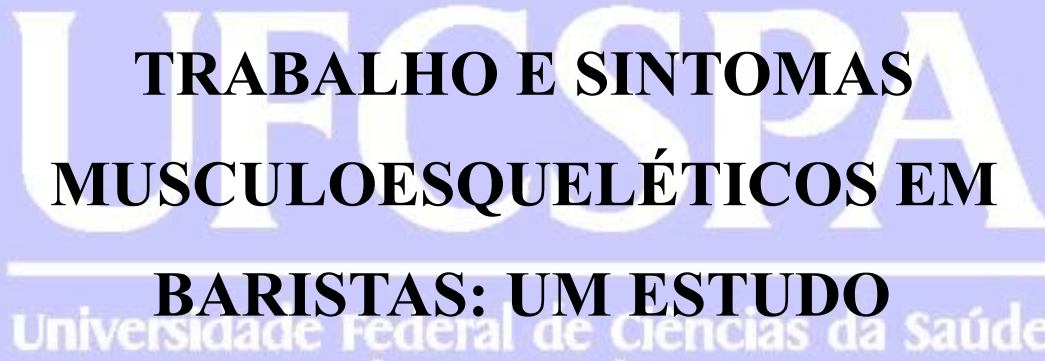


**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CIÊNCIAS DA SAÚDE DE
PORTO ALEGRE
CURSO DE FISIOTERAPIA**



Isabela Col Debella Silveira

**QUALIDADE DE VIDA NO
TRABALHO E SINTOMAS
MUSCULOESQUELÉTICOS EM
BARISTAS: UM ESTUDO
DESCRITIVO**



Porto Alegre

2023

Isabela Col Debella Silveira

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO E SINTOMAS
MUSCULOESQUELÉTICOS EM BARISTAS: UM ESTUDO
DESCRITIVO**

Trabalho de Conclusão de Curso de
Fisioterapia, da Universidade Federal de
Ciências da Saúde de Porto Alegre, como
requisito parcial para obtenção do título
de Bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Prof^ª Dr^ª Adriana Torres de
Lemos

Coorientador: Prof^º Dr^º Marcelo Faria
Silva

Porto Alegre

2023

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho aos bons amigos que fiz nesta jornada. Aos bons cafés que me foram servidos em diversos lugares que guardo com carinho e por pessoas incríveis que tentam viver a vida de forma genuinamente feliz. Dedico este trabalho aos próximos trabalhos que, mesmo fora da curva, serão íntimos e significativos, aqueles feitos para mudar um tijolo de cada vez, com afeto para que seja possível finalizar essa etapa com esperança.

“Todo mundo tem um mundo secreto dentro deles. Quero dizer *todos*. Todas as pessoas em todo o mundo, eu quero dizer *todos* - não importa o quão maçante e chato eles se sintam no exterior. Dentro, eles todos tem inimagináveis, magníficos, maravilhosos e estúpidos mundos incríveis... Não apenas um mundo. Centenas deles. Milhares, talvez.”

- *The Sandman, Neil Gaiman.*

AGRADECIMENTOS

Parafraseando você mesma, “acredita, por favor, quando eu digo que você mudou minha vida em muitos sentidos”. Vanessa, tu és a minha pessoa. Obrigada por ser o apoio, a torcida, o consolo e o carinho que eu sempre precisei para completar o desafio desta graduação e todos os outros da vida. Obrigada por compreender a pressão desse momento, por me ajudar neste e nos outros inúmeros desafios que superamos juntas há 7 anos até hoje. 2023 foi, de fato, o nosso ano!

Agradeço aos meus amigos carinhosamente apelidados de “MIGA”. Gustavo, você me salva dentro e fora da universidade. Obrigada por me ouvir em todos os meus desafios, por me ensinar sobre amor e carinho e por me mostrar como é importante criar laços. Ana Clara, obrigada por todas as vezes que debatemos nossas almas sobre um prato de almoço corrido, mas com tanto significado. Em meio aos tempos difíceis, nosso humor sempre foi algo que me trouxe muito acalento. Marina, obrigada por me ensinar sobre a resolutividade da vida. Carinhosamente tu me ensinaste muito sobre não termos tempo a perder e não termos motivo para nos privar de viver.

Agradeço aos meus companheiros de estágio. Luís, Enzo, Jean, Marina, Laira e Eduarda, vocês foram o melhor grupo que eu poderia imaginar. Obrigada por compartilharem os dias bons e os não tão bons ao longo deste ano. Obrigada por cada dia de risadas e cervejas para celebrar a alegria que é estar iniciando essa nossa nova jornada. Tenho certeza de que ainda verei seus nomes por aí, sendo referência para outras pessoas assim como são para mim. Até logo!

