

Claudete Rempel<sup>1</sup>  
Claus Haetinger<sup>2</sup>  
Eduardo Sehnem<sup>3</sup>

## *Reflexões de idosos sobre as relações entre o trabalho rural, problemas de coluna e postura corporal*

### **Introdução**

O aumento da expectativa de vida é uma realidade na maioria das sociedades, tornando-se um tema relevante tanto no campo da pesquisa quanto na formulação de políticas públicas, mobilizando pesquisadores e promotores de políticas sociais para a discussão sobre o desafio que a longevidade humana está colocando para as sociedades (MORAIS, 2008).

A partir destas informações, fica evidente a necessidade da atenção às populações de idosos. O Vale do Taquari (Rio Grande do Sul, Brasil), cuja população rural compreende aproximadamente 15% da população total (IBGE, 2010), tem no ambiente rural um importante segmento de sua economia. Como fornece matérias-primas para as indústrias de transformação e de beneficiamento, acaba impulsionando parcela significativa da economia do Vale, sem contar os valores que os produtores rurais e suas famílias movimentam em termos de comércio varejista, transportes, energia elétrica e comunicações. Organizada no modelo familiar, em minifúndios, a atividade caracteriza-se pela diversidade de culturas e criações, estas sempre em regime confinado e na maioria das vezes organizadas em sistema integrado com a indústria de alimentos (UNIVATES, 2011). Assim, entende-se que parte da população rural é composta de idosos, que vivem nestas localidades e, quase em sua totalidade, exerceram atividades profissionais na zona rural.

---

<sup>1</sup> Bióloga, professora Doutora do Centro Universitário UNIVATES, Lajeado (RS).

<sup>2</sup> Matemático, professor Doutor do Centro Universitário UNIVATES, Lajeado (RS).

<sup>3</sup> Fisioterapeuta, professor Mestre do Centro Universitário UNIVATES, Lajeado (RS).

Diogo, Neri e Cachioni (2006) destacam que nos velhos as estruturas que dão aporte ao alinhamento postural vão perdendo suas capacidades, como os centros responsáveis pelo equilíbrio. No idoso, as articulações sofrem processos degenerativos da cartilagem articular, que vai gradativamente perdendo suas propriedades elásticas e sua capacidade de resistir à deformação (FILHO; NETTO, 2004). Com o passar do tempo, cada organismo sofre alterações decorrentes de microtraumatismos, de lesões francas e de patologias do tecido conjuntivo, nos músculos e nos mecanismos de controle neural, que resultam nas variações singulares da postura do idoso (KAUFMANN, 2001).

Hoff (2001) constatou uma significativa prevalência de dor lombar em fumicultores no Município de Vera Cruz (RS), porém o estudo não se ateve ao perfil postural desta população, tampouco à população idosa. Bankoff *et al.* (2007) e Schmidt (1999) realizaram estudos em habitantes da zona rural, porém a população destes estudos constituía-se de adolescentes. Silveira. *et al.* (2008) descrevem que o trabalho na agricultura é de grande exigência física. A partir do exposto, conclui-se que é importante o conhecimento da realidade de vida e do contexto de diferentes populações para a construção futura de estratégias de saúde. Von Essen e Mc Curdy (1998) afirmam que há poucos estudos que descrevem o tamanho e as características dos trabalhadores rurais.

Assim, o objetivo geral desta pesquisa foi analisar e interpretar as consequências das atividades ocupacionais no histórico de queixas de dor na coluna e saúde postural dos participantes; avaliar o histórico de queixas em relação a dores na coluna e o impacto destas queixas na produtividade dos sujeitos em suas atividades profissionais no meio rural; investigar as alternativas adotadas por este público para solucionar os problemas relacionados com as queixas de dor na coluna e a postura.

## **Materiais e métodos**

O projeto de pesquisa do presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário UNIVATES em 15 de setembro de 2009, estando de acordo com os preceitos da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta os procedimentos éticos para pesquisa envolvendo seres humanos.

O estudo investigou idosos (60 anos ou mais) em uma pequena localidade do Município de Teutônia – RS. Estes protagonistas foram selecionados com base no seguinte critério: ter realizado como ativi-

dade profissional principal o trabalho na agricultura, criação de frangos, suínos, gado de leite, extração de madeira. Estas são as atividades rurais até hoje predominantes no município e na região (IBGE, 2011).

Foram entrevistados 23 idosos, residentes no Município de Teutônia. O contato com os participantes foi realizado mediante o grupo de convivência de terceira idade. O questionário era composto de nove questões abertas, registradas através de gravação. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## Resultados e discussão

As respostas foram interpretadas através do recurso de análise de conteúdo. Segundo Caregnato e Mutti (2006), a análise de conteúdo permite análises quantitativas, em função da frequência de repetição de determinada característica nas informações coletadas. A análise qualitativa do conteúdo concentra-se na presença ou ausência de determinada característica de conteúdo ou conjunto de características num determinado fragmento da mensagem. Foram realizadas nove perguntas abertas, onde os protagonistas relatavam seu histórico das questões pertinentes à postura corporal e aos problemas na coluna vertebral. Além disso, os participantes eram questionados quanto aos fatores ocupacionais e suas possíveis relações com a coluna e a postura.

