

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DO CERRADO PATROCÍNIO**  
**Graduação em Fisioterapia**

**LETÍCIA COUTINHO**

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E QUEIXAS OSTEOMUSCULARES DOS  
FUNCIONÁRIOS DA APAE DE UMA CIDADE DO INTERIOR MINEIRO**

**PATROCÍNIO – MG**

**2018**

**LETÍCIA COUTINHO**

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E QUEIXAS OSTEOMUSCULARES DOS  
FUNCIONÁRIOS DA APAE DE UMA CIDADE DO INTERIOR MINEIRO**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado como exigência parcial para  
obtenção do grau de Bacharelado em  
Fisioterapia do UNICERP - Centro  
Universitário do Cerrado - Patrocínio.

Orientador: Prof<sup>a</sup>. Esp. Kelly Almeida de Melo  
Araújo

**PATROCÍNIO – MG**

**2018**



**Centro Universitário do Cerrado Patrocínio**

**Curso de Graduação em Fisioterapia**

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado “**Avaliação da qualidade de vida e queixas osteomusculares dos funcionários da Apae de uma cidade do interior mineiro**” de autoria da graduanda Letícia Coutinho, aprovada pela banca examinadora constituída pelos seguintes professores:

---

Prof<sup>ª</sup>. Esp. Kelly Almeida de Melo Araújo

Instituição: UNICERP

---

Prof<sup>ª</sup>. Me. Brenda Ferreira Arantes

Instituição: UNICERP

---

Prof<sup>ª</sup>. Esp. Adriana Nunes de Oliveira

Instituição: UNICERP

Data de aprovação: 07/12/2018

Patrocínio, 07 de Dezembro de 2018.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente à Deus por ter me dado forças para seguir meus sonhos e enfrentar as tribulações que surgiram ao longo dessa jornada.

Aos meus pais e familiares que me apoiaram em todos os momentos da minha vida e acreditaram em meu potencial, à vocês minha eterna gratidão. Ao meu noivo Adélio, agradeço imensamente pelo amor, companheirismo e paciência durante toda essa trajetória.

A minha orientadora Prof<sup>a</sup> Esp. Kelly Almeida de Melo Araújo, por me auxiliar na realização do presente trabalho, e estar ao meu lado perante todas as tomadas de decisões, desafios, e me apoiar durante a trajetória acadêmica; não somente como orientadora, mas também como mestre, amiga e exemplo profissional.

Agradeço também aos demais mestres, amigos, colegas e a todos que contribuíram de forma direta ou indireta para a realização deste trabalho.

## RESUMO

**Introdução:** A Apae realiza cerca de 200 mil atendimentos diários em todo território brasileiro, promovendo acesso a reabilitação, autonomia, independência, bens sociais, e conhecimentos; recebendo diversos atendimentos em inúmeras áreas. A equipe de colaboradores que prestam serviços a instituição é composta por profissionais das áreas de saúde, educação, serviços gerais, sociais e organizacionais. Essa equipe tem o compromisso diário da promoção de cuidados, desenvolvimento e qualidade de vida dos alunos institucionalizados portadores de deficiência em qualquer fase da vida, para que a acessibilidade seja garantida, juntamente com a cidadania e a eliminação dos fatores que promovem exclusão. Levando em consideração o contexto que relaciona a prestação de serviços dos colaboradores a instituição e as possíveis sobrecargas de origem laboral; há necessidade e relevância para que a QV desta população seja analisada. Sendo de absoluta importância o desenvolvimento de suas devidas funções da melhor forma possível, de modo que automaticamente seja uma forma de prevenção de distúrbios musculoesqueléticos. Os profissionais atuantes nessas instituições acabam expondo-se a alguns riscos, como desgaste físico e emocional, devido possíveis sobrecargas. Nesse sentido, torna-se interessante e oportuno abordar a importância de avaliar a QV, e as queixas osteomusculares relacionadas ao trabalho que acometem esses colaboradores. **Objetivo:** Diante do exposto, este estudo teve como objetivo avaliar os níveis de QV e a presença de queixas osteomusculares relatadas pelos funcionários da Apae de uma cidade do interior mineiro. **Material e Método:** Participaram do estudo 16 colaboradores da instituição, os quais foram submetidos a aplicação de um formulário elaborado pela pesquisadora, aplicação do Questionário Nórdico de Queixas Osteomusculares e o Questionário de Qualidade de Vida SF-36. **Resultado:** Quanto as funções no ambiente de trabalho, a maioria foram de professores o que corresponde a 62,7%. A frequência de queixas osteomusculares foi maior após o expediente (50%), em relação durante a jornada de trabalho (25%). A coluna lombar foi o segmento corporal mais mencionado, com 50% da amostra apontando essa queixa. Na sequência está a coluna dorsal (43,75%), seguida de coluna cervical, punho e mãos, e tornozelos e pés. Sobre a avaliação da QV a maior média de resposta foi para o domínio social ( $86,87 \pm 17,91$ ) e a menor média de resposta foi para dor ( $63,12 \pm 17,01$ ), seguida por vitalidade ( $63,75 \pm 17,74$ ), aspecto mental ( $68,75 \pm 12,83$ ) e estado geral ( $66,56 \pm 10,60$ ). **Conclusão:** No entanto, foram alcançados dados de possíveis relevância para a saúde. A amostra analisada apresenta susceptibilidade ao desenvolvimento de afecções musculoesqueléticas, devido esforço repetitivo e sintomas algícos gerados por tais afecções são possíveis redutores de QV.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, Queixas osteomusculares, Colaboradores, Apae.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>11</b>
<b>2 OBJETIVOS</b> .....	<b>13</b>
2.1 Objetivos Gerais.....	13
2.2 Objetivos Específicos.....	13
<b>3 DESENVOLVIMENTO</b> .....	<b>14</b>
3.1 Introdução .....	15
3.2 Materiais e métodos .....	17
3.2.1 Tipo de pesquisa .....	17
3.2.2 Aspectos éticos.....	17
3.2.3 Seleção amostral .....	17
3.2.4 Procedimentos de pesquisa .....	18
3.2.5 Análise estatística .....	18
3.3 Resultados .....	19
3.4 Discussão .....	23
3.5 Conclusões .....	25
3.6 Referências Bibliográficas .....	26
<b>4 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>29</b>
<b>5 REFERÊNCIAS</b> .....	<b>30</b>
<b>APÊNDICE</b> .....	<b>32</b>
Apêndice A .....	32
<b>ANEXOS</b> .....	<b>33</b>
Anexo A.....	33
Anexo B .....	35
Anexo C.....	41

## LISTA DE TABELA

<b>Tabela 1.</b> Distribuição da média e desvio-padrão dos Domínios SF-36 .....	22
---	----

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Distribuição da frequência (%) quanto a ocupação (Patrocínio, 2018) .....	19
<b>Gráfico 2.</b> Distribuição de frequência (%) das variáveis quanto a localização de dor, formigamento e dormência nos últimos 12 meses segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares (Patrocínio, 2018) .....	20
<b>Gráfico 3.</b> Distribuição de frequência (%) das variáveis quanto a localização de algum problema nos últimos 7 dias segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares (Patrocínio, 2018) .....	21
<b>Gráfico 4.</b> Distribuição de frequência (%) dos segmentos corporais quanto ao impedimento de realizar atividades nos últimos 12 meses segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares (Patrocínio, 2018) .....	22

## **LISTA DE SIGLAS**

APAE Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais

QV Qualidade de vida

COEP Comitê de Ética em Pesquisa

UNICERP Centro Universitário do Cerrado Patrocínio

TCLE Termos de Consentimento Livre e Esclarecido

CNS Conselho Nacional de Saúde

SPSS Statistical Package for Social Sciences

## LISTA DE SÍMBOLOS

% Porcentagem

± Mais ou menos

## 1 INTRODUÇÃO

A Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE), é uma sociedade filantrópica, que tem como finalidade melhorar as condições de vida dos portadores de deficiência e juntamente assegurar-lhes o desenvolvimento e direitos de cidadão (FERRARI, 2009). A instituição realiza cerca de 200 mil atendimentos diários em todo território brasileiro, promovendo acesso a reabilitação, autonomia, independência, bens sociais, e conhecimentos; recebendo diversos atendimentos em inúmeras áreas (FENAPAES, 2003).

