



Tipo de trabalho: trabalho completo

Seção: Atenção Integral à Saúde

ATENÇÃO À SAÚDE DOS CAMINHONEIROS: UMA ATIVIDADE INTERDISCIPLINAR DA SAÚDE¹

ANNA CAROLINA MEDING², CAMILA FAGUNDES CANTARELLI³, ISABELE DEDJANE DO
NASCIMENTO BERWIG⁴, JANITY THAIZE FENSTERSEIFER⁵, MARIA EDUARDA DA SILVA
GOLLER⁶; EILAMARIA LIBARDONI VIEIRA⁷.

¹Projeto integrador: Atenção à Saúde do Trabalhador que atua como caminhoneiro desenvolvido pela UNIJUÍ; Trabalho da disciplina de projeto integrador: atenção à saúde; projeto realizado no CEREST - Missões Centro Regional de Referência em Saúde do Trabalhador de Ijuí e região.

²Acadêmica do curso de Fisioterapia na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. E-mail: anna.meding@sou.unijui.edu.br;

³Acadêmica do curso de Fisioterapia na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. E-mail: camila.cantarelli@sou.unijui.edu.br;

⁴Acadêmica do curso de Nutrição na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. E-mail: isabele.berwig@sou.unijui.edu.br;

⁵Acadêmica do curso de Biomedicina na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. E-mail: janity.fensterseifer@sou.unijui.edu.br;

⁶Acadêmica do curso de Biomedicina na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. E-mail: maria.goller@sou.unijui.edu.br;

⁷Nutricionista, Doutora em Desenvolvimento Regional, docente da disciplina de Projeto Integrador II atenção à Saúde, da Graduação Mais, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. E-mail: eilamaria.vieira@unijui.edu.br.

RESUMO

Introdução: A atenção à saúde do trabalhador como o caminhoneiro traz alguns desafios, devido à dificuldade dos mesmos em manter hábitos saudáveis e avaliações médicas regulares, apresentando assim maior risco em desenvolver doenças metabólicas. **Objetivo:** O trabalho teve como objetivo investigar o estado de saúde dos caminhoneiros e demonstrar estratégias de atenção à saúde desses profissionais. **Método:** O trabalho se caracteriza como pesquisa qualitativa, quantitativa e estudo de campo realizado com 29 caminhoneiros que aceitaram participar da ação e um posto de combustível. Foi aplicado um questionário com perguntas abertas e fechadas, aferição da pressão arterial e glicemia. **Resultados:** Para o índice de massa corporal, os caminhoneiros apresentavam os seguintes resultados: 3,4% com peso normal, 46% com sobrepeso, 34,5% com obesidade grau 1, 6,9% obesidade grau 2 e 6,9% com obesidade grau 3. Em relação a aferição da pressão arterial 55,17% dos caminhoneiros foram classificados como hipertensos. Dos caminhoneiros participantes do trabalho, 10,34% tinham diagnóstico de diabetes mellitus. Quando questionados sobre as refeições 51,7% referem realizar 3 refeições diárias, 37,9% 2 refeições diárias, 6,9% realizam refeições de 3 em 3 horas e 3,4% relatam ficar



em jejum por mais de 8 horas diariamente. **Conclusão:** As doenças metabólicas são as principais problemáticas que acometem os caminhoneiros, classe trabalhadora que exerce função fundamental na economia de nosso país. Diante disso, nota-se a necessidade de ofertar atendimento de saúde diferenciado para tratamento e prevenção.

INTRODUÇÃO

O trabalhador que atua como caminhoneiro tem grande importância para toda a população e considerando o tipo de trabalho, onde ficam longos períodos fora de casa, não conseguem estabelecer momentos de autocuidado, o que denota uma rotina laboral e estilo de vida não saudável, interferindo na saúde destes profissionais (NARCISO; MELLO, 2017).

