

# AMBIENTE DE TRABALHO, SEDENTARISMO E DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS DE TRABALHADORES DE BANCAS DE JORNAL

Mariângela Gagliardi Caro Salve<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Depto de Ciências do  
Esporte da Faculdade  
de Educação Física da  
Universidade Estadual  
de Campinas

SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Ambiente de trabalho sedentarismo e doenças não transmissíveis de trabalhadores de bancas de jornal. *Salusvita*, Bauru, v. 28, n. 3, p. 257-266, 2009.

## RESUMO

Esta pesquisa explorou as relações entre as condições do ambiente de trabalho, prática da atividade física e a prevalência de doenças não transmissíveis entre indivíduos sedentários e os fisicamente ativos. O instrumento de coleta de dados trata-se de um questionário preenchido pelos próprios indivíduos, contendo perguntas abertas e fechadas, abordando dados pessoais, profissionais, prática de atividade física, ambiente de trabalho e doenças não transmissíveis. Selecionou-se 62 indivíduos do gênero masculino, homens, na faixa etária de 25 a 35 anos de idade (DP=3,2), trabalhadores de bancas de jornal da cidade de Campinas. Os indivíduos foram alocados de acordo com a prática da atividade física e as suas considerações sobre as condições ambientais e estruturais das bancas. Chegando-se as seguintes resultados: a maioria é sedentária (58%), consideram as bancas inadequadas (51,6%) e que há alta prevalência (29%) de indivíduos portadores de doenças não transmissíveis. A partir dos resultados entendeu-se que tanto o sedentarismo quanto o ambiente de trabalho inadequado são fatores que podem se considerados como de risco para o desenvolvi-

Recebido em: 12/04/2008  
Aceito em: 04/09/2009

mento de doenças não transmissíveis.

**Palavras-chave:** Ambiente de trabalho. Sedentarismo. Doenças não transmissíveis.

## ABSTRACT

*This study explored the relationships among the conditions of work environment, the practices of the physical activity and the prevalence of non-transmissible diseases between sedentary individuals and those who were physically assets as well. A questionnaire was used for data collection, containing open and closed questions, approaching personal data, professionals, practice of physical activity, work atmosphere and non transmissible diseases. Sixty-two individuals of the masculine gender were selected, in the age between 25 to 35 years old (SD=3.2), workers of newsstands in the city of Campinas/Sao Paulo. The individuals were allocated according to their practice of physical activity and their considerations about the environmental and structural conditions of the newsstands. Results are as follows: 58% of the individual are sedentary; 51.6% consider the newsstands inadequate for working and 29% of the individuals were bearers of non transmissible diseases. From the results, we understood that the sedentary and inadequate work environment may be taken as risk factors for non-transmissible disease.*

**Keywords:** Work environment. Sedentary. Non-transmissible diseases.

## INTRODUÇÃO

A atividade laboral no mundo contemporâneo possui um importante papel para a afirmação do homem. Porém, esta atividade exige empenho constante, cumprimento de objetivos, execução de tarefas, grandes responsabilidades e assim gerando, em muitos casos, estresse, acidentes e doenças, repercutindo na qualidade de vida do indivíduo (FERREIRA et al. 2000; SILVEIRA, 2002).

O tipo de ocupação é considerado um importante fator na causalidade de muitas doenças. As primeiras relações entre as doenças e o trabalho foram feitas por Hipócrates (KITAMURA, 2005).

Atualmente, os fatores de risco e as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), representam um importante problema de

SALVE, Mariângela  
Gagliardi Caro.  
Ambiente  
de trabalho  
sedentarismo  
e doenças não  
transmissíveis de  
trabalhadores de  
bancas de jornal.  
Salusvita, Bauru,  
v. 28, n. 3, p.  
257-266, 2009.

SALVE, Mariângela  
Gagliardi Caro.  
Ambiente  
de trabalho  
sedentarismo  
e doenças não  
transmissíveis de  
trabalhadores de  
bancas de jornal.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 28, n. 3, p.  
257-266, 2009.

saúde pública, tanto no Brasil como no mundo (ZAMAI et al., 2004 e 2005).

A condição e o ambiente de trabalho inadequado podem causar danos à saúde física e/ou mental. Tais condições podem estar relacionadas a problemas de organização do trabalho e às condições de vida. Assim, há uma série de aspectos da situação de trabalho e fora dele que podem atuar de forma conjunta no desencadeamento desses danos (GLINA et al., 2001).