A equipe de colaboradores que prestam serviços a instituição é composta por profissionais das áreas de saúde, educação, serviços gerais, sociais e organizacionais. Essa equipe tem o compromisso diário da promoção de cuidados, desenvolvimento e qualidade de vida dos alunos institucionalizados portadores de deficiência em qualquer fase da vida, para que a acessibilidade seja garantida, juntamente com a cidadania e a eliminação dos fatores que promovem exclusão (CARDIAS, 2017).

Segundo estudos de Bracciali *et al.*, (2012), as pessoas que lidam diariamente com portadores de necessidades especiais, relacionam-se boa parte do dia com os cuidados do indivíduo. Este profissional pode estar exposto a várias consequências, como o fato de vir a ter desgastes físicos, psicológicos e até mesmo emocionais devido à sobrecarga em que é submetido no ambiente de trabalho, podendo causar decréscimos nos índices de qualidade de vida.

A Ergonomia é definida como uma ciência que estuda o homem e a sua relação com o ambiente de trabalho, e a associação a fatores que proporcionam bem-estar e conforto ao ser humano como um todo; sendo assim torna-se necessário a prevenção da fadiga física e psíquica, e a promoção de medidas que sejam capazes de diminuir ou compensar os fatores desencadeantes de sobrecarga (FREIRE *et al.*, 2017).

Levando em consideração o contexto que relaciona a prestação de serviços dos colaboradores a instituição e as possíveis sobrecargas de origem laboral; há necessidade e relevância para que a qualidade de vida (QV) desta população seja analisada. Sendo de absoluta importância o desenvolvimento de suas devidas funções da melhor forma possível, de modo que automaticamente seja uma forma de prevenção de distúrbios musculoesqueléticos ou psicossomáticos (SIQUEIRA, 2015).

A QV tornou-se uma preocupação mundial, sendo focadas nos mais diversos estudos acerca de comportamento, verificando as características que influenciam o comportamento humano nas mais diversas situações. Desde 1990, a QV passou a ser analisada pelos mais diversos estudiosos, verificando a preocupação com o estilo de vida diante das adversidades causadas pelo dia-a-dia (CANTORANI *et al.*, 2009).

A QV é relacionada diretamente com o bem-estar físico, mental e social, porém o trabalho pode ter influências positivas e negativas no bem-estar das pessoas. Dessa forma, como influência negativa, pode-se destacar a presença das queixas osteomusculares, as quais poderão trazer piora na QV desses indivíduos, principalmente quando relacionada a saúde (ALMEIDA *et al.*, 2013).

As queixas osteomusculares são comuns entre trabalhadores de diversos setores, ocorrendo quando a demanda de trabalho excede a capacidade física do colaborador, muitas vezes por manutenção de posturas inadequadas ou tarefas repetitivas que podem acarretar grande desgaste físico e até mesmo mental. Além disso, o rendimento torna-se inteiramente comprometido e prejudicado pela instalação do processo de fadiga muscular (ALENCAR *et al.*, 2010).

A literatura afirma que os distúrbios osteomusculares é uma problemática de extrema importância quando se diz relacionados ao trabalho; estes podem ser classificados por caráter inflamatório os quais atingem tecidos moles desencadeando lombalgias, cervicalgias, fibromialgia, bursite, tendinite, entre outros distúrbios. Porém a classificação de tais distúrbios segue a lógica da localização anatômica em que se encontram, podem ser tanto ortopédicos, ou reumatológicos, quanto neurológicos (MASCARENHAS e MIRANDA, 2010).

No entanto, o presente estudo teve a finalidade de mensurar a QV e as queixas osteomusculares dos colaboradores da Apae de uma cidade do interior mineiro. Diante disso, torna-se imprescindível a necessidade de elucidar tais afecções ocasionadas pela exaustiva jornada de trabalho que estes profissionais e/ou colaboradores exercem, e a exposição aos riscos ergonômicos que tais são expostos durante os cuidados com os alunos institucionalizados portadores de necessidades especiais.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo geral**

Avaliar a QV e as queixas osteomusculares dos funcionários atuantes na Apae de uma cidade do interior mineiro.

### **2.2 Objetivos específicos**

- Avaliar a frequência de dor durante e após o expediente, relacionando com o tipo de cargo exercido no trabalho.
- Identificar a localização das queixas osteomusculares e a influência quanto ao impedimento de realizar atividades, bem como a procura por atendimento médico devido tais limitações.
- Avaliar e identificar a relação de queixas osteomusculares e sua ligação com os domínios de QV.

### 3 DESENVOLVIMENTO

## AValiação DA QUALIDADE DE VIDA E DAS QUEIXAS OSTEOMUSCULARES DOS FUNCIONÁRIOS DA APAE DE UMA CIDADE DO INTERIOR MINEIRO

LETÍCIA COUTINHO<sup>1</sup>  
KELLY ALMEIDA DE MELO ARAÚJO<sup>2</sup>

### RESUMO

**Introdução:** Os profissionais atuantes nessas instituições acabam expondo-se a alguns riscos, como desgaste físico e emocional, devido possíveis sobrecargas. Nesse sentido, é interessante e oportuno abordar a importância de avaliar a QV, e as queixas osteomusculares relacionadas ao trabalho que acometem os funcionários atuantes na Apae de uma cidade do interior mineiro; bem como a análise da influência das queixas na QV avaliada. **Material e Método:** Participaram do estudo 16 colaboradores da instituição, os quais foram submetidos a aplicação de um formulário elaborado pela pesquisadora, aplicação do Questionário Nórdico de Queixas Osteomusculares e o Questionário de Qualidade de Vida SF-36. **Resultado:** Quanto as funções no ambiente de trabalho, a maioria foram de professores o que corresponde a 62,7%. A frequência de queixas osteomusculares foi maior após o expediente (50%), em relação a durante a jornada de trabalho (25%). A coluna lombar foi o segmento do corpo mais mencionado, com 50% da amostra apontando essa queixa. Na sequência está a coluna dorsal (43,75%), seguida de coluna cervical, punho e mãos, e tornozelos e pés. Sobre a avaliação da QV a maior média de resposta foi para o domínio social ( $86,87 \pm 17,91$ ) e a menor média de resposta foi para dor ( $63,12 \pm 17,01$ ), seguida por vitalidade ( $63,75 \pm 17,74$ ), aspecto mental ( $68,75 \pm 12,83$ ) e estado geral ( $66,56 \pm 10,60$ ). **Conclusão:** Foi alcançado dados de possíveis relevância para a saúde. A amostra analisada apresenta susceptibilidade ao desenvolvimento de afecções musculoesqueléticas, devido esforço repetitivo e sintomas álgicos gerados por tais afecções são possíveis redutores de QV.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, Queixas osteomusculares, colaboradores, Apae.

### ABSTRACT

**Introduction:** The professionals working in these institutions expose themselves to some risks

<sup>1</sup> Discente do curso de Fisioterapia do UNICERP.

<sup>2</sup> Professora orientadora. Especialista e docente do curso de Fisioterapia, Fonoaudiologia e outros cursos de graduação do UNICERP: kellycruzeiro@hotmail.com

(e.g. physical and emotional exhaustion), due to possible overloads. In this sense, it is interesting to evaluate the quality of life, and the musculoskeletal complaints related to work that affect the employees working in the APAE of a city in the interior of Minas Gerais; as well as the analysis of the influence of complaints on quality of life evaluated. **Materials and Methods:** Sixteen employees of the institution participated in the study. The participants were submitted to a form developed by the researcher, application of the Nordic Questionnaire of Musculoskeletal Complaints and the SF-36 Quality of Life Questionnaire. **Results:** Regarding the functions in the work environment, the majority were of teachers corresponding to 62.7%. The frequency of musculoskeletal complaints was higher after the workday (50%) than during the workday (25%). The lumbar spine was the most mentioned segment of the body, with 50% of the sample pointing to this complaint. Following is the dorsal column (43.75%), followed by cervical spine, wrist and hands, and ankles and feet. On the QOL assessment the highest mean response was for the social domain ( $86.87 \pm 17.91$ ) and the lowest mean response was for pain ( $63.12 \pm 17.01$ ), followed by vitality ( $63.75 \pm 17.74$ ), mental aspect ( $68.75 \pm 12.83$ ) and general condition ( $66.56 \pm 10.60$ ). **Conclusion:** Data of possible health relevance were obtained. The analyzed sample presents susceptibility to the development of musculoskeletal affections, due to repetitive effort and painful symptoms generated by such affections are possible reducers of QV.

