

LER/DORT E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS TRABALHADORES

LER/DORT AND ITS IMPACTS ON WORKERS' MENTAL HEALTH

LER/DORT Y SUS IMPACTOS EN LA SALUD MENTAL DE LOS TRABAJADORES

✉ Bárbara de Paula Andrade Torres¹ e ✉ José Nilson Rodrigues de Menezes²

RESUMO

Analisar, na literatura científica, os estudos que vêm sendo produzidos sobre os impactos da LER/DORT na saúde mental dos trabalhadores. Trata-se de um estudo de revisão integrativa, que teve como período de coleta de dados março a junho de 2022. Quatro estudos foram analisados e aceitos nos critérios de inclusão, todos no idioma português. Em relação ao período de publicação dos artigos selecionados, observou-se que dois foram do ano de 2016, um de 2018 e um de 2020. Após a leitura minuciosa das quatro pesquisas selecionadas, observa-se que as LER/DORT geram um grande impacto na vida dos trabalhadores, interferindo tanto na saúde física como na saúde mental.

Descritores: LER; DORT; Saúde Mental.

ABSTRACT

Analyze in the scientific literature the studies that have been produced on the impacts of CTD on the mental health of workers. This is an integrative review study whose data collection period was March to June 2022. Four studies were analyzed and accepted the inclusion criteria, all in Portuguese. Regarding the publication period of the selected articles, it was observed that two were from 2016, one in 2018 and one in 2020. After a thorough reading of the four selected studies, it is observed that RSI/WMSD generate a major impact on the lives of workers, interfering with both their physical and mental health.

Keywords: LER; DORT; Mental Health.

RESUMEN

Analizar en la literatura científica los estudios que se han producido sobre los impactos de los TTA en la salud mental de los trabajadores. Se trata de un estudio de revisión integradora cuyo período de recolección de datos fue de marzo a junio de 2022. Se analizaron cuatro estudios que aceptaron los criterios de inclusión, todos en portugués. En cuanto al período de publicación de los artículos seleccionados, se observó que dos fueron del año 2016, uno del año 2018 y uno del año 2020. Luego de una lectura minuciosa de los cuatro estudios seleccionados, se observa que RSI/WMSD generan un impacto importante en la vida de los trabajadores, interfiriendo tanto en su salud física como mental.

Descriptores: LER; DORT; Salud Mental.

¹ Universidade de Fortaleza, Fortaleza/CE - Brasil. 

² Universidade de Fortaleza, Fortaleza/CE - Brasil. 

INTRODUÇÃO

As lesões por esforço repetitivo e os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (LER/DORT) são agravadas pelo uso exacerbado das funções musculoesqueléticas e sua caracterização representa-se de forma multifatorial, tendo como principal sintoma a dor, podendo desencadear incapacidade laboral de forma temporária ou permanente¹.

Segundo o Instituto Nacional de Segurança e Saúde Ocupacional dos Estados Unidos da América, as lesões ou distúrbios musculoesqueléticos são causados ou intensificados, precipuamente, por esforço súbito ou exposição duradoura a fatores físicos de força, vibração, repetição ou posturas inadequadas, acometendo tendões, nervos, músculos, articulações e cartilagens².

Os fatores relacionados à ergonomia evidenciam-se como uma das principais causas desses distúrbios. Esses fatores ergonômicos que representam perigo são: iluminação inadequada, fatores no ambiente, temperaturas insatisfatórias, mobília inadequada e equipamentos ultrapassados³.

De acordo com Pestana e Alencar¹, as LER/DORT apresentam os principais motivos de incapacidade nas atividades laborais, acarretando malefícios socioeconômicos, pois estão listadas entre os maiores problemas mundiais de saúde pública.

Os movimentos automatizados e a fadiga postural ocasionam respostas psíquicas que prejudicam o trabalhador, como cansaço, estresse e a depressão. A intensa jornada de trabalho e a repetição de movimentos têm levado os trabalhadores à exaustão. Pela ausência de descanso apropriado, o indivíduo não tem mais forças e nem ânimo para trabalhar melhor e com mais disposição, resultando em problemas sérios, como LER/DORT³.

