

PREVALÊNCIA DE LOMBALGIA EM MOTORISTAS DE ÔNIBUS E SEUS FATORES DE RISCO

Everton Soares Cavalcante¹, Carlos Antônio Medeiros Borémⁿ

¹Faculdades Unidas do Norte de Minas/Fisioterapia, everton.scavalcante@yahoo.com.br.

ⁿFaculdades Unidas do Norte de Minas/Fisioterapia, carlos.borem@yahoo.com.br

Resumo- O Objeto deste estudo foi verificar a presença de Lombalgia nos motoristas de ônibus. A amostra foi constituída de 30 motoristas do gênero masculino, aos quais foi aplicado questionário estruturado e para a avaliação da intensidade algica foi utilizado a Escala Analógica Visual da Dor. A partir da análise dos dados, verificou-se que a média de idade entre os 30 indivíduos é de 40,6 (DP \pm 7,29) anos. No que se refere aos aspectos relacionados à jornada de trabalho, demonstrou que 36,7% sofrem tensão no trabalho, 56,7% fazem pausas durante a jornada de trabalho, no entanto, 50% consideram o trabalho excessivo, havendo queda na produção de 23,3%. A correlação *bivariada de Pearson* ($p < 0,05$) demonstrou quanto maior o nível de tensão maior será a queda de produção. No que se refere à lombalgia, 56,7% apresentam essa quadro, sendo que 46,7% da mesma tiveram início depois de exercer essa profissão de motorista de ônibus. Concluiu-se que a prevalência de Lombalgia nos motoristas de ônibus apresenta-se em níveis consideráveis, sendo que esse quadro iniciou-se após exercer essa profissão, afetando-os em idade produtiva.

Palavras-chave: Lombalgia, motoristas de ônibus, postura sentada.

Área do Conhecimento: Fisioterapia

Introdução

Dores na coluna vertebral é conseqüência do uso incorreto das posições assumidas pelo corpo, tanto quando o corpo esta na forma estática como na dinâmica. Biomecanicamente, as posturas assumidas durante o dia fazem com que a coluna se adapta a elas. Várias pessoas com modificações nas estruturas da coluna vertebral e que exibem posturas incorretas diariamente reclamam de dores na coluna, sendo mais freqüentes as reclamações localizada na região lombar (QUILIÃO, 2005).

Segundo THEODORO (2005) no decurso do trabalho, a maioria das pessoas assume posturas inadequadas por causa dos instrumentos utilizados e a má ergonomia do ambiente. A partir do período que esses motivos negativos não forem rejeitados, pode estar ocasionando fadiga muscular, resultante de algias e baixa da qualidade motora do individuo.

A lombalgia é estabelecida como dor situada na região lombar da coluna vertebral. É uma das patologias mais comuns do mundo ocidental, atingindo 70% a 80% da população em alguma época da vida (BERNI, 2005; SOUZA, 2005; QUILIÃO, 2005; NOVAES, 2006). Segundo SILVA (2004) aproximadamente 10 milhões de brasileiros ficam inaptos por motivo das dores lombares.

Segundo BOEING (2004) a lombalgia é uma das queixas de dor que causa grande aflição nas pessoas. As etiologias dessa patologia incluem vários fatores como as posturas incorretas,

sobrecarga na região lombar, trauma, modificações degenerativas na coluna, doença inflamatória, infecciosa ou neoplasias, sendo praticamente impossível determinar a causas em 80% dos casos. O Objetivo do presente estudo foi verificar a presença de lombalgia nos motoristas de ônibus, mensurando quais são as alterações mais freqüentes.

Metodologia

O delineamento do presente estudo caracterizou-se como pesquisa descritiva, quantitativa e de corte transversal com aplicação de questionário, aos motoristas de ônibus.

Foram selecionados aleatoriamente 30 motoristas de ônibus do gênero masculino, com faixa etária superiores a 18 anos, nas empresas de transporte de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

O presente estudo fez uso de questionário estruturado, onde foram coletados dados referentes a tempo de serviço, jornada de trabalho, realização de intervalos durante a jornada, queixa de dor na região lombar e quando essa dor se iniciou, o período e forma que a dor inicia, características e intensidade da dor, qual situação melhora esse quadro algico, prática esportiva, stress, instrumentos de trabalho, para coleta de dados relacionados às lombalgias. O presente estudo fez o uso da escala analógica visual da dor como instrumento para a avaliação da intensidade do quadro algico.

Os resultados da coleta de dados foram descritos em planilha do programa Excel e analisados pelo programa de análise estatística SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), para o tratamento estatístico foi utilizado a *Correlação Bivariada de Pearson*, com níveis de significância $p < 0,01$.

O estudo adotou os preceitos éticos de acordo com a Resolução nº 196, de 10 de outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde, garantindo aos sujeitos envolvidos na amostra, preservação dos dados e confidencialidade pela participação na pesquisa. Para tal, assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para que possam estar informados sobre a investigação do estudo e assegurados do resguardo de qualquer constrangimento e/ou risco de acidentes envolvidos ao estudo.