Agradeço aos meus pais e meu irmão por terem sido responsáveis pela consolidação da minha base forte. Sem vocês eu não estaria aonde cheguei e não teria a força necessária para me virar a 816 km de distância todos os dias.

Agradeço imensamente à professora Adriana Lemos que abraçou a minha ideia sem questionar minhas motivações e me auxiliou em meio as dificuldades. Agradeço a todo o corpo docente da fisioterapia, em especial à professora Adriana Kessler, pois sem os teus ensinamentos eu não teria chego à etapa final deste curso. Tu foste e seguirás sendo o meio maior exemplo profissional!

RESUMO

Objetivo: identificar e descrever a ocorrência de sintomas musculoesqueléticos (SME), a qualidade de vida (QV) no trabalho e o estresse ocupacional em baristas de Porto Alegre e região metropolitana. *Método:* Estudo de delineamento transversal realizado em uma etapa de autoaplicação dos seguintes questionários: (1) anamnese; (2) Job Stress Scale (JSS); (3) Quality of Working Life Questionnaire (QWLQ-bref); (4) Job Factors Questionnaire (JFQ); (5) Questionário Nórdico. *Resultados:* a análise identificou o perfil sociodemográfico da população de baristas como majoritariamente feminina, solteira e com média de idade de 26 anos. As maiores ocorrências de SME foram nos membros superiores e coluna lombar. A avaliação da QV foi relacionada em todos os escores de forma significativa, exceto na relação da QV psicológica com o apoio social. *Conclusão:* Cotovelos, punhos, mãos e coluna lombar foram identificados como as áreas com maior prevalência de sintomas musculoesqueléticos, sendo que o desconforto na coluna lombar foi apontado como a principal causa de ausências no trabalho. A qualidade de vida mostrou-se associada ao estresse em todos os domínios estudados, e a qualidade de vida profissional revelou associação com o risco ocupacional.

Palavras-chave: saúde ocupacional; qualidade de vida; dor musculoesquelética.

ABSTRACT

Objective: identify and describe the occurrence of musculoskeletal symptoms (EMS), quality of life (QOL) at work and occupational stress in baristas from Porto Alegre and metropolitan region. *Method:* Cross-sectional study conducted in a self-application step of the following questionnaires: (1) anamnesis; (2) Job Stress Scale (JSS); (3) Quality of Working Life Questionnaire (QWLQ-bref); (4) Job Factors Questionnaire (JFQ); (5) Nordic Questionnaire. *Results:* the analysis identified the sociodemographic profile of the barista population as mostly female, single and with a mean age of 26 years. The highest occurrences of EMS were in the upper limbs and lumbar spine. The assessment of QoL was related in all scores significantly, except in the relationship of psychological QoL with social support. *Conclusion:* Elbows, wrists/hands and lumbar spine were identified as the areas with the highest prevalence of musculoskeletal symptoms, and discomfort in the lumbar spine was pointed out as the main cause of absences at work. Quality of life was associated with stress in all domains studied, and quality of work life was associated with occupational risk.

Keywords: occupational health; quality of life; musculoskeletal pain.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	12
2. MÉTODOS	14
3. RESULTADOS	15
4. DISCUSSÃO	17
5. CONCLUSÃO	20
6. REFERÊNCIAS	21
7. TABELAS	25
a. TABELA 1	25
b. TABELA 2	26
c. TABELA 3	27
8. ANEXOS	28
a. ANEXO 1 – Normas da revista	28
b. ANEXO 2 – Ficha de anamnese	47
9. APÊNDICES	49
a. APÊNDICE 1 – JSS	50
b. APÊNDICE 2 – QWQL-bref	51
c. APÊNDICE 3 – JFQ	52
d. APÊNDICE 4 – Questionário Nórdico.....	53

ARTIGO

Qualidade de Vida no Trabalho e Sintomas Musculoesqueléticos em Baristas: Um Estudo Descritivo

Quality of Life at Work and Musculoskeletal Symptoms in Baristas: A Descriptive Study

(A ser submetido na Revista Brasileira de Saúde Ocupacional) (Qualis B1)

Isabela Col Debella Silveira ^a, Adriana Torres de Lemos ^b; Marcelo Faria Silva ^b

^a Graduanda de Fisioterapia da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, Porto Alegre, RS, Brasil.

^b Fisioterapeuta, Docente do Departamento de Fisioterapia, Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, Porto Alegre, RS, Brasil.