A primeira questão da entrevista foi sobre o local de nascimento dos participantes, estando os dados apresentados na Tabela 1:

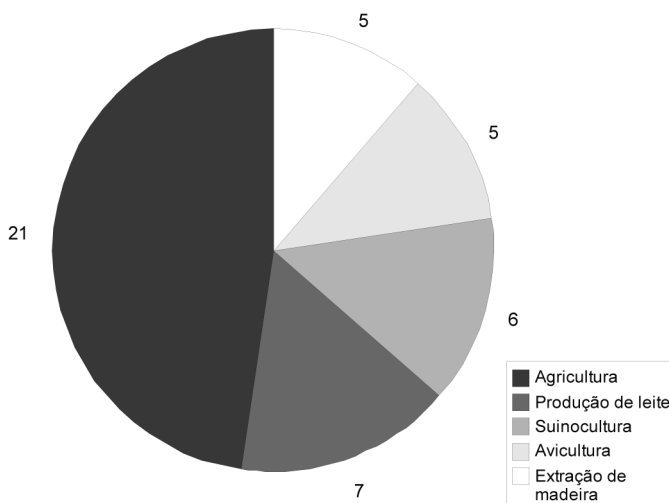
**Tabela 1** – Apresentação dos idosos quanto à localidade de nascimento

| Localidade de nascimento             | %     |
|--------------------------------------|-------|
| Município de Teutônia                | 65,21 |
| Outros Municípios do Vale do Taquari | 13,04 |
| Outros Municípios do RS              | 13,04 |
| Outro estado                         | 8,71  |

Questionados sobre a localidade, o pesquisador considerou o atual status das cidades, a fim de determinar com maior precisão a origem dos entrevistados.

A segunda questão referia-se às culturas mais praticadas pelos entrevistados durante sua fase produtiva. O gráfico da Figura 1 apresenta a distribuição das respostas dos entrevistados.

**Figura 1** – Número de respostas quanto à atividade rural praticada



**Fonte:** Dados da pesquisa.

Neste momento, buscou-se definir com maior qualidade os principais gestos laborais realizados pelos entrevistados, quando estavam em fase produtiva, proporcionando melhor reflexão sobre as relações posturas, hábitos ocupacionais e ambiente rural. Nesta pergunta, os entrevistados poderiam indicar todas as atividades que praticavam, possibilitando mais de uma resposta.

A terceira pergunta questionava a idade aproximada em que os entrevistados começaram a trabalhar. A maioria dos participantes (87%) começou a trabalhar entre 6 e 8 anos de idade e os demais iniciaram entre 9 e 11 anos.

A fala frequentemente relatada era que as atividades laborais iniciavam quando os entrevistados começavam a frequentar a escola. Assim, auxiliavam nas tarefas normalmente em um turno. As tarefas eram, do ponto de vista de alguns entrevistados, adequadas à idade da criança, alguns referindo inclusive que as ferramentas como as enxadas eram fabricadas em tamanho apropriado para crianças. De acordo com o entrevistado 8:

Olha se eu me lembro, com 7 ou 8 anos a gente já ficava na roça no lado do pai com uma foice na mão. Era um serviço leve,

tirava um pasto, um verde pros animais. Na época até existia um pai que respeitava os filhos, ele não botava o filho no serviço com uma enxada como a dele. Então os ferreiros fabricavam umas ferramentas mais leves (ENTREVISTADO 8).

Questiona-se a existência de influências na integridade postural e da coluna vertebral, uma vez que estes idosos foram submetidos a esforços em uma faixa etária em que o esqueleto apresenta-se em crescimento. Apesar da precocidade no início das atividades laborais, foi comum o relato de que as atividades desempenhadas pelos entrevistados durante sua infância eram adequadas às suas capacidades. Segundo o entrevistado 12:

A gente começou quando ia na escola, 7 ou 8 anos a gente ajudou um pouquinho, não foi muito, mas sempre ajudava. Ajudava a plantar aipim, colher batata, mandioca, isso a gente tirava, né? (ENTREVISTADO 12).

Mesmo na infância, as crianças participavam do trabalho, muitas vezes com uma organização de atividades entre irmãos, considerando que as famílias normalmente eram grandes. O relato do entrevistado 17 descreve questões relativas à organização do trabalho e a necessidade do mesmo ao longo das gerações de colonizadores:

Eu me lembro o pai dizia, sai da cama, nós temos que ir para a roça colher as batatinhas, pega o chapéu e vamos! Mas ir assim, sem café da manhã? Vamos que mãe já colocou o pão no cesto... Daí já começou a dividir as tarefas para cada um. Você fica encarregado de dar água para os porcos e aí tinha que levar com uma lata, o outro ficava encarregado de fazer o pasto de milho com o facão, outros faziam a colheita das batatas. E ainda tinha que fazer o milho todo dia. Eu me lembro que tinha que abrir, tirar a palha da espiga, um cesto inteiro. E aí de quem não cumpre! E eu ainda lembro o pai era assim, severo. Daí eu penso assim, mas como era o pai dele? E o vô dele? Viviam quase no meio da selva, as crianças tinham que ir e ajudar né, era quase sobrevivência. ((ENTREVISTADO 17).

