

CARACTERIZAÇÃO DOS HÁBITOS DE VIDA DOS TRABALHADORES DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE¹

Mirella Alves de Souza², Aiadni Catunda Da Cruz³, Jefferson Paixão Cardoso⁴.

RESUMO

A Atenção Primária à Saúde (APS) visa promover, prevenir, diagnosticar, tratar, reabilitar, reduzir danos, oferecer cuidados paliativos e realizar vigilância em saúde. O presente estudo transversal analisou os hábitos de vida dos trabalhadores da atenção primária à saúde e sua relação com a qualidade de vida, e é parte de um projeto-mãe intitulado "Impactos Ocupacionais, Econômicos e de Saúde dos Acidentes de Trabalho em Trabalhadores da Atenção Primária à Saúde". Foi realizado no município de Jequié-Bahia, no ano de 2024, com uma amostra de 646 participantes em 29 Unidades de Saúde da Família (USF) da cidade. Para a análise desse estudo, utilizou-se o software STATA. Os resultados mostram que a maioria dos participantes são mulheres (80,34%), identificam-se como "mulher cis" (78,17%), têm filhos (76,16%), são casados (48,60%), possuem ensino técnico (31,41%), são pardos (58,54%) e têm renda familiar de 2,1 a 4 salários mínimos (36,29%). Apesar de serem suficientemente ativos ao longo da vida, o nível de atividade diminui com o tempo. Atividades de lazer sociais são comuns (63,16%), mas apenas 47,06% estão satisfeitos com o tempo destinado a elas, enquanto 40,09% expressam insatisfação, indicando impacto negativo na qualidade de vida, possivelmente devido à carga de trabalho exaustiva.

PALAVRAS-CHAVE: Atenção Primária à Saúde, Hábitos de vida, Trabalhadores da saúde.

¹ Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Entidade financiadora da pesquisa)

² Graduanda em Fisioterapia, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Av. José Moreira Sobrinho – Jequiezinho, Jequié – BA, 45205-490

³ Doutoranda no Programa de pós graduação de enfermagem e saúde, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Av. José Moreira Sobrinho – Jequiezinho, Jequié – BA, 45205-490

⁴ Professor titular, orientador, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Av. José Moreira Sobrinho – Jequiezinho, Jequié – BA, 45205-490

CHARACTERIZATION OF THE LIFESTYLE HABITS OF PRIMARY HEALTH CARE WORKERS

ABSTRACT

Primary Health Care (PHC) aims to promote, prevent, diagnose, treat, rehabilitate, reduce harm, provide palliative care, and conduct health surveillance. This cross-sectional study analyzed the lifestyle habits of primary health care workers and their relationship with quality of life, and is part of a mother project entitled "Occupational, Economic, and Health Impacts of Work Accidents on Primary Health Care Workers". It was carried out in the municipality of Jequié-Bahia, in 2024, with a sample of 646 participants in 29 Family Health Units (USF) in the city. For the analysis of this study, the STATA software was used. The results show that most participants are women (80.34%), identify as "cis women" (78.17%), have children (76.16%), are married (48.60%), have technical education (31.41%), are brown (58.54%) and have a family income of 2.1 to 4 minimum wages (36.29%). Despite being sufficiently active throughout life, the level of activity decreases over time. Social leisure activities are common (63.16%), but only 47.06% are satisfied with the time spent on them, while 40.09% express dissatisfaction, indicating a negative impact on quality of life, possibly due to the exhausting workload.

KEYWORDS: Health workers, Lifestyle habits, Primary Health Care.

INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS) confere um conjunto de ações individuais ou coletivas, que além de promover a saúde, trabalham com a prevenção de agravos, diagnóstico, tratamento, reabilitação, redução de danos e manutenção de saúde (Brasil, s.d).

Dentro desse âmbito, se enquadram os profissionais da APS, que estão vinculados à Rede de Atenção do Sistema Único de Saúde (SUS). Por se tratar de um contexto em que os trabalhadores lidam diariamente com problemas relacionados à saúde populacional, o ambiente de trabalho pode ser frequentemente exaustivo, um fator que impacta diretamente na sua qualidade de vida (Monteiro *et al.*, 2024).

Portanto, é importante conhecer os Hábitos de Vida (HV) desses trabalhadores, e entender o impacto profissional. Um estudo de 2020 com médicos da atenção básica, revelou que a combinação de seus HV e as condições de trabalho gera desgastes físicos, emocionais e deficiências na adesão de comportamentos saudáveis (Vidal *et al.*, 2022).

Quanto ao impacto dos HV desses trabalhadores, uma pesquisa realizada com 235 trabalhadores da saúde apontou um Estilo de Vida (EV) "muito bom", com uma maioria significativa (92,8%). Mesmo com resultado satisfatório, uma parcela menor (7,2%), mas também significativa, apresentam um EV pouco saudável, e que provavelmente necessitam de intervenções quanto aos seus HV (Rocha *et al.*, 2019).