Segundo a pesquisa de Soares e colaboradores⁴, em relação aos dados do Sistema de Informação de Agravos de Notificação (Sinan), o levantamento define que, entre os anos de 2007 e 2016, 67.599 casos de LER/DORT foram notificados. Dentre esse período, o total de registros aumentou 184%, transitando de 3.212 casos, em 2007, para 9.122, em 2016. Tanto a ampliação de casos como o volume, nesse intervalo de tempo, deixam em alerta a saúde dos trabalhadores. Inclusive, o estudo nacional de saúde, em 2013, verificou que, no Brasil, 2,4% dos profissionais (3.568.095 indivíduos maiores de 18 anos) entrevistados declararam possuir diagnóstico clínico de LER/DORT, dos quais, ultrapassando a metade, confirmaram que a doença limita suas atividades cotidianas, sendo que, para 13,1%, essa limitação era excessiva e, para 2,8%, muito excessiva.

As pesquisas relacionadas à saúde mental e trabalho demonstram que o processo e a forma de exploração trabalhista resultam nas características psicopatológicas e psicológicas nos grupos de profissionais⁵.

A construção deste artigo justifica-se pelo fato de haver, mundialmente, muitos trabalhadores acometidos por LER/DORT. E durante minha vivência enquanto fisioterapeuta residente, trabalhando com uma equipe multidisciplinar, fez-me refletir a importância de analisar o indivíduo como um todo, pois o cuidado integral é muito valioso. Ter uma visão mais apurada desses profissionais, em relação à saúde mental, retrata a importância desse cuidado ampliado, não focalizando apenas na parte física.

Esse estudo torna-se de grande relevância por existirem poucos artigos aprofundados acerca desse tema. Diante disso, existe essa necessidade de identificar quais são os impactos da LER/DORT na saúde mental dos trabalhadores, surgindo, portanto, a escolha para o título.

Diante do exposto, esta pesquisa teve como objetivo analisar, na literatura científica, os estudos que vêm sendo produzidos sobre os impactos da LER/DORT na saúde mental dos trabalhadores.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa que teve como período da coleta de dados março a junho de 2022. O trabalho de revisão integrativa é uma abordagem de metodologia mais extensa em relação às revisões, permitindo a inclusão de artigos experimentais e não experimentais para uma compreensão em sua completude do fenômeno avaliado⁶.

Para realização dessa pesquisa de revisão integrativa, foram abordadas as seguintes etapas sugeridas pela literatura: 1) identificação da temática e seleção da hipótese ou questão norteadora para elaboração da revisão integrativa; 2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos artigos; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5) interpretação dos resultados obtidos; e 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento⁷.

O estudo baseou-se na seguinte questão norteadora: “O que a literatura científica traz de evidências sobre os impactos da LER/DORT na saúde mental dos trabalhadores? Para responder esse questionamento, obteve-se como estratégia de busca a utilização dos descritores LER, DORT e saúde mental. Todos os descritores foram utilizados simultaneamente e interligados pelo operador booleano AND e tornaram-se elegíveis após consultas nas bases dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) e *Medical Subject Headings* (MESH).

Para seleção das pesquisas, foram construídos os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados no período de 2016 a 2022, com os idiomas português, inglês e espanhol, contendo disponibilidade do texto em sua completude nas bases de dados selecionadas, que foram: *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (Medline), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Foram excluídos da pesquisa editoriais, artigos de revisão, teses e publicações que se repetiram nas bases de dados.

A avaliação de elegibilidade foi conduzida por dois pesquisadores de forma independente, a partir da leitura do título e do resumo dos estudos. Posteriormente, as pesquisas selecionadas foram lidas de forma integral para avaliar a aderência com a temática. Os artigos elegidos nesta última fase foram avaliados, segundo: 1) autores; 2) ano de publicação; 3) título do estudo; 4) tipo de estudo; e 5) principais resultados obtidos.