6 REFERÊNCIAS

1. Hulshof CTJ, Pega F, Neupane S, van der Molen HF, Colosio C, Daams JG, et al. The prevalence of occupational exposure to ergonomic risk factors: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Workrelated Burden of Disease and Injury. *Environ Int.* 2021 Jan;146:106157.
2. van der Molen HF, Foresti C, Daams JG, Frings-Dresen MHW, Kuijer PPFM. Work-related risk factors for specific shoulder disorders: a systematic review and meta-analysis. *Occup Environ Med.* 2017 Oct;74(10):745–55.
3. Verbeek J, Mischke C, Robinson R, Ijaz S, Kuijer P, Kievit A, et al. Occupational Exposure to Knee Loading and the Risk of Osteoarthritis of the Knee: A Systematic Review and a Dose-Response Meta-Analysis. *Saf Health Work.* 2017 Jun;8(2):130–42.
4. Rugulies R, Ando E, Ayuso-Mateos JL, Bonafede M, Cabello M, Di Tecco C, et al. WHO/ILO work-related burden of disease and injury: Protocol for systematic reviews of exposure to long working hours and of the effect of exposure to long working hours on depression. *Environ Int.* 2019 Apr;125:515–28.
5. Yusuf BS, Segaren N, Segaren N, Di Mascio L. Barista's fracture: a new occupational hazard. *JRSM Open.* 2020 May;11(5):205427042091849.
6. Bernard BP, Putz-Anderson V, Susan Burt Libby L Cole ME, Fairfield-Estill Lawrence Fine CJ, Katharyn Grant DA, Gjessing Lynn Jenkins Joseph Hurrell Jr CJ, et al. *Musculoskeletal Disorders and Workplace Factors A Critical Review of Epidemiologic Evidence for Work-Related Musculoskeletal Disorders of the Neck, Upper Extremity, and Low Back* [Internet]. 1997. Available from: <http://www.cdc.gov/niosh>
7. Ministério da Saúde/SVS - Sistema de Informação de Agravos de Notificação - Sinan Net. INVESTIGAÇÃO DE LER/DORT - NOTIFICAÇÕES REGISTRADAS NO SINAN NET - BRASIL. 2022.
8. Mathiassen SE, Bolin M, Olofsdotter G, Johansson E. Equal health at work? Protocol for an observational study of work organisation, workload and musculoskeletal complaints among women and men in grocery retail. *BMJ Open.* 2020 Jan 13;10(1):e032409.
9. Leijon O, Lindahl E, Torén K, Vingård E, Josephson M. First-time decisions regarding work injury annuity due to occupational disease: a gender perspective. *Occup Environ Med.* 2014 Feb;71(2):147–53.
10. World Health Organization. WHOQOL: Measuring Quality of Life. 2012.

11. Costa DSJ, Mercieca-Bebber R, Rutherford C, Tait MA, King MT. How is quality of life defined and assessed in published research? *Quality of Life Research*. 2021 Aug 1;30(8):2109–21.
12. Cheremeta M, Pedroso B, Pilatti LA, Kovaleski JL. Construção da versão abreviada do QWLQ-78: um instrumento de avaliação da qualidade de vida no trabalho. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*. 2011 Jul 1;3(1).
13. Alves MG de M, Chor D, Faerstein E, Lopes C de S, Werneck GL. Versão resumida da “job stress scale”: adaptação para o português. *Rev Saude Publica*. 2004 Apr;38(2):164–71.
14. Coluci MZO, Alexandre NMC, Rosecrance J. Reliability and validity of an ergonomics-related Job Factors Questionnaire. *Int J Ind Ergon*. 2009 Nov;39(6):995–1001.
15. Jo H, Lim O bin, Ahn YS, Chang S jin, Koh SB. Negative Impacts of Prolonged Standing at Work on Musculoskeletal Symptoms and Physical Fatigue: The Fifth Korean Working Conditions Survey. *Yonsei Med J*. 2021;62(6):510.
16. Coenen P, Parry S, Willenberg L, Shi JW, Romero L, Blackwood DM, et al. Associations of prolonged standing with musculoskeletal symptoms—A systematic review of laboratory studies. *Gait Posture*. 2017 Oct;58:310–8.
17. Pinheiro FA, Tróccoli BT, Carvalho CV de. Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. *Rev Saude Publica*. 2002 Jun;36(3):307–12.
18. Axon DR, Maldonado T. Association between Pain and Frequent Physical Exercise among Adults in the United States: A Cross-Sectional Database Study. *Sports*. 2023 Jun 29;11(7):126.
19. Abdelsalam A, Wassif GO, Eldin WS, Abdel-Hamid MA, Damaty SI. Frequency and risk factors of musculoskeletal disorders among kitchen workers. *Journal of the Egyptian Public Health Association*. 2023 Feb 20;98(1):3.
20. Subramaniam S, Murugesan S, Jayaraman S. Assessment of shoulder and low back muscle activity of male kitchen workers using surface electromyography. *Int J Occup Med Environ Health*. 2017 Sep 20;
21. Andersen JH, Haahr JP, Frost P. Risk factors for more severe regional musculoskeletal symptoms: A two-year prospective study of a general working population. *Arthritis Rheum*. 2007 Apr 28;56(4):1355–64.
22. Chen YL, Zhong YT, Liou BN, Yang CC. Musculoskeletal Disorders Symptoms among Taiwanese Bakery Workers. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Apr 24;17(8):2960.