A literatura evidencia os diferentes EV dos trabalhadores da saúde e a necessidade de intervenções quanto aos seus HV, entretanto, ainda são escassos os estudos a respeito dos HV desses trabalhadores e sua relação com a qualidade de vida. Logo, o presente estudo visa conhecer os hábitos de vida dos trabalhadores da atenção primária à saúde e compreender a relação desses hábitos com a sua qualidade de vida.

MATERIAIS E MÉTODOS

Esse estudo se caracteriza como um estudo transversal, do tipo quantitativo, e é parte de um projeto-mãe intitulado "Impactos Ocupacionais, Econômicos e de Saúde dos Acidentes de Trabalho em Trabalhadores da Atenção Primária à Saúde" que trata-se de uma coorte prospectiva. A presente proposta é baseada na coleta de dados da primeira onda de seguimento do estudo, realizada em 2024.

O estudo foi realizado no município de Jequié, Bahia, abrangendo trabalhadores da Atenção Primária à Saúde (APS) da zona urbana e rural. Participaram do estudo todos os trabalhadores da Atenção Primária à Saúde do município. Segundo informações do Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (CNES) para janeiro de 2023, o tamanho total da população de trabalhadores da APS de Jequié é de 1.138 pessoas. O critério de exclusão desta pesquisa foi o afastamento dos trabalhadores de suas atividades na APS por licença ou cargo eletivo com período superior a quatro meses.

Para a coleta de dados, foi utilizado um instrumento padronizado nos formatos eletrônico e impresso que continham: informações sociodemográficas; informações ocupacionais; comportamentos de saúde e hábitos de vida; condições de saúde física e puerpério; acidentes de trabalho.

A coleta foi realizada por equipe treinada, formada por discentes e docentes da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Primeiramente, os trabalhadores foram informados sobre os objetivos do estudo e como funcionaria a coleta, e ao aceitarem participar da pesquisa, foram orientados a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A pesquisa ocorreu de forma presencial, no qual os pesquisadores visitaram as unidades de saúde, com agendamento prévio, utilizando celulares para a aplicação do questionário digital, e o instrumento impresso quando não havia o aparelho eletrônico disponível para a utilização.

As variáveis analisadas neste estudo estão contidas no bloco de hábitos de vida e de informações sociodemográficas. Esse trabalho apresentou como enfoque as variáveis: sexo, identidade de gênero, filhos, situação conjugal, escolaridade, raça/etnia, renda familiar, hábitos de prática de atividade física e atividades de lazer.

É importante ressaltar que o projeto base obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (CAAE: 98472718.2.0000.0055). Além disso, atendendo a resolução número 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, todos os participantes do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE. Após a coleta, os dados foram tabulados com o software STATA® (versão 14.0), e o tipo de análise estatística desses dados trata-se de uma análise uni e bivariada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme os resultados apresentados (Tabela 1), foi possível observar que os trabalhadores da APS são majoritariamente do sexo feminino $n= 519$ (80,34%), se identificam em sua maioria como “Mulher cis” $n=505$ (78,17%) e grande parte desse público possui filhos $n= 492$ (76,16%). Quanto à situação conjugal dos participantes, foi predominante os indivíduos que se apresentaram como “casados” $n= 312$ (48,60%) e “solteiros” $n= 185$ (28,62%).

Em relação ao grau de escolaridade desses indivíduos, a maior parcela da pesquisa apresentou como último nível de ensino o “Nível médio” $n= 201$ (31,41%). Quanto à raça/cor, $n= 370$ (58,54%) se autodeclararam pardos, o que corresponde a maior parte da amostra pesquisada. E por fim, quanto ao rendimento bruto familiar, $n=225$ (35,66%) afirmaram receber entre 1 a 2 salários mínimos, o que se aproximou com os que recebem de 2,1 a 4 salários mínimos $n=229$ (36,29%).

Os resultados dessa amostra apontam uma relação condizente entre os achados na literatura, quanto ao sexo dos trabalhadores da saúde, que apresentam o sexo feminino em sua grande maioria, entretanto há um contraponto na pesquisa quanto ao último nível de ensino dos participantes, que foi apresentado em maior parcela o “nível médio”, o que foi divergente com os achados que evidenciaram maior frequência em trabalhadores que tem como formação a pós-graduação (Marinho *et al.*, 2022).

A tabela 2 apresenta as características dos hábitos de vida dos trabalhadores da atenção primária à saúde no município. Para isso, foi analisado o nível de atividade física em diferentes cursos da vida do indivíduo, no qual $n= 246$ (39,11%) apresentaram-se como “Ativos”, resultado bem próximo daqueles que se apresentaram como “insuficientemente ativos” $n= 231$ (36,72%). Durante as outras fases da vida, os participantes se classificaram majoritariamente como “Ativos”, entretanto observou-se uma diminuição da quantidade de pessoas consideradas fisicamente ativas a partir dos 10 anos.