**Keywords:** Quality of life, Musculoskeletal complaints, collaborators, Apae

### 3.1 INTRODUÇÃO

A Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae) é uma instituição filantrópica, que tem o intuito de promover qualidade de vida para portadores de necessidades especiais. Essa instituição busca realizar programas de sensibilização, conscientização, prevenção, reabilitação, habilitação e inserção no mercado de trabalho para portadores de deficiência (FERRARI, 2009).

As pessoas que frequentam a instituição, recebem atendimentos desde educação básica, até atenção à saúde, garantindo desenvolvimento, acessibilidade e convívio social. Os profissionais atuantes nessas instituições, relacionam-se boa parte do dia com os cuidados para com os indivíduos, levando em consideração que as pessoas que ali frequentam necessitam de auxílio em simples atividades, como ir ao banheiro e alimentar-se, devido às limitações e suas necessidades particulares.

Sendo assim, os colaboradores dessas instituições acabam expondo-se a alguns riscos, como desgaste físico e emocional, devido a possíveis sobrecargas. A sobrecarga física gera fatores que atuam na diminuição da qualidade de vida, a qual é interligada ao nível de

dependência física dos alunos da instituição. Ou seja, quanto maior o nível de dependência, maior será o efeito de sobrecarga no cotidiano dos colaboradores, implicando uma possível queda no desempenho do trabalho (FERNANDES *et al.*, 2013).

Mascarenhas e Miranda (2010), afirmam que os distúrbios osteomusculares é uma problemática de extrema importância quando se diz relacionados ao trabalho, podendo ser classificados por caráter inflamatório os quais atingem tecidos moles, desencadeando lombalgias, cervicalgias, fibromialgia, bursite, tendinite, entre outros distúrbios. Porém, a classificação de tais distúrbios segue a lógica da localização anatômica em que se encontram, podem ser tanto ortopédicos, ou reumatológicos, quanto neurológicos.

As queixas osteomusculares e QV caminham juntas no âmbito de saúde. As queixas ocasionam dificuldades em realizar as atividades laborais possivelmente causadoras do distúrbio, até a realização de tarefas simples do cotidiano devido sintomatologias de dor, fadiga e parestesia, acompanhadas ou não de lesões em tecidos moles (DOSEA *et al.*, 2016). Os problemas de saúde relacionados ao trabalho, vem sendo um problema relevante na atualidade. Os distúrbios osteoarticulares presentes nesta população são de etiologia multifatorial, o que pode causar um desequilíbrio na realização de tarefas no ambiente laboral, devido algias e desconfortos em alguns segmentos corporais (LIMA, 2015).

A QV é um conceito que abrange vários aspectos, como saúde física, psicológica, relações sociais, entre outros aspectos, estando relacionada diretamente com o bem-estar físico. Visto isso, Almeida (2013) afirma que a QV é a percepção satisfatória que o indivíduo tem, referente a preocupação com o estilo de vida diante das adversidades causadas pelo dia-a-dia. Porém o trabalho pode ter influências positivas e negativas na vida dos funcionários atuantes em instituições que acolhem indivíduos com diversos tipos de deficiências. Dessa forma, como influência negativa, podemos destacar a presença das queixas osteomusculares ocasionadas por esforços durante a jornada de trabalho, as quais poderão trazer piora na QV, principalmente quando relacionada a saúde.

Nesse sentido, é interessante e oportuno justificar a pesquisa abordando a importância de avaliar a QV, e as queixas osteomusculares relacionadas ao trabalho que acometem os funcionários atuantes na Apae de uma cidade do interior mineiro; bem como a análise da influência das queixas na QV avaliada

## **3.2 MATERIAIS E MÉTODOS**

### **3.2.1 Tipo de pesquisa**

A pesquisa classificou-se como transversal, pois estudou-se uma população de diferentes idades em certo tempo. Nesse tipo de estudo ocorre uma pesquisa seccional, a qual é realizada em curto período de tempo ou em um ponto do tempo. Os dados foram avaliados pela análise estatística, sendo uma pesquisa quantitativa, utilizando técnicas estatísticas, ou seja, levantamento de dados, na qual tem a finalidade de alcançar as características real, usando a coleta de dados de forma sistemática.

### **3.2.2 Aspectos éticos**

O projeto foi submetido à aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (COEP) do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio (UNICERP) tendo como protocolo 20171450FIS009, do qual obteve autorização para execução da pesquisa.

Aos participantes da pesquisa foram entregues os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), conforme as determinações da Resolução 196/1996 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), do Ministério da Saúde, que orienta a ética em pesquisa envolvendo seres humanos.

### **3.2.3 Seleção amostral**

O presente estudo foi realizado em uma instituição não-governamental localizada na cidade de Serra do Salitre – Minas Gerais. Atualmente a Apae está presente em cerca de 2 mil municípios em todo território brasileiro, essa organização social tem o objetivo de proporcionar atenção as pessoas com diversos tipos de deficiências.

A amostra da pesquisa foi composta por 16 funcionários da instituição, atuantes nos turnos matutino e vespertino, de setores de alfabetização, organizacional e equipe multiprofissional. Foram incluídos funcionários do setor de serviços gerais, fisioterapeuta, fonoaudiólogo, monitores, professores e supervisor; aqueles que concordaram em participar da pesquisa assinando o TCLE; independente de função, carga horária, faixa etária ou sexo.

Foram excluídos os funcionários que se negaram em participar da pesquisa, totalizando 10 funcionários.

### **3.2.4 Procedimentos de pesquisa**

A coleta de dados aconteceu através da aplicação de um formulário e dois questionários, junto aos funcionários da Apae, que concordaram em participar da pesquisa e assinaram o TCLE, conforme ANEXO A. No formulário (APÊNDICE A), elaborado pela pesquisadora, buscou-se identificar os dados pessoais dos participantes, contendo nome, idade, sexo, ocupação, tempo de trabalho na instituição e informações quanto a prática de atividade física e sintomatologias inerentes ao trabalho.

No primeiro questionário (ANEXO B), aplicado juntamente com o primeiro, em 06/03/2018, buscou-se identificar os distúrbios músculo-esqueléticos. Para isso foi utilizado o Questionário Nórdico Músculo-Esquelético, que apresenta a figura do corpo humano, dividida em regiões anatômicas. As perguntas estão relacionadas com cada área anatômica, sendo eficaz para os resultados com relação às dores dos trabalhadores nos últimos 12 meses e 7 dias, e investiga se foi necessário faltar do serviço nos últimos 12 meses devido as dores. Tem como objetivo quantificar as regiões mais acometidas devido aos sintomas músculo-esquelético.

O segundo questionário (ANEXO C) SF-36 foi aplicado juntamente com os outros instrumentos para coleta de dados. Os materiais de medidas de QV são os questionários, que medem sentimentos, autovalorização ou condutas, por meio de interrogatório direto com o paciente ou questionário autoaplicável (VIDO, 2006).

### **3.2.5 Análise Estatística**

Uma planilha eletrônica foi construída para armazenamento dos dados, através do programa Excel®. Foi realizado o teste de normalidade Shapiro Wilk, em seguida os dados foram transportados para o programa estatístico “Statistical Package for Social Sciences” (SPSS) versão 18.0 para análise estatística. Para a análise dos dados foi realizada análise descritiva por meio de medidas de tendência central (média) e de variabilidade (desvio padrão) para as variáveis numéricas e distribuição de frequência para as nominais.

### 3.3 RESULTADOS

Dos 26 questionários distribuídos, retornaram válidos 16 questionários. Os participantes foram identificados a partir de quatro variáveis, sendo elas idade, gênero, carga horária e funções exercidas no ambiente de trabalho. A idade dos participantes variou entre 23 e 54 anos, sendo a idade média da amostra de  $34,19 \pm 8,191$  anos. A distribuição dos participantes em relação ao gênero demonstra que a maioria dos colaboradores são do sexo feminino sendo 93,8%, seguido por 6,2% do sexo masculino. A carga horária média de trabalho foi de  $28,5 \pm 8,206$  horas semanais.

