

## Fatores predisponentes ao aparecimento de DORT em costureiras

**Talita Vilela Manhanini**<sup>1</sup>, talitavmanhanini@hotmail.com); **Soraya Lúcia do Carmo da Silva Loures**<sup>2</sup>; **Marcus Ferreira Martins**<sup>3</sup>

1. Especialista em Enfermagem do Trabalho pela Faculdade de Minas (FAMINAS), Muriaé, MG;
2. Mestre em Saúde e Meio Ambiente pelo Centro Universitário de Caratinga (UNEC); professora na Faculdade de Minas (FAMINAS), Muriaé, MG;
3. Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Vale do Rio Verde, Betim, MG; coordenador do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Minas, Muriaé, MG.

**RESUMO:** O presente trabalho identificou os fatores que levam ao aparecimento de DORT em costureiras. Foi realizada uma abordagem quantitativa e constatou-se que elas, de modo geral, apresentam todas as características de indivíduos predispostos a desenvolver a doença. É, também, evidente que as condições de trabalho associadas a uma carga horária maior, a repetitividade das tarefas e as posições anti-ergonômicas têm contribuído para o desenvolvimento da moléstia. Pode-se inferir com a realização deste estudo que para haver uma modificação no perfil dos DORT's é importante alterar as relações referentes ao processo produtivo causal e, ainda, um maior comprometimento da empresa com a saúde dos funcionários, visto que esse distúrbio constitui um dos riscos mais incidentes sobre as trabalhadoras, reduzindo a sua capacidade laborativa.

**Palavras-chave:** DORT, costureiras, fatores predisponentes.

**RESUMEN: Los factores que predisponen a los trastornos de costureras.**

Este estudio tuvo como objetivo identificar los factores que conducen a la aparición de trastornos musculoesqueléticos en costureras. Se realizó un enfoque cuantitativo y se encontró que, en general, presentan todas las características de los individuos predispuestos a desarrollar la enfermedad. También es evidente que las condiciones de trabajo asociados con una mayor carga de trabajo, la repetitividad de las tareas y las posiciones anti-ergonómicas han contribuido al desarrollo de la enfermedad. Con este estudio se puede deducir que para que un cambio en el perfil de trastornos musculoesqueléticos, es importante cambiar la relación que se refieren al proceso de producción ocasional y, sin embargo, el compromiso de una empresa más grande para la salud de los empleados, ya que este trastorno es una de más riesgos de incidentes en las mujeres que trabajan por la reducción de su capacidad de trabajo.

**Palabras llave:** trastornos musculoesqueléticos, costureras, factores predisponentes.

**ABSTRACT: Predisposing factors to disorders in seamstresses.**

This study aimed to identify the factors leading to the emergence of WMSD in seamstresses. We performed a quantitative approach and it was found that, in general, they present all the characteristics of individuals predisposed to develop the disease. It is also evident that the working conditions associated with a higher workload, the repetitiveness of the tasks and the anti-ergonomic positions have contributed to the development of the disease. With this study it can be inferred that for a change in the profile of WMSD's, it is important to change the relationship which refer to the casual production process and, yet, a larger company's commitment to the employee health, as this disorder is one of more incident risks on working women by reducing their working capacity.