Tais hábitos de vida que não favorecem o autocuidado e à saúde, dificultando uma alimentação não saudável, também ficam mais expostos ao sedentarismo, doenças sexualmente transmissíveis, uso indiscriminado de álcool e tabaco, ainda uso de drogas, a fim de se manterem acordados durante as viagens (MELLO et al., 2008; CAVAGIONI; PIERIN. 2010; ALESSI; ALVES, 2015).

Estudos recentes indicam uma associação aos determinantes do risco laboral, embora percebessem sua influência na saúde, mostraram-se pouco estimulados quanto ao autocuidado e apontaram como incompatível às rotinas laborais (ALVES, 2009; BATISTA et al., 2021; ROCHA et al. 2022). Diante desse contexto, este estudo teve como objetivo analisar o nível das doenças metabólicas como diabetes, hipertensão e obesidade acometidas por motoristas de caminhões.

Os estudos de Narciso e Melo (2017), buscaram discutir a alteração da Lei dos motoristas profissionais nº 12.619 de 30/4/2012c por meio da Lei nº 13.103 de 2/3/2015d e os aspectos referentes ao sono, jornadas de trabalho e segurança dos motoristas que trafegam nas rodovias brasileiras. Batista et al. (2021) estudaram a percepção de saúde e sua relação com as condições de trabalho entre caminhoneiros do estado de Sergipe. Também Rocha et al. (2022), investigaram o reflexo da profissão na saúde e qualidade de vida dos caminhoneiros.

Nesse sentido o estudo teve como objetivo por contribuir com o debate a respeito do tema, buscando analisar o nível das doenças metabólicas como diabetes, hipertensão e obesidade acometidas por motoristas de caminhões, tendo como objeto de estudo motoristas de



caminhões que participaram de uma ação em prol da saúde destes profissionais, realizado em um posto de combustível de Ijuí (RS).

METODOLOGIA

O trabalho referente ao componente curricular Projeto Integrador: Ser Biológico e Social dos cursos da saúde da UNIJUÍ realizado em parceria com o CEREST Missões de Ijuí, RS se caracteriza como pesquisa qualitativa e quantitativa com estudo de campo que é uma forma de verificar os dados obtidos e analisá-los de forma estatística para conseguir determinar a validade de uma hipótese, tendo os resultados em forma de número e porcentagens. Também foram desenvolvidas as pesquisas qualitativa e pesquisa de campo, na qualitativa é a qual se refere a investigação de evidências baseadas em dados verbais e visuais tendo seus dados coletados de forma sistemática, já a de campo é feita através da coleta de dados com a finalidade de observar fatos (GERHARDT; SILVEIRA, 2009).

Em um posto de combustível foi realizado um evento voltado para saúde do caminhoneiro, onde foram desenvolvidas as seguintes atividades: verificação de pressão arterial e teste de glicose; informações e orientações em saúde do trabalhador; divulgações de cursos e capacitações; aplicação de questionário e vacinação de covid-19, influenza, hepatite B, tétano, sarampo, caxumba/rubéola e febre amarela.

Foi aplicado um questionário com perguntas abertas e fechadas sobre: peso, altura, horário e como realizam as refeições, quantidade aproximada de litros de água que ingerem, se possuem alguma doença das listadas e se realiza o tratamento, como é a qualidade do sono, se é possível realizar atividades físicas, qual a carga horária de trabalho exercida diariamente, se possui dificuldade de acessar a Unidade Básica de Saúde (UBS), se procuraria atendimento para avaliação periódica ou anual se fosse ofertado em posto de combustível ou posto de fiscalização ou empresa que aguarda carga.

Além do questionário para mensurar o estado de saúde destes trabalhadores, realizou-se o cálculo de Índice de Massa Corporal (IMC), utilizando o peso e a altura fornecidos ou medidos na balança disponibilizada pela SMS. Para a classificação do IMC foi utilizado a referência de COREN/RS, (2020).