Além da questão do ambiente de trabalho impróprio, a situação é agravada quando o trabalhador adota hábitos inadequados, como o hábito de fumar, consumo exagerado de bebida alcoólica, desequilíbrio alimentar, sedentarismo, entre outros (SALVE, 1999).

Diante deste contexto, é fundamental a adoção de medidas preventivas como criar ambiente e instrumentos de trabalho adequados, incentivar a prática regular da atividade física e de hábitos saudáveis, como o não consumo exagerado de bebidas alcoólicas e o não uso de tabaco. Essas medidas têm a intenção de gerar impacto significativo na qualidade de vida dos trabalhadores (NAHAS e CORBIN, 1992; OPS, 2003).

Sabendo da importância da prática da atividade física e ambientes de trabalho saudáveis, este estudo teve como meta explorar as relações entre esses e as doenças não transmissíveis.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Tem-se como população de referência 62 funcionários, homens, na faixa etária entre 25 e 35 anos de idade (DP=3,2), que assinaram o termo de Consentimento Livre e Esclarecido, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa FCM/UNICAMP, número-94/2008.

O critério de inclusão foi a participação voluntária, estar exercendo a função de trabalhadores de bancas de jornal na cidade de Campinas há pelo menos um ano, com jornada de trabalho diária de no mínimo 8 horas. O critério de exclusão foi, portanto, pessoas de outras profissões ou os dessa profissão mas que trabalham menos de 8 horas diárias, mulheres e os que não estava na faixa etária entre 25 e 35 anos.

Os trabalhadores contatados laboravam no centro do município de Campinas e em cinco bairros próximos ao centro. O horário de funcionamento das bancas era das 6:00 às 22:00 horas, sendo que 2% delas permaneciam abertas 24:00 horas por dia.

O motivo da escolha deste universo se deu por ter sido considerado um ambiente de trabalho com baixa qualidade em suas condições

mínimas de conforto, como temperatura inadequada, falta de sanitário e local para refeição e espaço físico muito reduzido.

As paredes das bancas em sua grande maioria, eram construídas com material metálico e a iluminação era artificial proporcionada por lâmpadas fluorescentes. Nem todas possuíam ventilares, alguns televisores, outras microcomputadores e máquinas fotocopadoras e raríssimas tinham ar condicionado.

Inicialmente foi estabelecido um contato, pessoalmente nos locais convidando-os para participarem da pesquisa. Os que concordaram em participar receberam os questionários que foram respondidos por eles próprios durante essa visita. Do total de 87 trabalhadores que responderam 62 foram selecionados como sujeitos da pesquisa pelos critérios já citados.

O instrumento de coleta de dados foi elaborado a partir de adaptação de instrumentos de pesquisas anteriores de Conte (2000) e Salve (2004), composto por perguntas abertas e fechadas.

Foram investigados os seguintes aspectos: i) características pessoais (idade e tempo de profissão); ii) estilo de vida (prática de atividade física; iii) prevalência de doenças não transmissíveis; iv) condições de ambiente de trabalho (estrutura, localização e condições das bancas).

Os indivíduos participantes da pesquisa foram alocados em dois grupos que se subdividiram em dois subgrupos cada um, formando um total de quatro subgrupos.

Os dois grupos foram formados por:

1º grupo (G1) indivíduos sedentários, subdivididos em dois subgrupos:

G1A- indivíduos sedentários e que consideram seu ambiente de trabalho com condições ambientais de nível maior ou igual a 5 pontos;

G1B- indivíduos sedentários e que consideram seu ambiente de trabalho com condições ambientais de nível menor que 5 pontos;

2º grupo (G2) indivíduos ativos também foi subdividido em dois grupos:

G2A- indivíduos ativos e que consideram seu ambiente de trabalho com condições ambientais de nível maior ou igual a 5 pontos;

G2B- indivíduos ativos e que consideram seu ambiente de trabalho com condições ambientais de nível menor que 5 pontos.

Classificou-se de sedentários (G1) os indivíduos que não praticavam atividade física de forma planejada, estruturada e repetitiva, ou melhor, não praticavam nenhuma atividade aeróbia no decorrer dos últimos seis meses (GONÇALVES, 1996). Os que praticavam atividade física segundo os critérios acima foram considerados pessoas ativas (G2).

SALVE, Mariângela  
Gagliardi Caro.  
Ambiente  
de trabalho  
sedentarismo  
e doenças não  
transmissíveis de  
trabalhadores de  
bancas de jornal.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 28, n. 3, p.  
257-266, 2009.

SALVE, Mariângela  
Gagliardi Caro.  
Ambiente  
de trabalho  
sedentarismo  
e doenças não  
transmissíveis de  
trabalhadores de  
bancas de jornal.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 28, n. 3, p.  
257-266, 2009.