**Keywords:** WMSD, seamstresses, predisposing factors.

## Introdução

As lesões por esforços repetitivos (LER) foram reconhecidas como doenças do trabalho em 1987, através da portaria n. 4.062, de 06 de agosto de 1987, do Ministério da Previdência Social. Sua terminologia foi alterada, em 1998, para distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (MONTEIRO; BERTAGNI, 2000). Por permitir o reconhecimento de maior número de entidades mórbidas, causadas pela interação de fatores laborais diversos, retirando a falsa idéia de que o quadro clínico se deve apenas a um fator de risco, ou que haja necessariamente uma lesão orgânica, ou que se restrinja a somente uma localização (BRASIL, 2001). Os DORTs traduzem quadros clínicos de origem ocupacional decorrentes de alterações funcionais e/ou orgânicos resultantes de fadiga ou afecções de nervos, músculos, tendões, sinóvias, fâcias e ligamentos de forma isolada ou associada. Sendo o primeiro lugar nas doenças ocupacionais notificadas à Previdência Social, e a segunda causa de afastamento no Brasil segundo dados do INSS (LAMPERT, 2006). É uma patologia que afeta, principalmente, as articulações e os músculos, promovendo um grande risco à saúde motora dos trabalhadores envolvidos com a execução de atividades que exijam esforços constantes repetitivos. Dentre os diferentes tipos de DORT estão a tendinite, tenossinovite, sinovite, bursite, miosite, cisto sinovial, dedo em gatilho, síndrome do túnel ulnar, síndrome do pronador redondo, síndrome do desfiladeiro torácico, síndrome cervical, neurite digital, entre outros (BRASIL, 2001a). Entre os inúmeros fatores predisponentes para se adquirir essa doença pode-se destacar o trabalho repetitivo e monótono, a obrigação de manter um ritmo acelerado de trabalho, força excessiva com sobrecarga incidente em parte específica do corpo, postura inadequada, utilização de ferramentas vibratórias, excesso de horas de trabalho e ausência de pausas. Além dos fatores de risco elencados, é possível também que haja uma predisposição genética do trabalhador que favoreça o aparecimento da doença, os quais causam desconforto e dor nos membros superiores e inferiores, coluna vertebral, torácica e lombar (MONTEIRO; BERTAGNI, 2000). Portanto, os DORTs devem ser caracterizados como um fenômeno relacionado ao trabalho decorrente da utilização excessiva imposta ao sistema músculo-esquelético, e de falta de tempo para recuperação; indicados pela ocorrência de vários sintomas concomitantes ou não, de aparecimento insidioso e gradativo, geralmente nos membros superiores, tais como dor, parestesia, sensação de peso, fadiga, descontrole muscular,

formigamento e perda de força muscular (BRASIL, 2006) Por estas razões, indivíduos que trabalham como digitadores, cozinheiros, serviços gerais de limpeza, servidores atuantes na lavanderia, arquivistas, grampeadores, costureiras, entre outros, observa-se um elevado índice de DORT. O diagnóstico compreende a investigação do histórico da moléstia atual, comportamentos e hábitos, antecedentes pessoais e familiares, histórico ocupacional, exame físico e complementar. Se forem diagnosticados e tratados precocemente, os casos podem apresentar bom prognóstico, podendo o paciente se tornar totalmente recuperado, se os fatores de risco forem afastados, uma vez que, a gravidade do problema está intimamente ligada ao tempo de evolução do quadro clínico (BRASIL, 2001b).

A moléstia, geralmente, atinge o trabalhador no auge de sua produtividade, isto é, de 20 a 40 anos, podendo levar a algum grau de incapacidade e até a aposentadoria por invalidez. Dentre as inúmeras incapacidades decorrentes dos DORT estão à diminuição da destreza manual, sentida na digitação e na escrita, dificuldade para pegar, segurar e manusear pequenos objetos como lápis e talheres, e dificuldade para manter os membros superiores elevados, como ao estender roupas no varal, segurar-se em ônibus e pentear os cabelos (GARBIN; NEVES; BATISTA, 1998). Existem diversas formas de se tratar esta doença, de acordo com a gravidade de cada caso. Entretanto, estudos demonstram que a abordagem multidisciplinar produz melhores resultados, dada a diversidade, complexidade e variabilidade dos portadores.

Utiliza-se como recursos terapêuticos durante o processo do tratamento e reabilitação os medicamentos (analgésicos, antiinflamatórios, anestésicos), acupuntura, a fisioterapia, a massagem, a hidroginástica, a hidroterapia, os exercícios de alongamento e relaxamento. Em alguns casos é indicada a intervenção cirúrgica, porém, esta não tem se mostrado eficiente no tratamento (BRASIL, 2001b). Todavia, a maneira mais eficiente para combater os DORT é a prevenção. Preconiza-se que o trabalhador seja inserido em um ambiente rigorosamente correto, é também necessário que sejam estabelecidos períodos de descanso, onde o profissional relaxe os membros e realize exercícios de alongamentos. Assim, os membros irão desempenhar suas funções sem afetar sua estrutura funcional (BARBOSA, 2002). Dentro do contexto apresentado, o presente estudo objetivou identificar os fatores que levam ao aparecimento de DORT em costureiras.

