
A IMPORTÂNCIA DA ERGONOMIA NA PREVENÇÃO DAS DOENÇAS OSTEOMUSCULARES NO TRABALHO

Fernanda Lemes Ferreira, Médica. Contato: drafelemes@yahoo.com.br

Contextualização: As doenças ósteo-musculares figuram dentre as principais queixas em unidades de saúde e serviços especializados. Desde a década de 1990 é o grupo de afecções mais importante dentre as doenças ocupacionais. Serviços especializados em saúde do trabalhador apresentam dados estatísticos que evidenciam o crescimento da frequência das manifestações deste grupo de doença. É a principal causa de afastamentos do trabalho, representando custos elevados à previdência social. A ergonomia é a ciência que estuda a interação homem-máquina, visando conforto, segurança e otimização da produtividade.

Objetivos: Avaliar como a Ergonomia pode contribuir nas ações de prevenção e promoção de saúde do trabalhador.

Metodologia: Levantamento na literatura (livros, resoluções, normas regulamentadoras, artigos e teses).

Desenvolvimento: Ao longo da história, a forma de trabalho sofreram mudanças significativas em consequência a alterações ambientais e no modo de produção. A atividade laboral é importante fator contributivo no desenvolvimento ou agravamento de sintomas músculo-esqueléticos. Transporte de peso, flexão de coluna, longos períodos de ortostatismo, elevação persistente dos membros superiores acima do nível dos ombros, figuram entre os fatores ergonômicos relacionados a possíveis agravos ortopédicos. A ergonomia permite a identificação de fatores da atividade desempenhada que contribuem para os agravos da saúde. A partir da ergonomia de correção é possível propor soluções para amenizar ou, até mesmo, solucionar fatores que interferem na saúde do trabalhador. É importante identificar as deficiências ergonômicas no ambiente de trabalho de forma a reduzir o número de agravos, bem como colaborar para a reabilitação dos quadros existentes. Por meio da ergonomia de conscientização é possível orientar o trabalhador quanto ao uso correto dos itens que compõem o posto de trabalho, posturas adequadas para o desenvolvimento das atividades e medidas preventivas às doenças osteomusculares e sua segurança.

Conclusões: A ergonomia é de grande importância nas medidas de prevenção à saúde do trabalhador. A compreensão da biomecânica somada ao conhecimento do processo produtivo e do ambiente de trabalho permite identificar os fatores de risco para lesões e propor soluções efetivas.

Referências [fonte 11 normal]

1. MENDES, René. **PATOLOGIA DO TRABALHO**. 2º São Paulo: Atheneu, 2007. 1924 p.
2. IIDA, Itiro. **ERGONOMIA PROJETO E PRODUÇÃO**. 2º São Paulo: Edgard Bluch, 1993. 465 p.
3. KOLTAN, Altan. An ergonomics approach model for prevention of occupational musculoskeletal injuries. **International Journal Of Occupational Safety And Ergonomics**, Izmir, Turkey, v. 15, n. 1, p.113-114, 2009.
4. BUCKLE, Peter; STUBBS, David. The Contribution of Ergonomics to the Rehabilitation of Back Pain Patients. **Occupational Medicine**, London, v. 4, n. 50, p.277-282, 2000.
5. A Bjekke, M Hagberg, G Michaelson. Occupational and individual factors in acute shoulder-neck disorders among industrial workers. **British Journal of Industrial Medicine**, 38:356-363, 1981.