://smartlabbr.org/sst/localidade/0?dimensao=duracao>. Acesso em: 23 jul. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. The world health report: health systems financing: the path to universal coverage. **Rapport sur la santé dans le monde : le financement des**

systemes de santé : le chemin vers une couverture universelle, 2010. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/44371>. Acesso em: 10 jul. 2024.