

FADIGA LABORAL EM TRABALHADORES RURAIS

LABOR FATIGUE IN RURAL WORKERS

ESTRÉS LABORAL EN TRABAJADORES RURALES

Karla Nayalle de Souza Oliveira¹, Leilson Rocha Bezerra², Maria Augusta Rocha Bezerra³, Kaline Nyanne de Souza Oliveira¹, Cristianne Teixeira Carneiro¹

Objetivou-se identificar a existência de fadiga laboral em trabalhadores rurais do município de Bom Jesus-PI. Trata-se de um estudo exploratório - descritivo realizado de janeiro a junho de 2011, com 47 trabalhadores. A coleta de dados se deu pela aplicação de instrumento para avaliação da fadiga denominado Questionário Bipolar e roteiro de entrevista semiestruturado com formulário para caracterização do perfil sociodemográfico e das condições de trabalho. Os dados foram tabulados e comparados pelo teste de Qui-Quadrado com 95% de confiabilidade. Foi realizado para diferenciação e classificação das respostas analisadas e observação do comportamento nos grupos, a análise de componentes principais e de agrupamentos. Constatou-se que a fadiga é frequente no ambiente rural, principalmente na forma de fadiga intensa, devido a exposição às condições insalubres para o trabalhador. Embora eles não identifiquem, diretamente, seus fatores desencadeantes, por conseguinte, suas medidas preventivas.

Descritores: Enfermagem do Trabalho; Estresse; Saúde da População Rural.

This is a research to identify the existence of labor fatigue in rural workers in Bom Jesus-PI, Brazil. This is a descriptive-exploratory study carried out from April to June, 2011, with 47 workers. Data collection took place by applying an instrument for evaluation of fatigue called "Bipolar Questionnaire" and semi-structured interview script and form to characterization of the socio-demographic profile and working conditions. The questionnaire was tabulated, being compared by Chi-Square test with 95% of reliability. It was performed for differentiation and classification of answers analyzed and observation of behavior within groups, the analysis of the main components and groups. It was observed that fatigue is common in a rural environment, mainly in the form of intense fatigue, due to the exposure to unhealthy conditions for the worker. Although they do not directly identify its trigger factors and therefore, their preventive measures.

Descriptors: Occupational Health Nursing; Stress; Rural Health.

El objetivo fue identificar la existencia de estrés laboral de trabajadores rurales del Bom Jesus-PI, Brasil. Estudio descriptivo exploratorio llevado a cabo entre abril y junio de 2011, con 47 trabajadores. Recopilación de datos se realizó por instrumento para evaluación del estrés llamado Cuestionario Bipolar y guión de entrevista semiestructurada con la caracterización del perfil sociodemográfico y de las condiciones de trabajo. Se tabularon los cuestionarios, que se compararon por Chi-Cuadrado con 95% de confiabilidad. Se realizó para diferenciación o clasificación de las respuestas analizadas y observación del comportamiento dentro de grupos el análisis de componentes principales y agrupaciones. El estrés es común en el medio rural, principalmente en forma de estrés intenso, debido a la exposición a condiciones insalubres para el trabajador. Aunque no se identifican, directamente, sus factores desencadenantes, por lo tanto, sus medidas de prevención.

Descriptor: Enfermería del Trabajo; Estrés; Salud Rural.

¹Enfermeira, Especialista, Professora do Curso Técnico em Enfermagem, Universidade Federal do Piauí. Bom Jesus, PI, Brasil. E-mail: karlanayalle@yahoo.com.br, kalinenso@gmail.com, crisanneteixeira@hotmail.com

²Médico Veterinário, Doutor, Professor do Curso de Zootecnia, Universidade Federal do Piauí. Bom Jesus, PI, Brasil. E-mail: leilson@ufpi.edu.br

³Enfermeira, Mestre, Professora do Curso de Enfermagem, Universidade Federal do Piauí. Floriano, PI, Brasil. E-mail: mariaaugusta@ufpi.edu.br

INTRODUÇÃO

A incorporação da saúde do trabalhador nos processos de produção perpassa uma ampliação do olhar sobre a relação trabalho e saúde que possibilita compreender a articulação entre o mundo do trabalho em âmbito geral, os processos produtivos locais e os processos de trabalho que se desenvolvem nos territórios de abrangência, de modo a perceber os trabalhadores que estão inseridos e aqueles excluídos de tais processos e as implicações disso para suas condições de vida e saúde⁽¹⁾. Neste contexto, insere-se a ergonomia, que ao mesmo tempo é uma ciência e uma tecnologia que procura adaptar confortavelmente e produtivamente o ser humano e seu trabalho, tratando da compreensão das interações entre esses elementos, cujos objetivos práticos são a segurança, satisfação e bem-estar dos trabalhadores no seu relacionamento com sistemas produtivos⁽²⁾.

A fadiga, por sua vez, é decorrente da exposição aos agentes de risco ergonômico, sendo uma importante manifestação da inadequação das estruturas corporais às exigências de trabalho, havendo clara associação, epidemiológica e estatística com as exigências ergonômicas do trabalho executado⁽³⁾. Sendo assim, a fadiga é resultante, principalmente, do trabalho contínuo, que, por sua vez, propicia a diminuição reversível da capacidade orgânica e da degradação qualitativa do trabalho. Tendo sua origem em uma série de fatores complexos: fisiológicos, psicológicos, ambientais e sociais, cujos efeitos são cumulativos⁽⁴⁾.