Magee (2002) descreve que os homens entram na fase da puberdade entre os 9,5 e os 16 anos. Esta fase caracteriza-se como a segunda fase em que ocorre um crescimento musculoesquelético acelerado, podendo durar até cinco anos. Em decorrência do crescimento acelerado, principalmente os homens podem parecer

desajeitados, e maus hábitos posturais tendem a ocorrer com mais frequência nesta idade.

A partir deste cenário, questiona-se a relação entre o início precoce das atividades laborais e a fase de crescimento intenso. Salienta-se, conforme os discursos apresentados, que havia um cuidado por parte dos pais dos entrevistados em não expô-los a cargas excessivas durante essa etapa da vida. Porém, através das atividades realizadas, algumas posturas, como a flexão do tronco, mantidas por períodos prolongados poderiam mostrar-se prejudiciais.

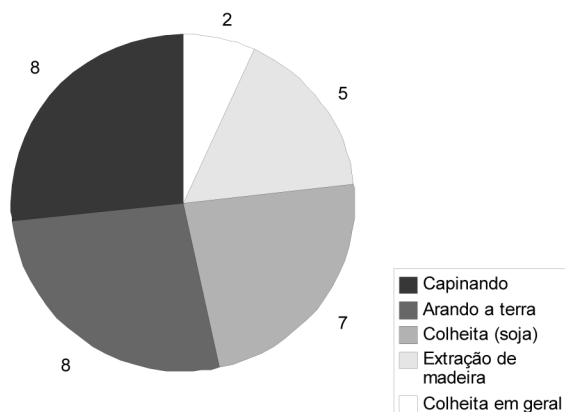
Na quarta questão, os entrevistados foram questionados se sentiram dor na coluna durante as atividades laborais da zona rural.

Dos 23 entrevistados, a maioria (91,3%) relatou ter sentido dores na coluna durante as atividades rurais. Apenas dois (8,7%) não relataram ter sentido dores na coluna. Estas informações apontam que as queixas pertinentes à coluna neste grupo estão acima dos índices demonstrados em estudos prévios, os quais revelam que grande parte da população mundial irá desenvolver algum desconforto na região da coluna vertebral ao longo de suas vidas. O'Sullivan (2005) afirma que lesões relacionadas à coluna são um problema crescente nas sociedades industrializadas ocidentais, que a dor lombar apresenta uma incidência que varia de 60% a 80% na população. Em virtude de os entrevistados serem de uma mesma comunidade, não é possível afirmar que esta seja uma característica de todas as populações rurais; mostra-se, porém, como um forte fator existente na vida profissional dos participantes. No presente estudo, emerge como questão relevante a forma com que estas queixas refletiram na atividade laboral destes entrevistados.

Embora os resultados de diversos estudos apontem os jovens agricultores como os mais sujeitos a desenvolver lesões, a maior contagem destas lesões, concentra-se em agricultores mais velhos (XIANG *et al.*, 2000). Von Essen e Mc Curdy (1998) destacam que ocorre também uma grande incidência de lesões no período da colheita, em que é mais intensa a demanda de trabalho.

Na quinta questão, os entrevistados eram questionados sobre as atividades que desencadeavam as queixas pertinentes à coluna. O gráfico da Figura 2 apresenta as atividades descritas pelos participantes como aquelas que provocavam as queixas. Alguns entrevistados atribuíram a presença da dor a mais de uma origem.

**Figura 2** – Distribuição das respostas quanto à origem da dor nas atividades rurais



**Fonte:** Dados da pesquisa.

As respostas foram associadas às atividades que mais frequentemente provocavam dor, na ótica dos entrevistados. Associam-se às narrativas algumas relações com as questões de geografia local, bem como do esforço demandado nestas atividades, nas quais o trabalho rural poderia apresentar-se mais intenso, como avaliamos na descrição do Entrevistado 1:

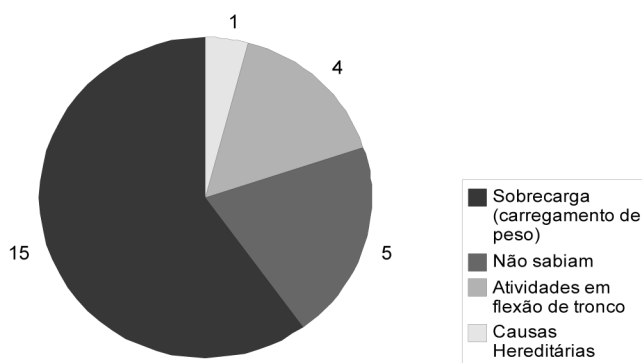
E aqui na região é assim, tem muito morro. Então tu puxava o arado assim (indicando a condução do arado em terreno íngreme), contra o morro. Então tu tinha um boi em cima outro embaixo e eu quase do lado do boi, segurando o arado. Então este era o mais difícil. Então era assim, quando o dia tava bom, tu começava cedo. Às 6 da manhã tu já tava indo pra roça, aí tu ficava até o meio-dia. Almoçava rápido, botava uma comida pros animais, e já ia de novo, até o sol baixar pra fazer render. (ENTREVISTADO 1).

Cole (2006) relata que as condições de saúde e doença do ambiente rural variam de região para região, dependendo, dentre outros fatores, da localização geográfica. Destaca-se que diversas destas atividades podem ser prejudiciais à integridade da coluna, visto que submetem o corpo a posturas mantidas por períodos prolongados, normalmente

em flexão. Grandjean (2005) descreve as contrações estáticas, por períodos longos, como prejudiciais. Ao manter uma postura em flexão de tronco, a musculatura extensora da coluna contrai-se permanentemente para fazer a manutenção desta posição. O autor também descreve o levantamento de cargas unilaterais como prejudicial para a saúde musculoesquelética.

