



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

RENATA RAYANE GONÇALVES LEITE BORGES

DOENÇAS OSTEOMUSCULARES RELACIONADAS AO TRABALHO NO BAIRRO  
JARDIM DOS SILVEIRA NO MUNICÍPIO DE MORRO AGUDO - SP: UM DESAFIO A  
SER ENFRENTADO NA ATENÇÃO BÁSICA.

SÃO PAULO  
2018

RENATA RAYANE GONÇALVES LEITE BORGES

DOENÇAS OSTEOMUSCULARES RELACIONADAS AO TRABALHO NO BAIRRO  
JARDIM DOS SILVEIRA NO MUNICÍPIO DE MORRO AGUDO - SP: UM DESAFIO A  
SER ENFRENTADO NA ATENÇÃO BÁSICA.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Especialização em Saúde da  
Família da Universidade Federal de São Paulo  
para obtenção do título de Especialista em  
Saúde da Família

Orientação: JULIE SILVIA MARTINS

SÃO PAULO  
2018

## **Introdução**

As doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho (DORT) são síndromes que estão associadas diretamente ao trabalho, sendo consideradas doenças ocupacionais. Segundo Oliveira (2006) a doença ocupacional é aquela consequente da profissão ou função exercida pelo trabalhador e ocorre quando o ambiente ou as condições de trabalho possuem riscos que favorecem a sua instalação e progressão. As DORT são resultado da sobrecarga do sistema osteomuscular sem a pausa necessária para sua recuperação, sendo caracterizadas pelo curso insidioso e sintomas como: dor, parestesia, sensação de peso e fadiga (BRASIL, 2012).

A portaria nº 777 de 28 de abril de 2004 definiu as doenças osteomusculares como sendo de notificação compulsória, o que foi reafirmado nas portarias subsequentes. A notificação permite traçar o perfil dos trabalhadores e determinar a ocorrência dos agravos e assim elaborar ações de saúde e intervenções na organização do trabalho (BRASIL, 2004).

A alta prevalência das DORT podem ser explicadas pela organização atual das empresas que estabelecem metas e produtividade, visando mais competitividade no mercado, porém sem levar em consideração os limites físicos dos trabalhadores (BRASIL, 2012). Segundo O'Neill (2003), essas patologias chegaram a representar até 90% dos casos de doenças do trabalho registrados na Previdência Social.

Esse projeto de intervenção justifica-se pela alta ocorrência de DORT no bairro Jardim dos Silveira, área abrangida pelo Núcleo de Saúde da Família Nilson de Paula Carvalho no município de Morro Agudo. Sabe-se que essas doenças geram dor crônica, incapacidades e muitas vezes a necessidade de cirurgias ortopédicas. Porém, medidas devem ser adotadas de forma profilática ou para amenizar os distúrbios já existentes.

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### **OBJETIVO GERAL:**

-Aumentar a qualidade de vida dos pacientes com DORTs, reduzindo a longo prazo a dor crônica e incapacidades.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

-Realizar atividades educativas na própria unidade de saúde a respeito da postura e melhor forma de realizar determinados movimentos a fim de prevenir distúrbios osteomusculares;

-Oferecer aulas com educador físico aos trabalhadores que já possuem sintomas relacionados ao trabalho;

-Proporcionar fisioterapia em grupo de maneira periódica para aqueles que possuem Dort instalada.

## **Método**

O projeto terá duração de aproximadamente 1 ano com previsão para início em janeiro de 2019 e término em dezembro de 2019. Será realizado em toda área compreendida pelo Núcleo de Saúde da Família II- Nilson de Paula Carvalho na cidade de Morro Agudo-SP, mais especificamente em suas próprias dependências e na área de lazer e esportes do bairro Jardim dos Silveira.

O **público-alvo** deste projeto são os trabalhadores com funções diversas residentes na área abrangida pelo Núcleo II, em especial aqueles que sabidamente estão expostos a jornadas de trabalho extenuantes; bem como aposentados que já possuem Dort instalada.

**Participantes:** Profissionais que atuam na Estratégia Saúde da Família e profissionais do NASF que atuam neste serviço.

## **Ações:**

Primeiramente será feita uma atividade educativa generalizada visando atingir todos os trabalhadores e posterior seleção dos pacientes que já tem sintomas relacionados ao trabalho. Sendo assim as ações previstas são:

- 1- Elaboração de folders informativos;
- 2-Elaboração de um questionário abordando sintomas álgicos e frequência dos mesmos;
- 3- Distribuição dos folders e questionários na própria Unidade por todos da equipe e também nas casas através do trabalho dos agentes de saúde;
- 4- Realização de palestras com o próprio médico de família da Unidade sobre a importância da postura e das atividades físicas a fim de evitar problemas osteomusculares futuros;
- 5- Oferecer aulas periódicas com educador físico do NASF a todos os trabalhadores que manifestarem sintomas;
- 6-Seleção dos pacientes que apresentam sintomatologia presente e com maior frequência;
- 7- Formar um grupo para os pacientes mais acometidos para ter aulas periódicas com fisioterapeuta do NASF;

Os folder informativos e os questionários devem ser elaborados pela equipe, em especial pelo médico. E devem ser distribuídos por qualquer membro da equipe, sendo que os agentes de saúde ficam responsáveis pela abordagem nas casas. Palestras serão ministradas pelo próprio médico de família na sala de reuniões da unidade e as palestras podem ser quizenais. Os questionários devem receber pontuação e a partir dela deve-se selecionar os pacientes que tem mais sintomatologia e necessitam de acompanhamento e orientação de um especialista.

Todos os trabalhadores residentes no Núcleo II receberão convite para participar de aulas semanais com educador físico na área de esportes e lazer do Bairro Jardim dos Silveira. Aqueles com sintomatologia mais exuberante, selecionados através do questionário, poderão ter aulas em grupo com fisioterapeuta do NASF.

**Avaliação/monitoramento:** Objetivando analisar a eficácia das estratégias adotadas e identificar possíveis pontos que podem ser readequados, a avaliação e o monitoramento do projeto devem ser feitos nos encontros das palestras e aulas com distribuição de um breve questionário em que o paciente deve dizer se está gostando e citar como ele acha que o projeto pode ser melhorado. Além disso, nas reuniões semanais, a própria equipe deve criar uma pauta para discussão sobre o projeto e as opiniões devem ser expostas e registradas em ata.

## **Resultados Esperados**

O Projeto de Intervenção em questão poderá melhorar o bem estar físico do trabalhadores, capacitando-os para adotar melhores posturas ao executar as atividades do trabalho e proporcionando exercícios para fortalecimento muscular, reduzindo assim futuros problemas osteomusculares. Espera-se também que os pacientes que já possuem DORT tenham mais qualidade de vida com o alívio das queixas álgicas através da fisioterapia.

## Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n.º 777, de 28 de abril de 2004. Dispõe sobre os procedimentos técnicos para a notificação compulsória de agravos à saúde do trabalhador em rede de serviços sentinela específica, no Sistema Único de Saúde. *Diário Oficial da União*, Poder executivo, Brasília, DF, 29 abril 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador. *Dor relacionada ao trabalho: Lesões por esforços repetitivos (LER): distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT)* – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2012.

OLIVEIRA, S.G. *Indenizações por acidente de trabalho ou doença ocupacional*. 2ª ed. São Paulo: 2006.

O'NEILL, M. J. *LER/DORT: o desafio de vencer*. São Paulo: Madras, 2003.