Dentre as categorias de trabalhadores com risco elevado para o desenvolvimento de fadiga laboral encontram-se os que atuam em atividades rurais, em virtude da exposição a agressores mecânicos; agentes de natureza física como, a radiação solar e temperaturas extremas, ruído; e fatores próprios da organização do trabalho⁽⁵⁾. A preocupação com os agravos à saúde advindos do trabalho, independente da categoria de trabalhadores, vem sendo pesquisado visando uma

melhoria da atenção à saúde dos trabalhadores e a prevenção dos agravos à saúde⁽⁶⁻⁷⁾.

A partir do entendimento de que a fadiga pode ser desencadeada por uma gama variada de fatores dentro do ambiente laboral do trabalhador rural, torna-se fundamental conhecer a existência, o nível de fadiga e suas variáveis relacionadas, almejando o conhecimento do surgimento e das condições desencadeantes. Para que, a partir dessa informação, possam ser elaboradas medidas que visem melhoria da saúde desses trabalhadores, prevenindo ou aliviando a sintomatologia. Com base no exposto, traçou-se um estudo cujo objetivo foi identificar a existência de fadiga laboral em trabalhadores rurais do município de Bom Jesus-PI. Entendendo como esta se manifesta no desenvolvimento das atividades destes profissionais, considerando os diversos fatores determinantes no processo saúde-doença.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa descritiva, com abordagem quantitativa. Desenvolvido na zona rural do município de Bom Jesus, com uma população estimada em 20.511 habitantes, a 635 km de Teresina e localizado na região Sudoeste do estado do Piauí, Brasil⁽⁸⁾. O município apresenta como principal atividade econômica a agropecuária.

A pesquisa realizou-se entre junho a dezembro de 2011 e a população foi composta por trabalhadores rurais cadastrados no Programa de Agricultura Familiar da Secretaria Municipal de Agricultura. Os critérios de inclusão dos informantes foram: exercer atividades na agricultura há pelo menos dois meses; aceitar participar da pesquisa de livre e espontânea vontade; estar cadastrado na Secretaria de Agricultura Municipal e encontrar-se em pleno exercício da profissão durante o período de coleta de dados. Logo, foram excluídos do estudo os trabalhadores com diagnóstico confirmado de Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e, Distúrbios

Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), aqueles que retornaram de férias nas últimas três semanas ou menos e, aqueles que trabalham no turno da noite.

Estudo realizado em duas etapas, na primeira aplicou-se instrumento destinado à avaliação da fadiga laboral denominado "Questionário Bipolar de Fadiga"⁽⁹⁾, método simples de avaliação subjetiva da fadiga no ambiente de trabalho, que analisa a concentração, quietude, produtividade, cansaço visual e dor nos segmentos corporais. Estes aspectos são associados à ideia de positividade onde quando mais perto do um menos fadiga, mais próximo de sete, mais fadiga. O instrumento foi respondido por cada sujeito do estudo no início, no meio e final da jornada de trabalho. Nesta fase, foram avaliados 81 trabalhadores, dos quais 47 referiram fadiga, estes compuseram a amostra da segunda fase do estudo.

A segunda etapa consistiu na aplicação de um formulário para caracterização do indivíduo entrevistado, das condições de trabalho e dos fatores desencadeantes de fadiga presentes no ambiente de trabalho, envolvendo perguntas que permitiam a identificação dos fatores responsáveis pelo desencadeamento ou piora da fadiga; as medidas de alívio e/ou prevenção da fadiga, adotadas pelo trabalhador; e possíveis interferências da fadiga em outros aspectos de sua vida.

O cálculo das frequências das respostas obtidas foi feito através da estatística descritiva. O teste de qui-quadrado (χ^2) foi aplicado para mostrar eventuais diferenças entre as frequências encontradas e as associações, utilizando-se o *Statistic Analysis System* (SAS)⁽¹⁰⁾, com Intervalo de Confiança a 95% ($p < 0,05$). Foi realizado análise de relações entre as variáveis: fadiga e sexo, fadiga e idade, fadiga e peso, fadiga e altura, fadiga e meio de locomoção e fadiga e tempo de trabalho, através do teste de correlação de Pearson.

Este trabalho respeitou os aspectos éticos de acordo com as diretrizes estabelecidas na Resolução

196/96 e complementares do Conselho Nacional de Saúde, aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Piauí (UFPI), sob nº 0087.0.045.000-11.

RESULTADOS

Os sujeitos da pesquisa em sua maioria foram homens (80,85%, $p < 0,0001$), com idade entre 41-60 anos (61,7%, $p < 0,0001$). A altura e o peso corpóreo também foram investigados, onde a grande maioria tem altura entre 140-170 cm (89,37%, $p < 0,0022$) e pesa entre 40-60 kg (51,06%, $p < 0,0001$) (Tabela 1).

