



6º Simposio de Ensino de Graduação

A DOENÇA DA MODERNIDADE: LER/ DORT

Autor(es)

LIGIA EHMKE PASSARELLA

Co-Autor(es)

MILENA SILVA MONTEIRO

Orientador(es)

ACÁCIA DE FÁTIMA VENTURA

1. Introdução

Uma das grandes preocupações do homem sempre foi o trabalho. Na atualidade, com o forte capitalismo, essa preocupação tornou-se cada vez mais incisiva, e a cada dia surgem novas doenças relacionadas ao trabalho.

É preciso salientar que de acordo com a organização mundial de saúde, há uma divisão entre doença profissional e doença do trabalho. A doença profissional corresponde às atividades que necessariamente há uma exposição a agentes laborais (agentes causais específicos), enquanto que a doença do trabalho ou relacionadas ao trabalho, são relacionadas a vários agentes entre os quais se encontram também os laborais (BRASIL, 2001).

Sobre esse assunto trabalharemos com as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) ou Distúrbio Osteomuscular Relacionado Trabalho (DORT) que vem representando uma grande parte dos adoecimentos dos trabalhadores. São variadas as causas e fatores que interferem no aparecimento das lesões por esforços repetitivos como: a organização do trabalho e o tempo que o trabalhador passa no trabalho, pois quanto maior a jornada, menos tempo ele terá de lazer, aumentando a irritabilidade e o desânimo prejudicando as relações interpessoais. (BARBOSA, SANTOS & TREZZA, 2007).

Veremos na leitura a seguir as afecções relacionadas ao trabalho, e seus fatores desencadeantes produzidas pela má postura do trabalhador, mais precisamente falando sobre LER e DORT, que são distúrbios causados pelos movimentos repetitivos juntamente com a má postura.

2. Objetivos

Trazer conhecimento sobre os sintomas osteomusculares apresentado por alguns trabalhadores devido ao movimento repetitivo, posturas inadequadas, intenso ritmo de trabalho, entre outros, tendo em vista o conhecimento e alerta sobre o possível problema devido a posturas inadequadas.

3. Desenvolvimento

Antes de começar a falar especificamente de LER/ DORT, é necessário que se faça uma apresentação do que é Ergonomia. Ergonomia é uma palavra grega, que significa normas de trabalho. Segundo a definição da revista Ergonomics Research Society (Inglaterra – Década de 50):

"Ergonomia é o estudo do relacionamento entre o homem e seu trabalho, equipamento, ambiente e, particularmente, da aplicação dos conhecimentos de anatomia e fisiologia na solução dos problemas sugeridos desse relacionamento" (REVISTA "ERGONOMICS RESEARCH SOCIETY; Inglaterra – Dec. 50).

Foi no início do século XIX que as primeiras pesquisas na área de fisiologia do trabalho foram desenvolvidas. Com o passar dos anos, as entidades responsáveis pelo trabalho começaram a se preocupar com a saúde do trabalhador, devido à comprovação de que o sistema de trabalho causava prejuízo à saúde da população. Foi, então, necessário a criação de normas de trabalho que protegessem o trabalhador. Em 1950, depois da Primeira e Segunda Guerra Mundial, que muito colaboraram para o fortalecimento de normas de protegessem o trabalhador, que esse novo ramo da ciência foi batizado com o nome de Ergonomia.

"A Ergonomia utiliza-se de dados, informações e conhecimentos de todas as disciplinas participantes, procura coordená-los e, juntamente com resultados de pesquisas próprias, procura chegar a conhecimentos novos e abrangentes sobre o homem e seu trabalho. Os objetivos da Ergonomia são: humanizar o trabalho e aumentar a produtividade" (VIEIRA; 1994, p. 253 e 254).

No Brasil a Ergonomia começa a ganhar espaço em 1970, sendo que em 1990 ela se estabelece com plenitude, tendo atuação nas mais diversas áreas do trabalho. (VIEIRA; 1994, p. 253).

Para Nascimento e Moraes (2000, p. 23) dentro da Ergonomia existem várias afecções relacionadas ao trabalho que podem acometer os ossos, tendões, sinóvias, músculos, nervos, fâscias e/ ou ligamentos, como por exemplo:

LTC: Lesão por Trauma Cumulativo.

DMO: Distúrbio Músculo-esquelético Ocupacional.

LER: Lesão por Esforço Repetitivo.

DORT: Distúrbio Osteomuscular Relacionado ao Trabalho.

A LER é o termo mais conhecido e citado nas literaturas. Porém, o fato de ficar subentendido que é uma doença que tem como causa única o esforço repetitivo, sendo, inclusive, um dos motivos do não sucesso da maioria dos tratamentos, este termo vem sendo substituído. O termo mais utilizado hoje é DORT, que relaciona as doenças ocupacionais ao esforço repetitivo, má postura, trabalho muscular estático, mobiliário inadequado, sobrecarga mental e outros. Além de ser um termo mais recente, esta denominação está sendo adotada oficialmente pela Norma do INSS desde o segundo semestre de 1997. (NASCIMENTO & MORAES, 2000, p. 24).

