

Trabalhar mais de 55 horas por semana deixa o profissional mais vulnerável à ocorrência de derrames e doenças cardíacas fatais, mostra a primeira análise global sobre o tema, conduzida pela OMS. Agência alerta a que situação pode se agravar na pandemia

Longa jornada aumenta risco de morte em até 35%

As longas jornadas de trabalho são uma ameaça à vida. Só em 2016, 745 mil pessoas morreram em função delas. O alerta faz parte de um estudo conduzido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) com dados colhidos em cerca de 190 países. O levantamento mostra ainda que profissionais que trabalham mais de 55 horas por semana têm o risco de morte por acidente vascular cerebral (AVC) aumentado em 35% e o por doenças cardíacas, em 17%. O cenário refere-se a informações colhidas antes da pandemia, entre 2000 e 2016. Para os autores do estudo, divulgado na última edição da revista *Environment International*, com a crise sanitária, o cenário tende a se agravar.

“Trabalhar 55 horas ou mais por semana representa um grave perigo para a saúde. É hora de todos nós — governos, empregadores e trabalhadores — finalmente reconhecermos que longas horas de trabalho podem causar mortes prematuras”, afirma a médica Maria Neira, diretora de Meio Ambiente, Mudanças Climáticas e Saúde da OMS. O estudo é a primeira análise global da perda de vidas humanas e danos à saúde associados a longas horas de trabalho. Os autores lembram ainda que a condição também deve ser considerada “o primeiro fator de risco para doenças ocupacionais”. Em 2016, segundo os dados analisados, 488 milhões de pessoas foram expostas a mais de 55 horas de trabalho semanais — o equivalente a 9% da população global. Nesse mesmo ano, a estimativa das agências é de que 398 mil pessoas morreram de derrame cerebral e 347 mil, de doenças cardíacas por terem cumprido jornadas de trabalho excessivas — a soma, 745 mil óbitos, equivale a um aumento de 29% desde 2000.

Mais homens

Entre 2000 e 2016, o número de óbitos por doenças cardíacas

Ina Fassbender/AFP



A intensificação do home office, devido ao surgimento da covid, pode aumentar o número de horas extras, alertam os autores do estudo

relacionadas a longas jornadas de trabalho aumentou em 42%, enquanto, no caso dos AVCs, o popular derrame, o crescimento foi de 19%. A maioria das mortes registradas é de pessoas que tinham entre 60 e 79 anos. Elas perderam a vida mais de 10 anos depois da jornada estafante, tinham entre 45 e 74 anos quando cumpriam a rotina apertada. Boa parte das vítimas, 72%, eram homens. E os países do Pacífico Ocidental e do Sudeste Asiático concentram os maiores registros de mortes.

O cálculo foi feito a partir de estimativas da população exposta a longas jornadas de trabalho e dos riscos relativos à exposição a doenças cardiovasculares quando consideradas jornadas de trabalho normais — entre 35 e 40 horas por semana. Ultrapassar essa faixa, segundo os autores, re-

É hora de todos nós — governos, empregadores e trabalhadores — finalmente reconhecermos que longas horas de trabalho podem causar mortes prematuras”

Maria Neira, diretora de Meio Ambiente, Mudanças Climáticas e Saúde da OMS

sulta, geralmente, em dois desdobramentos: respostas fisiológicas ligadas ao estresse e maior propensão à adoção de comportamentos prejudiciais à saúde, como a ingestão de álcool, a redução do período de sono e da prática de atividades físicas e o aumento do tabagismo.

Crise sanitária

A OMS também expressou preocupação com o aumento do

número de pessoas que estão trabalhando durante a crise sanitária. Antes da pandemia, as pessoas que não cumpriam o home office faziam, em média, 3,6 horas extras por semana. Frank Pega, especialista da agência das Nações Unidas, menciona um estudo do Escritório Nacional de Pesquisa Econômica, conduzido em 15 países, que indica que o número de horas de trabalho aumentou quase 10% durante a pandemia da covid-19.

