



SINAIS E SINTOMAS OSTEOMUSCULARES ENTRE TRABALHADORAS DE ORDENHA MECÂNICA ANIMAL: UMA INTERVENÇÃO EM SAÚDE

Marta Regina Cezar-Vaz¹; Marlise Capa Verde de Almeida²; Laurelize Pereira Rocha³; Clarice Alves Bonow⁴; Diéssica Roggia Piexak⁵.

Introdução: As condições ambientais dos locais de trabalho podem conduzir à manutenção de mau posicionamento corporal e à realização de atividades repetitivas, em que trabalhadores empenham esforço físico em meio à diferentes instrumentos de trabalho, gerando danos à saúde do trabalhador. Visualiza-se a atuação da Enfermagem na avaliação das condições ambientais e comportamentais a fim de planejar abordagens para prevenção de agravos. Apresenta-se as atividades rurais na especificidade da ordenha mecânica animal, tendo em vista a exposição destes trabalhadores à posições e esforços inadequados que produzem altos níveis de esforço muscular relativos à postura, à velocidade do movimento, à repetição e a realização de repouso insuficiente¹. Nestes casos, a carga muscular excede à tolerância fisiológica do corpo, produzindo fadiga, diminuindo a capacidade do organismo de recuperar-se e reduz a competência para o trabalho². Esta problemática está relacionada ao trabalho com ordenha manual e mecanizada, pois, embora o trabalho manual represente maior esforço físico, a maior carga postural já foi identificada em processos mecanizados³. Isso reforça que cada sistema de ordenha apresenta diferentes riscos de lesão aos trabalhadores, comprovando a vulnerabilidade do corpo humano na interface do trabalhador durante a ordenha⁴. **Objetivo:** identificar sinais e sintomas osteomusculares relacionados com o trabalho em ordenha mecânica animal. **Descrição Metodológica:** Estudo exploratório e descritivo, que envolveu entrevista e intervenção educativa em uma empresa rural, cujo setor de ordenha mecânica animal é composto por 20 trabalhadoras. Respeitaram-se os critérios de seleção dos sujeitos: sexo feminino; maior de 18 anos; trabalho em área rural e desenvolvimento de atividades no setor de ordenha mecânica ou alimentação de terneiros. A entrevista individual se deu mediante aplicação de um questionário estruturado e a intervenção efetivou-se por meio de Oficinas de Produção de Saúde (OPS), desenvolvidas durante nove encontros semanais de intervenção conjunta às trabalhadoras, com duração média de noventa minutos cada. No início de cada oficina desenvolveram-se exercícios com enfoque no alongamento. Para o registro destes encontros foram utilizados instrumentos de gravação em áudio e vídeo e a observação não participante. Em uma oficina específica, tratou-se sobre as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), por meio de tópicos como: a anatomia e fisiologia, conceitos teóricos e classificação das LER/DORT, fatores de risco e descrição de medidas não medicamentosas para o tratamento e a prevenção destas doenças. **Resultados:** A idade média das trabalhadoras foi de 31,4 anos (DP=6,14); o tempo de atuação no trabalho variou de três meses a seis anos, sendo que duas (10%) trabalhadoras atuavam na leitearia há três anos e meio. Dezesete (80%) trabalhadoras atuavam até 48 horas e duas (10%) por 54 horas semanais. Das 20 trabalhadoras, 12 estiveram presentes no encontro referente aos distúrbios osteomusculares. Posteriormente à explanação e discussão sobre a temática, foi realizada uma atividade

¹ Doutora em Filosofia da Enfermagem. Professora associado IV da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande. Bolsista de Produtividade em Pesquisa do CNPq – Nível 1C.

² Mestre em Enfermagem. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande.

³ Mestre em Enfermagem. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande.

⁴ Doutora em Enfermagem. Professora da Universidade Federal do Pampa.