RESULTADOS

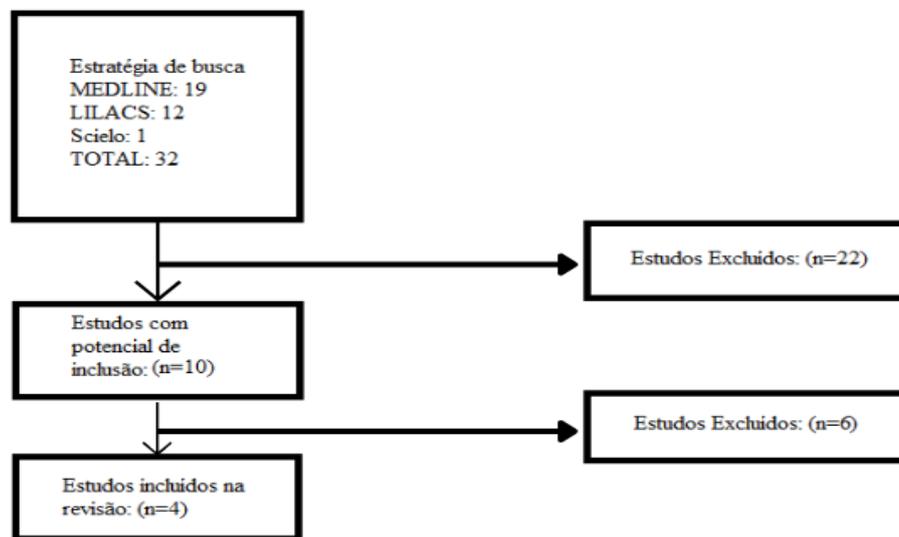
Inicialmente foram encontrados 32 artigos. Posteriormente, foram analisados os títulos das pesquisas que tivessem pertinência com o tema, restando apenas 10 estudos.

Para a etapa seguinte, foram lidos os resumos e os artigos que concordaram com os critérios de inclusão propostos, sendo essas acessadas e avaliadas na íntegra.

Em seguida, após a leitura, apenas quatro estudos apresentaram coerência com a temática proposta^{8, 9, 10, 11}. As pesquisas foram examinadas por meio do objetivo principal e da relevância científica, permitindo constatar concordâncias e tendo por propósito a apresentação dos resultados e discussão do eixo temático.

Através de um fluxograma, foi demonstrada a estratégia de busca nas bases de dados eletrônicas e o quantitativo dos artigos encontrados em cada base de dados, os que tiveram potencial de inclusão e que foram excluídos após a leitura do título como também exclusão após leitura do resumo (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma de seleção dos artigos.



Fonte: Elaborado pelos autores (2022).

Todos os artigos elegidos estavam no idioma português. Em relação ao período de publicação dos artigos selecionados, observou-se que dois foram do ano de 2016^{10, 11}, um em 2018⁹ e um em 2020⁸. Ao se tratar de tipo de estudo relacionado aos artigos, um é descritivo⁸, dois são descritivos com abordagem qualitativa^{9, 10} e um trata-se de uma série de casos¹¹, com abordagem quantitativa.

Tabela 1 - Caracterização dos artigos incluídos na revisão integrativa, conforme autores, ano, título, tipo do artigo e breve descrição dos resultados.

Autores	Ano	Título	Métodos	Resultados Principais
Pereira J, Cesca D, Daronco LSE, Balsan LAG.	2020	Estresse e distúrbios musculoesqueléticos em professores.	Descritivo	Participaram dessa pesquisa 146 participantes, destes, 100% relataram apresentar desconforto, dor, parestesia em alguma região do corpo nos últimos 12 meses. Foram mais prevalentes a cervicgia (91,7%) e dor nos ombros (86,3%). Identificou-se que as ações realizadas no trabalho colaboram para o aparecimento de dor e estresse.