O gráfico 1 demonstra a relação quanto as funções no ambiente de trabalho, sendo que a maioria foram de professores o que corresponde a 62,7%, seguida por serviços gerais correspondente a 12,5% e pelos demais profissionais.

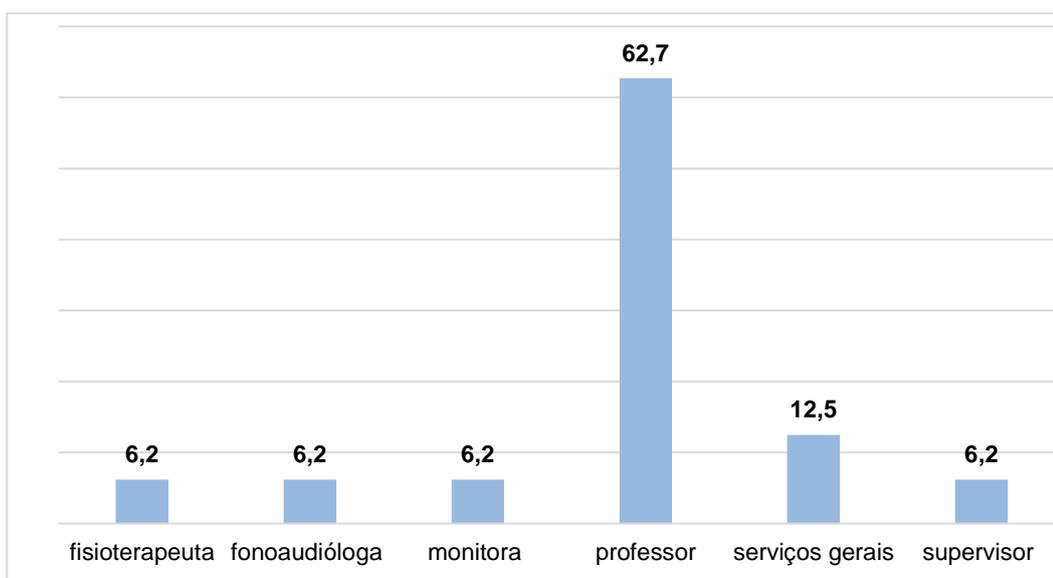


Gráfico1- Distribuição da frequência (%) quanto a ocupação (Patrocínio, 2018). Fonte: Elaboração da autora, 2018

Com relação a presença de dores, a frequência de queixas osteomusculares foi maior após o expediente (50%), em relação a durante a jornada de trabalho (25%). A maioria das pessoas que sentem sintomas álgicos após o expediente são professores, seguidos por fisioterapeuta e profissional de serviços gerais; ambos cumprem carga horária semanal referente a 30 horas e possuem tempo de prestação de serviços na instituição superior ou igual 3 anos. Na prática de atividade física, a maioria da amostra (56,2%) realizam atividade física regular enquanto menos da metade (43,8%) não realizam regularmente.

A identificação dos distúrbios musculoesqueléticos relatados pelos participantes, foi realizada através da coleta de quatro variáveis, sendo as queixas osteomusculares apresentadas nos últimos doze meses, queixas osteomusculares relatadas nos últimos sete dias; impedimento de realizar atividades de vida diária devido relato de dor em segmentos corporais e a frequência da procura por atendimento médico ou fisioterapêutico devido tais limitações.

O gráfico 2 mostra a localização de dor, formigamento e dormência, segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares. A coluna lombar foi o segmento do corpo mais mencionado pelos participantes, com 50% da amostra apontando essa queixa. Na sequência está a coluna dorsal, mencionada por 43,75% dos participantes; paralela à região de coluna cervical e punho e mãos, referentes a 43,75% da amostra cada uma dessas variáveis.

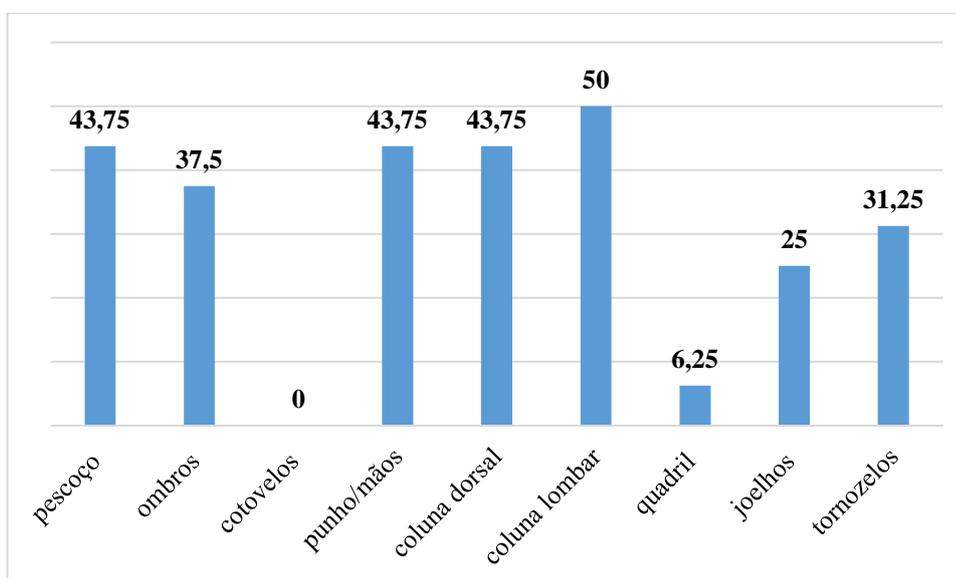


Gráfico 2 - Distribuição de frequência (%) das variáveis quanto a localização de dor, formigamento e dormência nos últimos 12 meses segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares (Patrocínio, 2018).

Fonte: Elaboração da autora, 2018

As informações contidas no gráfico 3 apresenta a localização de queixas álgicas ou algum problema nos últimos sete dias, o segmento de maior frequência de queixa foi a região cervical e seguida da coluna lombar.

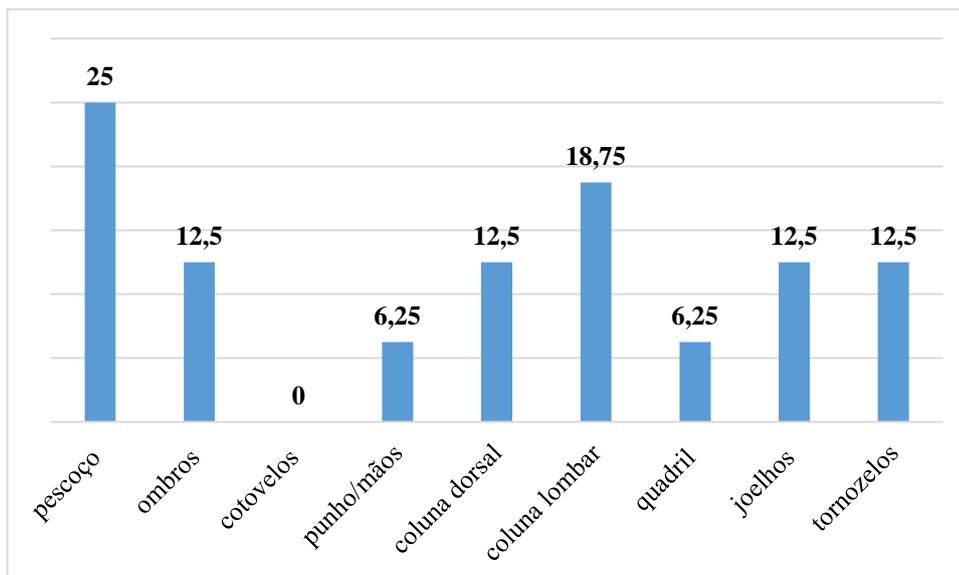


Gráfico 3 - Distribuição de frequência (%) das variáveis quanto a localização de algum problema nos últimos 7 dias segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares (Patrocínio, 2018). Fonte: Elaboração da autora, 2018

O gráfico 4, apresenta os segmentos corporais que apresentaram dor e impedimento de realizar normalmente suas atividades diárias nos últimos 12 meses. A região de maior impedimento foram os tornozelos devido sobrecarga como ficar em ortostatismo por longos períodos. Já em relação aos segmentos corporais e a busca dos profissionais de saúde para o tratamento, o segmento que apresentou maior procura de atendimento médico ou fisioterápico, foi a região de tornozelos (25%).

