

PROMOÇÃO DE SAÚDE TRABALHO

Prof. Dr. Rodrigo S. Reis
Pontifícia Universidade Católica do Paraná
Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Qualidade de Vida
GPAQ – PUCPR

Universidade Federal do Paraná



Curso de Especialização Ergonomia – UFPR – 2007

TÓPICOS

Estilo de vida

Evolução e relação com a saúde

Qualidade de vida

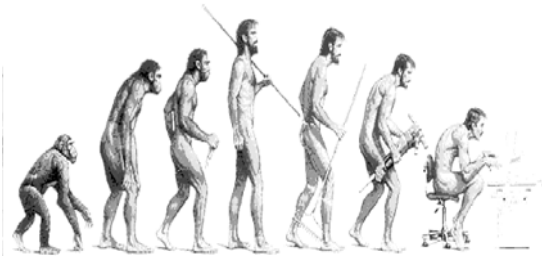
Definições e operacionalização

Qualidade de Vida no Trabalho

Modelo de promoção

ESTILO DE VIDA

Evolução das Atividades Físicas no Trabalho

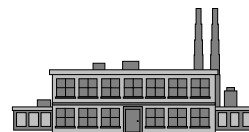


Mudanças e Transições Mudança de paradigma

	Economia Industrial	Economia Global
Recurso Estratégico	Petróleo, Carvão, Gás, Trigo	Idéias e Informação
Recurso Transformado	Energia Processada	Conhecimento
Modelo Organizacional	Centralização Estrutura Hierárquica Produção em Massa	Descentralização Estrutura em Células Produção Personalizada
Foco	Produzir e Distribuir com Eficiência	Exceder as Expectativas do Cliente
Fatores propulsores	Revolução Industrial	Revolução da Informação Fim do Totalitarismo
Âmbito	Nacional	Global

Mudanças e Transições Mudança de paradigma

◆ Em declínio:



◆ Modelo mecanicista

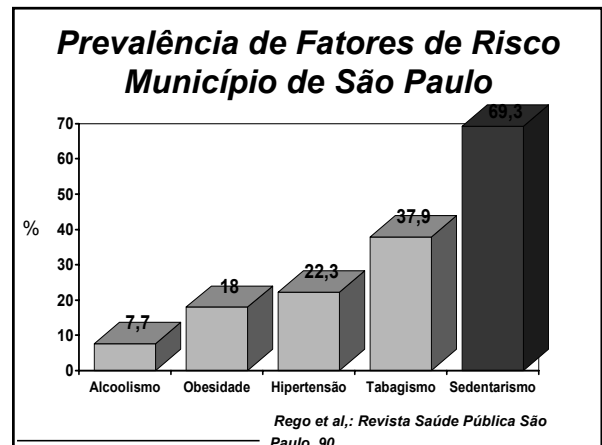
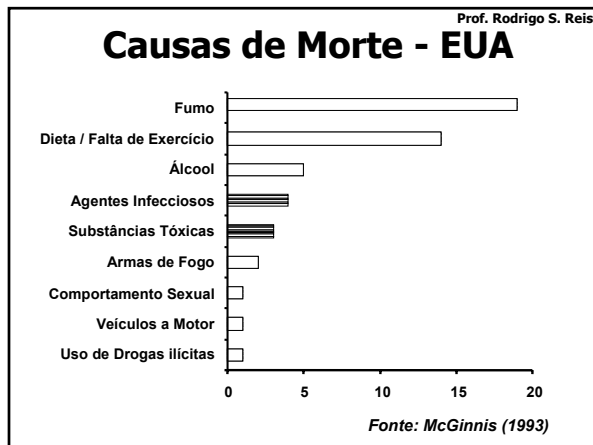
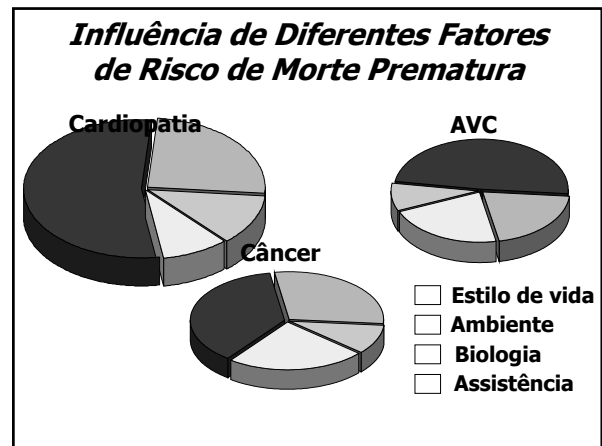
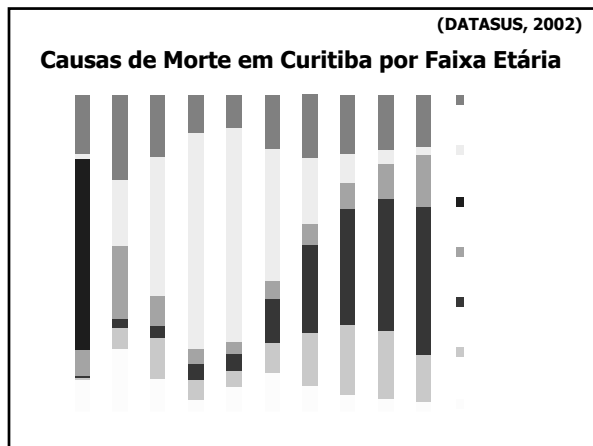
◆ Economia Industrial