Para o diagnóstico dos níveis pressóricos foi utilizada a recomendação de COREN/RS (2020) e para a avaliação dos resultados dos testes de glicemia capilar pós-prandial foram utilizadas as referências da Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes (PITITTO et al., 2022).

As entrevistas foram aplicadas pessoalmente pela equipe do projeto, sendo preenchido o formulário online pelo entrevistador e então tabulado através da plataforma do Google forms. Os resultados foram discutidos a partir de estudos científicos da área.

O público alvo do trabalho foram 29 caminhoneiros que aceitaram participar das ações do projeto. Foi entregue um folheto educativo com estratégias preventivas de atenção à saúde, visando melhorar os hábitos alimentares, o que auxilia na manutenção e prevenção de doenças metabólicas. Esse mesmo folder foi disponibilizado para acesso online, compartilhado com o CEREST para uso educativo e divulgado pelas acadêmicas do grupo nas redes sociais.

RESULTADOS

Baseando-se nos dados de peso e estatura, foi realizado o cálculo do IMC (Índice de Massa Corporal), e classificado conforme a recomendação da Organização Mundial da Saúde, adotada pelo COREN. Os caminhoneiros apresentavam os seguintes resultados: 3,4% (n=1) com peso normal, 46% (n=14) com sobrepeso, 34,5% (n=10) com obesidade grau 1, 6,9% (n=02) obesidade grau 2 e 6,9% (n=02) com obesidade grau 3. O que representa uma predisposição para desenvolver doenças metabólicas.

Em relação ao acesso a Unidade Básica de Saúde (UBS), 48,3% (n=14) relataram não encontrar dificuldade. Porém, o atendimento precisa ocorrer no dia em que for solicitado, pois não conseguem comparecer caso o atendimento seja agendado posteriormente. Portanto, o acesso seria mais fácil se fosse ofertado em postos de combustíveis.



Obteve-se também os resultados de 18 pessoas voluntárias sendo caminhoneiros e usuários dos posto de combustível para a para aferição de pressão arterial, onde destes, 38,8 % (n=7) estavam normotensos e 61,2% (n=11) estavam hipertensos. Um deles estava com pressão arterial em 170/120 mmHg, apresentando olho avermelhado e relatando uma pressão na cabeça e que estes sintomas já haviam se apresentado em outra crise hipertensiva, com auxílio da enfermeira do CEREST foi conversado e orientado para procurar um atendimento médico.

Também foram realizados testes de glicemia, os resultados obtidos pelos testes são todos de coletas pós-prandial onde dos 19 pessoas voluntários sendo estes caminhoneiros e usuários do posto de combustível, onde destes 52,6% (n=10) estavam com os valores entre 80-100 mg/dl, 26,3 % (n=5) estavam com os valores entre 100 - 120 mg/dl, 5,3% (n=1) estavam com os valores entre 120-140 mg/dl, 5,3% (n=1) estavam com os valores entre 140-199 mg/dl, 5,3% (n=1) estavam com os valores entre 200-300 mg/dl, 5,3% (n=1) estavam com os valores entre 300-400 mg/dl. Todos os que relataram ter diabetes estavam em tratamento com uso de medicação. Este último dado se refere a um caminhoneiro que teve o resultado de 335 mg/dl, notamos que o mesmo estava com obesidade grau 3 e relatou estar em tratamento de diabetes tipo II a alguns anos com o uso de insulina.

Constatou-se também uma alta porcentagem de indivíduos com doenças metabólicas manifestadas, sendo obesidade 34,48% (n=10), hipertensão 55,17% (n= 16) e diabetes 10,34% (n=3). Todos em tratamento com o uso de medicação.

Em relação a atividade física dos 29 caminhoneiros questionados 82,8% (n=24) não realizam atividade física, 13,8% (n=4) realizam caminhada, porém relataram serem curtas e poucas vezes na semana e 6,9% (n=2) realizam alongamentos.