Alencar MCB, Merlo ARC.	2018	A saúde em troca da excelência: o sofrimento de atendentes de nutrição de um hospital público acometidos por LER/DORT.	Descritivo com abordagem qualitativa	Participaram da pesquisa 19 mulheres, sendo a maioria profissionais de copa de internação, com idade de 25 a 59 anos. O tempo de trabalho oscilou de 3 a 10 anos. 100% das participantes possuíam algum sintoma osteomuscular em diversas partes do corpo, dentre eles: punhos, mãos, ombros e coluna lombar. Observou-se que a maneira de gestão com cobrança demasiada, falta de reconhecimento e assédio moral contribuem para o sofrimento e impacta nos processos de adoecimento.
Dosea GS, Oliveira CCC, Lima SO.	2016	Percepção da qualidade de vida em portadores de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho.	Descritivo com abordagem qualitativa	Participaram deste estudo 17 indivíduos. Foram descritos e categorizados os resultados através da análise de conteúdo, o que demonstrou que todos os aspectos de QV foram negativos.
Dosea GS, Oliveira CCC, Lima SO.	2016	Sintomatologia osteomuscular e qualidade de vida de portadores de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho.	Série de casos com abordagem quantitativa	Participaram da pesquisa 56 indivíduos. A prevalência de acometimentos foi nos membros superiores (87,2%), sendo que grande parte dos profissionais (87,2%) afirmaram a relação entre os sintomas de dor e o trabalho. Demonstrou-se que o QV do indivíduo com DORT é reduzida.

Fonte: Elaborada pelos autores, 2022.

DISCUSSÃO

As doenças decorrentes do trabalho têm gerado muita preocupação de instituições e trabalhadores. Nos atendimentos de saúde, a incapacidade de trabalhar e dores provenientes da coluna são constatações frequentes. Com isso, os resultados tornam-se negativos à saúde, relacionados às diversas formas e condições de trabalho, podendo se manifestar em vários órgãos do corpo⁸.

As LER/DORT são os principais acometimentos de incapacidade relacionados ao trabalho, que representam danos econômicos para a sociedade e altas despesas de tratamento em muitos países, sendo um dos maiores gargalos de saúde pública⁹. Corroborando com outro estudo¹⁰, pois o mesmo relata que essa afecção gera muitos impactos e consequências negativas na parte econômica e social de um país.

No estudo de Alencar e Melo⁹, o objetivo foi entender as conexões entre os aspectos da organização do trabalho e a saúde de atendentes de nutrição com LER/DORT. Participaram da pesquisa 19 mulheres, sendo a maioria profissionais de copa de internação, com idade de 25 a 59 anos. O tempo de trabalho oscilou de 3 a 10 anos. 100% das participantes possuíam algum sintoma osteomuscular em diversas partes do corpo, dentre eles: punhos, mãos, ombros e coluna lombar.

Em outro estudo¹¹, foram analisados os aspectos da Qualidade de Vida (QV) e os sintomas osteomusculares de trabalhadores com DORT no Estado de Sergipe. Participaram da pesquisa 56 participantes. A prevalência de acometimentos foi nos membros superiores (87,2%), sendo que a grande parte dos profissionais (87,2%) afirmaram a relação entre os sintomas de dor e o trabalho e todos (100%) identificaram-se como portadores de DORT. Nesse artigo, 87,9% dos casos foram distanciados do

trabalho e 76,9% tiveram a carga horária reduzida.

Já em outro artigo⁸, o objetivo foi detectar o nível de estresse, as principais queixas e sintomas relacionados à dor e incômodo relacionados à docência. Participaram dessa pesquisa 146 participantes. Destes, 100% relataram apresentar desconforto, dor e parestesia em alguma região do corpo nos últimos 12 meses. Foram mais prevalentes a cervicalgia (91,7%) e ombros (86,3%). 28% dos participantes precisaram se ausentar do trabalho por consequência de dores osteomusculares.

No que diz respeito às LER/DORT e sua contribuição negativa na saúde mental dos trabalhadores, o estudo de Alencar⁹ afirma que é necessário não individualizar o adoecimento, cuja repercussão é a culpabilização dos profissionais ao invés do estímulo de pautas sobre o trabalho e seus efeitos na saúde. É nessa perspectiva que alguns profissionais atendem determinadas solicitações como forma de conseguir valorização e reconhecimento, intensificando seus quadros clínicos. Enfraquecendo ainda mais sua saúde mental.