Para a classificação dos grupos G1 e G2 em subgrupos “A” e “B” gerando os quatros subgrupos: G1A, G1B, G2A e G2B, buscou-se um método de pontuação que levava em consideração os aspectos do Quadro 1.

Quadro 1 - Características dos ambientes e pontuação atribuída.

Características dos ambientes	pontuação
espaço físico adequado (mais que 10m <sup>2</sup> )	2
temperatura ambiental adequada	2
sanitário no local de trabalho	1,5
Refeitório no local de trabalho	1
Local sem poluição sonora	1,5
Local sem poluição atmosférica	2

Os dois subgrupos A (“G1A” e “G2A”) tiveram pontuação igual ou maior que 5 pontos e os dois subgrupos B (“G1B” e “G2B”) tiveram pontuação menor que 5, segundo estes critérios de pontuação acima citados.

Ficando então os quatros subgrupos assim classificados:

-G1A-homens, 25 a 35 anos, sedentários, em condições ambientais com pontuação maior ou igual a 5 pontos;

G2A- homens, 25 a 35 anos, ativos, em condições ambientais maior com pontuação maior ou igual a 5 pontos;

-G1B- homens, 25 a 35 anos, sedentários, em condições ambientais menor que 5 pontos;

-G2B- homens, 25 a 35 anos, ativos, em condições ambientais menor que 5 pontos.

A análise estatística foi executada por meio do pacote SPSS for Windows, onde foram processadas as informações pertinentes, após respectivo armazenamento dos dados coletados. São apresentadas as séries de distribuições de frequências absolutas e relativas, sob forma tabular, de acordo com Padovani (2001).

Respeitando os critérios adotados, os indivíduos foram assim alocados: G1A-n=16, G2A- n=14, G1B- n=20 e G2B- n=12.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados quanto as doenças não transmissíveis são apresentados abaixo, Tabela 1 e 2.

Tabela 1 - Distribuições de frequências de trabalhadores de bancas de jornal quanto a prevalência de doenças não transmissíveis.

Doenças não transmissíveis										
	G1A		G2A		G1B		G2B			
	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.
Sim	3	18,8	1	7,1	12	60	2	16,7	18	29
Não	13	81,2	13	92,9	8	40	10	83,3	44	38
Total	16	100	14	100	20	100	12	100	62	100

F.A...frequência absoluta

F.R...frequência relativa

Tabela 2 - Distribuições de frequências de trabalhadores de bancas de jornal quanto à morbidade por sistema orgânico.

SISTEMAS	G1A		G2A		G1B		G2B	
	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.	F.A.	F.R.
Respiratório	4	25	1	7,1	9	45	2	16,7
Circulatório	3	18,8	2	14,3	7	35	3	25
Digestivo	2	12,5	1	7,2	5	25	3	25
Osteomuscular	1	6,3	0	0	4	20	1	8,3
Endócrino, Nutricional, Metabólico	3	18,8	1	7,1	6	30	2	16,66

F.A...frequência absoluta

F.R...frequência relativa

Como visto nos resultados, constatou-se que a maioria, componentes dos grupos G1A e G1B, totalizando 36 (58,6%) indivíduos, foram considerados sedentários. Índice que se torna mais relevante se observamos que a população estudada é de homens jovens e que por isso, potencialmente, poderiam apresentar um maior interesse por atividades físicas ou esportivas.

Nas últimas décadas as doenças não transmissíveis lideram as causas de óbitos no Brasil, ultrapassando as doenças infecciosas e parasitárias, acarretando prejuízos à qualidade de vida (VILARTA, 2007). Diabetes, hipertensão arterial, neoplasias e insuficiência cardíaca são exemplos dessas enfermidades.

Gomes et al. (2001) também encontraram uma grande parcela de população sedentária ao avaliar 4.331 indivíduos, sendo 743 homens, na faixa de 30 a 45 anos, através de inquérito domiciliar. Observou-se que desses 66,4% declararam que realizavam pouca atividade física tanto no trabalho como no lazer.

Matos et al (2004) ao determinarem a prevalência de fatores de risco para doenças cardiovascular entre 1.191 funcionários do Cen-

SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Ambiente de trabalho sedentarismo e doenças não transmissíveis de trabalhadores de bancas de jornal. *Salusvita*, Bauru, v. 28, n. 3, p. 257-266, 2009.