Outro dado é a rotina alimentar, onde eles relatam conseguirem comer uma boa variedade de alimentos como arroz, feijão, carne, legumes e verduras, porém sem horário estabelecido referindo a ingestão de grandes quantidades poucas vezes ao dia e apesar dos buffet dos restaurantes serem bem variados percebem serem preparados com bastante gordura. Das 29 respostas, 51,7% (n=15) referem realizar somente 3 refeições diárias, 37,9% (n=11) somente 2 refeições diárias, 6,9% (n=2) realiza refeições de 3 em 3 horas e 3,4% (n=1) relata ficar em jejum por mais de 8 horas diariamente, inclusive que estava a mais de 24 horas em jejum.



Sobre a ingestão de água, das 51,7% (n=15) de 1 à 2 litros por dia, 37,9% (n=11) mais de 2 litros por dia e 10,3% (n=3) menos de 1 litro por dia.

A dificuldade em manter uma rotina saudável está ligada a jornada de trabalho desta classe trabalhadora ser elevada. Dos 28 caminhoneiros que responderam sobre a jornada de trabalho, 28,6% (n=8) trabalha por mais de 12 horas por dia, 28,6% (n=8) trabalha 10 horas por dia, 14,3% (n=4) trabalha 12 horas por dia, 17,9% (n=5) trabalha 8 horas por dia e 10,7% (n=3) trabalha 6 horas por dia.

A imagem 1, apresenta o folheto com dicas de estratégias para prevenir e controlar doenças metabólicas que foi entregue aos caminhoneiros, publicado nas redes sociais e disponibilizado para divulgação pelo CEREST.

Imagem 1: Folheto educativo para os caminhoneiros



DISCUSSÕES.

As práticas alimentares estão sujeitas a rotinas de trabalho, situação em destaque quando se fala dos motoristas de veículos pesados, que percorrem longas distâncias, realizando a maior parte das refeições em cozinhas improvisadas ou em restaurantes à beira de estrada. Dessa forma, por vezes tem dificuldade de encontrar determinados alimentos e muitas vezes não tem o tempo adequado de preparo ficando por horas sem se alimentar. Além disso, a grande oferta de produtos industrializados e semi prontos, são alguns fatores que contribuem para uma



alimentação considerada não saudável e adequada. Segundo Ugalde; Karsburg; Neves (2020) 90% dos caminhoneiros entrevistados não têm uma alimentação adequada o que contribui para o ganho de peso e outras doenças associadas.

O trabalho de Saron et al. (2022) observou o sobrepeso em 43,47% dos 122 entrevistados, sendo relacionado ao estilo de vida, não prática de atividade física, hábitos alimentares não saudáveis e pouco acesso à informação de atenção à saúde. O desalinhamento da jornada de trabalho dos motoristas também foi citado como um possível fator determinante para o sobrepeso que pode elevar o risco de desenvolver doenças cardiovasculares.

Segundo Souza, et al. (2020) o diagnóstico de diabetes tipo 2 (DM2) tem forte relação com o sedentarismo e obesidade. Os motoristas de caminhão, em função da atividade, muitas vezes tem hábitos de vida pouco saudáveis, levando-os a serem sedentários, com alimentação pobre em frutas e hortaliças e sobrepeso (ALESSI; ALVES, 2025). O consumo de alimentos ricos em carboidratos simples, como a sacarose, também influenciam no desenvolvimento das doenças crônicas não degenerativas. E ainda pode-se destacar a grande oferta de ultra processados e fast foods nas conveniências dos postos de combustíveis, que são um local de parada segura dos caminhoneiros.

Pesquisa realizada por Loureiro et al. (2020) diagnosticou que 45,4% apresentaram alterações na glicemia, 52,8% apresentaram alterações na pressão arterial com os limites considerados acima da média nacional, 32,6% estavam em sobrepeso, 38,5 % eram obesos, 19,2 informaram ser tabagistas e 50,1 relataram consumir bebidas alcoólicas. Esses resultados, por vezes, associados com o consumo de alimentos não saudáveis e a falta de atividade física podem intensificar o aparecimento da síndrome metabólica, com riscos de problemas de saúde graves comprometendo a saúde desses trabalhadores.