Corroborando com esse achado, segundo o estudo de De Alencar e Ota¹², os profissionais em afastamento por LER/DORT demonstram repercussões negativas na saúde mental, podendo desencadear transtornos mentais. Relataram ainda sofrimento e desgaste relacionados às questões de sobrecargas de trabalho.

Já segundo o estudo de Dosea¹¹, é importante frisar a dor, pois ela pode interferir na QV. A dor é um sintoma abstrato, podendo fazer com que o seu relato produza incredulidade por parte dos gestores e colegas, pois ainda persiste o fato de pensarem que estão fingindo doença para se ausentar no serviço. Essa incapacidade, gerada pelo trabalho, repercute na vida pessoal e profissional, fazendo com que diminua a QV do trabalhador. Os indivíduos com DORT sentem-se deprimidos, com angústia e impotentes.

Em um estudo realizado na Finlândia, foram examinadas associações conjuntas e separadas de dor crônica, dor multilocal e saúde mental com dias de ausência total e de longo prazo entre trabalhadores municipais mais jovens. Foi visto que dor crônica e multilocal têm associação com ausências prolongadas por doença entre esses profissionais, especialmente entre as mulheres e indivíduos com pior saúde mental¹³.

Nessa perspectiva, em outro estudo¹⁰, foi observado que a maior parte dos profissionais compreende que o estado de saúde repercutiu na vida social, como a relação com a família e amigos. A maior parte também percebeu que seu estado mental interferiu no trabalho e nas suas atividades diárias. Os acometimentos osteomusculares têm como principal fator a dor, que é abstrata, provocando nos profissionais sentimentos de nervosismo, desânimo e depressão.

Uma pesquisa realizada no Brasil teve como objetivo apresentar as experiências de intervenções de forma interdisciplinar em grupos com indivíduos acometidos por LER/DORT. Na perspectiva da saúde pública e do trabalho interdisciplinar, atividades em grupo vêm sendo utilizadas como uma estratégia para a educação em saúde. Ademais, a intervenção em grupo tem a finalidade de estimular a reflexão acerca da realidade vivida pelos seus participantes, que apresentem estratégias coletivas de enfrentar os desafios e de dar a oportunidade de cada indivíduo expressar seu ponto de vista, pensamento, opiniões e promover trocas entre seus pares¹⁴. Diante disso, fica clara a importância da promoção de saúde para esses indivíduos.

Mesmo havendo poucos estudos abordando as repercussões da LER/DORT na saúde mental dos trabalhadores, se torna evidente que existe essa relação. Principalmente pelo fato da dor, que é um dos principais sintomas da LER/DORT, ser subjetiva, fazendo com que esses profissionais acometidos sintam-se oprimidos por não haver um entendimento em seu ambiente de trabalho acerca do que ele está sentindo. Dessa forma, esse estudo teve como potencialidade abordar uma temática pouco explorada na literatura e fazer um compilado de evidências que apresentaram os impactos na saúde mental desses indivíduos. A limitação na construção deste artigo foi a quantidade reduzida de estudos disponibilizados na literatura acerca dessa temática.

A partir da leitura dos artigos selecionados, pode-se observar o grande impacto na saúde mental dos trabalhadores que têm LER/DORT.

CONCLUSÃO

Esse estudo teve como potencialidade abordar uma temática pouco explorada na literatura e fazer um compilado de evidências que apresentaram os impactos na saúde mental dos trabalhadores acometidos por LER/DORT. A limitação na construção deste artigo foi a quantidade reduzida de estudos disponibilizados na literatura acerca dessa temática. Contudo, após a leitura minuciosa das quatro pesquisas selecionadas, observa-se que as LER/DORT geram um grande impacto na vida desses indivíduos, interferindo tanto na saúde física como na saúde mental.

Os principais acometimentos físicos são em membros superiores e coluna vertebral. Já os impactos na saúde mental dos trabalhadores com LER/DORT mais citados foram: nervosismo, desânimo e depressão, repercutindo negativamente na QV. Sugere-se, portanto, pesquisas com desenvolvimento de ações voltadas para esses profissionais, a fim de propiciar momentos de acolhimento e escuta qualificada.

