



A PREVALÊNCIA E IMPACTO DA SARCOPENIA NA SAÚDE DE MOTORISTA DE ÔNIBUS NA CIDADE DE MARINGÁ-PR

Lourena Cristina de Souza¹, Gabriele Goes Barbosa², Raiane Caroline Garcia³, Sônia Maria Marques Gomes Bertolini⁴

¹Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI- UniCesumar. lourena.souza@alunos.unicesumar.edu.br

²Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. gabrieleb@alunos.unicesumar.edu.br

³Coorientadora, Mestre e doutoranda do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Promoção da Saúde, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. raianercg@gmail.com

⁴Orientadora e Doutora em Morfologia Humana, Prof. do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde do Centro Universitário de Maringá e Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação - ICETI, Maringá, PR, Brasil. sonia.bertolini@unicesumar.edu.br

RESUMO

A busca pela vida saudável da população masculina quando comparada ao sexo feminino, é consideravelmente menor, dado que são mais resistentes. Aliado a este fato, é notável a falta de pesquisas relacionadas à sarcopenia nesta população. Diante do exposto, o objetivo deste estudo é identificar a prevalência de sarcopenia em homens motoristas de ônibus e determinar os fatores de risco associados. Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, do tipo transversal. A amostra será formada por conveniência, sendo 300 motoristas de circular, vinculados à empresa TCCC (Transporte Coletivo da Cidade Canção), no município de Maringá/PR. Após a aprovação do comitê de ética em Pesquisa da Unicesumar, serão realizados testes físicos: a) Teste de caminhada de 6 minutos; b) Timed Up and Go; c) Teste de prensão manual e d) Avaliação Antropométrica e composição corporal. A análise estatística envolverá o cálculo da média e o desvio padrão das variáveis quantitativas, bem como, a frequência absoluta e relativa das variáveis qualitativas. Para análise do efeito da prática postural serão utilizados testes de hipóteses para comparação das variáveis comportamento postural nas atividades laborais e pontos de dor antes e após as intervenções.

PALAVRAS-CHAVE: Envelhecimento; Saúde do homem; Saúde do trabalhador; Sarcopenia.

1 INTRODUÇÃO

Os homens são desafiados a administrar com eficácia sua saúde e/ou doença. No entanto, a saúde do homem pode ser limitada por diversos fatores que são impostos pela masculinidade e restringem o cuidado com a saúde, como a etnia, status econômico, escolaridade, orientação sexual contexto social e os diferentes tipos de pessoas e idade (GRIFFITH et al., 2012; OLIFFE et al., 2020). Além disso, as atividades laborais também podem causar impactos negativos na saúde do homem, a qual podem levar a distúrbios, como a insônia ou sonolência excessiva, devido à diminuição do tempo total do sono, assim, favorecendo a redução na qualidade de vida, podendo causar prejuízo na função mental, física ou social (DENG et al., 2018).

Dentre os fatores que limitam a qualidade de vida, a Sarcopenia que, de acordo com Irwin H. Rosenberg, é um processo natural e normal do envelhecimento, que pode afetar a capacidade funcional e a qualidade de vida das pessoas idosas. Essa condição pode ser influenciada por diversos fatores, como estilo de vida, nutrição, atividade física e outras condições médicas. A perda de massa muscular e força podem levar a uma diminuição da capacidade física e funcional, e aumentar o risco de quedas, fraturas, incapacidade, dependência e outras complicações. Rosenberg afirma que a sarcopenia é uma importante mudança na composição corporal e função, e que existe uma relação entre a diminuição



da massa muscular e massa corporal magra e mudanças na função, a taxa de declínio da massa muscular e força pode influenciar a idade ou o tempo em que uma pessoa alcança a zona de incapacidade. Em resumo, a sarcopenia é uma condição que afeta a perda progressiva de massa muscular e força, que ocorre naturalmente com o envelhecimento (LIGUORI et al., 2018; DENT et al., 2021).

Assim, levantamentos epidemiológicos formam a base para definir sua prevalência e consequências além da comorbidade e mortalidade na população (TAGLIAFICO et al., 2022). Neste sentido, pode-se observar que as estratégias de tratamento atuais e as evidências que as sustentam são delineadas por meio de estudos observacionais. Enfatiza-se a relevância de abordar estratégias de identificação e avaliação desta amostra, a fim de promover saúde e medidas de promoção da saúde com o intuito de proteger essa população dos impactos de doenças. Para tanto, A Política Nacional de Atenção Integral da Saúde do Homem (PNAISH) tem como diretriz promover ações de saúde que contribuam significativamente para a compreensão da realidade singular masculina nos seus diversos contextos socioculturais e político-econômicos, a fim de reduzir as vulnerabilidades e os prejuízos à saúde devido aos fatores internos e externos, além de diminuir a taxa de afastamento do trabalho (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

Desta forma, os achados na literatura demonstram estratégias de prevenção da sarcopenia, benefícios do treino de força e equilíbrio para melhorar prevenir retardar a sarcopenia e estudos com ambos os sexos, ou seja, sem especificidade para o sexo masculino (BARBALHO et al., 2020; PADILLA COLÓN, SÁNCHEZ COLLADO, CUEVAS 2014). Por isso, é importante deter mais informações sobre o interesse dos homens na promoção da saúde e seus comportamentos de saúde associados, a qual, pode permitir que os profissionais de saúde apoiem melhor as atividades de promoção da saúde, principalmente no ambiente de trabalho. Além do mais, a busca pela vida saudável da população masculina quando comparada ao sexo feminino, é consideravelmente menor, dado que são mais resistentes. Aliado a este fato, é notável a falta de pesquisas relacionadas à sarcopenia nesta população.