A qualidade de vida do caminhoneiro está relacionada a jornada de trabalho, sendo que a distância percorrida, concomitante a outros fatores pode contribuir para o adoecimento destes profissionais. O trabalho de Souza et al. (2022) observou que, os caminhoneiros que percorreram mais de 3000 Km por semana apresentaram valores mais elevados da pressão arterial entre os pesquisados. E ainda destacam que a longa distância percorrida pelos caminhoneiros pode aumentar em cerca de duas vezes a chance desse profissional ter sua pressão arterial elevada.



CONCLUSÕES

Observou-se a presença significativa de doenças metabólicas como obesidade, hipertensão e diabetes mellitus, assim como a dificuldade em acesso a atendimento em saúde e em adotar e manter uma rotina saudável de alimentação e exercícios devido ao cumprimento do exercício da profissão.

O atendimento de saúde diferenciado para a classe trabalhadora como caminhoneiros, seja por atendimento prioritário é fundamental seja com Cartão de Saúde dos Caminhoneiros e das Caminhoneiras, como também pela oferta de atendimento de UBS instalados estrategicamente junto a postos de combustíveis ou outros locais de parada são relevantes por serem compatíveis com suas rotinas diárias.

Ações de atenção à saúde interdisciplinar devem ter uma continuidade, pois o trabalho realizado pelos profissionais caminhoneiros é importante para toda a população e desenvolvimento socioeconômico.

PALAVRAS-CHAVE: Trabalhador; Caminhoneiro; Saúde.

REFERÊNCIAS

ALVES, L. M. M. Leptina, hipertensão arterial e obesidade: importância das ações de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, n 23, p. 286-90. 2009. Disponível em [https://www.scielo.br/j/ape/a/44mmKZmtq65wzGk59gr9pfw/?lang=pt&format=pdf#:~:text=Dentre%20as%20doen%C3%A7as%20associadas%20%C3%A0,nos%20indiv%C3%ADduos%20obesos\(2\)](https://www.scielo.br/j/ape/a/44mmKZmtq65wzGk59gr9pfw/?lang=pt&format=pdf#:~:text=Dentre%20as%20doen%C3%A7as%20associadas%20%C3%A0,nos%20indiv%C3%ADduos%20obesos(2).). Acesso em 06 de set. de 2022.

BATISTA, A. M. et al; Condições de trabalho de caminhoneiros: percepções sobre a saúde e autocuidado. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 31(2), 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/YjNkzd86JMPztSv5NbzgNbn/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 10 de set. de 2022.



CAVAGIONI, L. C.;PIERIN, A. M. G. Hipertensão arterial e obesidade em motoristas profissionais de transporte de cargas. **Acta Paulista de Enfermagem**, n.23, p. 455-460,2010. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ape/a/RRBVmzkSsqpWyCN3WwNXWVb/?lang=pt&format=pdf> Acesso em 03 de set. de 2022.

CEREST. Centro Regional de Saúde do Trabalhador Regional de Ijuí. **Plataforma RENAST online**. 2018. Disponível em <https://renastonline.ensp.fiocruz.br/cerests/cerest-regional-ijui>. Acesso em 04 de set. de 2022

CORENRS - Conselho Regional de Enfermagem do Rio Grande do Sul (Coren-RS) **Protocolo de Enfermagem na atenção primária**. 2020. Disponível em <https://www.portalcorenrs.gov.br/docs/ProtocolosEnfermagem/ProtocoloEnfermagemHipertensaoDiabetes.pdf> . Acesso em 25 de nov. de 2022.

COSTA, D.; et al; Saúde do Trabalhador no SUS: desafios para uma política pública. **Revista Brasileira de Saúde do Trabalhador**. n 38 p.127 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/8j9nbYrQgSd7kJKs4tBqJMk/?lang=pt> Acesso em 03 de set. de 2022.