AGRADECIMENTO

Agradeço primeiramente a Deus, pois sem Ele eu não sou nada. Toda honra e Glória somente dEle. Gostaria também de agradecer aos meus familiares, em especial meu esposo, Daniel Torres; minha filha, Gabriela; minha querida mãe, Paula Custódio; minha sogra, Maria José; e meus irmãos, Vládiner, Vlândia, Brígida e Ingrid! Sem o apoio e a força de vocês, não teria conseguido! Agradeço também à Escola de Saúde Pública, por tudo, durante minha residência em Saúde da Família e Comunidade, como também a minha supervisora, Maria Gerliane, e a meu querido professor orientador, Professor Nilson Menezes.

REFERÊNCIAS

1. Pestana BM, De Alencar MCB. O trabalho terceirizado de limpeza de trabalhadoras com LER/DORT. *Rev Labor*. 2021;10(2):8-30. Disponível em: <http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>.
2. Cabral AR, Silva ETC, Pereira LA, Lima MSP. Atuação da fisioterapia nos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho: Revisão Bibliográfica. *Rev Cathedral*. 2020;2(4):96-107. Disponível em: <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/232>.
3. Duarte TV, Lima MF. Aplicação da ginástica laboral na prevenção de LER/DORT no setor administrativo da prefeitura municipal de Paracatu-MG. *Humanid Tecno (FINOM)*. 2020;23(1):383-404.

Disponível em:

http://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/1189/867.

4. Soares C, et al. Lesões por esforços repetitivos e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (LER/DORT): Papel dos profissionais da saúde. *Cad Educ, Saúde Fisiot.* 2020;7(14):1-7. DOI:

<https://doi.org/10.18310/2358-8306.v7n14.a3>.

5. Sampaio JJC, Filho CG. Saúde Mental e trabalho em telesserviço: um estudo de caso em Call Center público. *Cadernos ESP.* 2011;5(1):21-8. Disponível em:

[//cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/43](http://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/43).

6. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: O que é e como fazer. *Rev Einstein.* 2010; 8(1):102-6. DOI: 10.1590/s1679-45082010rw1134.

7. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Text Cont Enferm [internet].* 2008;17(4):758-64. DOI: 10.1590/S0104-07072008000400018.

8. Pereira J, Cesca D, Daronco LSE, Balsan LAG. Estresse e distúrbios musculoesqueléticos em professores. *Salusvita.* 2020;39(2):343-67. Disponível em:

https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita_v39_n2_2020/salusvita_v39_n2_2020_art_04.pdf

9. Alencar MCB, Merlo ARC. A saúde em troca da excelência: o sofrimento de atendentes de nutrição de um hospital público acometidos por LER/Dort. *Saúde Soc.* 2018;27(1):215-26. DOI:

<https://doi.org/10.1590/S0104-12902018170873>.

10. Dosea GS, Oliveira CCC, Lima SO. Percepção da qualidade de vida em portadores de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. *Ciênc Cuid Saúde.* 2016;15(3):482-8. DOI:

<https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v15i3.29157>.

11. Dosea GS, Oliveira CCC, Lima SO. Sintomatologia osteomuscular e qualidade de vida de portadores de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. *Esc Anna Nery.* 2016;20(4):e20160103. DOI:

<https://doi.org/10.5935/1414-8145.20160103>.

12. De Alencar MCB, Ota NH. O afastamento do trabalho por LER/DORT: repercussões na saúde mental. *Rev Ter Ocup USP.* 2011;22(1):60-7. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v22i1p60-67>.

13. Fagerlund P, Shiri R, Suur-Uski J, Kaartinen S, Rahkonen O, Lallukka T. Separate and joint associations of chronic pain, multisite pain and mental health with sickness absence among younger employees: a register based longitudinal study. *Arc Pub Heal.* 2023;81(1):97. DOI:

<https://doi.org/10.1186/s13690-023-01115-1>.

14. Zavarizzi C de P, Carvalho RMM de, Alencar M do CB de. Grupos de trabalhadores acometidos por LER/DORT: relato de experiência. *Cad Bras Ter Ocup [Internet].* 2019 Jul;27(3):663-70. DOI:

<https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoRE1756>.