A quinta questão buscava avaliar a percepção sobre as atividades laborais que poderiam desencadear as queixas na região da coluna. Assim, na sexta questão os entrevistados foram perguntados por que estas atividades poderiam provocar as queixas. As respostas a esta questão foram categorizadas pelo pesquisador como atividades associadas a determinado movimento, neste caso a postura em flexão, ou movimentos que geram sobrecarga. As respostas encontram-se no gráfico da Figura 3:

**Figura 3** – Distribuição das respostas quanto à causa das queixas durante a execução da atividade rural



**Fonte:** Dados da pesquisa.

A interpretação dos entrevistados é coerente com os princípios biomecânicos que justificam os eventos que aumentam as forças compressivas sobre a coluna, como a postura em flexão. Kapandji (2001) descreve a mecânica do disco intervertebral nas posturas em flexão deste segmento. Neste movimento, o núcleo do disco intervertebral da coluna desloca-se posteriormente, desencadeando forças elevadas de compressão sobre o disco. Pode-se qualificar como atividades em flexão o ato de capinar, a colheita de determinadas culturas, como a soja que na época era colhida manualmente, o ato de serrar árvores,

descrito na época como o método de extração de madeira. No caso da extração da madeira, o uso tanto de serras e machados, como de motosserra, demanda posições em flexão. O relato do Entrevistado 4 descreve bem esta situação:

Lá tinha muito mato, daí tinha as toras para a serraria, daí eles vinham às vezes até em dia de chuva e eu tinha que cortar as toras, assim abaixado, até com o guarda-chuva por cima da motosserra e a tarde inteira chuva forte, derrubava as árvores e fazia as toras. Depois fiquei três dias sem me mexer, fiquei duro. ((ENTREVISTADO 4).

Para alguns, inclusive, a postura em flexão era o fator que mais intensamente provocava as queixas de dor, como relata o Entrevistado 3:

Para mim o pior era capinar. Era o que mais fazia minha coluna doer. Eu preferia arar a terra, e pedia para meu irmão capinar. (ENTREVISTADO 3).

Corroborando este relato, Duan *et al.* (2001) afirmam que quando se realiza um movimento de flexão as forças compressivas sobre a coluna aumentam em até dez vezes.

Além disso, diversas atividades envolvendo sobrecargas foram aquelas descritas como expondo o corpo a forças de compressão da coluna, através do carregamento de peso, como a tarefa de arar a terra. Além desta, a colheita de algumas culturas como a mandioca foi citada como uma atividade desencadeante de desconforto na coluna. Outro exemplo de atividade de sobrecarga foi o carregamento de sacas de grãos, por parte do Entrevistado 21:

Então eu trabalhava no moinho, e tinha que subir escada. Pegava o saco , colocava no ombro e subia a escada. Sessenta quilos (referindo-se ao peso dos sacos de milho que eram carregados). (ENTREVISTADO 21).

Apesar de não ter sido citada pelo entrevistado como provocadora de desconfortos na coluna, esta atividade foi considerada por ele como desencadeante de processos degenerativos acelerados em seus joelhos. Além disso, Sarraf (2006) observou alterações posturais quando idosos transportam cargas. As alterações como a cifose aumentaram quando do transporte de cargas unilaterais. Alencar, Naas e Gontijo (2009) descrevem as atividades de flexão anterior do tronco e o carregamento de cargas nas atividades do ambiente rural como prejudiciais à integridade musculoesquelética dos trabalhadores.

A fim de avaliar a repercussão das queixas pertinentes à coluna na produtividade, a sétima questão indagava o quanto as dores limitavam o entrevistado em suas atividades. Estas respostas foram classificadas como limitações parciais, estando associadas à diminuição na intensidade das atividades e limitações totais, fazendo com que o entrevistado tivesse que interromper plenamente suas atividades para se recuperar. A terceira classificação foi quando, apesar das queixas, os entrevistados conseguiam manter sua produtividade normal.

Dos 21 entrevistados que manifestaram sentir dor na coluna, 18 (85,7%) relataram reduzir suas atividades, realizando o trabalho de maneira modificada ou não realizando todas as atividades que normalmente faziam. Além destes dois, (9,5%) dos entrevistados relataram a necessidade de interromper plenamente suas atividades, em decorrência da dor. Apenas um participante (4,8%) relatou que suas queixas não interferiam na produtividade, ou seja, trabalhava com dor, sem modificar ou abandonar alguma atividade.