⁵ Mestre em Enfermagem. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande. E-mail: diessicap@yahoo.com.br.

coletiva, onde as trabalhadoras representaram os sintomas em um único desenho representativo do corpo humano. Neste, foram apresentadas 49 referências de dor com intensidade forte, cujas regiões mais referidas foram ombros (N=12), punho (N=7), cotovelo (N=6), mãos (N=5) e a região lombar (N=5). Houve também 14 relatos de dor média, localizada em dedos (N=6), quadril (N=3), panturrilha (N=3) e joelho (N=2); bem como sete trabalhadoras referiram dor em intensidade fraca, localizada em cotovelo (N=3), ombros (N=2), dedos da mão (N=1) e planta do pé (N=1). Câimbras foram referidas oito vezes: três em mãos, duas em joelhos, duas na região dos pés e uma referência na coxa. O formigamento foi apontado 12 vezes, sendo sete referências em mãos, três em cotovelos, uma referência em ombros e uma referência em dedos das mãos. Já na representação dos sintomas individualmente, a soma da opinião de todas as trabalhadoras totalizou: 35 referências de dor em intensidade forte, sendo a maioria referida em ombros (N=10), região lombar (N=5), punhos (N=5) e braços (N=4). A dor em intensidade média foi referida 11 vezes, sendo a maioria na região dorsal (N=2) e dos ombros (N=2). Sete foram às referências de dor fraca, em que se destacaram as queixas nas panturrilhas, com duas menções. As câimbras foram referidas onze vezes, destacando-se duas referências na região da panturrilha e do cotovelo; o formigamento foi referido 19 vezes: forte intensidade em mãos (N=2), punho (N=1) e cotovelos (N=1); três referências de média intensidade localizadas em mãos e antebraço, e sete referências em que não se definiu a intensidade, localizadas em mãos, antebraços, ombros, punhos, panturrilhas, dedos das mãos e cotovelos. Conforme estas informações, a intervenção em saúde enfocou o posicionamento do trabalhador, discutindo questões como à prática de pausas ao longo da jornada de trabalho, o relaxamento muscular de forma eficiente, o alongamento muscular e a identificação das condições de trabalho que contribuem para o desenvolvimento patológico. Conclusões: A aplicação de intervenções conjuntamente às trabalhadoras proporcionou a focalização das regiões mais afetadas pela sintomatologia, permitindo que as medidas de alongamento, posicionamento corporal e orientações em saúde fossem direcionadas às musculaturas atingidas, com a finalidade de atenuar sintomas e prevenir lesões. A aplicação de exercícios de alongamento atuou beneficentemente, promovendo a diminuição de tensões e proporcionando relaxamento muscular e emocional, melhorando a postura e as condições de saúde em geral. Implicações para a Enfermagem: Ações como estas demonstram a necessidade de conhecer o ambiente de trabalho, o processo desenvolvido e as funções de cada trabalhador, bem como viabilizar momentos de diálogo e intervenção em saúde. Assim, o trabalhador amplia sua reflexão sobre formas mais adequadas de exercer o seu trabalho gerando produtividade e atenção a sua saúde, aumentando sua disposição e fortalecendo a importância de atividades que contribuam para a saúde muscular.

Descritores: Transtornos Traumáticos Cumulativos; Saúde do Trabalhador; Enfermagem do Trabalho.

Área temática: Produção Social e Trabalho em Saúde e Enfermagem.

Referências:

1. Douphrate DI, Fethke NB, Nonnenmann MW, Rosecrance JC, Reynolds SJ. Full shift arm inclinometry among dairy parlour workers: a feasibility study in a challenging work environment. *Appl Ergon.* 2012; 43:604-13.
2. Laurig W, Vedde J. Ergonomia: herrameintas e enfoques. In: *Enciclopedia de Salud y Seguridad en el trabajo.* Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales Subdirección General de Publicaciones. OIT, 1998.

3. Groborz A, Tokarski T, Roman-Liu D. Analysis of Postural Load During Tasks Related to Milking Cows—A Case Study. *International journal of occupational safety and ergonomics*. 2011; 17: 423-432.
4. Douphrate DI, Nonnenmann MW, Rosecrance JC. Ergonomics in Industrialized Dairy Operations. *Journal of Agromedicine*. 2009; 14: 406-412.