Tabela 1 - Características individuais dos trabalhadores rurais do estudo. Bom Jesus, PI, Brasil, 2011

| Variáveis | n=47 | % | χ^2 | p-value |
|------------|------|------|----------|------------|
| Idade | | | 51,0 | < 0,0001* |
| 21-40 anos | 12 | 25,5 | | |
| 41-60 anos | 29 | 61,7 | | |
| >60 anos | 6 | 12,8 | | |
| Sexo | | | 25,6 | < 0,0001* |
| Masculino | 38 | 80,9 | | |
| Feminino | 9 | 19,2 | | |
| Peso | | | 18,2 | < 0,0001* |
| 40-60 kg | 24 | 51,1 | | |
| 60-80 kg | 20 | 42,6 | | |
| >80 kg | 3 | 6,4 | | |
| Altura | | | 73,4 | < 0,0022 * |
| 140-170 cm | 42 | 89,4 | | |
| 170-200 cm | 5 | 10,6 | | |

*Significativa para $p < 0,05$.

Constatou-se após a aplicação do questionário, através das variáveis analisadas que 57,9% dos trabalhadores apresentaram algum tipo de fadiga ao final da jornada de trabalho. Em relação aos níveis de fadiga, observou-se que aproximadamente, 53,1%, ($p < 0,0001$) dos sujeitos, ao final da coleta encontrava-se com ausência de fadiga, ressaltando-se que 80,20% dos trabalhadores iniciaram a jornada sem nenhum indício de fadiga, fato que foi diminuindo ao final do período de trabalho, onde somente 42,10% ($p < 0,0001$) deles permaneceram sem fadiga (Figura 1).

A minoria (14,03%, $p < 0,0001$) dos profissionais apresentou fadiga moderada. Observou-se que o índice de desconforto foi aumentando gradativamente ao longo da jornada de trabalho, já que no início era de apenas 6,08% ao final era 19,91% ($p < 0,0001$).

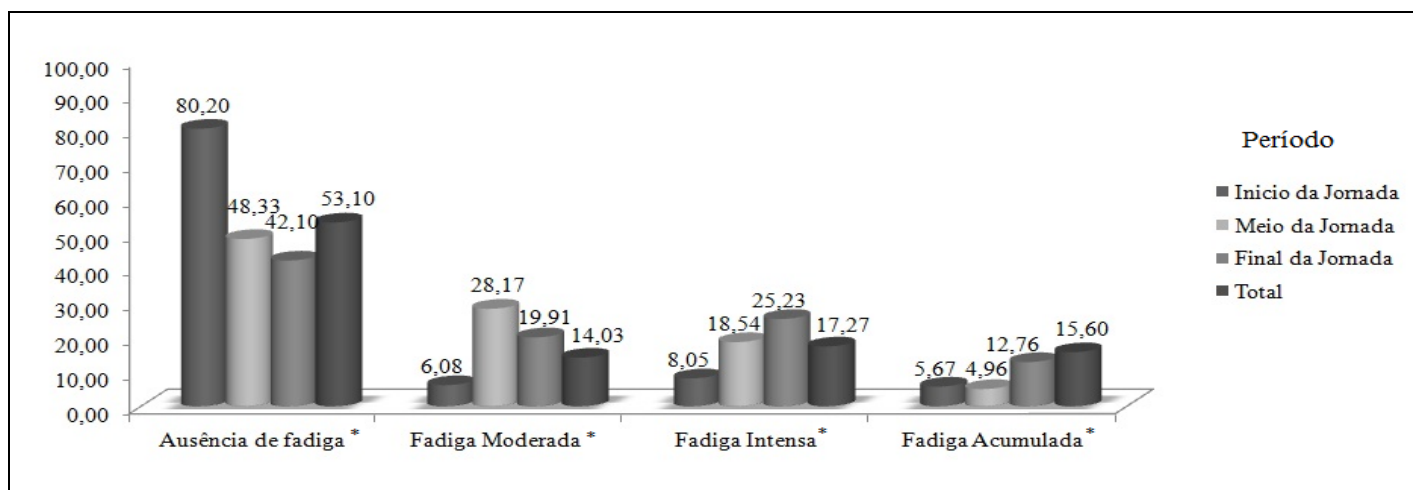


Figura 1 - Frequência dos níveis de fadiga durante a jornada laboral dos trabalhadores rurais do município de Bom Jesus-PI, Brasil, 2011. (N = 81); (*significativo para $p < 0,05$)

No meio da jornada, 48,33% ($p < 0,0001$) dos sujeitos afirmaram apresentar ausência de fadiga, reduzindo quase pela metade o número de indivíduos que relataram não apresentar fadiga. Este número reduziu (42,1%, $p < 0,0001$) no final da jornada.

A fadiga intensa foi a mais prevalente entre os trabalhadores rurais, acometendo aproximadamente 14 deles (17,27%, $p < 0,0001$). Houve aumento desse nível de fadiga (10,5%) nos profissionais até o meio da jornada, seguindo em elevação significativa (25,23%, $p < 0,0001$) até o final dela.

A fadiga acumulada se fez presente em 15,6% ($p < 0,0001$) dos profissionais rurais. O interessante é que nesse nível de fadiga houve diminuição do número de queixas ao longo da jornada, antes se fazia presente em 5,67% dos profissionais, no meio da jornada era de 4,96% ($p < 0,0001$), mantendo-se até o final do período.