Percebe-se que as queixas relacionadas à coluna impactavam de diversas maneiras na produtividade dos sujeitos. Apesar do desconforto, poucos (dois entrevistados) relataram não conseguir trabalhar por um determinado período. Os relatos mais frequentes eram de que, apesar da dor, o trabalho deveria ser feito, pois ninguém poderia substituí-los em suas tarefas. O relato do Entrevistado 16 descreve esta situação:

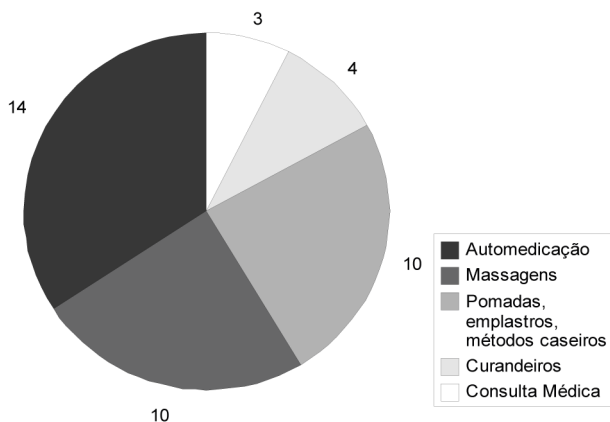
Eu não parava com tudo. Tinha dor mas não parava. A gente ia assim fazendo. Tinha a mulher que ajudava, mas não dava para ela fazer tudo também. Aí sempre tinha que se virar. Cuidava assim para não dobrar o corpo. Cuidava para não capinar tanto. Assim a gente não produzia como nos outros dias que não tinha dor. Assim às vezes quando a gente tava lavrando e começava a ficar com mais dor tinha que parar, daí eu deitava um pouco e a dor aliviava, daí voltava a trabalhar. (ENTREVISTADO 16).

O presente estudo não buscou averiguar em detalhes as características clínicas das queixas relatadas pelos participantes. Contudo, cabe destacar que aparentemente aqueles que se limitaram totalmente para o trabalho descreveram as queixas com características de lesões agudas, que repercutem em limitações funcionais imediatas, enquanto perduram os sintomas. Von Essen e McCurdy (1998) descrevem que o trabalho rural, tanto por sua demanda de sobrecarga, quanto pelos movimentos repetitivos, pode abrir a possibilidade para lesões crônicas e também agudas.

Nenhum idoso relatou fazer uso de seus direitos previdenciários, diante de alguma moléstia relacionada à coluna vertebral. Os relatos convergiam para um discurso de necessidade de continuar a produção dentro daquilo que era possível, pois a demanda do trabalho rural não dava margem para pausas para recuperação. Percebe-se que na maioria das vezes havia algum auxílio ou dedicação mais intensa de algum outro familiar, como esposa, filhos ou irmãos.

Em função dos relatos de queixas, os participantes eram questionados quanto aos procedimentos realizados na época para tratá-las (questão 8). Os tratamentos mais frequentes foram automedicação e massagens. Ressalta-se ainda que estes tratamentos às vezes eram realizados paralelamente. O gráfico da Figura 4 apresenta a distribuição das respostas quanto aos tratamentos mais utilizados:

**Figura 4** – Distribuição das respostas quanto aos recursos utilizados para tratar as queixas



**Fonte:** Dados da pesquisa.

Em relação à busca por tratamentos, a automedicação foi o procedimento mais usado (citado 14 vezes), conforme relato do Entrevistado 12:

Quando eu tinha dor, eu me lembro, tinha que levar aspirina dentro do bolso. Aí quando sentia dor na roça mesmo, tomava para poder aguentar. Assim a gente fazia. (ENTREVISTADO 12).

Quanto ao uso da massagem como recurso, esta era frequentemente realizada por práticos, normalmente integrantes da mesma comunidade rural, sendo a proximidade e a facilidade de acesso ao serviço, comumente descritas. Estes práticos frequentemente atingiam resultados positivos em seus tratamentos, pelo que relata o Entrevistado 7:

Eu cheguei a ir umas quantas vezes no médico. Mas não adiantou. Só resolveu quando fui ao massagista. Daí ele me olhou e disse que podia melhorar. Então eu fui umas quatro ou cinco vezes, daí eu fiquei bom da coluna. (ENTREVISTADO 7).

Alguns dos entrevistados procuraram serviço médico para tratar seus problemas de coluna. Pelos relatos, alguns dispunham de veículo para se locomover até o hospital mais próximo (os relatos eram que os médicos atendiam somente nos hospitais). O tratamento mais comum era a prescrição de medicamentos. O Entrevistado 5 descreve esta situação:

Eu tomava umas injeções, eu disse para a mulher, estas receitas a gente nunca podia botar fora. Estes tipos de remédios que eu já tomei, era umas injeções assim vermelhas, elas doíam assim, que era fora de série, mas resolviam. Uma injeção assim já acalmava, e eu tomei umas quantas. (ENTREVISTADO 5).

Porém cabe ressaltar que os médicos também contribuíam na questão da educação dos pacientes demonstrando, por exemplo, como estes deveriam proceder na realização de suas atividades, a fim de evitar o excesso de sobrecarga:

Depois quando ele veio para Languiru, daí ele me proibiu de levantar peso, depois ele me ensinou como devia levantar. Ele ensinou primeiro a ajoelhar, depois subir assim com o peso perto e direto." (ENTREVISTADO 5).

A busca de tratamento por curandeiros também foi mencionada, conforme descrito pelo Entrevistado 16:

Aí quando a gente procurou o curandeiro, sabe o que ele disse? Eu perguntei se dava dor, o que eu vou botar em cima, álcool? Ele disse não, coloca cachaça, pois o álcool é muito forte. (ENTREVISTADO 16).