## **II – Material e métodos**

O estudo realizado teve uma abordagem quantitativa. O método quantitativo caracteriza-se pelo emprego da quantificação tanto nas modalidades

de coleta de informações quanto no tratamento delas por meio de técnicas estatísticas (MINAYO, 2001). A pesquisa foi realizada durante o mês de julho de 2011, com uma amostra de 20 costureiras, escolhidas aleatoriamente, pertencentes a uma confecção situada na cidade de Muriaé (MG). A autorização para o início da pesquisa ocorreu após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Minas – FAMINAS, seguida da autorização institucional da proprietária da confecção, para a aplicação dos questionários entre as costureiras entrevistadas. Os dados foram coletados mediante Termo de Consentimento segundo Resolução 196/96, previamente assinados pelas participantes da pesquisa. À realização do trabalho de campo precedeu a leitura e análise bibliográfica existente, além da elaboração de um roteiro de entrevista semi-estruturado com perguntas objetivas. Enfim, a partir da permissão das entrevistadas foi realizada a pesquisa, para posterior análise e discussão.

## II – Resultados e discussão

A partir da análise dos dados, identificou-se que 100% das costureiras eram do gênero feminino, com idade entre 23 e 54 anos. Quanto à escolaridade, 40% não terminaram o ensino fundamental, 20% concluíram o ensino fundamental, 35% o ensino médio e 5% o ensino superior. Considerando os resultados deste estudo, observou-se, de forma geral, que uma boa parcela dos entrevistados (65%) não tem conhecimento sobre DORT.

Sabe-se que os DORT são conseqüências da utilização desgastante da musculatura esquelética, e da falta de tempo para recuperação. Neste contexto, foi questionado as entrevistadas se, na execução das suas atividades no ambiente de trabalho, elas realizam atividade física que exige esforço físico intenso, entretanto, 75% afirmaram a inexistência desse fator. Em contrapartida, 70% relataram que a realização de suas tarefas exige postura inadequada ao longo do dia, enquanto, 30% negaram a ocorrência desse fator. As funções comumente atingidas pelos DORT são aquelas que executam movimentos repetitivos excessivos, e expõem a postura prolongada ou incorreta, sendo assim, perguntou-se as costureiras se elas sentem dores durante e/ou final do expediente e, verificou-se que 75% das entrevistadas relataram a ocorrência desse sintoma, sendo que, dentre estas, 50% relataram dor nos ombros, 42% nos braços, 83% na coluna, 17% no quadril, 42% nas pernas, 67% no pescoço e 8% na mão, e ainda, 75% dessas profissionais disseram que se sentem exaustas ao final do expediente. Quando perguntadas se possuem alguma doença decorrente do trabalho, 15% disseram ter tendinite, 10% bursite e 5% siso sinovial. Quanto às diversas formas de adquirir essa patologia, destacam-se o trabalho monótono e repetitivo, mantendo um ritmo acelerado. Quando indagadas se a realização de

suas tarefas exigem movimentos diários que seguem um padrão repetitivo, 80% das participantes do estudo disseram sim, e apenas 20% responderam não. Outro fator predisponente de grande importância no ambiente de trabalho é a carga horária de trabalho excessivo, de acordo com os dados coletados, constatou-se que 100% das entrevistas cumprem uma jornada de trabalho de 44 horas semanais, sendo observado, ainda, que 90% das trabalhadoras realizam hora extra, confirmando assim, uma prática comum entre os trabalhadores a fim de aumentar o salário no final do mês e atingir metas de produção. Em relação às funcionárias que trabalham além do turno normal, 22% relataram que em sua jornada de trabalho que esse evento ocorre raramente, 67% às vezes, e 11% freqüentemente. Entre os mecanismos para o desenvolvimento dos DORTs encontra-se o alongamento e o relaxamento, assim, perguntou-se as participantes da pesquisa se elas realizam alongamento diário antes e após as suas atividades, e 95 % disseram que não realizam alongamento e, apenas, 5% das entrevistadas possuem esta iniciativa. Outro fator que ajuda a atenuar o risco de desenvolver a moléstia é o intervalo durante a realização das atividades, assim argüiu-se as participantes da pesquisa se há pausa durante o turno de trabalho que permita o descanso, e 10% responderam que não, em oposição, 90% responderam que o tempo dispensado para o descanso durante a jornada de trabalho é suficiente. É válido ressaltar que é de suma importância que a empresa invista em programas ergonômicos que valorizem a saúde física e mental dos trabalhadores, assim, indagou-se se a empresa possui algum projeto de prevenção, e 100% afirmaram que a empresa não desenvolve nenhuma atividade para minimizar tais riscos.