Foram levantados dados concernentes à atividade

de trabalho, como a jornada laboral diária, onde se constatou que a grande maioria dos agropecuaristas trabalha de 6-10 horas (91,5%, $p < 0,0001$) (Tabela 2). Em relação à carga horária de trabalho, observou-se que apenas 3 dos sujeitos (6,4%, $p < 0,0001$) tinham carga-horária excessiva, visto que trabalhavam mais que 10 horas por dia. Associado a esse fato, observou-se que 42% ($p < 0,0001$) dos agricultores possuíam outra ocupação além da lavoura. As ocupações mais frequentemente ($p < 0,0001$) citada foi a pecuária (60%, $p < 0,0001$).

O trabalhador rural geralmente acorda e dorme cedo. Ainda relacionada ao trabalho, em sua maioria ($p < 0,0001$), os trabalhadores (76,6%) relataram pausas para descanso durante o período de trabalho e 55,5% afirmaram ($p < 0,0001$) que a duração da pausa era de apenas 1-10 minutos (Tabela 2), ou seja, a maioria tinha intervalos inferiores ao estabelecido.

Tabela 2 - Características da atividade laboral da população de trabalhadores rurais do estudo. Bom Jesus, PI, Brasil, 2011

| Variáveis | n=47 | % | χ^2 | p-value |
|--|------|------|----------|-----------|
| Jornada laboral diária | | | 85,1 | < 0,0001* |
| 11-15 horas | 3 | 6,4 | | |
| 6-10 horas | 43 | 91,5 | | |
| 1-5 horas | 1 | 2,1 | | |
| Tipo de atividade extra realizada | | | 77,4 | < 0,0001* |
| Pecuaristas | 28 | 60,0 | | |
| Comerciantes | 14 | 30,0 | | |
| Construção rural | 5 | 10,0 | | |
| Existe pausa para descanso do trabalho | | | 81,5 | < 0,0001* |
| Sim | 36 | 76,6 | | |
| Não | 11 | 23,4 | | |
| Tempo de descanso na jornada de trabalho | | | 51,7 | < 0,0001* |
| 1-20 minutos | 38 | 80,5 | | |
| 21-40 minutos | 6 | 14,0 | | |
| >40 minutos | 3 | 5,5 | | |
| Adota postura inadequada no trabalho | | | 69,7 | < 0,0012* |
| Sim | 34 | 72,3 | | |
| Não | 13 | 27,7 | | |
| Carregam peso durante a jornada | | | 93,1 | < 0,0001* |
| Sim | 43 | 91,5 | | |
| Não | 4 | 8,5 | | |
| Tempo gasto para chegar ao trabalho | | | 62,8 | < 0,0033* |
| 1-30 minutos | 33 | 70,2 | | |
| 31-60 minutos | 12 | 26,4 | | |
| > 1hora | 2 | 3,4 | | |
| Meios de locomoção até o campo de trabalho | | | 60,4 | < 0,0078* |
| A pé | 30 | 64,0 | | |
| Bicicleta | 9 | 19,0 | | |
| Motocicleta | 7 | 15,0 | | |
| Animais | 1 | 2,0 | | |
| Tempo de experiência na atividade | | | 58,8 | < 0,0001* |
| 1-25 anos | 7 | 14,8 | | |
| 26-50 anos | 34 | 72,2 | | |
| > 50 anos | 6 | 13,0 | | |
| Trabalhadores que sofreram acidente | | | 10,9 | < 0,0067* |
| Sim | 28 | 60,0 | | |
| Não | 19 | 40,0 | | |
| Tipo de acidente sofrido | | | 76,3 | < 0,0001* |
| Ferramentas e Trabalho | 37 | 78,6 | | |
| Animais Peçonhentos | 8 | 17,4 | | |
| Tombos | 2 | 4,0 | | |

*Significativa para $p < 0,05$.

No tocante à adoção de posturas inadequadas e desconfortáveis durante o trabalho, a maioria dos agricultores (72,3%, $p < 0,0012$) foi categórica ao afirmar que sim. A postura inadequada pode ser observada de forma intensa na utilização da enxada principalmente, onde o agricultor passa longos períodos capinando. E ainda, 91,5% ($p < 0,0001$) informou que precisa carregar algum tipo de peso.

Em relação à locomoção até o trabalho, o tempo médio gasto e o meio de transporte utilizado pelos agricultores para chegar ao local exato de trabalho são

importantes visto que podem causar cansaço adicional ao trabalhador. Desta forma, constatou-se que a maioria dos trabalhadores vai a pé (64%, $p < 0,0078$) para o campo de trabalho e gastam entre 01 e 30 minutos (70,2%, $p < 0,0033$) para chegar ao trabalho (Tabela 2). Associado a esse fato, os trabalhadores afirmaram ainda que na execução de seu trabalho torna-se necessário que sejam percorridas longas distâncias. Ao investigar sobre a experiência na área da agricultura, constatou-se que a maioria deles trabalha na área entre 26 e 50 anos (72,2%, $p < 0,0001$). Fato que pode ser destacado por,

muitas vezes, os filhos seguirem os passos dos pais, talvez por vontade ou por falta de condições de estudos, continuando seu labor na área rural.

Diante dessas características, o trabalho rural se configurou como desgastante e repleto de riscos ao trabalhador, acabando por expô-lo a ocorrências, como os acidentes de trabalho (AT), em que grande parte dos agricultores (60%, $p < 0,0067$) afirmaram ter sofrido algum tipo de acidente. Os acidentes mais frequentemente citados foram os cortes por ferramentas do trabalho (78,6%, $p < 0,0001$) como facões, enxadas, motosserras, forrageira. Ressalta-se ainda o fato de que alguns trabalhadores já se acidentaram mais de uma

vez.