23. D'Souza JC, Franzblau A, Werner RA. Review of Epidemiologic Studies on Occupational Factors and Lower Extremity Musculoskeletal and Vascular Disorders and Symptoms. *J Occup Rehabil.* 2005 Jun;15(2):129–65.
24. Hulshof CTJ, Colosio C, Daams JG, Ivanov ID, Prakash KC, Kuijjer PPFM, et al. WHO/ILO work-related burden of disease and injury: Protocol for systematic reviews of exposure to occupational ergonomic risk factors and of the effect of exposure to occupational ergonomic risk factors on osteoarthritis of hip or knee and selected other musculoskeletal diseases. *Environ Int.* 2019 Apr;125:554–66.
25. Yalew ES, Adem KS, Kibret AK, Gashaw M. Low back pain and its determinants among wait staff in Gondar town, North West Ethiopia: A cross-sectional study. *Frontiers in Pain Research.* 2022 Sep 6;3.
26. Zerbo Šporin D, Kozinc Ž, Prijon T, Šarabon N. Incidence and Duration of Sick Leave Due to Work-Related Musculoskeletal Disorders in the Accommodation and Food Services Activities Sector in Slovenia: A Nationwide 5-Year Observational Study. *Int J Environ Res Public Health.* 2023 Feb 10;20(4):3133.
27. Krishnan KS, Raju G, Shawkataly O. Prevalence of Work-Related Musculoskeletal Disorders: Psychological and Physical Risk Factors. *Int J Environ Res Public Health.* 2021 Sep 4;18(17):9361.
28. Aronsson G, Theorell T, Grape T, Hammarström A, Hogstedt C, Marteinsdottir I, et al. A systematic review including meta-analysis of work environment and burnout symptoms. *BMC Public Health.* 2017 Dec 16;17(1):264.
29. Madsen IEH, Nyberg ST, Magnusson Hanson LL, Ferrie JE, Ahola K, Alfredsson L, et al. Job strain as a risk factor for clinical depression: systematic review and meta-analysis with additional individual participant data. *Psychol Med.* 2017 Jun 26;47(8):1342–56.
30. MELCHIOR M, CASPI A, MILNE BJ, DANESE A, POULTON R, MOFFITT TE. Work stress precipitates depression and anxiety in young, working women and men. *Psychol Med.* 2007 Aug 4;37(8):1119–29.
31. Sørensen JB, Lasgaard M, Willert MV, Larsen FB. The relative importance of work-related and non-work-related stressors and perceived social support on global perceived stress in a cross-sectional population-based sample. *BMC Public Health.* 2021 Dec 19;21(1):543.
32. Kiema-Junes H, Saarinen A, Muukkonen H, Väyrynen S, Ala-Mursula L, Hintsanen M. Dimensions of social support in the experience of work engagement in middle age: A Northern Finland Birth Cohort 1966 Study. *Scand J Psychol.* 2020 Oct 20;61(5):679–89.

33. Chiasson MÈ, Imbeau D, Major J, Aubry K, Delisle A. Influence of musculoskeletal pain on workers' ergonomic risk-factor assessments. *Appl Ergon*. 2015 Jul;49:1–7.
34. Locke SJ, Colt JS, Stewart PA, Armenti KR, Baris D, Blair A, et al. Identifying gender differences in reported occupational information from three US population-based case–control studies. *Occup Environ Med*. 2014 Dec;71(12):855–64.
35. Eng A, 't Mannetje A, McLean D, Ellison-Loschmann L, Cheng S, Pearce N. Gender differences in occupational exposure patterns. *Occup Environ Med*. 2011 Dec 1;68(12):888–94.
36. O'Campo P, Eaton WW, Muntaner C. Labor market experience, work organization, gender inequalities and health status: results from a prospective analysis of US employed women. *Soc Sci Med*. 2004 Feb;58(3):585–94.