Resultados

A partir da análise dos dados, verificou-se que a média de idade entre os 30 indivíduos é de 40,6 (DP $\pm 7,29$) anos sendo que todos entrevistados são do gênero masculino. Em relação a prática de atividades desportivas, 22% realizam atividades físicas de 1 a 2 vezes por semana.

No que se refere aos aspectos relacionados à jornada de trabalho, demonstrou que 36,7% sofrem tensão no trabalho, 56,7% fazem pausas durante a jornada de trabalho, no entanto, 50% consideram o trabalho excessivo ocorrendo hora extra do em média de duas horas, havendo queda na produção de 23,3%. Quanto aos instrumentos de trabalho 23,3% da amostra consideram inadequados.

A queda de produção e a intensidade da dor apresentam significância estática, demonstrando assim, quanto maior a intensidade da sensação algica maior será queda de produção (quadro I).

Quadro I - Correlações Entre a queda de Produção Profissional e Intensidade da Dor

Correlations			
		Queda da produção profissional	intensidade da Sensação da dor
Queda da produção profissional	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 30	-,548** ,002 30
intensidade da Sensação da dor	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,548** ,002 30	1 30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Com relação à dor na coluna lombar e característica da mesma, foi observado que, quanto maior a dor na coluna lombar maior será sua característica (quadro II).

Quadro II - Correlações entre a Dor na Coluna Lombar e Sua Característica

Correlations			
		Dor na coluna lombar	Característica da dor
Dor na coluna lombar	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 30	,738** ,000 30
Característica da dor	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,738** ,000 30	1 30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Em relação à dor na coluna lombar e a sensação após a jornada de trabalho, foi observado que quanto maior a dor na coluna lombar maior será a sensação algica após a jornada de trabalho (Quadro III).

Quadro III - Correlações entre Dor na Coluna Lombar e Sensação Após a Jornada de Trabalho

Correlations			
		Dor na coluna lombar	Sensação após jornada de trabalho
Dor na coluna lombar	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 30	-,507** ,004 30
Sensação após jornada de trabalho	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,507** ,004 30	1 30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Quanto à sensação de dor, 73,3% queixam dessa sensação após a jornada de trabalho, sendo que desses 40% dos motoristas de ônibus sentem fadigados, 13,3% com dores musculares e 20% com mais de uma sensação algica após a jornada de trabalho.

No que se refere à lombalgia, 56,67% da amostra apresentam esse quadro algico, sendo que 46,67% da mesma tiveram inicio depois de exercer essa profissão de motorista de ônibus.

Independente do período em que a dor se inicia, 43,3% caracteriza-se como dor crônica (lenta) 13,3% aguda (brusca) e 43,3% da amostra não apresenta nenhum quadro algico.

Em relação à intensidade algica, 36,67% apresentam esta dor com intensidade moderada, 10% com dor de forte intensidade, 6,67% dor de fraca intensidade e 3,33% dor intensidade insuportável.

Em relação à característica algica, observou-se que 13,3% apresentam característica em queimação, 10% em sensação de peso, 6,7% em pontada, 3,3% irradiada, 3,3% formigamento e

20% apresentam-se com mais de uma característica algica.

Discussão

No estudo de Bréder et al. (2006) com uma amostra de 20 motoristas de ônibus, demonstrou uma baixa correlação entre as variáveis pesquisadas, onde a amostra não apresentou uma distribuição normal, já neste estudo as variáveis pesquisadas apresentaram uma alta correlação, demonstrando níveis significativos ($p < 0,05$) em um estudo com uma população maior.

Concordando com Theodoro (2005) quando descreve que as posturas incorretas assumidas durante o trabalho existem efetivamente em diversos cargos e funções. O desgaste do corpo provoca o aparecimento de doenças referidas à especialidade profissional do indivíduo, além das diversas causas de acidentes no local de trabalho, em que suas reais evidências também estão referidas com tipo de trabalho realizado, e quando é relatado por Bréder (2006) que a ocorrência de problemas que atingem a coluna vertebral, provocando dor, é tão repetida que deveriam ser tratados como epidemia social.

Estamos de acordo com Berni (2005) e Campos (2004) quando diz que a dor lombar representa como uma das grandes causas de aflição física, tendo maior frequência em homens com faixa etária a partir dos 40 anos, afetando uma população de idade produtiva.

De acordo com Moraes (2002), ao manter a postura sentada por longos períodos associados ao estresse psicológico e físico decorrente das condições do trânsito, torna o motorista alvo de doenças ocupacionais.

Concordamos com Zapater (2004) quando afirma que o estresse postural prolongado, carga excessiva ou repetida durante a jornada de trabalho, aplicação de forças dinâmicas irregulares sobre o corpo parado ou em movimento, ou ainda por movimentos inesperados que estabelece estresses mecânicos sobre o corpo podem provocar dor na coluna lombar.

As horas extras provocam sobrecargas para aqueles que permanecem na mesma atividade extra-jornada, sobrecarregando a musculatura e articulações, o que tornara mais intenso os sintomas (IIDA, 1990).