Segundo Pereira (1987), deve-se criar uma clara distinção entre os termos referentes ao que denominamos doença. Segundo ele, o termo

“sickness” remete às alterações estruturais, anatômicas, fisiológicas, que acometem órgãos e sistemas. Através desta, é que se centra grande parte do tratamento médico tradicional. O autor também caracteriza o termo “illness” como disfunção mais ampla, pois, além de repercutir anatômica, fisiológica e estruturalmente, relaciona-se às experiências prévias, cultura, hábitos e crenças do indivíduo e seu meio. Assim, o sujeito atribui a determinada doença a sua interpretação pessoal, moldando suas sensações, angústias e sofrimentos. A respeito disso, o autor caracteriza o curandeiro como uma pessoa que se vale do conhecimento empírico, passado pelos seus ancestrais, e que atua claramente nas disfunções mais amplas (“illness”). O curandeiro acaba se caracterizando como uma pessoa mais “próxima” do paciente, que fala o mesmo idioma local, evoca crenças comuns e conserva fortemente os poderes de sugestão.

Percebe-se que, além dos curandeiros, alguns se referiam aos sujeitos que tratavam das afecções em geral como “arrumadores de ossos”, pessoas que, em localidades mais remotas, tratavam inclusive de fraturas:

Bom no meu tempo tinha algum colono que entendia de saúde, então eles faziam assim, chamavam ele quando tinha algum problema. Então tinha o velho xxx, conhecido como arrumador de ossos (falando o nome em alemão), então ele colocava o osso no lugar quando quebrava e fazia assim, com as madeirinhas e depois amarrava. (ENTREVISTADO 7).

Destaca-se que, além de uma possível ascensão dos práticos curandeiros sobre as populações em geral, também faziam parte da realidade local as dificuldades de acesso aos serviços formais de saúde (normalmente hospitais) e os custos com o serviço médico.

Na nona questão, o participante foi questionado se entendia que o trabalho rural pode ter influenciado sua postura e suas queixas. Dos 23 entrevistados, 13 (56,5%) responderam que sim, três entrevistados (13%) disseram que não e sete (30,5%) disseram não saber responder.

Esta questão final (questão 9) avaliava as relações que o entrevistado estabelecia entre o trabalho rural e a postura e suas queixas. Levou-se em conta que para discorrer sobre este assunto é necessário que o participante desenvolva algum conceito básico sobre postura corporal. Nesse sentido, percebeu-se um número significativo de abstenção na resposta. Muitos idosos manifestavam desconhecimento sobre este assunto. Alguns desenvolveram respostas, e frequentemente foram relacionadas ao trabalho com sobrecarga ou em posturas estáticas.

O Entrevistado 20 relacionou o trabalho rural com a necessidade de manter posturas fora de um alinhamento ideal:

Com certeza. Primeiro, tu fica numa inclinação deste tipo, deste grau, aí fica difícil, a pessoa força sempre o corpo do mesmo lado. Tu vem numa direção, aí tu força tudo num pé. Aí teu corpo não trabalha numa posição reta, fica difícil de acertar. (ENTREVISTADO 20).

O Entrevistado 2 também relaciona a questão da postura com alinhamento. Porém não estabelece qualquer relação com o trabalho rural, apenas com referências de alinhamento. Este não atribuiu a má postura a nenhum tipo de gesto laboral.

Sim, porque quando o Dr. X olhou meu raio X, ele perguntou pro outro médico se ele achava que isto podia encostar. E o outro médico disse que achava que sim. Porque o médico me disse que tinha assim, dois ossos na coluna que não estavam bem certo, bem retos. (ENTREVISTADO 2).

Além destas afirmativas, também o entendimento de que a postura é influenciada pelo trabalho de sobrecarga foi manifestada, conforme discurso do Entrevistado 14:

Acho que sim. Pelo serviço pesado. É que antigamente lavrava na mão. Hoje é diferente de antigamente. Hoje tu manda lavar. Chegava o mês de agosto tinha que estar pronto (a terra). (ENTREVISTADO 14).

Percebe-se que os entrevistados que mencionaram sobrecarga e atividades permanentes em desalinhamento avaliam adequadamente os problemas relacionados ao trabalho rural e a possibilidade de desvios posturais. Apesar de não ter sido citado por nenhum participante, entende-se que a precocidade no início das atividades laborais pode refletir no perfil postural, bem como no histórico de queixas destes participantes, uma vez que o corpo em crescimento está mais suscetível a influências das ocupações realizadas. O Ministério da Saúde tem como uma de suas diretrizes na atenção integral à saúde de crianças e adolescentes economicamente ativos o exame de fatores de risco relativos à organização do trabalho, atentando para a observação de más posturas e proporcionalidade das cargas empregadas no desempenho deste trabalho. Também é destacada a observação de “posições viciosas”, atividades de sobrecarga e repetitivas como potenciais para desenvolvimento de LER

e DORT, assim como dor lombar (Brasil, 2005). Pickles *et al.* (2000) citam a alteração postural de hipercifose em idosos e associam a possibilidade desta se desenvolver à exposição às forças de flexão, citando trabalhadores rurais, mais especificamente lavradores, como grupo de risco.