Mudanças e Transições

O Declínio do Patriarcado

- ◆ Emancipação feminina
- ◆ Igualdade intelectual entre os sexos
- ◆ Busca-se um novo equilíbrio e novas bases de relacionamento inter-pessoais





Gastos com Saúde

BRASIL

4,6% PIB

40% Orçamento Setor Público

ESTADOS UNIDOS

14% PIB

47% Orçamento Setor Público

(WHO, 1999)

Benefícios Econômicos

1 US\$ investimento em atividade física leva a uma economia de 3.2 US\$

Indivíduos ativos economizam aproximadamente 500 US\$/ano

Na Austrália a cada 1% de aumento na população ativa economiza-se aproximadamente \$7 milhões (CDC, 2000)

A Situação Problema

Transição Epidemiológica

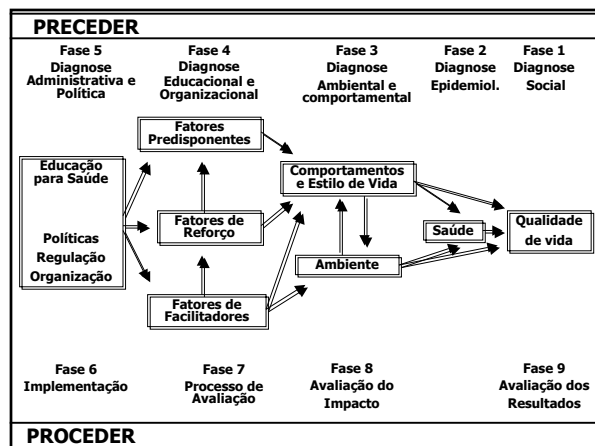
+