A fadiga apresentou correlação positiva e estatisticamente significativa com as variáveis idade, peso e carga horária trabalhada, tendo sido uma correlação altamente significativa, principalmente, com a carga horária (0,535) e com a idade (0,445) (Tabela 3). Esses dados indicam que pessoas com idade mais avançada e que têm uma carga horária maior apresentam mais fadiga, o que é esperado. Fadiga também apresentou correlação negativa fraca com o sexo (homens relataram sentir mais fadiga do que as mulheres). Não houve correlação significativa entre fadiga, altura e meio de locomoção.

Tabela 3 - Correlação entre as características individuais e de atividade laboral da população de trabalhadores rurais. Bom Jesus, PI, Brasil, 2011

| | Sexo | Idade | Altura | Peso | Tempo de trabalho | Meio de locomoção |
|----------------|--------|--------|--------|--------|-------------------|-------------------|
| Correlação (r) | -0,133 | 0,445 | 0,009 | 0,165 | 0,535 | 0,002 |
| Valor de p | 0,003* | 0,000* | 0,653 | 0,004* | 0,000* | 0,122 |

*Correlações significativas a $p < 0,05$.

Conforme demonstra Tabela 4, os trabalhadores rurais foram questionados quanto aos fatores desencadeantes presentes no ambiente de trabalho e seus interferentes na vida deles. Ao serem indagados sobre as medidas adotadas por eles para o alívio da fadiga, citaram o repouso (17) (36,2%, $p < 0,0145$) e a automedicação (16) (34,1%, $p < 0,0145$), ou seja, tomar algum tipo de medicamento. Grande parte (20) (27,6%, $p < 0,0145$) dos entrevistados associaram ainda o banho como medida de relaxamento.

Quando indagados se o cansaço os impedia de realizar alguma tarefa diária em casa, a maioria referiu que não (66%, $p < 0,0001$), pois mesmo fadigadas, sentem como obrigação necessária. Em relação ao descanso em casa após o trabalho, a grande maioria (35) (74,5%, $p < 0,0001$) relatou que consegue relaxar,

apesar de que ao chegar à casa ainda precisa realizar atividades domésticas, como cozinhar e cuidar dos filhos. A maior parte dos trabalhadores (42,5%, $p < 0,0042$) afirmou que a jornada de trabalho não interfere no sono, que consegue dormir mesmo com dor. Outros 16 (34%, $p < 0,0042$) têm dificuldade ou apresentam dor de cabeça, nas costas ou nas pernas e isso interfere na qualidade do sono.

Apesar da fadiga, a maior parte dos trabalhadores (63,8%, $p < 0,0001$) afirmou ter atividades de lazer, citando algumas: visitar parentes, amigos ou vizinhos; jogar baralho, sinuca e futebol; pescar ou caçar com os amigos; sair para alguma festa; relatou que a melhor forma de lazer é ficar em casa com a família; sair para beber algum tipo de bebida alcoólica; ir à igreja; tocar violão.

Tabela 4 - Variáveis dos fatores desencadeantes presentes no ambiente de trabalho e seus interferentes na vida dos trabalhadores. Bom Jesus, PI, Brasil, 2011

| Variáveis | n=47 | % | χ^2 | p-value |
|--|------|------|----------|-----------|
| Medidas adotadas para o alívio da fadiga | | | 43,4 | < 0,0145* |
| Medicamentos químicos (fármaco) | 16 | 34,1 | | |
| Repouso | 17 | 36,2 | | |
| Banho | 11 | 23,4 | | |
| Medidas naturais (chá) | 1 | 2,1 | | |
| Massagem com gel | 1 | 2,1 | | |
| Bebida Alcoólica | 1 | 2,1 | | |
| O cansaço interfere nas tarefas domésticas | | | 74,9 | < 0,0001* |
| Sim | 16 | 34,0 | | |
| Não | 31 | 66,0 | | |
| Há descanso quando chega em casa | | | 82,6 | < 0,0001* |
| Sim | 35 | 74,5 | | |
| Não | 12 | 25,5 | | |
| A jornada de trabalho interfere no sono | | | 58,3 | < 0,0042* |
| Não interfere no seu sono | 20 | 42,5 | | |
| Apresentam dores de cabeça e nas costas | 16 | 34,0 | | |
| Necessita recorrer à medicação | 3 | 6,5 | | |
| Preocupações externas ao trabalho | 8 | 17,0 | | |
| Consegue ter horas de lazer | | | 69,9 | < 0,0001* |
| Sim | 30 | 63,8 | | |
| Não | 17 | 36,2 | | |
| Atividades mais fatigantes no trabalho | | | 55,5 | < 0,0224* |
| Utilização de ferramentas e agrotóxicos | 11 | 23,4 | | |
| Ficar em pé | 10 | 21,6 | | |
| Exposição ao sol | 9 | 19,0 | | |
| Postura para a colheita | 9 | 19,0 | | |
| Carregar peso | 3 | 6,4 | | |
| Outros | 5 | 10,6 | | |
| O que gostaria de mudar no trabalho | | | 41,1 | < 0,0318* |
| Investimento em maquinário e pessoal | 14 | 29,8 | | |
| Reduzir a carga horária de trabalho | 7 | 14,9 | | |
| Não ter que ficar tanto tempo em pé | 2 | 4,2 | | |
| Realizar trabalhos mais leves | 2 | 4,2 | | |
| Melhorias no salário | 2 | 4,2 | | |
| Não há o que se fazer | 3 | 6,4 | | |
| Melhorar tudo | 3 | 6,4 | | |
| Não souberam opinar | 14 | 29,9 | | |

*Significativa para $p < 0,05$.

