

L.E.R. E SEUS MECANISMOS DE ACOMETIMENTO EM MOTORISTAS DE ÔNIBUS

Anna Flávia Martins Cantarin

Patrícia Batista Almeida

Orientação: Fisioterapeuta Paulo Renato de Andrade

Orientação Metodológica: Prof. Ms. Heitor Romero Marques

A sigla LER significa Lesões por Esforços Repetitivos, é uma terminologia que engloba algumas patologias causadas pelo uso excessivo e repetitivo de determinadas articulações, envolvendo principalmente os MMSS; tendo relação direta com as exigências das tarefas, dos ambientes físicos e da organização do trabalho.

Com a introdução de LER no Brasil, pensaram erroneamente tratar-se de uma “doença nova”, no entanto, desde os tempos renascentistas, no século XVIII, já se sabia da existência de algumas formas clínicas de LER, descrita em relação aos escribas por RAMAZZINI (1700 d.C.).

As lesões trazem como consequência a perda da capacidade de realizar movimentos, podendo esta ser parcial e, caso o trabalhador não seja afastado da atividade repetitiva, essa perda poderá ser total, colaborando para um estado psicológico depressivo e humilhante.

Diversos fatores de risco predisõem o trabalhador à LER, como a obrigatoriedade de manter o ritmo acelerado e jornadas inadequadas de trabalho, para garantir a produção; jornadas inadequadas de trabalho, com freqüente realização de horas extras; ausência de pausa durante a

jornada de trabalho, como também o uso de mobiliário inadequado, que obriga a adoção de posturas incorretas do corpo e equipamentos com defeito.

O quadro denominado LER manifesta-se, quase sempre, por meio de síndromes já bem conhecidas da área médica, que são decorrentes do uso excessivo das estruturas osteomusculares. As principais são: Tenossinovite Ocupacional, Dedo em gatilho, Síndrome de De Quervain, Tendinite da Cabeça Longa do Bíceps, Tendinite do Supra-Espinhoso ou Bursite do Ombro, Epicondilite Lateral ou Medial, Síndrome do Desfiladeiro Torácico, Síndrome do Supinador, Síndrome do Pronador Redondo, Síndrome do Túnel Cubital, Síndrome do Túnel do Carpo, Síndrome do Canal de Guyon, Gânglion, Síndrome Tensional do Pescoço, Radiculopatia Cervical. Dentre elas, destacam-se: 1) Tenossinovite Ocupacional, que se caracteriza por inflamação aguda ou crônica dos tendões e de suas bainhas; 2) Dedo em Gatilho, também denominado Tenossinovite dos flexores dos dedos; 3) Síndrome de De Quervain, acomete tendão do abdutor longo do polegar e extensor curto do polegar; 4) Tendinite do Supra-Espinhoso ou Bursite do Ombro, é um processo inflamatório que ocorre pela compressão da bursa e do manguito rotador; 5) Epicondilite Medial ou Lateral, caracteriza-se pela formação de tecido inflamatório angiofibroblástico na transição osso-músculo; 6) Síndrome do Desfiladeiro Torácico, caracterizada pela compressão do plexo braquial, artéria e veia subclávia, quando as estruturas passam pelo desfiladeiro torácico; 7) Síndrome do Túnel do Carpo, é a compressão do nervo mediano ao nível do punho, provocando sensação de formigamento (hipoestesia) na mão; 8) Síndrome Tensional do Pescoço, é uma desordem orgânica e funcional provocada pelo trabalho repetitivo, aumento de carga muscular estática, postos de trabalho inadequado; 9) Radiculopatia Cervical, é uma síndrome que leva à irritação e compressão da raiz dos nervos cervicais.

As LER vêm atingindo proporções de epidemia em várias categorias profissionais que tenham relação direta com certos fatores

ambientais, como no caso dos motoristas de ônibus, os quais estão expostos ao *stress*, posturas inadequadas e movimentos repetitivos. Diante disso, resolveu-se estudar a ergonomia. A Ergonomia é o conjunto de conhecimentos sobre o homem e seu trabalho. A ergonomia no veículo é uma das áreas mais críticas, pois existe uma condição especial, a qual relaciona a necessidade de se propiciar conforto para a manutenção da postura sentada, além de possibilitar a interação precisa e eficaz entre condutor e equipo de condução, favorecendo a uma jornada de trabalho segura e confortável.

Diante dos fatores de risco a que estão expostos nossa clientela, ou seja, os motoristas de ônibus, optou-se em identificar o segmento corporal mais acometido pelo complexo patológico embutido nas LER, visto ausência de diagnóstico.

Este estudo foi realizado com 50 motoristas de ônibus da V.S.F., escolhidos aleatoriamente no Terminal General Osório e na garagem central da empresa em questão, foram analisados os seguintes dados: tempo de serviço na atual profissão; horas trabalhadas ao dia; intervalo durante jornada diária de trabalho; prática de atividade física; incidência de segmentos corporais mais acometidos, bem como informações a respeito da utilização do veículo e respectiva regulagem.

Constatou-se que a coluna cervical (56%) é a mais acometida nesta classe trabalhista, seguida pela lombar (34%) e torácica (22%). Isto se explica pela região cervical ser a de maior mobilidade perante as outras, e também pela constante tensão a que estão expostos os membros superiores, como também posturas inadequadas, *stress*, tempo curto de intervalo durante jornada diária de trabalho e má regulagem dos equipamentos do veículo.

Vale ressaltar, então, a importância de um maior conhecimento dos problemas que envolvem esta classe trabalhista, dando-lhes maior informação no que diz respeito à correta utilização dos ajustes, bem como a postura correta que deve ser adotada por eles.