### Considerações finais

Ao final do presente estudo, ficou evidente que grande parte dos idosos entrevistados relatou desconfortos na coluna durante a fase produtiva, tendo diminuída sua capacidade laboral. O declínio da capacidade laboral pode não só reduzir a receita de uma família, como impactar sobre outros aspectos da vida destes participantes, como questões emocionais e sociais. Investigações que avaliem especificamente os reflexos dos problemas posturais e demais queixas musculoesqueléticas nestas questões tornam-se fundamentais. Também é relevante comentar que de alguma forma a qualidade de vida destes idosos pode ser afetada, dependendo do desgaste físico ao qual foram submetidos ao longo de suas vidas. Como o presente estudo avaliou apenas os idosos participantes do grupo de convivência, conclui-se que estes estão apresentando mínimas condições de funcionalidade, o que permite a estes o deslocamento de forma independente, capacidade de comunicação e consequentemente de socialização.

O presente estudo abordou idosos cujos relatos de atividades profissionais na zona rural concentravam-se constantemente em atividades braçais como força produtiva. Atualmente a mecanização de propriedades rurais contribui significativamente para a diminuição destas demandas, além de redundar em aumento na produtividade. Porém, a maioria das propriedades rurais do Vale do Taquari é de pequeno porte. Com esta realidade, a mecanização não atinge todos os produtores rurais que exercem suas atividades. Alencar, Naas e Gotijo (2009) ressaltam que atualmente as atividades rurais, mesmo quando para produção em escala industrial, como a indústria avícola, demandam esforços físicos bastante significativos.

Alguns dos idosos entrevistados ainda mantêm suas propriedades, seja de modo autônomo, seja participando da produção com familiares que deram continuidade às atividades. Observou-se que raramente era visto algum recurso mecânico, como tratores, tobatas ou similares. Assim, entende-se que os atuais proprietários rurais também podem estar sendo expostos a fatores ocupacionais que prejudiquem sua saúde postural, sem as contribuições de diminuição de sobrecarga pela mecanização.

Quanto às alternativas de tratamento, frequentemente os idosos buscavam recursos caseiros, através de receitas desenvolvidas pela sabedoria popular. Além disso, a automedicação está presente na prática desta população, bem como o tratamento por massagem. O massagista era lembrado como um membro da comunidade local e que normalmente realizava as mesmas atividades dos demais (agrícolas), possuindo, porém, um conhecimento legitimado pela comunidade. De modo geral, os idosos percebem que há relação entre o trabalho rural e a determinação de sua condição postural. São imprescindíveis futuras pesquisas que avaliem de forma interdisciplinar os impactos do trabalho rural na postura de idosos e de trabalhadores que se encontram na fase produtiva.

## **Referências bibliográficas**

- ALENCAR, M. CB. NAAS, I. A., GONTIJO, L. A. Work activities and worker's health in a broiler production: a case study. *Brasilian Journal of Poultry Sciences*, v.11, n. 2, 2009, p. 72-78. (Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbca/v11n2/01.pdf>. Acesso: 20/03/2011).
- BANKOFF, A. D. P., ZAMAI, C. A., HIRAYAMA, D., LIMA D. F., SILVA J. D., NETO, I. B., LIMA M. G. A., SCHMIDT A., RABAIOLLI, C. Estudo do perfil de escolares de zona rural e urbana: Rotina e hábitos posturais de vida. *Revista de Educação Física/ UEM* v. 8, n 1, 1997, p. 97-103.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Trabalho Infantil: Diretrizes para atenção integral à saúde de crianças e adolescentes economicamente ativos*. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2005. (Disponível em [http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/diretrizes\\_miolo.pdf](http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/diretrizes_miolo.pdf). Acesso em 25/06/2011).
- CAREGNATO, R. C. A.; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: Análise de Discurso versus Análise de Conteúdo. *Texto Contexto Enfermagem*, v. 15, n. 4, 2006, p. 679-84. (Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-07072006000400017&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-07072006000400017&script=sci_arttext). Acesso em 30/12/2010).
- COLE, D. Understanding the links between agriculture and health. *International Food Policy Research Institute*. v. 13, n.8, 2006. (Disponível em [http://www.ifpri.org/sites/default/files/publications/focus13\\_08.pdf](http://www.ifpri.org/sites/default/files/publications/focus13_08.pdf). Acesso em 20/06/2011).
- DIOGO, M. J. D.; NERI A. L.; CACHIONI, M. *Saúde e qualidade de vida na velhice*. São Paulo: Alínea, 2004.