Aumento dos Custos de Saúde

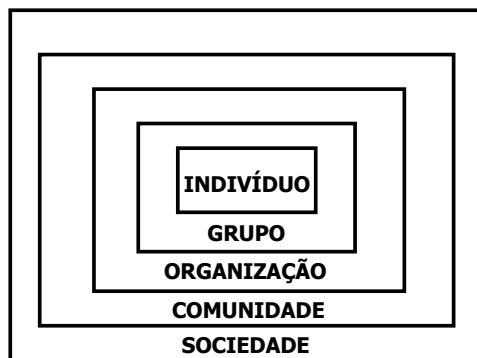


PROMOÇÃO DE SAÚDE

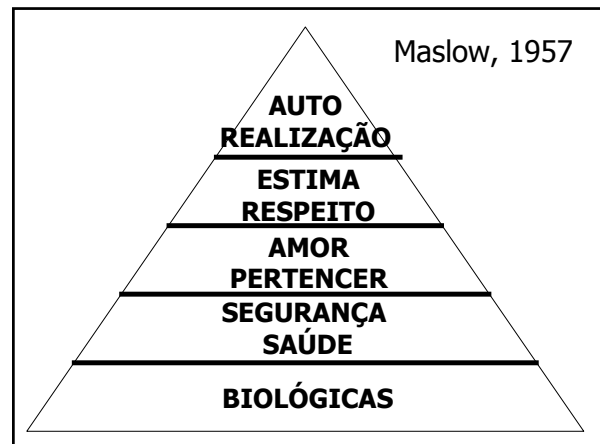
Alguma Dúvida ?



NÍVEIS DE INFLUÊNCIA



QUALIDADE DE VIDA



Fatores Determinantes
Pessoais
Ambientais
Biológicos
Psicológicos
Sociais
Culturais
Atividade Física

Definição

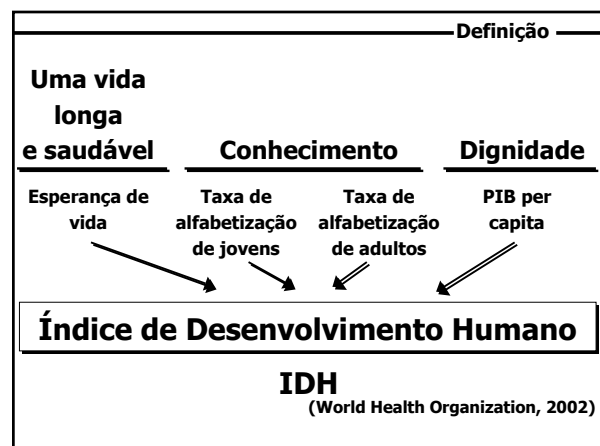
**“percepção individual de
sua posição na vida no
contexto da cultura e do
sistema de valores em que
vive...sua expectativas e
objetivos e preocupações”**

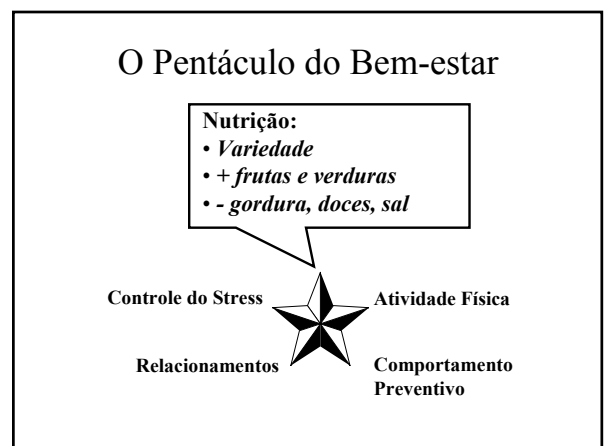
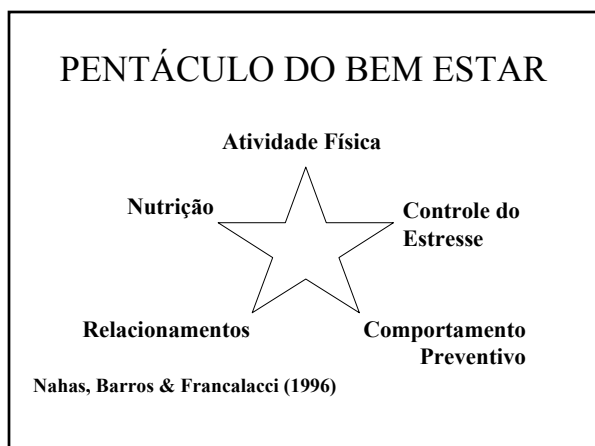
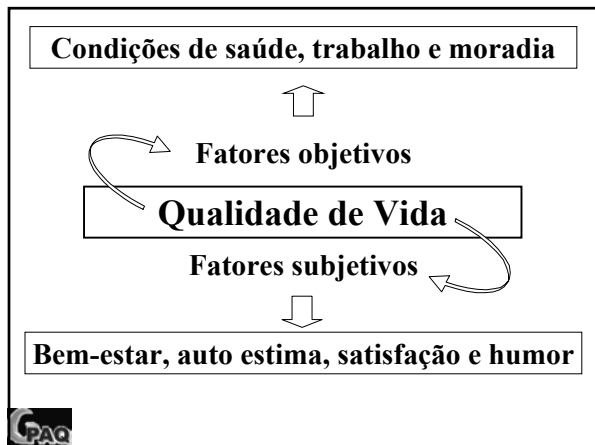
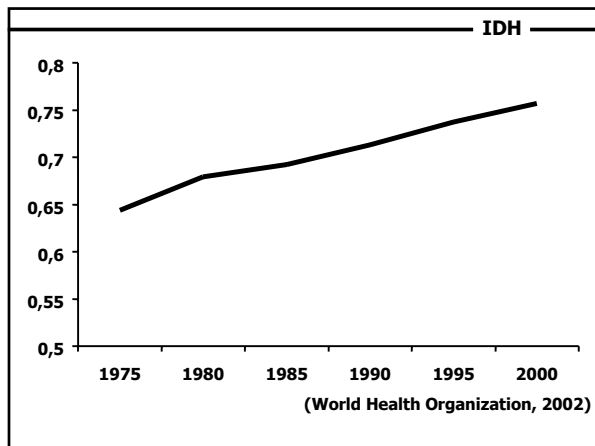
(World Health Organization, 1998)