O DORT pode ser dividido em 2 grupos, sendo eles: Fatores Predisponentes e os Fatores Desencadeantes. (NASCIMENTO & MORAES, 2000, p. 30 e 31).

Fatores Predisponentes: compreendem alterações anatômicas (estreitamento da polia de movimentos, maior angulação articular, idade, entre outros).

Fatores Desencadeantes: são entendidos como fatores de risco, sendo eles: Biomecânicos: força excessiva ao realizar tarefas; repetitividade; postura inadequada e compressão mecânica de estruturas delicadas. Organizacionais do Trabalho: mobiliário; pressão de produção; urgência em executar tarefas; condições precárias de trabalho (falta de material e pessoal) e esquema rígido. Sociais: dupla jornada de trabalho: trabalho + trabalho/ trabalho + estudo; repouso insuficiente e sedentarismo.

Este distúrbio é fruto de uma série de fatores que agregados, levam à degradação do "bem estar". (NASCIMENTO & MORAES, 2000, p. 32).

O DORT atinge ambos os sexos em variadas faixas etárias, porém a maior incidência é nas mulheres na fase profissional produtiva. Isso acontece devido ao aumento da participação das mulheres no mercado de trabalho. Ele atinge, principalmente, as regiões cervical, escapular e membros superiores, sendo essas as regiões mais sobrecarregadas durante o desempenho de uma atividade. O prognóstico normalmente é benigno, porém se a patologia se torna crônica, a recuperação será lenta, podendo deixar seqüelas e/ ou tornar o indivíduo inapto para a realização de algumas tarefas. O DORT se caracteriza por um quadro de dor crônica, sensação de formigamento, dormência, fadiga muscular e dor muscular ou nas articulações,

especialmente ao acordar a noite (BRASIL, SAÚDE DO TRABALHADOR, 2001, p.24).

4. Resultado e Discussão

Confirma-se que o predomínio de LER/DORT são em trabalhadores principalmente que ficam frente a um computador a maior parte de seu dia. Uma média de 26,2% dos funcionários de um banco, por exemplo, possuem DORT. Os funcionários com LER/DORT em geral recebem um afastamento e são “aproveitados” em outros setores, uma vez que conhecem o ritmo da empresa.

5. Considerações Finais

Não se pode negar que o LER/DORT é conhecido nos dias de hoje como a doença da modernidade. São inúmeros os casos de afastamento do trabalho devido a este distúrbio, sendo que a maioria dos casos evolui para incapacidade parcial e alguns com incapacidade permanente com aposentadoria por invalidez.

Acreditamos que com a modernização das tarefas simples do dia-a-dia, o LER/DORT tende a estar cada vez mais presente no cotidiano das pessoas. Para que seja possível amenizar o aumento da doença é necessário um enfoque ao que se refere à prevenção da lesão e não somente uma preocupação após o aparecimento efetivo da mesma. Métodos preventivos, como por exemplo, ginástica laboral e equipamentos adequados, como descanso para os pés, suporte para apoio do punho no teclado, entre outros, são de grande valia para impedir o aparecimento do distúrbio.

Referências Bibliográficas

AMERICANO, José Maria. Lesões por Esforços Repetitivos (LER) / Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT). Disponível em: <http://www2.uol.com.br/prevler/oquee.htm> - Acesso em: 24/03/2008 20:03

BARBOSA, Alécio S. Maria; SANTOS, Maria Regina; TREZZA, Figueredo S. C. Maria/ Revista Brasileira de Enfermagem, 2007. A vida do trabalhador antes e após a Lesão por Esforço Repetitivo (LER) e Doença Osteomuscular Relacionada ao Trabalho (DORT). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672007000500002&lng=pt&nrm=iso - Acesso em: 24/03/2008 13:22

BRASIL. Ministério da saúde. Saúde do trabalhador/Lesões por Esforços Repetitivos (LER) Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/ler_dort.pdf - Acesso em: 24/03/2008 14:12.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde do trabalhador/Ministério da Saúde, Departamento de atenção básica, Departamento de ações programáticas e estratégicas, Área técnica de saúde do trabalhador. Brasília, 2001.

NASCIMENTO, Nivalda Marques do. & MORAES, Roberta de Azevedo Sanches. Fisioterapia nas empresas. Rio de Janeiro: Taba Cultural, 2000.

SEVERINO, Antônio Joaquim. Metodologia do trabalho científico. São Paulo: Cortez, 2002.

VIEIRA, Sebastião Ivone. Medicina básica do trabalho. Volume II. Curitiba: Genesis, 1994.