
A relação entre dor e saúde do trabalhador

Paula Muniz Machado*, Paulo Ricardo dos Ramos Cardoso*

O impacto do trabalho sobre a saúde tem sido investigado com regularidade em diversas categorias profissionais. A maneira como os profissionais executam ou a forma como lhes é imposto o trabalho pode desencadear doenças ocupacionais, desgastes, absenteísmos e acidentes que geram custos financeiros e diminuição da produtividade, qualidade e segurança da assistência[1]. Quando o processo laboral é realizado de maneira extenuante, sem pausas, com movimentos repetitivos, estereotipados e posturas incorretas, surgem sintomas sem entidade clínica específica, mas com aspectos relacionados à dor, à parestesia, à fadiga, à perda de força e à amplitude de movimento[4].

Os distúrbios musculoesqueléticos determinam um conjunto de sinais e sintomas concomitantes ou não (dor, desconforto, parestesia, sensação de peso, fadiga, limitação do movimento e incapacidade para o trabalho) que podem começar de forma insidiosa e evoluir rapidamente, caso não ocorram mudanças nas condições de trabalho[5]. Eles têm se constituído em importante problema de saúde pública, em vários países industrializados, e acometem trabalhadores de diversas profissões, dentre elas, aqueles envolvidos no cuidado da saúde da população.

A dor lombar ou lombalgia está localizada na região lombar, entre o último arco costal e a prega glútea, afeta pessoas de todas as idades e corresponde a cerca de 90 a 95% dos casos diagnosticados na população mundial[2] [13]. Enquadra-se em um agravo ocupacional que se constitui um problema de saúde pública mundial devido à sua alta prevalência. Os fatores relacionados à dor lombar são múltiplos e os riscos profissionais envolvem a visão do contexto do trabalho, das demandas físicas, dos fatores ergonômicos, psicossociais e das formas de organização e execução das tarefas.

Sobrecarga de trabalho de caráter fisiológico e psíquico, fadiga e mau humor relacionam-se com a dor. Altas demandas físicas ou mecânicas estressam e fadigam a musculatura e podem iniciar um processo de dor pelas posições prolongadas e movimentos repetitivos. A relação entre a fadiga e a dor parece abranger alterações metabólicas e estruturais que influenciam os componentes relacionados à fisiologia da dor como as glândulas basais, o tálamo, o sistema límbico e o centro cortical[4].

Somente no Distrito Federal, no ano de 2019, foi identificado um índice de absenteísmo de 11.855h de trabalho no que diz respeito a servidores da Atenção Primária afastados pela Classificação Internacional de Doenças e problemas de saúde (CID), relacionados a dor[6]. Isso representa cerca de 296 servidores afastados do trabalho por uma semana inteira. No ano de 2020, após a pandemia de COVID-19, esses números aumentaram, chegando a 13.524h de afastamentos de servidores, o que seria o equivalente a 338 servidores afastados por uma semana inteira de trabalho[6]. Com base em dados da literatura e nesses

números, podemos inferir que fatores psicossociais, como medo, ansiedade, crises de pânico, estresse e fadiga, podem influenciar a cronicidade, a frequência e a percepção da dor. A elevada prevalência de relatos de sintomas de dor e desconforto osteomuscular na região lombar, demonstra o impacto desta problemática e expressa uma influência negativa na saúde desses profissionais. [6]

Na pandemia, a oferta de equipamentos de proteção individual (EPIs) inadequados, a sobrecarga de trabalho devido ao número insuficiente de profissionais e a quantidade aumentada de horas de trabalho expõe profissionais de saúde, por exemplo a equipe de enfermagem, a riscos ocupacionais e de desgaste físico e mental[7]. Nesse contexto da pandemia os profissionais de saúde estão expostos também a agravos relacionados ao uso dos EPIs, dentre eles podemos listar a cefaleia, dor atrás das orelhas e o desenvolvimento de lesões cutâneas por pressão na região da face que por consequência geram dor [8], [9], [10]. Inclusive existem artigos que tratam de possíveis medidas preventivas para proteção da pele do rosto como a utilização de tiras de hidrocolóide, assim como recomendações para tratamento das lesões [11].

Estudos avaliando a relação entre trabalho e saúde do trabalhador identificaram queixas com referências de dor na região lombar, pescoço, ombros, punhos, mãos, dedos e joelhos, que impactam na perda de capacidade de trabalho, estresse laboral, desgaste, risco de adoecimento, sofrimento no trabalho, esgotamento e redução da qualidade de vida. [1,2,3,4,5]

Importante mencionar que existe uma quantidade insuficiente de dados divulgados relacionados aos afastamentos de trabalhadores da rede privada, por diversos motivos, que podem incluir, questões econômicas, medo de represálias e demissões. Segundo o Sindicato dos Trabalhadores Públicos da Saúde no Estado de São Paulo (SindSaúde-SP), há um envelhecimento desses trabalhadores que estão na ativa [12]. De acordo com a entidade, quase 60% estão acima de 50 anos; destes, mais de 15% tem mais de 60 anos, fator que pode ser explicado pela não realização de concursos para a pasta por muitos anos [12].