Quando perguntados sobre o que é mais fatigante em seu ambiente de trabalho a maioria (23,4%, $p < 0,0224$), respondeu que é a utilização de ferramentas como o machado, enxada e bombas para aplicação de veneno, pois são bastante pesados e o próprio agrotóxico traz efeitos danosos sobre a saúde do trabalhador, conforme relatos dos sujeitos.

Diante dos problemas apresentados, os trabalhadores relataram o que gostariam de mudar em seu trabalho: pequena maioria dos trabalhadores (29,8%, $p < 0,0318$) referiu que o principal seria o investimento em maquinário e na contratação de mais

peessoas. Outros ainda citaram diminuir as horas de trabalho (14,9%), não ter que ficar tanto tempo em pé ou caminhando, realizar trabalhos mais leves, menos intensos ou melhoria de salário (4,2%). Outros 6,4% são categóricos em afirmar que não há nada que se possa fazer para melhorar, pois todas as tarefas da roça são pesadas, o mesmo número de respostas que afirmaram ter que melhorar tudo. Não souberam explicar, 29,9% (14) dos trabalhadores. Observou-se que quatorze trabalhadores não souberam opinar quando se diz respeito a melhorias em seu ambiente de trabalho, fato que pode estar associado à baixas

escolaridade e informações. Adicionalmente, três deles referiram não ter nada que se possa fazer para melhorar, mostrando o conformismo.

DISCUSSÃO

O trabalho rural está regularizado pela Lei nº 5.889/73, regulamentado pelo Decreto nº 73.626/74 e no artigo 7º da Constituição Federal/88. Considera-se empregado rural toda a pessoa física que, em propriedade rural ou prédio rústico, presta serviços de natureza não eventual a empregador rural, sob a dependência deste e mediante salário. Não é considerado empregado rural, mas empregado doméstico, aquele que presta serviços de natureza contínua em chácara ou sítio de lazer e recreação, sem finalidade lucrativa⁽¹¹⁾.

Com os dados levantados nesta pesquisa, observou-se que o trabalhador rural informal, possui idade avançada (41-60 anos), desempenha atividade rural há mais de 20 anos, em longas jornadas de trabalho e com intervalos pequenos durante a jornada, assume, ao realizar a tarefa de capinar – lançar e arrastar a enxada e arrancar mato, a postura de flexão de braços e pescoço exacerbada e flexo-extensão de punhos⁽⁷⁾. Além disso, nem sempre fica obedecida a jornada máxima estabelecida de 8 horas diárias ou 44 horas semanais e 220 horas mensais, em acordo coletivo ou convenção coletiva de trabalho, conforme o Art. 7º do capítulo II, da Constituição Federal Brasileira⁽¹¹⁾.

Em relação à jornada de trabalho, observou-se que a grande maioria dos trabalhadores e empregadores do campo obedece ao que regula Lei nº 5.889/73, regulamentado pelo Decreto nº 73.626/74 onde relata que a jornada de trabalho é de 44 horas semanais e 220 horas mensais e a duração do trabalho diário não poderá ser superior a 8 horas. Os períodos de descanso intra ou interjornadas diárias ou semanais ou ainda no ano contratual é um direito também assegurado pelo Decreto nº 73.626/74 e no artigo 7º da Constituição

Federal/88 e possui fundamento de ordem biológica buscando com a inatividade do trabalhador, preservar sua saúde física e mental, propiciando-lhe que, após certo período, recomponha em parte suas forças físicas e psíquicas. Ao trabalhador rural ainda é assegurado o descanso semanal remunerado, de 24 horas consecutivas, preferentemente aos domingos e, nos feriados civis e religiosos, de acordo com a tradição local (decretados pelo Município)⁽¹¹⁾. Além disso, observa-se que se pode conseguir um aumento da produção com a introdução de prerrogativas tais como a possibilidade do trabalhador decidir quando fazer as pausas para o descanso. Dessa forma, as novas exigências de produção se traduzem por um acréscimo de iniciativa, de responsabilização e de motivação⁽¹²⁾.

Além disso, ainda conforme o Decreto nº 73.626/74, em qualquer atividade contínua superior a seis horas, é obrigatório à concessão de um intervalo de no mínimo uma hora, não podendo ser superior a duas horas. No entanto, no caso da jornada ser de no mínimo quatro e no máximo seis horas, será conferido intervalo de no mínimo quinze minutos. A legislação também prevê que na hipótese da não concessão do intervalo para repouso ou alimentação, o empregador deverá remunerar o período correspondente com o acréscimo de 50% sobre o valor da remuneração normal. Este intervalo não será computado na duração do trabalho. Entre duas jornadas deve-se estabelecer um período mínimo de 11 (onze) horas consecutivas para descanso. Nesta pesquisa, alguns trabalhadores (23,4%) referiram não haver pausa alguma durante a jornada de trabalho, ato contrário ao fixado em lei⁽¹¹⁾.