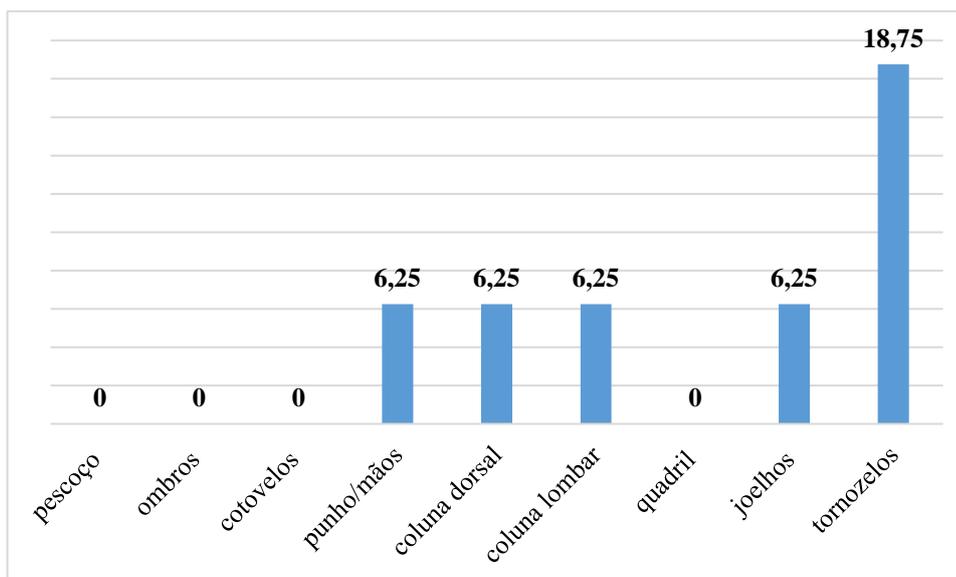


Gráfico 4 - Distribuição de frequência (%) dos segmentos corporais quanto ao impedimento de realizar atividades nos últimos 12 meses segundo o questionário Nórdico de doenças osteomusculares (Patrocínio, 2018). Fonte: Elaboração da autora, 2018

Sobre a avaliação da QV a tabela 1, descreve os resultados dos escores do questionário de qualidade de vida SF-36. A maior média de resposta foi para o domínio social ( $86,87 \pm 17,91$ ) e a menor média de resposta foi para dor ( $63,12 \pm 17,01$ ), seguida por vitalidade ( $63,75 \pm 17,74$ ), aspecto mental ( $68,75 \pm 12,83$ ) e estado geral ( $66,56 \pm 10,60$ ).

Tabela 1- Distribuição da média e desvio-padrão dos Domínios SF-36

	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
Capacidade funcional	70	100	85,62	10,14
Limitação física	0	100	78,12	32,75
Dor	40	100	63,12	17,01
Estado geral	45	85	66,56	10,60
Vitalidade	30	90	63,75	17,74
Social	50	100	86,87	17,91
Emocional	0	100	70,31	38,88
Mental	48	84	68,75	12,83

Fonte: Dados do pesquisador, 2018

### 3.4 DISCUSSÃO

De acordo com o presente estudo, podemos deduzir que a QV dos colaboradores atuantes nas Apae, pode ter influências positivas e negativas. Como influência negativa pode-se destacar a presença de queixas osteomusculares, transtornos psicossociais, os quais podem trazer piora na saúde geral dessas pessoas. Em vista da repercussão de tal assunto, foi necessário mensurar a QV e a frequência de queixas osteomusculares presentes no cotidiano desta população.

Levando em consideração os indivíduos analisados no estudo, verificou-se que a maioria da amostra que apresenta os sintomas musculoesqueléticos é composta por professores, fisioterapeuta e profissional de serviços gerais. De acordo com Sanchez *et al.*, (2013) o acometimento do sistema musculoesquelético em docentes é influenciado por uma série de fatores, como posturas inadequadas, ortostatismo mantido por longo tempo, membro superior em abdução para escrever na lousa, entre outras atividades repetitivas.

Os fisioterapeutas relataram índices significantes de dor em relação as suas atividades laborais, as quais são apontadas como desconforto muscular, desvios posturais, desconforto na lombar, região torácica e pescoço, o que podem ocasionar em invalidez temporária (LIMA *et al.*, 2015). Para Zandonadi *et al.*, (2018), é estabelecido que “os distúrbios relacionados ao trabalho presentes em trabalhadores de serviços gerais, são considerados transtornos traumáticos cumulativos, que são uma série de doenças com relação direta a exigência de tarefas”. Esses profissionais que atuam em instituições como as Apae, estão sujeitos a uma dinâmica capaz de gerar uma sobrecarga adicional, exigindo um equilíbrio físico podendo levar influências negativas para o bem-estar.

Polisseni e Ribeiro (2014), afirmam que a prática regular de atividade física tem influência positiva no bem-estar da população, melhorando a saúde, QV e atuando na diminuição de queixas osteomusculares. Qualquer relato sobre QV, ou saúde destaca-se a relevância do exercício físico, pois a prática do mesmo é considerada como prevenção contra fatores de risco causadores de doenças crônicas (SOUZA *et al.*, 2013). Sendo assim, ao analisarmos a prática de atividade física da amostra do presente estudo, verifica-se que a maioria realiza atividade física regularmente (respectivamente 56,2%). O que influencia positivamente para diminuição dos sintomas álgicos e promoção de QV em vários aspectos.

Em relação as queixas relacionadas a coluna vertebral, torna-se comum devido hábitos e posturas viciosas adotadas durante o tempo de trabalho. Tais hábitos se dão devido limitações e dependência das pessoas especiais que frequentam a instituição, bem como a necessidade de

agilidade e auxílio para com essas pessoas e escassez de orientações sobre riscos aos colaboradores da instituição.

Segundo Freire *et al.*, (2017), a dor lombar em trabalhadores institucionalizados, tem sido o motivo do índice de absenteísmo o que acarreta sérios problemas de saúde pública, devido a necessidade de o trabalhador ser reabilitado e reintegrado no ambiente de trabalho. Para Alencar e Valença (2016), a lombalgia tem fatores de risco extremamente comuns nos ambientes de trabalho, como movimentos repetitivos, posturas inadequadas associadas ou não a levantamento de peso e ritmo acelerado.

Já a dorsalgia ou dor na coluna dorsal, é caracterizada por sintomas álgicos que acometem a região torácica posteriormente. O sintoma álgico na coluna dorsal pode ser agudo ou crônico, podendo reincidir ao longo da jornada de trabalho, devido causas estruturais, degenerativas, inflamatórias, ou neuropatias da coluna vertebral, em razão de tais afecções musculoesqueléticas (ALMEIDA *et al.*, 2013).

Em relação as queixas encontradas nas articulações da coluna cervical e punho e mão, é possível observar que grande parte da amostra foi composta por professores, os quais realizam movimentos repetitivos de coordenação motora fina, e vale ressaltar que esses profissionais auxiliam os alunos portadores de necessidades especiais na confecção de artesanatos para fins lucrativos, com o intuito de melhorar as rendas mantenedoras da instituição.

Em consonância com tais resultados, Guterres *et al.*, (2017), afirma que a cervicalgia é decorrente de condições sistêmicas, e por ser o segmento da coluna vertebral que possui mais mobilidade e inervação, é susceptível a fadiga por movimentos e esforços repetitivos. Bazo e Gimenez (2008) reforçam que os profissionais que lidam com pessoas limitadas fisicamente adquirem de forma automática posturas viciosas, sendo que parte desses profissionais relataram nos últimos 7 dias lombalgia (69%), cervicalgia (52%) e dorsalgia (59%).

Estudos recentes relatam que a dor referida em tornozelos e pés por profissionais que atuam no cuidado de pessoas especiais, se dá por sobrecarga funcional, que pode ser associada a outros distúrbios, como inflamatórios, circulatórios, digestivos, tumorais e sobrepeso. (ZANDONADI *et al.*, 2018).