Vida longa e saudável

Conhecimento

Dignidade





Sobrepeso/Obesidade: Indicadores Nacionais

	% da População (NE/SE)			
	PNSN (1989)		PPV (1997)	
	♀	♂	♀	♂
Obesos	11,5	4,5	12,2	7,0
Desnutridos	6,7	5,1	6,0	3,0

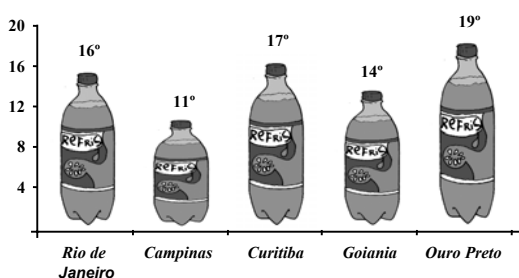
Fonte: IBGE (1998)

Sobrepeso/Obesidade: Indicadores Nacionais

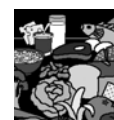
	% da População (PPV, 1997)	
	Nordeste	Sudeste
Obesos	8,7	10,5
Acima do peso	25,6	30,5
Desnutridos	5,6	4,1

Fonte: IBGE (1998)

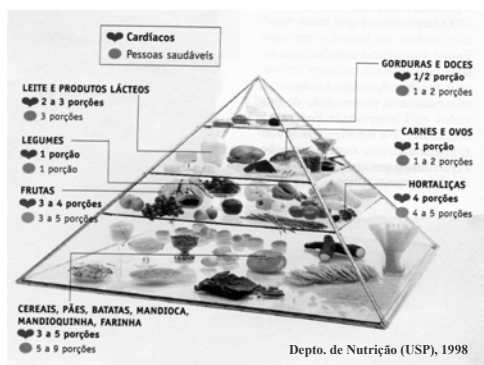
Contribuição do Consumo de Refrigerante para o Fornecimento Diário de Energia



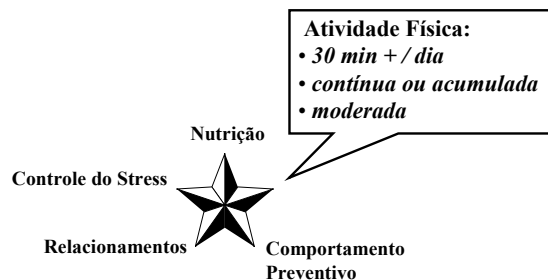
Proporção de sujeitos com consumo inadequado de gorduras na dieta