De forma geral, evidencia-se que o descanso proporciona a prevenção de doenças ocupacionais, tais como: LER, DORT, estresse, entre outras, fazendo com que a qualidade de vida de trabalhadores melhore e o rendimento dos mesmos seja maior. Além dos benefícios físicos, a prática do descanso proporciona ganhos psicológicos, diminuição do estresse e aumento no poder

de concentração, motivação e moral dos trabalhadores⁽¹³⁾.

Dessa forma, a presença de fadiga nos trabalhadores rurais era esperada, visto que os agricultores relataram uma série de fatores que são potencialmente desencadeadores de fadiga, como carregamento de peso, posturas inadequadas, ocupações múltiplas, necessidade de permanecer muito tempo em pé e sob o sol forte e horas excessivas de trabalho, entre outros. Além disso, a postura forçada de trabalho incorreta poderá lesionar o trabalhador e provocar-lhe fadiga, diminuindo sua capacidade funcional. Esta condição não o impede de realizar suas atividades do cotidiano, pelo contrário, em alguns casos, o indivíduo continua a realizar trabalho em intensidade e frequência iguais ou até mesmo maiores que as anteriores. Este estado de diminuição da capacidade funcional é reversível, na maioria das vezes e indicam que o estado da fadiga se constitui num estado de alerta para o organismo, informando ao indivíduo que não deverá exercer a atividade que esteja desenvolvendo⁽⁷⁾.

A adoção de posturas de trabalho de pouca mobilidade corporal pode ser mais fatigante que os esforços dinâmicos moderados, pois o conforto postural está mais relacionado com as possibilidades de se alterar a postura, do que com a postura ideal definida, já que qualquer adoção de postura prolongada se transforma em fatigante ou insuportável.

O aumento de fadiga no meio da jornada de trabalho está diretamente associado às características próprias do trabalho rural, que é realizado, por vezes em condições ambientais desfavoráveis, exigindo grande sobrecarga física do trabalhador⁽¹⁴⁾. Observa-se que a fadiga existente no trabalho rural está mais relacionada às condições de trabalho do que à carga horária trabalhada, já que geralmente o homem do campo chega ao trabalho às 7:00 horas e volta para casa às 11:00 horas retornado às 14:00 horas onde fica até as 16:00 horas.

A tarefa de capinar, subdividida em movimentos com enxada (lançar e arrastar) e arrancar mato com as mãos, apresenta alto risco de lesão ou doenças ocupacionais, principalmente na região cervical (pescoço) e membros superiores, pois é desenvolvida com acentuada flexão de cabeça e ombros, o que exige muito da musculatura envolvida, para manter a postura forçada e realizar movimentos repetitivos⁽⁷⁾. Esses fatos associados podem estar relacionados ao número elevado de queixas álgicas de dor nas pernas, costas e lombar, principalmente ao final da jornada laboral. Além disso, o uso de ferramentas diversas e o manuseio de máquinas, serras elétricas, foices, facões, entre outros, são considerados agressores mecânicos, já os agentes de natureza física observados foram a radiação solar, temperaturas extremas, frio e calor. Os agentes químicos observados foram os agrotóxicos e os medicamentos para uso veterinário.

Observou-se também fatores próprios da organização do trabalho, como longas jornadas, ciclos de trabalho intensivo, relacionados às distintas fases de produção, relações subalternas que se perpetuam desde os tempos da escravidão, entre outras. Enfim, todos esses fatores presentes no trabalho se somam ou se potencializam, na presença das más condições de vida, dificuldade de acesso à escola, habitação, saneamento básico, transporte, e aos serviços de saúde e meios de comunicação⁽¹⁵⁻¹⁶⁾. Ressalta-se complementarmente que o trabalho em condições climáticas desfavoráveis produz extenuação física e nervosa, diminuição do rendimento e aumento nos erros e riscos de acidentes no trabalho.

É desafiante consolidar o modelo de atenção à saúde do trabalhador, porque sua proposta exige o desocultamento e enfrentamento dos desdobramentos do capitalismo para a organização social. Situa-se, por isso, num lugar de contra hegemonia e lógica capitalista, que busca a reprodução do capital em detrimento das condições de vida e saúde⁽¹⁷⁾. A falta de lazer por parte de dezessete trabalhadores pode ser configurado como

um risco adicional, porquanto aquele que não tem horas de divertimento fora do trabalho é potencialmente mais predisposto a desenvolver algum problema físico ou até mesmo mental, visto que, o lazer é um dos fatores determinantes e condicionantes para a saúde de qualquer cidadão.

O pouco conhecimento dos direitos dos trabalhadores rurais, que como todos os cidadãos, devem ter acesso à saúde e condições mais dignas de trabalho, com carga horária fixa e dentro dos padrões estabelecidos pela Lei nº 5.889/73, regulamentado pelo Decreto nº 73.626/74 e no artigo 7º da Constituição Federal/88, não exploração da mão de obra por parte dos empregadores, investimento em tecnologias que possam amenizar a sobrecarga do pessoal, e melhores salários, dentre outras⁽¹⁸⁾. Dessa maneira, os investimentos e olhar sobre a população de trabalhadores rurais se fazem necessários, para que haja mudança nas condições de trabalho e, concomitantemente, de sua saúde, visto que os mesmos são essenciais ao sustento do país, pois fornecem a maior parte dos alimentos que consumimos.