De acordo com Neta *et al.*, (2015), a realização de elevação e transferência de pessoas com necessidades especiais, movimentos de rotação e flexão de tronco de pé, posturas estáticas por tempos prolongados podem causar sintomas álgicos. Torna-se evidente que movimentos e posturas errôneas aumentam o risco para o desenvolvimento de sintomatologia álgica.

Segundo Sousa *et al.*, (2016), considerando as relações entre QV e queixas osteomusculares, é possível perceber que há ligações diretas de forma negativa entre as queixas e os domínios do referente questionário. Cabe destacar que o desconforto osteomuscular tem grande influência com o comprometimento da qualidade de vida da amostra estudada, sendo um fator redutor da mesma.

Para Totoro *et al.*, (2017), o domínio dor avalia a intensidade da mesma e se gera alguma limitação as atividades de vida diária do paciente. O estado geral, tem a finalidade de retratar a saúde geral do indivíduo; vitalidade avalia a energia e a fadiga perante a disposição na realização de tarefas; aspectos sociais identifica a integridade perante as atividades sociais; e por fim as limitações emocionais e saúde mental, avaliam as alterações de comportamento, saúde mental e bem-estar psicológico.

De acordo com Almeida *et al.*, (2013), as pessoas que lidam diariamente com portadores de necessidades especiais, relatam que os sintomas álgicos os impedem de realizar suas atividades do dia a dia, causando diminuição da vitalidade, piora no desempenho físico e estresse.

A partir dos achados deste estudo, identificou-se que a frequência de queixas osteomusculares relacionadas ao trabalho que acometem os colaboradores que atuam na Apae, é maior após o expediente. É possível deduzir que em relação aos resultados obtidos neste estudo, há correlações ligadas diretamente entre QV e queixas osteomusculares. Cabe ressaltar que a QV da população analisada é regular ou boa, porém comprometida nos domínios de dor, vitalidade, aspecto mental e estado geral.

Sendo assim, torna-se importante a criação e implementação de projetos baseados em aspectos relacionados a ergonomia do trabalho, para diminuir a repercussão da sintomatologia álgica. Cabe mencionar a importância do desenvolvimento de novas pesquisas devido à escassez de estudos na referida área; principalmente quando se diz respeito a qualidade de vida e queixas osteomusculares de funcionários de instituições como as Apae.

### **3.5 CONCLUSÃO**

Através da pesquisa, foi possível alcançar resultados que evidenciam que a coluna lombar e a região de tornozelos e pés, foram as regiões mais acometidas por queixas osteomusculares. Essas queixas acometeram principalmente professores, seguido por fisioterapeutas e profissionais de serviços gerais, sendo que evidentemente estas se agravam com maior

intensidade após o expediente de trabalho. Já em relação as limitações para realizar atividades, e a procura por profissionais da saúde, tornozelos e pés foram os segmentos que proporcionaram maior sintomatologia álgica para ocasionar tais situações.

Quanto a avaliação da QV de tal amostra, o domínio mais acometido foi a dor, e o domínio que menos apresentou intercorrências foi o domínio social; desse modo a QV pode ser considerada boa ou regular; apesar do fato de que a maioria da amostra relatou presença de sintomas álgicos em pelo menos um segmento corporal.

Contudo, foi possível alcançar dados de possíveis relevância para a saúde, pois a amostra analisada apresenta susceptibilidade ao desenvolvimento de afecções musculoesqueléticas, devido esforço e sobrecarga repetitiva; e os sintomas álgicos gerados por tais afecções são possíveis redutores dos índices de QV. Deste modo, se faz importante a sugestão de futuras implementações de projetos ergonômicos na instituição, para amenização da sintomatologia. Recomenda-se ainda a necessidade de novas pesquisas no setor, devido à escassez literária do assunto, referente a amostra e variáveis pesquisadas.

### **3.6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ALMEIDA, K.M.; FONSECA, B.M.; GOMES, A.A.; OLIVEIRA, MX. Fatores que influenciam a qualidade de vida de cuidadores de paralisados cerebrais. **Fisioterapia em Movimento**, v.26, n.2 , p. 307-314, 2013.

ALENCAR, M.C.B.; VALENÇA, J.B.M. Afastamento do trabalho e funcionalidade: o caso de trabalhadores adoecidos por doenças da coluna lombar. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v.24, n.4 , p. 755-763, 2016.

BAZO, M.L.; GIMENEZ, B.C. Caracterização das Alterações Posturais dos Cuidadores do PSF da Unidade de Saúde do Ouro Branco/Londrina. **UNOPAR Científica. Ciências Biológicas e da Saúde**, v.10, n.1 , p.51-58, 2008.

DOSEA, G.S.; OLIVEIRA, C.C.C.; LIMA, S.O. Sintomatologia osteomuscular e qualidade de vida de portadores de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v.20, e20160103, 2016.

FERNANDES, B.C.W. et al. Influência das orientações fisioterapêuticas na qualidade de vida e na sobrecarga de cuidadores. **Fisioterapia em Movimento**, v.26, n.1 , p. 151-158, 2013.

FERRARI, A.L. Adaptação transcultural do questionário “Cultural Study of Musculo-Skeletal and other symptoms and Associated Disability” CUPID questionnaire/ Andrea Lepos Ferrari – São Paulo, 2009.

FREIRE, L.A.; SOARES, T.C.N.; TORRES, V.P.S. Influência da ergonomia na biomecânica de profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar. **Perspectivas Online: Biológicas e Saúde**, v. 7, n.24 , p. 72-80, 2017.

GUTERRES, J.L. et al. Principais queixas relacionadas ao uso excessivo de dispositivos móveis. **Revista Pleiade**, v. 11, n.21 , p. 39-45, 2017.

LIMA, J.P. et al. Prevalência de distúrbios osteomioarticulares e algias em fisioterapeutas. **Revista de Saúde Pública**, v. 8, n.3 , p. 98-108, 2015.

MASCARENHAS, C. H. M.; MIRANDA, P. S. Sintomas de distúrbios osteomusculares relacionados ao exercício da assistência fisioterapêutica. **ConScientiae Saúde**, v. 9, n. 3, p. 476-485, 2010.

NETA, M.R.B.; SILVA, N.A.; MELO, N.S.A. Distúrbio musculoesquelético em estagiários de fisioterapia da UESB. **Revista Saúde.Com**, v.11, n. 1, p. 39-47, 2015.

POLISSENI, M.L.C.; RIBEIRO, L.C. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. **Revista Brasileira de Medicina do esporte**, v.20, n.5 , p. 340-344, 2014.

SANCHEZ, H.M. et al. Incidência de dor musculoesquelética em docentes do ensino superior. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 11, n.2 , p. 66-75, 2013.

SOUZA, J.M.A. et al. As representações da relação exercício físico e saúde de servidores públicos. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 11, n.2 , p. 35-48, 2013.

SOUSA, M.N.A. et al. Correlação entre qualidade de vida e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em mineiros. **Revista brasileira de Qualidade de Vida**, v. 8, n.1 , p. 70-84, 2016.

TOTORO, R.J. et al. Avaliação da qualidade de vida dos usuários de um núcleo de apoio à saúde da família – NASF. **Rev. Psicologia Saúde em Debate**, v.3, n. 1, p. 50-67, 2017.

VIDO, M. B. Qualidade de vida na gravidez. 2006. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Instituto de Enfermagem, Universidade de Guarulhos, Guarulhos.

ZANDONADI, L.H. et al. Importância da fisioterapia na prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. **Colloquium Vitae**, v. 10, n.1 , p. 58-67, 2018.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

- Quanto a avaliação da qualidade de vida de tal amostra, o domínio mais acometido foi a dor, e o domínio que menos apresentou intercorrências foi o domínio social; desse modo a QV pode ser considerada boa ou regular; apesar que a maioria da amostra relatou presença de sintomas álgicos em pelo menos um segmento corporal.
- Foi possível alcançar resultados que evidenciam que a coluna lombar e a região de tornozelos e pés, foram as regiões mais acometidas por queixas osteomusculares.
- Foram alcançados dados de possíveis relevância para a saúde, pois a amostra analisada apresenta susceptibilidade ao desenvolvimento de afecções musculoesqueléticas, devido esforço e sobrecarga repetitiva; e os sintomas álgicos gerados por tais afecções são possíveis redutores dos índices de QV.
- No entanto, torna-se visível a importância de possíveis implementações de projetos ergonômicos na instituição, para amenização da sintomatologia.