- DUAN, Y., SEEMAN, E., TURNER, C.H. The Biomechanical basis of vertebral body fragility in men and woman. *Journal of Bone and Mineral Research*. v. 16, n.12, 2001, p. 2276-2283. (Disponível em <http://www.engr.iupui.edu/~turnerch/JBMR-vertebral%20strength.pdf>. Acesso em 30/10/2009).
- FILHO, E. T. C.; NETTO, M. P. *Geriatrics: Fundamentos, Clínica e Terapêutica*. São Paulo: Atheneu, 2004.
- GRANDJEAN, E. *Manual de Ergonomia: adaptando o trabalho ao homem*. 5ª ed. Editora Bookman, 2005.
- HOFF, A. *Prevalência de dores lombares entre fumicultores do município de Vera Cruz*. Dissertação de Mestrado. UNISC. Santa Cruz do Sul, 2001.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Cidades*. (Disponível em <<http://www.ibge.gov.br/cidadesat>>. Acesso em 03/05/2011).
- KAUFMANN, T. L. *Manual de reabilitação geriátrica*. 1ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.
- KAPANDJI, A.I. *Fisiologia Articular* 3. 6ª ed. Editora Nova Guanabara, 2001.
- MAGEE, D. *Avaliação Musculoesquelética*. 1ª ed. São Paulo: Manole, 2002.
- O'SULLIVAN, P. Diagnosis and classification of chronic low back pain disorders: Maladaptative movement and motor control impairments as underlying mechanism. *Manual Therapy*. v. 10, 2005, p. 242-255.
- PEREIRA, J.M. Será possível uma nova medicina? *Revista Crítica de Ciências Sociais*. v. 23, Coimbra, 1987. (Disponível em [http://www.ces.uc.pt/publicacoes/rccs/artigos/23/\\_Jose%20Morgado%20Pereira%20-%20Sera%20Possivel%20uma%20Nova%20Medicina.pdf](http://www.ces.uc.pt/publicacoes/rccs/artigos/23/_Jose%20Morgado%20Pereira%20-%20Sera%20Possivel%20uma%20Nova%20Medicina.pdf). Acesso em 20/03/2010).
- PICKLES, B., COMPTON, A., COTT, C., SIMPSON, J. VANDERVOORT, A. *Fisioterapia na terceira idade*. 2ª ed. São Paulo: Editora Sanos, 2000.
- SARRAF, T.A. *A influência do transporte de cargas manuais sobre a marcha em idosos*. Dissertação de mestrado. Universidade Federal do Paraná, 2006. (Disponível em [http://www.pgmecc.ufpr.br/dissertacoes/dissertacao\\_065.pdf](http://www.pgmecc.ufpr.br/dissertacoes/dissertacao_065.pdf). Acesso em 20/04/2011).
- SCHMIDT, A. *Estudo das alterações morfológicas do sistema locomotor em escolares do ensino fundamental – faixa etária entre 7 e 14 anos de ambos os sexos do município de Marechal Cândido Rondon, PR – Através da avaliação postural computadorizada*. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual de Campinas, 1999.
- SILVEIRA, N.A., NÄÄS, I.A., MOURA, D.J., SALGADO, D.D., SILVA, R.B.T.R. Labor Activities and Occupational Health in Brazilian Swine Production – A Case Study. *Agricultural Engineering Interna-*

- tional: *The CIGR Ejournal*. v. 10, 2008. (Disponível em <http://www.cigrjournal.org/index.php/Ejournal/article/viewFile/1272/1128>. Acesso 11/04/2011).
- UNIVATES – Banco de Dados Regional. *Perfil Socio-econômico do Vale do Taquari*. Lajeado, 2011 (Disponível em [http://www.univates.br/files/univates/bdr/Perfil\\_VT\\_Marco\\_2011.pdf](http://www.univates.br/files/univates/bdr/Perfil_VT_Marco_2011.pdf). Acesso em 31/07/2011).
- VON ESSEN S.G., McCURDY, S.A. Healthy and safety risks in production agriculture. *Journal of West Medicine*. v. 169 1998, p.214-220, (Disponível em <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1305289/pdf/westjmed00325-0022.pdf>. Acesso 25/05/2011).
- XIANG, H., WANG, Z., STALLONES, L., KEEFE, T.J., HUANG, X., FU, X. Agricultural work related injuries among farmers in hubei, people's republic of China. *American Journal of Public Health*. v. 90, n. 8, p. 1269-1276, 2000. (Disponível em <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1446351/pdf/10937008.pdf>. Acesso 17/05/2010).

REMPEL, Claudete, Claus Haetinger e Eduardo Sehnem. Reflexões de idosos sobre as relações entre o trabalho rural, problemas de coluna e postura corporal. *Estudos Sociedade e Agricultura*, outubro de 2013, vol. 21, n. 2, p. 289-307, ISSN 1413-0580.

**Resumo:** (*Reflexões de idosos sobre as relações entre o trabalho rural, problemas de coluna e postura corporal*). O presente estudo investigou as relações estabelecidas por idosos da zona rural entre o trabalho desenvolvido ao longo da vida, postura corporal e problemas de coluna. O objetivo foi analisar e interpretar as consequências das atividades ocupacionais na manifestação de dor, limitações laborais e reflexos na postura de idosos que trabalharam na zona rural. Os idosos atribuem ao trabalho rural possíveis queixas de dor, bem como reflexos do trabalho em sua postura. A busca por tratamentos foi frequentemente associada à intervenção de leigos ou automedicação. As queixas neste grupo impactavam de forma parcial na produtividade dos sujeitos.

**Palavras-chave:** saúde do idoso, postura, população rural.

**Abstract:** (*Reflections of the elderly on the relationship between rural work, back problems and posture*). This study investigates the relations established by elderly rural people regarding body posture and back problems throughout their lives as rural workers. The objective was to analyze and interpret the consequences of occupational activities in the manifestation of pain, labor restriction and its results on body posture. The elderly attribute to rural work their possible back pain complaints, as the result of work on their posture. Searching for treatments was frequently associated with intervention by lay practitioners and self-medication. Complaints in this group had a partial impact on the subjects' productivity.

**Key Words:** Geriatric health, Posture, Rural population.

Artigo recebido em 08/04/2013

Artigo aprovado para publicação em 05/10/2013