



Disciplina: Saúde Ambiental
Material Complementar - Aula 3 – Cláudia Barros Leal

Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho – DORT – ou lesões por esforços repetitivos – LER: Tipos de adoecimento, diagnóstico, tratamento, alterações de comportamento e prevenção.

Andréa Maria Silveira

Em aproximadamente 70% dos casos são as mulheres as vítimas da DORT/ LER. Aparentemente, isso ocorre devido ao fato de o mercado de trabalho destinar às mulheres as atividades mais repetitivas e de as mulheres serem oneradas com a dupla jornada, que as torna responsáveis pela maior parte do trabalho doméstico, o qual tem características de penosidade e repetitividade.

Entre as doenças mais comuns, estão aqueles de compressão nervosa - como a síndrome do túnel do carpo e a síndrome do desfiladeiro torácico. Manifestações músculo-tendinosas também são bastante comuns, destacando-se, nessa categoria, a tendinite do ombro (síndrome do impacto), a tendinite dos flexores e extensores, a cervico-braquialgia, a dor miofascial, as epicondilites, além de dor mais difusa caracterizada como dor crônica de membros superiores.

Esses tipos de adoecimento quase sempre são de evolução insidiosa e têm como principal sintoma a dor. No início, ela tem fraca intensidade e é às vezes caracterizada como sensação de peso, tende a agravar-se com a continuidade da exposição aos fatores de risco, passando em fases avançadas a impedir o bom desempenho no trabalho e a comprometer as atividades da vida diária, como cuidados de higiene pessoal, atividades domiciliares e de lazer. Outros sintomas comuns são perda da força muscular, dormências e formigamentos, edemas, nódulos, contraturas musculares, hipotrofias musculares e alterações de temperatura local.

O diagnóstico é eminentemente clínico, resultando da articulação de queixas compatíveis com manifestações tendinosas, musculares e compressivas, história ocupacional - na qual se destaca a exposição a fatores de risco relacionados ao surgimento dessas doenças - achados de exame físico e, muitas vezes, de elementos colhidos quando da inspeção ao local de trabalho. Podem contribuir para a definição do diagnóstico a realização de exame especializado com ortopedista ou neurologista e exames complementares, como ultrassom de membros superiores, eletroneuromiografia, radiografias, provas de atividade reumática e, eventualmente, tomografias e ressonância magnética.

O tratamento é tanto mais efetivo quanto mais precocemente instituído e, quase sempre, exige afastamento do trabalho ou das atividades de risco, uso de analgésicos, anti-inflamatórios, relaxantes musculares e

antidepressivos, que aumentam o limiar de dor. A fisioterapia para manutenção da amplitude de movimentos, recuperação da força muscular e alívio da dor quase sempre é necessária.

Em alguns casos, as alterações de comportamento e humor decorrentes de dor crônica, insônia, frustração frente à incapacidade para execução de atividades de vida diária, insegurança frente à possibilidade de invalidez e de longos períodos de afastamento do trabalho exigem acompanhamento de profissional da área de saúde mental. Excepcionalmente, a depender do tipo de problema, pode ser indicada intervenção cirúrgica, como em casos de tendinite do ombro com rompimento de tendões ou de compressões graves do nervo mediano.

A prevenção das DORT/LER exige modificações no processo e forma de organização do trabalho, compatibilizando ritmos de trabalho, duração de jornadas, mobiliário e equipamentos e modos operatórios.

Referências

SILVEIRA. Andréa Maria. Saúde do trabalhador. Belo Horizonte: Nescon/UFMG, Coopmed, 2009. 96p. : il., 22x27cm.