GERHARDT, T. E.I; SILVEIRA, D. T. Métodos de pesquisa– Porto Alegre: **Editora da UFRGS**, 2009. Disponível em <https://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>. Acesso em 16 mar 2023.

MELLO, M. T.; SANTOS, E. H. R.; TUFIK, S. **Distúrbios do Sono, Sonolência e Acidentes de Trânsito**; PROJETO/PROGRAMA CEPID/SONO/FAPESP/UNIFESP, 2006. Disponível em: <http://www.estradas.com.br>. Acesso em 17 de out. de 2022.



MELLO, M. T.; BITTENCOURT, L. R. A.; PIRES, M. L. N.; SILVA, R. S.; TUFIK, S. **Sono: Aspectos Profissionais e suas Interfaces na Saúde**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2008. Disponível <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v57n4/.pdf>. em Acesso em 08 de set. de 2022.

NUNES, D. P. et al.; **Saúde do trabalhador no SUS em Pernambuco: realidade ou utopia?**. 2014. Disponível em: http://tede2.unicap.br:8080/bitstream/tede/217/1/diana_pereira_nunes.pdf. Acesso em 26 de nov. de 2022.

LOUREIRO, L. H; SILVA, ICM da; CAVALIERE, M.; SANT'ANNA, E.; NOVAES, SR.; ANDRIGHI, TAC **Saúde viária: estratégia para investigar síndrome metabólica em caminhoneiros. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 9, n. 8, pág. e928986333, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.6333. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/6333>. Acesso em: 22 de set. de 2022.

PITITTO, B; et al. . Metas no tratamento do diabetes. **Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes** (2022).Disponível em <https://diretriz.diabetes.org.br/metas-no-tratamento-do-diabetes/>. Acesso em 25 de nov. de 2022.

SBD.Sociedade Brasileira de Diabetes. **Diabetes tipo 2**. Disponível em: <https://diabetes.org.br/#diabetes>. Acesso em 22 de set. de 2022.

UGALDE, R.; KARSBURG, B. C.; NEVES, J. A. Hábitos Alimentares Dos Caminhoneiros. **Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 8, n. 2, 28 fev. 2020.

Souza A. T. da S.; et al. Perfil glicêmico de caminhoneiros que trafegam por uma capital do nordeste brasileiro. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 6, p. e3550, 14 maio 2020. Disponível em <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3550>. Acesso em 05 de dez. de 2022.



Alessi A, Alves MK. Hábitos de vida e condições de saúde dos caminhoneiros. **Ciência & Saúde** 2015;8(3):129-136. Disponível em <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/1818>. Acesso em 05 de dez. de 2022.

Saron, M. L. G.; et al. Qualidade de vida e saúde do caminhoneiro: interprofissionalidade em foco. **Brazilian Journal of Health Review**. Curitiba- PR. 2022. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/53235/39591>. Acesso em 16 mar 2023.

Souza, A. S.; et al. CARACTERÍSTICAS LABORAIS ASSOCIADAS A PRESSÃO ARTERIAL ELEVADA ENTRE CAMINHONEIROS. Revista de enfermagem e atenção em saúde. 2022. Disponível em [:https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/5033](https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/5033). Acesso em 24 de nov. de 2022.

Narciso FV, Mello MT. Segurança e saúde dos motoristas profissionais que trafegam nas rodovias do Brasil. **Revista de Saúde Pública**. 2017;51:26. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/d4KP9qt3mHnNgmwNpwDRspf/?format=pdf&lang=pt>. acesso em: 24 nov. 2022.

ROCHA E. M.; et al; **Saúde do Trabalhador: ações interdisciplinares para o cuidado integral** - Editora Científica. ISBN 978-65-5360-184-0 - Vol. 1. 2022. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/220308367.pdf>. Acesso em: 24 de nov. de 2022.