A respeito das atividades de lazer, apenas uma pequena parcela da amostra apontou não participar de nenhuma atividade de lazer n= 80 (12,38%). As atividades mais prevalentes entre os participantes foram as atividades de cunho social e atividades físicas, n= 408 (63,16%) e n= 314 (48,61%), respectivamente. Apesar da maior parte dos trabalhadores afirmarem estar satisfeitos quanto ao tempo direcionado às atividades de lazer n=304 (47,06%), um número significativo demonstrou não estar satisfeito com esse tempo n= 259 (40,09%), o que corrobora com os achados na literatura que apontam que a carga exaustiva do trabalho muitas vezes resulta numa insatisfação do trabalhador quanto a sua qualidade de vida.

CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES

Conclui-se que há uma prevalência de mulheres trabalhando nas unidades básicas de saúde, sendo a maioria com filhos e casadas, o que implica numa dupla jornada de trabalho. Essa prevalência pode explicar alguns fatores apresentados nos resultados, como a diminuição de atividades físicas com o passar dos anos, bem como a insatisfação quanto às atividades de lazer.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde. **Atenção Primária à Saúde**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/saiba-mais-sobre-a-aps>. Acesso em: 10 out. 2024.
2. MARINHO, Maristela R. et al. Perfil dos trabalhadores da Atenção Primária à Saúde e proteção de riscos ocupacionais na pandemia da Covid-19 no Brasil. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 20, 2022, e00375195. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-ojs375>
3. MONTEIRO, A. et al. Qualidade de vida do trabalhador na atenção primária à saúde. **Acervo Mais**, 2024. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/15671/8581>. Acesso em: 11 out. 2024.
4. ROCHA, S. et al. Estilo de Vida dos trabalhadores da saúde atuantes no norte de Minas Gerais. **Enfermagem em Foco**, 2019. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/2266>. Acesso em: 13 out. 2024.
5. VIDAL, T. et al. Hábitos de vida e condições de trabalho dos profissionais médicos da atenção básica. **Acervo Mais**, 2022. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/10371/6222>. Acesso em: 13 out. 2024.

TABELAS E FIGURAS:

TABELA 1: Características sociodemográficas dos trabalhadores da atenção primária à saúde no município de Jequié-BA, 2024.

VARIÁVEIS	N	%
Sexo		
Feminino	519	80,34
Maculino	127	19,66
Identidade de gênero		
Não binário	5	0,77
Mulher cis	505	78,17
Homem cis	127	19,66
Mulher trans/transexual/ transgênero	2	0,31
Homem trans/transexual/ transgênero	0	0
Intersex	0	0
Não sabe/ não quis responder	7	1,09
Filhos		
Sim	492	76,16
Não	152	23,53
Situação conjugal		
Solteiro	185	28,82
Casado	312	48,60
União consensual, União estável	81	12,62
Viúvo	18	2,80
Divorciado/Separado/Desquitado	46	7,17
Escolaridade		
Fundamental	10	1,41
Médio	361	56,41
Superior	143	22,34
Especialização	126	19,69
Raça		
Branca	129	20,41

Amarela (Oriental)	3	0,47
Parda	370	58,54
Origem Indígena	2	0,32
Preta	123	19,46
Não sabe	5	0,79

Renda bruta familiar

Menor que 1 salário mínimo	7	1,11
De 1 a 2 salários mínimos	225	35,66
De 2,1 a 4 salários mínimos	229	36,29
De 4,1 a 6 salários mínimos	99	15,69
Acima de 6 salários mínimos	71	11,25

Fonte: Dados da pesquisa, 2024

TABELA 2: Características dos hábitos de vida dos trabalhadores da atenção primária à saúde no município de Jequié-BA, 2024.

VARIÁVEIS	N	%
Prática de atividades físicas atualmente		
Ativo	246	39,11
Insuficientemente ativo	130	20,67
Não ativo	231	36,72
Não se aplica	22	3,50
Prática de atividades físicas aos 40 anos		
Ativo	205	48,93
Insuficientemente ativo	81	19,33
Não ativo	121	28,88
Não se aplica	12	2,86
Prática de atividades físicas aos 30 anos		
Ativo	260	48,69
Insuficientemente ativo	107	20,04
Não ativo	146	27,34
Não se aplica	21	3,93
Prática de atividades físicas aos 20 anos		
Ativo	319	52,73
Insuficientemente ativo	116	19,17
Não ativo	155	25,62
Não se aplica	15	2,48
Prática de atividades físicas aos 10 anos		
Ativo	349	55,93

Insuficientemente ativo	87	13,94
Não ativo	161	25,80
Não se aplica	27	4,33
Prática de atividades físicas aos 05 anos		
Ativo	314	50,73
Insuficientemente ativo	86	13,89
Não ativo	166	26,82
Não se aplica	53	8,56
Atividades regulares de lazer		
Não participo de nenhuma atividades de lazer	80	12,38
Atividades práticas ou manuais	84	13,00
Atividades sociais	408	63,16
Atividades Físicas	314	48,61
Atividades intelectuais	297	45,98
Atividades artísticas	91	14,09
Atividades turísticas	231	35,76
Satisfação quanto ao tempo direcionado às atividades de lazer		
Sim	304	47,06
Não	259	40,09

Fonte: Dados da pesquisa, 2024