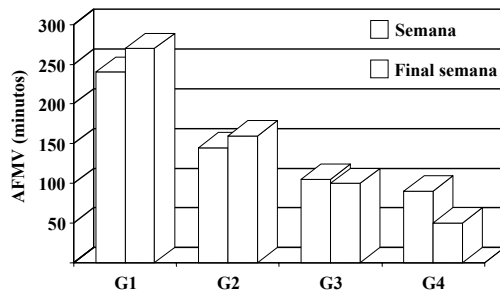
Nutriente	Rio de Janeiro		Campinas		Curitiba		Goiânia		Ouro Preto	
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
Gordura	23,8	24,7	49,7	37,2	57,0	48,4	18,0	26,4	22,8	30,0
Colesterol	58,4	42,7	71,0	54,4	61,1	40,3	24,4	9,6	26,7	45,7
AGS	31,4	39,6	51,6	58,4	41,1	41,5	43,6	50,5	34,3	40,0



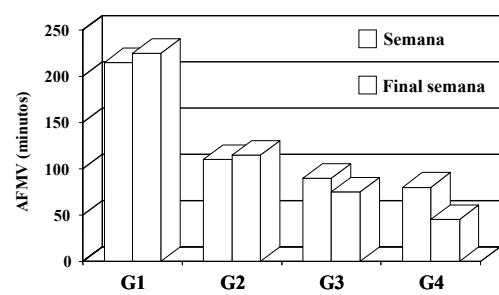
O Pentáculo do Bem-estar



Atividade física moderada a vigorosa, por nível de escolarização (meninos)



Atividade física moderada a vigorosa, por nível de escolarização (meninas)



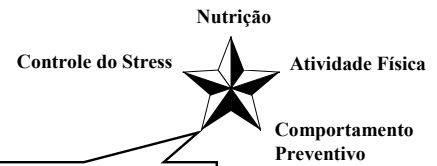
O Pentáculo do Bem-estar

Controle do Estresse:

- *Reserve tempo para si*
- *Organize-se*
- *Relaxe*
- *Cultive amigos*



O Pentáculo do Bem-estar



Relacionamentos:

- *Preserve a harmonia familiar*
- *Cultive amigos*
- *Faça algo para os outros*

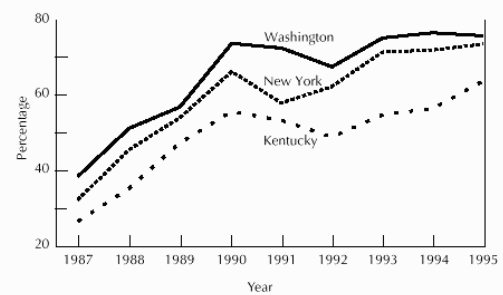
O Pentáculo do Bem-estar



Comportamento Preventivo:

- *Uso do cinto de segurança*
- *Uso do preservativo*
- *Uso de protetor solar*
- *Não usar drogas*

Combate ao Câncer de Mama



Indicadores de Saúde

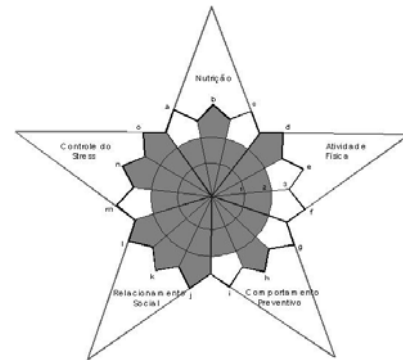
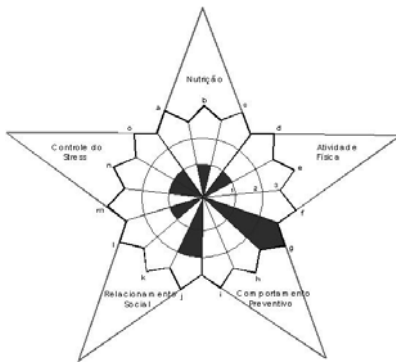
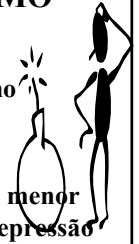
Comportamento Preventivo (Geral)