Diante disso, faz-se necessário a efetivação de políticas de promoção da saúde, com o desenvolvimento de medidas educativas e preventivas de agravos à saúde laboral, possibilitando aos indivíduos requisitos para atuar de maneira significativa frente aos fatores de risco, e dessa forma contribuir para a melhoria das condições de trabalho e qualidade de vida desses profissionais [2]. Nesse sentido é de extrema importância o investimento em ações de promoção a saúde do trabalhador com ênfase na educação em medidas preventivas [10], nos cuidados com a pele (inspeção, limpeza e hidratação) [9] e o investimento em EPIs de qualidade. Sendo assim, a dor relacionada às atividades laborais pode influenciar na qualidade de vida e do trabalho e por isso a realização de ações preventivas é importante.

Referências:

- (1) Magnago TS, de Lima AC, Prochnow A, Ceron MD, Tavares JP, Urbanetto Jde S. Intensity of musculoskeletal pain and (in) ability to work in nursing. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2012;20(6):1125-1133. doi: 10.1590/s0104-11692012000600015
- (2) Cargnin ZA, Schneider DG, Vargas MAO, Machado RR. Non-specific low back pain and its relation to the nursing work process. *Dor lombar inespecífica e sua relação com o processo de trabalho de enfermagem*. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2019;27: e3172. Published 2019 Oct 7. doi: 10.1590/1518-8345.2915.3172
- (3) Glanzner CH, Olschowsky A, Pai DD, Tavares JP, Hoffman DA. Assessment of indicators and experiences of pain and pleasure in family health teams based on the Psychodynamics of Work. *Avaliação de indicadores e vivências de prazer/sofrimento em equipes de saúde da família com o referencial da Psicodinâmica do Trabalho*. *Rev Gaucha Enferm*. 2018;38(4): e20170098. Published 2018 Jun 7. doi: 10.1590/1983-1447.2017.04.2017-0098
- (4) Cordioli Junior JR, Cordioli DFC, Gazetta CE, Silva AGD, Lourenção LG. Quality of life and osteomuscular symptoms in workers of primary health care. *Rev Bras Enferm*. 2020 Jul 1;73(5): e20190054. English, Portuguese. doi: 10.1590/0034-7167-2019-0054. PMID: 32609208.
- (5) Meira-Mascarenhas CH, Ornellas-Prado F, Henrique-Fernandes M. *Dor musculoesquelética e qualidade de vida em agentes comunitários de saúde [Community health agents musculoskeletal pain and quality of life]*. *Rev Salud Publica (Bogota)*. 2012;14(4):668-680.
- (6) Agência Brasil (ebc.com.br) - <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-03/sp-tem-mais-de-600-profissionais-de-saude-afastados-devido-ao-covid-19> (acessado em 23/março/2021).
- (7) Soares, Cassia Baldini, Peduzzi, Marina, & Costa, Marcelo Viana da. (2020). Os trabalhadores de enfermagem na pandemia COVID-19 e as desigualdades sociais. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 54, e03599. Epub September 16, 2020. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2020ed0203599>
- (8) Rapisarda, L., Trimboli, M., Fortunato, F., De Martino, A., Marsico, O., Demonte, G., Augimeri, A., Labate, A., & Gambardella, A. (2021). Facemask headache: a new nosographic entity among healthcare providers in COVID-19 era. *Neurological sciences: official journal of the Italian Neurological Society and of the Italian Society of Clinical Neurophysiology*, 42(4), 1267–1276. <https://doi.org/10.1007/s10072-021-05075-8>
- (9) Moore, Z., McEvoy, N. L., Avsar, P., McEvoy, L., Curley, G., OConnor, T., Budri, A., Nugent, L., Walsh, S., Bourke, F., & Patton, D. (2021). Facial pressure injuries and the COVID-19 pandemic: skin protection care to enhance staff safety in an acute hospital setting. *Journal of wound care*, 30(3), 162–170. <https://doi.org/10.12968/jowc.2021.30.3.162>

(10) Jose, S., Cyriac, M. C., & Dhandapani, M. (2021). Health Problems and Skin Damages Caused by Personal Protective Equipment: Experience of Frontline Nurses Caring for Critical COVID-19 Patients in Intensive Care Units. *Indian journal of critical care medicine: peer-reviewed, official publication of Indian Society of Critical Care Medicine*, 25(2), 134–139. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10071-23713>

(11) Aguilera, S. B., De La Pena, I., Viera, M., Baum, B., Morrison, B. W., Amar, O., Beustes-Stefanelli, M., & Hall, M. (2020). The Impact of COVID-19 on the Faces of Frontline Healthcare Workers. *Journal of drugs in dermatology: JDD*, 19(9), 858–864. <https://doi.org/10.36849/JDD.2020.10.36849/JDD.2020.5259>

(12) Sindicato dos Trabalhadores Públicos do Estado de São Paulo. Com a vida não se brinca: pelo afastamento dos trabalhadores da saúde que estão no grupo de risco. sindsauesp.org.br - <http://sindsauesp.org.br/novo/artigo.php?id=624> (acessado em 26/março/2021).

(13) Maher C, Underwood M, Buchbinder R. Non-specific low back pain. *Lancet*. 2017 Feb 18;389(10070):736-747. doi: 10.1016/S0140-6736(16)30970-9. Epub 2016 Oct 11. PMID: 27745712.

* Alunos de mestrado - UnB - Editorial produzido no âmbito da disciplina "Ação Multi-institucional de Divulgação Científica DOL - Dor On Line", do Programa de Pós-graduação em Ciências e Tecnologias em Saúde da Faculdade de Ceilândia - UnB e Programa de Pós-Graduação em Farmácia da UFBA.