A ausência de atividades desportivas também é um fator contribuinte, apenas uma pequena porcentagem de motorista deste estudo relatou praticar qualquer tipo de atividade desportiva. De acordo com Moraes (2002), o sobrepeso pode ser considerado um desencadeante de problemas osteo-musculares, o que pode agravar assim o quadro algico destes trabalhadores.

Conclusão

No presente estudo algumas evidências indicam que os instrumentos de trabalho poder ser um dos fatores etiológicos das lombalgias, e ainda baixos índice de atividades desportivas estaria contribuindo para o agravamento desse quadro.

A partir desses achados foi possível observar que além das lombalgias, o trabalho excessivo e a hora-extra pode está causando um alto nível de tensão no trabalho e assim influenciando no rendimento de produtividade profissional.

Os indivíduos que apresentam dores na região lombar poderiam está prevenindo o agravamento desse quadro, e aqueles que não apresentam o quadro, estariam contribuindo para o aparecimento ou agravamento desta patologia, pois a falta de conhecimento e pratica de atividade física aumenta à intervenção terapêutica, sendo que a mesma melhora o quadro algico com terapêutica medicamentosa e principalmente repouso.

Um outro ponto relevante foi o tempo de serviço e intensidade algica, pois os que exercem esta profissão há mais tempo apresentam quadro algico com intensidade moderada.

Um aspecto interessante deve ser ressaltado em relação à idade, pois os indivíduos que apresentaram um maior índice de dores musculares foram os que tiveram a media de idade mais elevada.

Concluiu-se que a prevalência de lombalgias nos motoristas de ônibus interurbanos de montes claros apresenta-se em níveis consideráveis, sendo que esse quadro teve inicio depois de exercer essa profissão de motorista de ônibus, afetando-os em idade produtiva.

Referências

- BERNI, A. et al. Estudo Comparativo do tempo de aplicação da estimulação elétrica nervosa transcutânea modo acupuntura em pacientes com lombalgia crônica. *Terapia Manual*, 2005, v.3 (14), p. 562 – 565.
- BOEING, M. Análise da Eficácia de Técnicas de Mobilização Neural Para Pacientes Com Lombociatalgia. 2004. n. 02 (Obtenção do título de Graduação em Fisioterapia) Universidade Estadual do Oeste do Paraná. Cascavel. 2004.
- BRÉDER, V. F. et al. Prevalência de Lombalgia em Motoristas de Ônibus Urbano. *Fisioterapia Brasil*, v. 7, n. 4, junho/agosto de 2006.
- CAMPOS, E. S. D. Distúrbios Músculo-Esqueléticos Em Trabalhadores de Um Centro de Informática: Um Enfoque À Dor Lombar. 2004.

(Dissertação de Mestrado) – Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2004.

- IIDA, I Ergonomia: projeto e produção. São Paulo: Edgard Blücher, 1990.

- LOPES, P. M., et al. Isostretching no Tratamento da Lombalgia Crônica. *Fisioterapia Brasil*. V. 7, n. 2 p. 99-103, março/abril, 2006.

- MARINHO, L. P.; KAHL, M. L. F. As Hérnias de Disco e o Trabalho. *Revista da Saúde: Enfermagem, Fisioterapia, nutrição, Farmácia, Psicologia*. Bagé-RS, v. 07, p.126-134, janeiro/junho, 2003.

- MORAES, L. F. S. Os princípios das cadeias musculares na avaliação dos desconfortos corporais e constrangimentos posturais em motoristas do transporte coletivo. 2002. Dissertação de Mestrado. UFSC

- NOVAES, F. S.; SHIMO, A. K. K.; LOPES, M. H. B. M. Lombalgia Na Gestaçã. *Revista Latino-am Enfermagem*, v.14, n.4, p. 620-4, julho-agosto de 2006.

- QUILIÃO, P. L.; MARTINEZ, F. Caracterização de Praticantes de Musculação em Academia de Alegrete – RS que Apresentam Dor Lombar. *Terapia Manual, Londrina*, v. 3, n. 13, p. 511 – 516, jul. 2005 / Set.2005.

- SILVA, M. C.; FASSA, A. C. G.; VALLE, N. C. J. Dor Lombar Crônica Em Uma População Adulta do Sul do Brasil: Prevalência E Fatores Associados. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 377-385, mar - abr, 2004.

- SOUZA, A. C. E. et al. Análise Baropodométrica E Incidência de Dor Lombar Em Funcionários dos Setores Administrativos da Universidade do Vale do Paraíba. *Terapia Manual*, 2005, v. 3 (14), p. 590 – 594.

- THEODORO, P. F. R. Análise da Flexibilidade Em Mulheres Trabalhadoras. *Movimento & Percepção*, Espírito Santo de Pinhal, SP, v.5, n.7, jul./dez. 2005 – ISSN 1679-8678.

- ZAPATER, A. R. et al. Postura Sentada: A Eficácia de Um Programa de Educação Para Escolares. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 9, n. 1, p. 191-199, 2004.