- Apenas 35% da população brasileira refere tomar cuidados pessoais visando a manutenção da saúde
- Consumo de álcool é maior entre os homens, na faixa etária dos 18-34 anos e nas classes sociais mais ricas



Indicadores de Saúde - FUMO

- » 39% de tabagistas no Brasil
- » 60% já tentaram abandonar o fumo
- » Tabagistas
 - ✓ Tendem a apresentar maior dificuldade de interação social, menor medo da morte e tendência a depressão
 - ✓ Triplo de probabilidade de acometimento por doenças crônico-degenerativas)



Qualidade de vida relacionada à saúde

- Aspectos do estilo de vida
- Capacidades para manter razoável função física, emocional e intelectual
- Habilidades para participar de atividades com a família, no local de trabalho e na comunidade



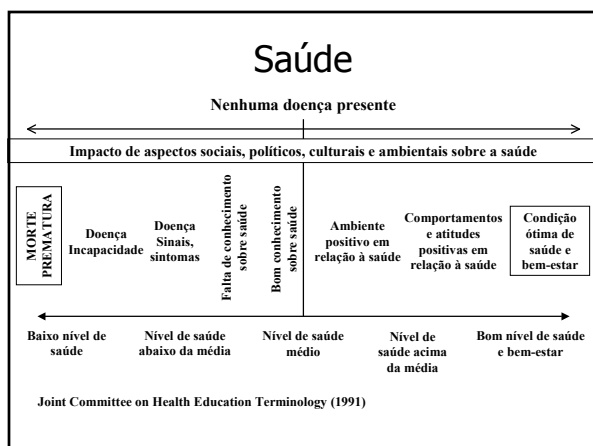
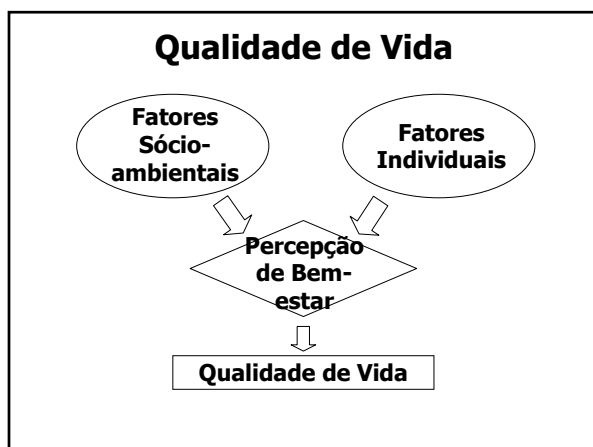
Qualidade de Vida: Avaliação

- Questionários que fornecem dados físicos, psicológicos e sociais
- Percepção do estado de saúde pelo indivíduo
- Composição de informações obtidas mediante utilização de instrumentos e técnicas diversificadas



Alguma Dúvida ?

QUALIDADE DE VIDA, TRABALHO E SAÚDE



BENEFÍCIOS ECONÔMICOS x ATIVIDADE FÍSICA		
Custo médico devido a Inatividade Física  2,4 % Holanda 6,0 % Canadá 9,0 % EUA		Per capita anual economizada U\$ 330 EUA U\$ 364 Canadá
- Investimento de U\$ 1 em Atividade física U\$ 3,2 - Custo médico é menor em pessoas ativas milhões - Benefícios são maiores em mulheres e idosos U\$ 330 - População com artrite 12% do custo médico U\$ 504 /p/ ano é devido a inatividade física		
CDA/WHO Workshop: Economics Benefits of Phy. Activity - BULLETIN ICSSPE 27, 1999		

Risco atribuído para morte por doença cardíaca e custo estimado de acordo com fator risco - EUA		
Fator Risco	Risco atribuído n: 593.111	Custo estimado bilhões U\$
Inatividade Física	34,6	5,7
Obesidade	32,1	5,3
Fumante	25,0	4,1
Hipertensão	28,9	4,7
Colesterol alto	42,7	7,0

Dados baseados na mortalidade de 1989 para doença cardíaca
Custo foi estimado em dois cohorts (ativo e inativo) de 1000 homens com 35 anos de idade por um período de 30 anos.