Diretor-geral da agência, Tedros Adhanom Ghebreyesus lembra que, com a crise sanitária, o teletrabalho se tornou “a norma” para muitas atividades laborais, “apagando as fronteiras entre a casa e o trabalho”. Os efeitos da desaceleração da economia também foram lembrados por ele. “Além disso, muitas empresas se viram obrigadas a reduzir ou interromper as atividades para economizar dinheiro, e as pessoas que permanecem em seus empregos acabam

745 MIL

Estimativa de pessoas que morreram em 2016

488 MILHÕES

Estimativa de pessoas expostas a mais de 55 horas de trabalho semanais no mesmo ano

com horários de trabalho mais prolongados”, complementa.

Tedros Ghebreyesus advertiu que “nenhum emprego vale o risco de sofrer um acidente vascular cerebral ou uma doença cardíaca”. A proposta do documento é que governos, empregadores e trabalhadores cheguem a um acordo “para estabelecer limites que protejam a saúde dos trabalhadores”. Frank Pega lembra ainda que limitar o tempo do expediente também é benéfico para os empregadores, uma vez que há estudos mostrando que o excesso de trabalho compromete a produtividade. “É realmente uma escolha inteligente não aumentar as longas jornadas de trabalho em uma crise econômica.”

COVID-19

Vacinas geram reação menor à cepa B.1.617

Um estudo preliminar conduzido por pesquisadores da NYU Grossman School of Medicine e do NYU Langone Center, ambos nos Estados Unidos, sinaliza que as vacinas da covid-19 desenvolvidas pela Pfizer e pela Moderna não produzem a mesma reação imunológica diante das cepas do coronavírus identificadas pela primeira vez na Índia. Os imunizantes, porém, seguem sendo eficazes contra essa mutação do Sars-CoV-2.

“O que descobrimos é que os anticorpos da vacina são ligeiramente mais fracos contra as variantes, mas não o suficiente para pensar que afetam a proteção das vacinas (...) Em outras palavras, agora, muitos dos anticorpos não funcionam mais contra as variantes, mas ainda existem muitos outros que funcionam”, afirma

Nathaniel Landau, um dos autores do estudo, à agência France-Press de notícias (AFP).

A equipe de investigadores coletou amostras de sangue de pessoas que receberam doses de qualquer um dos fármacos protetivos — as fórmulas são as predominantes no país, com mais de 150 milhões de administração. As amostras foram, então, expostas em laboratório a partículas de pseudovírus manipuladas na área do “pico” do Sars-CoV-2. Elas também continham mutações das variantes B.1.617 ou B.1.618, encontradas pela primeira vez na Índia.

Nas partículas manipuladas, havia uma enzima chamada luciferase, cuja luminosidade permitiu aos cientistas determinar quantas células foram infectadas pela nova cepa. Em geral, para a variante B.1.617, a quantidade de anticorpos neu-

Joseph Prezioso/AFP



Agora, muitos dos anticorpos não funcionam mais contra as variantes, mas ainda existem muitos outros que funcionam”

Nathaniel Landau, pesquisador da NYU Grossman School of Medicine

tralizantes, proteínas geradas pelo sistema imunológico para evitar a invasão das células humanas pelo Sars-CoV-2, foi reduzida quatro vezes. Para a variante B.1.618, a redução foi de

aproximadamente três vezes.

Os níveis gerais protetivos, por outro lado, permanecem bem acima dos encontrados em amostras retiradas de pessoas que se recuperaram da in-

fecção original do vírus. “Isso é o suficiente para acreditar que as vacinas serão altamente protetoras”, garante Nathaniel Landau, da NYU Grossman School of Medicine.

Estudo analisou efeitos dos imunizantes da Pfizer e da Moderna, os mais aplicados nos EUA

Receptor

Em células humanas, o coronavírus tem como alvo um receptor específico, o ACE2, usado para forçar a sua entrada.

A equipe de cientistas mostrou que as variantes identificadas na Índia podem se agarrar mais firmemente a esse receptor, assim como outras variantes já detectadas. O fenômeno pode explicar ainda a maior transmissibilidade dessas cepas, em comparação com o vírus original.

A equipe reforça que os resultados dão “a certeza de que as vacinas atuais protegem contra as variantes identificadas até agora”. Mas Landau enfatiza que a situação atual não exclui o surgimento de novas variantes mais resistentes. Além disso, o tipo de pesquisa conduzida, apenas em laboratório, não pode prever a eficácia no mundo real. O estudo ainda não foi revisado e publicado por uma revista especializada.