## 5 REFERÊNCIAS

ALMEIDA, K.M.; FONSECA, B.M.; GOMES, A.A.; OLIVEIRA, MX. Fatores que influenciam a qualidade de vida de cuidadores de paralisados cerebrais. **Fisioterapia em Movimento**, v.26, n.2 , p. 307-314, 2013.

ALENCAR, M. C. B.; SCHULTZE, V. M.; SOUZA, S. D. Distúrbios osteomusculares e o trabalho dos que cuidam de idosos institucionalizados. **Fisioterapia em Movimento**, v. 23, n. 1, p. 63-72, 2010.

ALENCAR, M.C.B.; VALENÇA, J.B.M. Afastamento do trabalho e funcionalidade: o caso de trabalhadores adoecidos por doenças da coluna lombar. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v.24, n.4 , p. 755-763, 2016.

BAZO, M.L.; GIMENEZ, B.C. Caracterização das Alterações Posturais dos Cuidadores do PSF da Unidade de Saúde do Ouro Branco/Londrina. **UNOPAR Científica. Ciências Biológicas e da Saúde**, v.10, n.1 , p.51-58, 2008.

BRACCIALLI, L. M. P., BAGAGI, P. S., SANKAKO, A. N., ARAÚJO, R. C. T. Qualidade de vida de cuidadores de pessoas com necessidades especiais. **Revista brasileira de educação especial**, v. 18, n. 1, p.113-126, 2012.

CANTORANI, J. R. H.; PEDROSO, B.; PILATTI, L. A. As esferas do trabalho e lazer e os desafios e tendências da qualidade de vida. **Revista Digital**, v. 14, n. 132, 2009.

CARDIAS, K.A.F. Associações beneficentes. **IV Mostra Científica Sobre Sustentabilidade**, p. 13-16, 2017.

DOSEA, G.S.; OLIVEIRA, C.C.C.; LIMA, S.O. Sintomatologia osteomuscular e qualidade de vida de portadores de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v.20, e20160103, 2016.

FENAPAES. **Projeto Águia, Manual de Conceitos**. Federação Nacional das Apaes, 2003.

FERNANDES, B.C.W. et al. Influência das orientações fisioterapêuticas na qualidade de vida e na sobrecarga de cuidadores. **Fisioterapia em Movimento**, v.26, n.1 , p. 151-158, 2013.

FERRARI, A.L. Adaptação transcultural do questionário “Cultural Study of Musculo-Skeletal and other symptoms and Associated Disability” CUPID questionnaire/ Andrea Lepos Ferrari – São Paulo, 2009.

FREIRE, L.A.; SOARES, T.C.N.; TORRES, V.P.S. Influência da ergonomia na biomecânica de profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar. **Perspectivas Online: Biológicas e Saúde**, v. 7, n.24 , p. 72-80, 2017.

GUTERRES, J.L. et al. Principais queixas relacionadas ao uso excessivo de dispositivos móveis. **Revista Pleiade**, v. 11, n.21 , p. 39-45, 2017.

LIMA, J.P. et al. Prevalência de distúrbios osteomioarticulares e algias em fisioterapeutas. **Revista de Saúde Pública**, v. 8, n.3 , p. 98-108, 2015.

MASCARENHAS, C. H. M.; MIRANDA, P. S. Sintomas de distúrbios osteomusculares relacionados ao exercício da assistência fisioterapêutica. **ConScientiae Saúde**, v. 9, n. 3, p. 476-485, 2010.

NETA, M.R.B.; SILVA, N.A.; MELO, N.S.A. Distúrbio musculoesquelético em estagiários de fisioterapia da UESB. **Revista Saúde.Com**, v.11, n. 1, p. 39-47, 2015.

POLISSENI, M.L.C.; RIBEIRO, L.C. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. **Revista Brasileira de Medicina do esporte**, v.20, n.5 , p. 340-344, 2014.

SANCHEZ, H.M. et al. Incidência de dor musculoesquelética em docentes do ensino superior. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 11, n.2 , p. 66-75, 2013.

SOUZA, J.M.A. et al. As representações da relação exercício físico e saúde de servidores públicos. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 11, n.2 , p. 35-48, 2013.

SOUSA, M.N.A. et al. Correlação entre qualidade de vida e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em mineiros. **Revista brasileira de Qualidade de Vida**, v. 8, n.1 , p. 70-84, 2016.

TOTORO, R.J. et al. Avaliação da qualidade de vida dos usuários de um núcleo de apoio à saúde da família – NASF. **Rev. Psicologia Saúde em Debate**, v.3, n. 1, p. 50-67, 2017.

VIDO, M. B. Qualidade de vida na gravidez. 2006. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Instituto de Enfermagem, Universidade de Guarulhos, Guarulhos.

ZANDONADI, L.H. et al. Importância da fisioterapia na prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. **Colloquium Vitae**, v. 10, n.1 , p. 58-67, 2018.

## APÊNDICE

### APÊNDICE A – Formulário para coleta de dados

- 1) Identificação: \_\_\_\_\_
- 2) Idade: \_\_\_\_\_ anos
- 3) Tempo de trabalho na instituição: \_\_\_\_\_
- 4) Ocupação: \_\_\_\_\_
- 5) Estado civil: ( ) Casado/a ( ) Solteiro/a ( ) Viúvo/a ( ) Divorciado/a
- 6) Pratica atividade física? ( ) Sim ( ) Não **Frequência:** \_\_\_\_\_
- 7) Sente dores durante o trabalho? ( ) Sim ( ) Não **Frequência e local:**  
\_\_\_\_\_
- 8) Sente dores após o expediente? ( ) Sim ( ) Não **Frequência e local:**  
\_\_\_\_\_

**ANEXO A**  
**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA**  
**PARTICIPANTES MAIORES DE 18 ANOS**

Eu, **Leticia Coutinho**, estudante do curso de **Fisioterapia** do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, convido-o(a) a participar de pesquisa sobre “**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E DAS QUEIXAS OSTEOMUSCULARES EM FUNCIONÁRIOS DA APAE DA CIDADE DE SERRA DO SALITRE-MG**”, que tem como objetivo analisar a qualidade de vida e as queixas osteomusculares dos colaboradores da APAE.

A sua participação é voluntária, sendo sua colaboração muito importante para o andamento da pesquisa, que consiste em responder um formulário e um questionário nórdico para a coleta de dados.

Serão assegurados a você o anonimato, o sigilo das informações, a privacidade e todas as condições que lhe garantam a proteção à dignidade constitucionalmente assegurada. A utilização dos resultados da pesquisa será exclusiva para fins técnico-científicos. Os riscos na participação serão minimizados mediante a atuação do pesquisador pela atenção e zelo no desenvolvimento dos trabalhos em assegurar ambiente seguro, confortável e de privacidade, evitando desconforto e constrangimento. Por outro lado, se você concordar em participar na pesquisa estará contribuindo para o desenvolvimento da ciência nesta área. Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade será assegurada e mantida em absoluto sigilo. Caso concorde em participar, em qualquer momento você poderá solicitar informações ou esclarecimentos sobre o andamento da pesquisa, bem como desistir dela e não permitir a utilização de seus dados, sem prejuízo para você. Você não terá nenhum tipo de despesa e não receberá nenhuma gratificação pela participação na pesquisa.

**Consentimento:**

Declaro ter recebido de Leticia Coutinho, estudante do curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, as orientações sobre a finalidade e objetivos da pesquisa, bem como sobre a utilização das informações que forneci somente para fins científicos, sendo que meu nome será mantido em sigilo. Aceito participar da pesquisa por meio da realização do preenchimento de alguns dados, bem como permito a utilização dos dados originados da mesma. Estou ciente de que poderei ser exposto (a) a riscos de constrangimentos associados ao meio aceite do convite, e que poderei, a qualquer momento, interromper a minha participação, sem nenhum prejuízo pessoal. Fui informado (a) que não terei nenhum tipo de despesa nem

receberei nenhum pagamento ou gratificação pela minha participação. Declaro que minhas dúvidas foram esclarecidas suficientemente e concordo em participar voluntariamente das atividades da pesquisa.