MMWR - 42 (35), 1993

Prevalência de fatores de riscos para doença cardíaca e relação custo benefício - EUA		
Fator Risco	Prevalência %	Custo-benefício U\$**
• Inatividade Física	58,0	11,313
• Obesidade	23,0	-----
• Fumante	25,5	21,947
• Hipertensão	18,0	25,000
• Colesterol alto	37,0	28,000

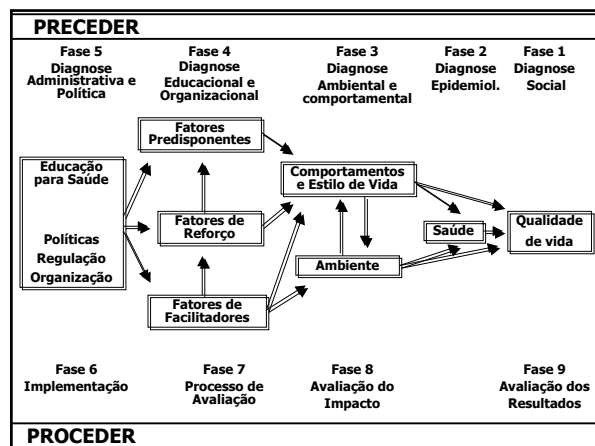
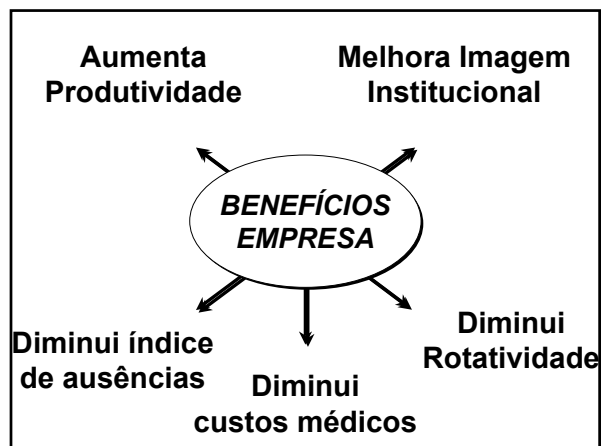
No período de 30 anos, os ativos apresentaram 78 eventos de doença cardíaca.
** Ajustado para anos ganhos com melhor qualidade de vida.
Custo: hospital, médico, serviço de enfermagem, medicamento e menor produtividade

MMWR - 42 (35), 1993

ÍNDICE DE AUSÊNCIA DO TRABALHO		
4 d/ano	Ind. Russas	Pravosudov, 78
1,25 d/ano	Dallas School	Blair, 86
22%	Johnson Jonhson	Wilbur, 83
23 à 27 %	Alcan	Ferguson, 92

REDUÇÃO DE CUSTOS MÉDICOS		
55% Amb	Tenneco Oil	Baun, 87
46%	Prudential Assurance	Bow, 92
17% 1º ano	Jonhson & Jonhson	Bly, 86
34% 2º ano		Barker, 88
24%	Indiana Blue Cross	Gibbs, 85
20% d/Int	Rand / NHIS	Keller, 89
6% Amb		

RELAÇÃO CUSTO/ BENEFÍCIO Programa Estilo Vida			
Reed,86	2,51	Indiana	Prom. Saúde
Herd, 87	2,16	Allef	Wellness
Bertera, 90	2,05	Blue, Gas	Prom. Saúde
Benstein, 86	1,95	NY Telephone	Prom. Saúde
Bowne, 84	1,91	Prudential	Fitness
Gettman, 86	1,07	Mesa Petrol	Fitness



Alguma Dúvida ?