SALVE, Mariângela  
Gagliardi Caro.  
Ambiente  
de trabalho  
sedentarismo  
e doenças não  
transmissíveis de  
trabalhadores de  
bancas de jornal.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 28, n. 3, p.  
257-266, 2009.

tro de pesquisa da Petrobras, encontraram 67,3% foram considerados sedentários. Concluíram que há necessidade de se implantar programas de promoção a saúde e prevenção de doenças no ambiente de trabalho.

Portanto, já é sabido através vários estudos, que o sedentarismo é fator de agravamento de doenças não transmissíveis e que a prática sistematizada da atividade física é fundamental para a saúde (POLLOCKI, WILMORE, 2003 PATE et al 1995 REYNOLDS et al 1990). Porém, o que se pretende demonstrar nesse estudo é que o fator ambiental também é potencialmente relevante no aumento da incidência dessas doenças.

Analisando os resultados dessa pesquisa, as doenças não transmissíveis foram apresentadas em grande escala. Aparece em primeiro lugar o grupo G1B (60%), sendo o mais comprometido, apresentando maior incidência em todos os sistemas. O segundo lugar ocupa o grupo G1A (18,8%), terceiro G2B (16,6%) e no último lugar G2A (7,1%). Nota-se que os grupos dos indivíduos sedentários e que consideram as bancas com condições inapropriadas são os mais afetados.

No caso do estudo de Marchi (2007), onde trata-se de uma população que tem um trabalho ativo, as doenças aparecem em um pouco mais de 20% da população, com diabetes, hipertensão, osteoporose/reumatismo e com menores prevalências foram listadas as seguintes: colesterol elevado, obesidade, problemas renais e neoplasias. Sendo que nesta pesquisa, no subgrupo G1B, onde as condições ambientais não são boas a incidência de doenças não transmissíveis em bem maior (60%) do que a porcentagem encontrada por Marchi (2007), ou seja, ao passo que no subgrupo composto por indivíduos sedentários ou de ambiente de trabalho e de boa qualidade a incidência dessas doenças é bem menor (18,7%) e muito próxima encontrada por ele, demonstrando que o ambiente de trabalho influencia no resultado desses índices.

Ainda, também comparando os resultados encontrados com a de Monteiro e Ilmarinen (2005) os quais avaliaram 43 indivíduos de 35 a 54 anos de idade, observa-se que 31,8% declaram possuir doenças no sistemas osteomusculares, sendo que no presente estudo, no grupo G2B apenas 8,3% declaram que as possuísse.

No sistema endócrino Monteiro e Ilmarinen (2005) chegaram a um índice de 7,4% sendo que entre os trabalhadores de banca de jornal (G1B) este índice foi maior 16,7%.

Pode-se verificar que tanto a falta da prática sistematizada de atividade física quanto às condições inapropriadas (espaço reduzido, ambiente desagradável, poluição, falta de refeitório e sanitários) tem

levado os trabalhadores a adoecer, principalmente quando há associação desses dois fatores de risco.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atividade laboral é fundamental para a realização do ser humano. É através desta que o homem conquista e desenvolvem muitos dos seus objetivos e realizações. Porém o processo de modernização exigiu que o seu trabalho, em muitos casos se tornasse sedentário.

Muitas vezes o trabalhador, em nossa sociedade contemporânea, submete-se à ambientes inadequados o que pode comprometer a sua qualidade de vida.

Este estudo constatou que há alta prevalência de doenças não transmissíveis entre os trabalhadores de bancas de jornal, sendo que há mais ocorrência entre os indivíduos sedentários e especialmente entre aqueles que consideram as bancas inadequadas.

Diante desses pressupostos, recomenda-se □ à população estudada, a prática sistematizada da atividade física. Quanto às bancas sugere-se que devam ser construídas respeitando condições mínimas, adequadas, em relação a espaços e estruturas apropriadas em termos de temperatura, com sanitários, refeitórios e evitando poluição ambiental e sonora.

Portanto, são vários os aspectos a serem cuidados e que irão repercutir diretamente na saúde do trabalhador, proporcionando-lhe melhor qualidade de vida ao prevenir as doenças não transmissíveis.

## REFERÊNCIAS

CONTE, M. Atividade física um paradoxo para a saúde: um estudo a partir de universitário recém ingressos ao curso de Medicina. Dissertação (Mestrado Ciências do Esporte)-Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, 2000.

FERREIRA FILHO, M. Saúde no trabalho. São Paulo: Rocca, 2000.  
GLINA, D.M.R.; ROCHA L.E.; BATISTA, M.L.; MENDONÇA, M.G.V. Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre o nexos com o trabalho e o diagnóstico, com base na prática. Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.17, n.3, p.607-616, 2001.