CONCLUSÕES

A fadiga laboral é algo presente dentro do ambiente do Trabalhador Rural no município de Bom Jesus-PI. Entretanto, apesar de sua importância devido às suas consequências nocivas e alta frequência (75,8%) nos trabalhadores entrevistados, ainda não é tratada como um problema pelos agricultores, sendo entendida como algo inerente à execução de seu trabalho.

Verificou-se que o nível de fadiga intensa foi o mais prevalente. Fato que condiz com as condições de trabalho referidas por eles, onde a maioria tem carga horária extensiva, mais de uma ocupação e trabalho extenuante executado mediante condições insalubres. Por outro lado, apesar desse reconhecimento, os trabalhadores ainda demonstram conformismo com esta situação, afirmando, em alguns casos, que não há nada

que possa ser mudado para melhorar suas condições laborais.

Essa situação mostra desconhecimento das leis trabalhistas, dos seus direitos e das medidas preventivas, o que acaba por expor ainda mais esses profissionais aos riscos presentes no ambiente de trabalho. Assim, faz-se necessário maior organização do trabalho, seja pelas cooperativas ou associações, bem como melhorias na imagem e credibilidade dessas organizações, para que haja efetiva diminuição do estresse laboral.

COLABORAÇÕES

Oliveira KNS e Bezerra LR contribuíram com análise, interpretação dos dados, redação do artigo e aprovação final da versão a ser publicada. Bezerra MAR, Oliveira KNS e Carneiro CT contribuíram para a concepção dos dados.

REFERÊNCIAS

1. Evangelista AIB, Pontes AGV, Silva JV3, Saraiva AKM. A saúde do trabalhador na atenção primária à saúde: o olhar do enfermeiro. Rev Rene. 2011; 12(n. esp.):1011-20.
2. Lacaz FAC, Santos APL. Saúde do trabalhador, hoje: revisitando atores sociais. Rev Méd. 2010; 2(Supl. 2):5-12.
3. Souza AR, Moraes LMP, Barros MGT, Vieira NFC, Braga VAB. Estresse e ações de educação em saúde: contexto da promoção da saúde mental no trabalho. Rev Rene. 2007; 8(2):26-8.
4. Martins CO. Programa de promoção da saúde do trabalhador. Jundiá: Fontoura; 2008.
5. Dias EC. Condições de vida, trabalho, saúde e doença dos trabalhadores rurais no Brasil. Saúde do Trabalhador Rural – RENAST. [Internet] 2006 [citado 2013 Jul 12]. Disponível em: Disponível em: http://www.medicina.ufmg.br/dmps/2006/saude_trabalh

ador_rural.pdf

6. Godinho MR, Greco RM, Gonçalves AMC. Enfermagem e saúde do trabalhador: análise dos grupos de pesquisa. *Rev Rene*. 2011; 12(4):825-32.

7. Costa CKL, Lucena NMG, Tomaz AF, Másculo FS. Avaliação ergonômica do trabalhador rural: enfoque nos riscos laborais associados à carga física. *Gestão Prod Oper Sis*. 2011; 6(2):101-12.

8. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Censos demográficos e contagem populacional para os anos intercensitários. Estimativas preliminares dos totais populacionais, estratificados por idade e sexo pelo MS/SE/DATASUS. Brasília: IBGE; 2011.

9. Couto HA. Temas de saúde ocupacional: coletânea dos trabalhos da Ergo. Belo Horizonte: Ergo; 1987.

10. Statistical Analysis System - SAS. Version 8.12 SAS, INC. Cary, USA: 2000.

11. Brasil. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. Brasília: Senado Federal; 1988.

12. Colombo V, Gallego EC. La importancia de recuperarse del trabajo: una revisión del dónde, cómo y por qué. *Papeles Psicol*. 2012; 33(2):129-8.

13. Mesquita JA, Teixeira CS. A ginástica laboral em frigoríficos: revisão da literatura. *Rev Educ Fís*. 2011; 2(2):67-18.

14. Santos AL, Rigotto RM. Território e territorialização: incorporando as relações produção, trabalho, ambiente e saúde na Atenção básica à Saúde. *Trab Educ Saúde*. 2010; 8(3):387-406.

15. Alencar ER, Lima MMR, Mendonça PML, Custódio IL, Alencar BP, Lima FET. Ações de educação em saúde no controle do sobrepeso/obesidade no ambiente de trabalho. *Rev Rene*. 2010; 11(1):172-80.

16. Duran ECM, Robazzi MLCC, Marziale MHP. Conhecimento de enfermagem em saúde do trabalhador oriundo de dissertações e teses. *Rev Gaúcha Enferm*. 2007; 28(3):416-23.

17. Feijão AR, Galvão MTG. Ações de educação em

saúde na atenção primária: revelando métodos, técnicas e bases teóricas. *Rev Rene*. 2007; 8(2):41-9.

18. Porto MF. Saúde do trabalhador e o desafio ambiental: contribuições do enfoque ecossocial, da ecologia política e do movimento pela justiça ambiental. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2005; 10(4):829-39.