### **III – Conclusões**

A partir da análise dos resultados encontrados, é possível constatar que a profissão de costureira apresenta vários riscos para o desenvolvimento de doenças ocupacionais, pois é uma atividade monótona, repetitiva e de baixa complexidade. É fato que, a permanência, por longos períodos, na postura sentada exige um trabalho maior do sistema músculo esquelético e conseqüentemente, movimentos de sobrecarga para a coluna vertebral. Outros fatores como jornada de trabalho estendida, inadequações do ambiente, a mecanização das tarefas podem interferir da qualidade do trabalho realizado e, ainda, contribuir para o aparecimento de doenças relacionadas às atividades laborais. As costureiras, de um modo geral, apresentam todas as características de indivíduos predispostos a desenvolver a doença, entre as mais agravantes podem-se destacar as queixas de dor, ausência de alongamentos, postura inadequada, entre outros. Através da análise dos resultados, foram encontradas 6 costureiras acometidas com

DORT(15% com tendinite, 10% com bursite e 5% com sisto sonovial); ficou, também evidenciado que as condições de trabalho associadas a uma carga horária maior, a repetitividade e as posições anti-ergonômicas têm contribuído para o desenvolvimento desta moléstia.

Pode-se inferir com a realização deste estudo que para haver uma modificação no perfil dos DORT é importante alterar as relações referentes ao processo produtivo causal e, ainda, um maior comprometimento da empresa com a saúde dos funcionários, visto que esse distúrbio constitui um dos riscos mais incidentes sobre as trabalhadoras, reduzindo a sua capacidade de produção. Problemas como esses podem ser minimizados com o estudo e a orientação da ergonomia, com o objetivo de melhorar as condições de trabalho dessa categoria. Nesta perspectiva, a atuação do enfermeiro do trabalho é considerada relevante, uma vez que esse pode utilizar a ergonomia como ferramenta de apoio, direcionando cuidados às posturas adotadas pelas trabalhadoras e, também, nas condições dos mobiliários, bem como providenciar instrumentos e equipamentos planejados, visando à redução da incidência dos problemas osteomusculares. Ainda, elaborar um programa de ginástica laboral com exercícios de alongamento e relaxamento que contribuem para eliminar a fadiga muscular e o estresse, aumentando a flexibilidade e melhorando a circulação sanguínea. Além disso, realizar eventos sobre o assunto com a presença de especialistas nas diversas áreas de conhecimento que podem contribuir na discussão do assunto.

## **Bibliografia**

BARBOSA, Luís Guilherme. **Fisioterapia preventiva nos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho – DORT's**: A Fisioterapia do Trabalho Aplicada. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégias. Área Técnica de Saúde do Trabalhador. Lesões por Esforços Repetitivos (LER's). Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT's). **Dor relacionada ao trabalho**: Protocolos de atenção integral à Saúde do Trabalhador de Complexidade Diferenciada. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégias. Área Técnica de DORT. Saúde do Trabalhador. **Lesões por esforços repetitivos (LER) Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. b

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégias. **LER/DORT: diagnóstico, tratamento, Prevenção, reabilitação e fisiopatologia**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. a

GARBIN, A. C; NEVES, I. R; BATISTA, M. B. Etiologia do senso comum: as Lesões por Esforços Repetitivos na visão dos portadores **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 43-55, 1998.

LAMPERT, L. A influência de um programa de cinesioterapia laboral para a qualidade de vida dos funcionários do hospital São Vicente de Paulo. **Revista Fisiobrasil**, Rio de Janeiro, v. 77, n. 10, p. 32-40, maio/jun. 2006.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8. ed. São Paulo; Rio de Janeiro: HUCITEC; ABRASCO, 2001.

MONTEIRO, A. L.; BERTAGNI, R. F. S. **Acidentes do trabalho e doenças ocupacionais: conceito, progressos de conhecimentos e de execução e suas questões polêmicas**. 2. ed. São Paulo: Saraiva, 2000.