GOMES, V.B., SIQUEIRA, K.S, SICHIERI, R. Atividade física em uma amostra probabilística da população do Município do Rio de Janeiro. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.17. n.4, 2001.

SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Ambiente de trabalho sedentarismo e doenças não transmissíveis de trabalhadores de bancas de jornal. *Salusvita*, Bauru, v. 28, n. 3, p. 257-266, 2009.



SALVE, Mariângela  
Gagliardi Caro.  
Ambiente  
de trabalho  
sedentarismo  
e doenças não  
transmissíveis de  
trabalhadores de  
bancas de jornal.  
*Salusvita*, Bauru,  
v. 28, n. 3, p.  
257-266, 2009.

GONÇALVES, A. A contribuição da epidemiologia da atividade física para a área de educação física/ciências do esporte. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.17, n.2, p.161-166, 1996.

KATIMURA S. O ambiente e as condições de trabalho e a qualidade de vida. In: GONÇALVES, A, GUTIERREZ, GL, VILARTA, R. *Qualidade de vida no ambiente corporativo*. Campinas: IPES, 2005.

MARCHI, FL. Estudo da aptidão e fatores de riscos para as doenças crônicas não-transmissíveis em trabalhadores da limpeza urbana da cidade de Goiânia. Dissertação (Mestrado em Ciência do Esporte)-Faculdade de educação Física. Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2007. MATOS, M de F et al. Prevalência dos fatores de riscos para doença cardiovascular em funcionários do Centro de Pesquisa da Petrobras. *Arquivo Brasileiro de Cardiologia*, v. 82, n. 1, p. 1-4, 2004.

MONTEIRO, M.S.; ILMARINEN, J.; J da R GOMES. Capacidade para o trabalho, saúde e ausência por doença de trabalhadoras de um centro de pesquisa por grupos de idade. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v.30, n.112, p. 81-90, 2005.

MONTEIRO, L. H. Saúde coletiva e aptidão física de escolares de segundo grau: estudo a partir do Colégio Técnico Industrial - Unesp, Bauru. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 1993.

NAHAS, M. V.; CORBIN, C. B. Aptidão física e saúde nos programas de educação física: desenvolvimentos recentes e tendências internacionais. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília, v. 6, n. 2, p. 47-58, 1992.

PADOVANI, CR. Noções básicas de Bioestatística. . In: CAMPANA, A.O. et al. *Investigação científica na área médica*. São Paulo: Manole, p.153-202, 2001.

PATERR, PRATT M, BLAIR SN, HASKELL WL, MACERA CQ, BOUCHARD C et al. Physical activity and public health: recommendation from the centers for disease control and prevention and the American College of Sports Medicine. *JAMA*, v. 273, p. 402-7, 1995.

REYNOLDS KD, KILLEN JD, BRYSON SW, MARON DJ, TAYLOR CB, MACCOBY N et al. Psychosocial predictors of physical activity in adolescents. *Prev Med*, n.19, p.541-51, 1990.

ORGANIZAÇÃO PANAMERICANA DA SAÚDE. *Saúde no Brasil*, 2003.

SALVE, MGC. Efeitos da atividade física no sistema locomotor e nos hábitos de vida Tese (doutorado). Programa de Pós-Graduação

em Ciências do Desporto). Campinas, Universidade Estadual de Campinas, 2004.

POLLOCK, ML WILMORE, JH. Exercícios na saúde e na doença: avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação. Rio de Janeiro: Medsi, 1993.

SILVEIRA, VA. Trabalho e qualidade de vida dos trabalhadores de enfermagem em uma terapia intensiva pediátrica. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Departamento de Enfermagem Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2002.

VILARTA, R. Aspectos básicos da epidemiologia para o estudo em curso de graduação sobre a saúde coletiva e a atividade física. Campinas: IPES Editorial, 2007.

ZAMAI, C. A. et al. Estudo do conhecimento x incidência de fatores de risco entre escolares do ensino fundamental e médio. Revista Movimento e Percepção, Santo Antonio do Pinhal, v. 4, n. 5, p.110-125, 2004.

\_\_\_\_\_. Atividade física, saúde e doenças crônicas degenerativas: avaliação do nível de conhecimento entre escolares de Campinas. Revista Movimento e Percepção, Santo Antonio do Pinhal, v. 5, n. 7, p. 55-75, 2005.

SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Ambiente de trabalho sedentarismo e doenças não transmissíveis de trabalhadores de bancas de jornal. *Salusvita*, Bauru, v. 28, n. 3, p. 257-266, 2009.