Assinatura \_\_\_\_\_ do(a) \_\_\_\_\_ participante(a):

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Impressão de polegar  
caso não assine

**Pesquisadora:** Leticia Coutinho

Rua: Adelino Joaquim da Silva, nº 51 – Bairro: Joaquim Alves – Serra do Salitre/MG

Assinatura: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**Orientadora:** Professora Me. Kelly Almeida de Melo Araújo

Rua: Treze de Maio, nº 157 – Serra do Salitre/MG

Assinatura: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Comitê de Ética em Pesquisa do UNICERP: Fone: (34) 3839-3737 ou 0800-942-3737

Av. Liria Terezinha Lassi Capuano, 466, Campus Universitário - Patrocínio – MG, CEP:  
38740.000

**ANEXO B - Versão Brasileira do Questionário de Qualidade de Vida -SF-36**

**1- Em geral você diria que sua saúde é:**

Excelente	Muito Boa	Boa	Ruim	Muito Ruim
1	2	3	4	5

**2- Comparada há um ano atrás, como você se classificaria sua idade em geral, agora?**

Muito Melhor	Um Pouco Melhor	Quase a Mesma	Um Pouco Pior	Muito Pior
1	2	3	4	5

**3- Os seguintes itens são sobre atividades que você poderia fazer atualmente durante um dia comum. Devido à sua saúde, você teria dificuldade para fazer estas atividades? Neste caso, quando?**

Atividades	Sim, dificuldade muito	Sim, dificuldade um pouco	Não, não dificuldade de modo algum
a) Atividades Rigorosas, que exigem muito esforço, tais como correr, levantar objetos pesados, participar em esportes árduos.	1	2	3
b) Atividades moderadas, tais como mover uma mesa, passar aspirador de pó, jogar bola, varrer a casa.	1	2	3
c) Levantar ou carregar mantimentos	1	2	3
d) Subir vários lances de escada	1	2	3

e) Subir um lance de escada	1	2	3
f) Curvar-se, ajoelhar-se ou dobrar-se	1	2	3
g) Andar mais de 1 quilômetro	1	2	3
h) Andar vários quarteirões	1	2	3
i) Andar um quarteirão	1	2	3
j) Tomar banho ou vestir-se	1	2	3

**4- Durante as últimas 4 semanas, você teve algum dos seguintes problemas com seu trabalho ou com alguma atividade regular, como consequência de sua saúde física?**

	Sim	Não
a) Você diminui a quantidade de tempo que se dedicava ao seu trabalho ou a outras atividades?	1	2
b) Realizou menos tarefas do que você gostaria?	1	2
c) Esteve limitado no seu tipo de trabalho ou a outras atividades.	1	2
d) Teve dificuldade de fazer seu trabalho ou outras atividades (p. ex. necessitou de um esforço extra).	1	2

**5- Durante as últimas 4 semanas, você teve algum dos seguintes problemas com seu trabalho ou outra atividade regular diária, como consequência de algum problema emocional (como se sentir deprimido ou ansioso)?**

	Sim	Não
a) Você diminui a quantidade de tempo que se dedicava ao seu trabalho ou a outras atividades?	1	2
b) Realizou menos tarefas do que você gostaria?	1	2
c) Não realizou ou fez qualquer das atividades com tanto cuidado como geralmente faz.	1	2

**6- Durante as últimas 4 semanas, de que maneira sua saúde física ou problemas emocionais interferiram nas suas atividades sociais normais, em relação à família, amigos ou em grupo?**

De forma nenhuma	Ligeiramente	Moderadamente	Bastante	Extremamente
1	2	3	4	5

**7- Quanta dor no corpo você teve durante as últimas 4 semanas?**

Nenhuma	Muito leve	Leve	Moderada	Grave	Muito grave
1	2	3	4	5	6

**8- Durante as últimas 4 semanas, quanto a dor interferiu com seu trabalho normal (incluindo o trabalho dentro de casa)?**

De maneira alguma	Um pouco	Moderadamente	Bastante	Extremamente
1	2	3	4	5

**9- Estas questões são sobre como você se sente e como tudo tem acontecido com você durante as últimas 4 semanas. Para cada questão, por favor dê uma resposta que mais se aproxime de maneira como você se sente, em relação às últimas 4 semanas.**

	Todo Tempo	A maior parte do tempo	Uma boa parte do tempo	Alguma parte do tempo	Uma pequena parte do tempo	Nunca
--	------------	------------------------	------------------------	-----------------------	----------------------------	-------

a) Quanto tempo você tem se sentindo cheio de vigor, de	1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

vontade, de força?						
b) Quanto tempo você tem se sentido uma pessoa muito nervosa?	1	2	3	4	5	6
c) Quanto tempo você tem se sentido tão deprimido que nada pode anima- lo?	1	2	3	4	5	6
d) Quanto tempo você tem se sentido calmo ou tranquilo?	1	2	3	4	5	6
e) Quanto tempo você tem se sentido com muita energia?	1	2	3	4	5	6

f) Quanto tempo você tem se sentido desanimado ou abatido?	1	2	3	4	5	6
g) Quanto tempo você tem se sentido esgotado?	1	2	3	4	5	6
h) Quanto tempo você tem se sentido uma pessoa feliz?	1	2	3	4	5	6
i) Quanto tempo você tem se sentido cansado?	1	2	3	4	5	6

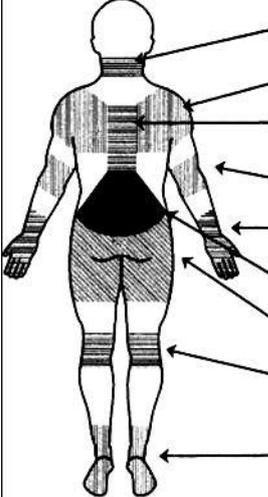
**10- Durante as últimas 4 semanas, quanto de seu tempo a sua saúde física ou problemas emocionais interferiram com as suas atividades sociais (como visitar amigos, parentes, etc.)?**

Todo Tempo	A maior parte do tempo	Alguma parte do tempo	Uma pequena parte do tempo	nenhuma parte do tempo
1	2	3	4	5

**11- O quanto verdadeiro ou falso é cada uma das afirmações para você?**

	finitivamente verdadeiro	A maioria das vezes verdadeiro	Não sei	A maioria das vezes falso	Definitivamente falso
a) Eu costumo obedecer um pouco mais facilmente que as outras pessoas	1	2	3	4	5
b) Eu sou tão saudável quanto qualquer pessoa que eu conheço	1	2	3	4	5
c) Eu acho que a minha saúde vai piorar	1	2	3	4	5
d) Minha saúde é excelente	1	2	3	4	5

## ANEXO C – Questionário Nórdico Músculo-Esquelético

<b>DISTÚRBIOS MÚSCULO-ESQUELÉTICOS</b>									
<p>Por favor, responda às questões colocando um "X" no quadrado apropriado _ um "X" para cada pergunta. Por favor, responda a todas as perguntas mesmo que você nunca tenha tido problemas em qualquer parte do seu corpo. Esta figura mostra como o corpo foi dividido. Você deve decidir, por si mesmo, qual parte está ou foi afetada, se houver alguma.</p>		<p>Nos últimos 12 meses, você teve problemas (como dor, formigamento/dormência) em:</p>		<p>Nos últimos 12 meses, você foi impedido(a) de realizar atividades normais (por exemplo: trabalho, atividades domésticas e de lazer) por causa desse problema em:</p>		<p>Nos últimos 12 meses, você consultou algum profissional da área da saúde (médico, fisioterapeuta) por causa dessa condição em:</p>		<p>Nos últimos 7 dias, você teve algum problema em?</p>	
	PESCOÇO	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	OMBROS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	PARTE SUPERIOR DAS COSTAS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	COTOVELOS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	PUNHOS/MÃOS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	PARTE INFERIOR DAS COSTAS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	QUADRIL/ COXAS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
	JOELHOS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim
TORNOZELOS/ PÉS	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	<input type="checkbox"/> Sim	