Diante do exposto surge a necessidade de identificar a prevalência de sarcopenia em homens motoristas de ônibus e determinar os fatores de risco associados, com a seguinte questão problema: Será que os motoristas de ônibus apresentam predisposição à sarcopenia? E qual a incidência e prevalência desta doença na população masculina.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, do tipo transversal. Será realizado com motoristas de ônibus, vinculados à empresa TCCC (Transporte Coletivo da Cidade Canção), no município de Maringá/PR. Serão convidados a participar da pesquisa 300 cooperados. Serão incluídos participantes com idade igual ou superior a 18 anos, com cadastro na TCCC.

Primeiramente, o projeto será submetido à aprovação do comitê de ética e pesquisa com seres humanos da UNICESUMAR. Assim que aprovado, será explicado aos motoristas todos os procedimentos a que serão submetidos, esclarecendo todas as dúvidas e com isso, a coleta das assinaturas do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Na sequência, será um questionário sociodemográfico e de estilo de vida com questões referentes ao sexo, raça, faixa etária, estado civil, escolaridade, faixa de tempo de serviço, alcoolismo, tabagismo e hábitos de frequentar consultas médicas. Para verificar



o nível de atividade física será realizado o questionário IPAq (Questionário Internacional de Atividade Física) é um questionário utilizado para estimar o tempo semanal gasto em atividades físicas de moderada e alta intensidade, durante diversos contextos do dia a dia, e tempo gasto na posição sentada. Além disso, serão realizados testes físicos: a) Teste de caminhada de 6 minutos (TC6); b) Timed Up and Go (TUG); c) Teste de prensão manual d) Avaliação Antropométrica e composição corporal.

Neste sentido, o TC6 será realizado para avaliar a capacidade aeróbia; o TUG é uma medida composta envolvendo potência, velocidade, agilidade e equilíbrio dinâmico com o objetivo de avaliar a mobilidade funcional. O teste de prensão manual será realizado com dinamômetro para verificar a força do membro dominante. E o método antropométrico utiliza medidas externas das dimensões corporais para avaliar a obesidade abdominal.

A análise estatística envolverá o cálculo da média e o desvio padrão das variáveis quantitativas, bem como, a frequência absoluta e relativa das variáveis qualitativas. Para análise do efeito da prática postural serão utilizados testes de hipóteses para comparação das variáveis comportamento postural nas atividades laborais e pontos de dor antes e após as intervenções.

3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se com os achados deste estudo contribuir significativamente para a saúde, bem-estar e independência do sexo masculino, bem como a identificação de fatores de risco, o aumento da conscientização e a melhoria da qualidade de vida destes motoristas relacionados à sarcopenia.

4 REFERÊNCIAS

BARBALHO, S. M. et al. Physical exercise and myokines: relationships with sarcopenia and cardiovascular complications. **International journal of molecular sciences**, v. 21, n. 10, p. 3607, 2020. DOI: 10.3390/ijms21103607

BIANCHI, L. et al. The predictive value of the EWGSOP definition of sarcopenia: results from the InCHIANTI study. **Journals of Gerontology Series A: Biomedical Sciences and Medical Sciences**, v. 71, n. 2, p. 259-264, 2016. DOI: 10.1093/gerona/glv129

DENG, N. et al. The relationship between shift work and men's health. **Sexual medicine reviews**, v. 6, n. 3, p. 446-456, 2018. DOI: 10.1016/j.sxmr.2017.11.009

DENT, Elsa et al. Sarcopenia measurement in research and clinical practice. **European Journal of Internal Medicine**, v. 90, p. 1-9, 2021. DOI: 10.1016/j.ejim.2021.06.003

GRIFFITH, Derek M. An intersectional approach to men's health. **Journal of Men's Health**, v. 9, n. 2, p. 106-112, 2012. DOI:10.1016/j.jomh.2012.03.003

GURALNIK, Jack M. et al. Limited physician knowledge of sarcopenia: A survey. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 71, n. 5, pág. 1595-1602, 2023. DOI: 10.1111/jgs.18227



LIGUORI, Ilaria et al. Sarcopenia: assessment of disease burden and strategies to improve outcomes. **Clinical interventions in aging**, p. 913-927, 2018.

DOI: 10.2147/CIA.S149232

OLIFFE, J. L., ROSSNAGEL, E., KELLY, M. T., BOTTORFF, J. L., SEATON, C., & DARROCH, F. Men's health literacy: a review and recommendations. **Health promotion international**, v. 35, n. 5, pág. 1037-1051, 2020. DOI: 10.1093/heapro/daz077

PADILLA COLÓN, C. J.; SÁNCHEZ COLLADO, P.; CUEVAS, M. J. Beneficios del entrenamiento de fuerza para la prevención y tratamiento de la sarcopenia. **Nutrición Hospitalaria**, v. 29, n. 5, p. 979-988, 2014. DOI: 10.3305/nh.2014.29.5.7313

PAULA, Cácia Régia de et al. Desafios globais das políticas de saúde voltadas à população masculina: revisão integrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, 2022. DOI: 10.37689/acta-ape/2022AR0001587

ROSENBERG, Irwin H. Sarcopenia: origins and clinical relevance. **The Journal of nutrition**, v. 127, n. 5, p. 990S-991S, 1997. DOI:10.1093/jn/127.5.990S

TAGLIAFICO, A. S. et al. Sarcopenia: how to measure, when and why. **La radiologia medica**. v. 127, n. 3, pág. 228-237, 2022. DOI: 10.1007/s11547-022-01450-3