



SES  
Secretaria de  
Estado da  
Saúde



Superintendência de Vigilância em Saúde  
Gerência de Vigilância Ambiental e Saúde do Trabalhador  
Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador  
Coordenação do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador

ANO 03 N° 42

## BOLETIM INFORMATIVO DE SAÚDE DO TRABALHADOR

Caros Leitores!

Patrícia Fortes de Sousa Rincon, fisioterapeuta, do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador Regional Pireneus conduz nosso olhar para o Dia Mundial de Combate às Lesões por Esforços Repetitivos ou Distúrbios Osteomusculares relacionados ao trabalho, mais conhecidas por suas siglas LER/DORT.

Mediante a importância do tema, que a Organização Mundial da Saúde (OMS) instituiu o dia 28 de fevereiro como o dia mundial de combate a esses agravos que podem comprometer a saúde do trabalhador, por serem patologias relacionadas ao ambiente laboral, associadas à organização dos processos laborais e ao corpo do trabalhador.

Conselho Editorial

## TEXTO

### **28 de fevereiro: Dia Mundial de Combate às LER / DORT**

Patrícia Fortes de Sousa Rincon  
Fisioterapeuta do CEREST Regional Pireneus

A Organização Mundial da Saúde (OMS) instituiu o dia 28 de fevereiro como o dia mundial de combate às Lesões por Esforços Repetitivos ou Distúrbios Osteomusculares relacionados ao trabalho (LER/DORT) para incentivar a reflexão sobre essas patologias que estão diretamente ligadas ao mundo do trabalho e a saúde do trabalhador.

Dentre as patologias relacionadas ao ambiente laboral, as mais prevalentes são as LER/DORT que estão diretamente ligadas à organização dos processos laborais e o corpo do trabalhador. O perfil epidemiológico do adoecimento dos trabalhadores vai se modificando historicamente conforme as mudanças ocorridas no ambiente das empresas e seu contexto socioeconômico (Dale; Dias, 2018).

De acordo com Brasil (2012), os sinais e sintomas que acometem o sistema músculo-esquelético atingem diversas categorias profissionais e possuem algumas denominações, entre elas as LER/DORT, de acordo com o Ministério da Saúde (MS) e o Ministério da Previdência Social (MPS). As LER/DORT são agravos de notificação compulsória em saúde do trabalhador de acordo com a Portaria Nº 5, de 28 de setembro de 2017, do Ministério da Saúde (Brasil, 2017).

As LER/DORT se caracterizam por dor, dormência, rigidez, edema, fadiga e geralmente falta de controle (Yitayeh et al., 2015). Comumente atingem membros superiores e a coluna vertebral estando relacionadas às demandas de trabalho, ambiente físico, organização laboral e falta de tempo para recuperação (Brasil, 2012). Manter posturas inadequadas nos pulsos, cotovelos, ombros, pescoço e região lombar colocam pressão extra no sistema músculo-esquelético e cargas estáticas, o que significa que trabalhar por longos períodos de tempo em uma posição estática, leva a uma fadiga corporal (Brasil, 2017).

Um estudo epidemiológico, realizado pelo Ministério da Saúde, publicado em março de 2019, constatou que as duas patologias, nos últimos 10 anos, representaram 67.599 casos em trabalhadores e trabalhadoras significando, assim, um aumento de 184% de prevalência das notificações no período do levantamento (Brasil, 2019).

A alta nos casos de LER/DORT é explicada pela modificação nos ambientes de trabalho que geralmente se caracterizam pelo estabelecimento de metas e produtividade, levando em consideração necessidades, principalmente a qualidade dos bens e serviços, bem como a crescente

competitividade do mercado, sem consideração aos trabalhadores e suas limitações físicas e psicossociais (Brasil, 2012).

Quando se pensa nos pacientes doentes pelos processos de trabalho, há indivíduos com necessidades e limitações em diversos âmbitos da vida, como, por exemplo, o medo de perder o trabalho, o tempo de afastamento para tratamento, mudança de função e falta de perspectiva de futuro (Dale; Dias, 2018). Essa situação acaba levando a subnotificação dos casos, ocasionando assim uma falta de investimento em políticas públicas em prol da saúde do trabalhador e da trabalhadora.

Os fatores mecânicos, organizacionais, psicossociais e individuais estão intimamente ligados à ocorrência da LER/DORT (Colombini; Occhipinti, 2011). Por isso, não se pode dizer que exista uma causa específica na incidência das mesmas, como no passado que se acreditava que as condições de trabalho eram predominantes no diagnóstico dos distúrbios (Chiavegato; Pereira, 2004) O diagnóstico é multidisciplinar e se baseia no histórico da doença, no exame físico, no exame clínico, na vida pregressa do trabalhador e na anamnese ocupacional (Brasil, 2012 e Dale; Dias, 2018).

O tratamento da LER/DORT é realizado por equipes multiprofissionais: médico, enfermeiro, fisioterapeuta, terapeutas ocupacionais, psicólogos entre outros. Independente do caso, se agudo ou crônico, o paciente deve ser avaliado para que se possa evitar recidivas e agravamentos. Geralmente, os casos mais agudos são de rápido tratamento, porém em casos crônicos a equipe precisa se trabalhar com metas a serem atingidas (Brasil, 2012).

Após ser realizado o diagnóstico o paciente recebe tratamento medicamentoso, terapêutico, psicológico e social em busca de alívio dos sinais e sintomas, retorno ao ambiente laboral e retorno a realização das atividades de vida diária (Brasil, 2012).

O fisioterapeuta tem um papel primordial no tratamento dessas afecções, pois pode utilizar de diversas técnicas para o alívio da dor, relaxamento muscular e atrofia, causando assim uma melhora da capacidade funcional desses pacientes (Brasil, 2012). Esse profissional utiliza de cinesioterapia, eletrotermofoterapia, pilates, massoterapia, Reeducação Postural Global (RPG), terapia neural, entre outras técnicas que são definidas com a avaliação fisioterapêutica (Brasil, 2012). Não se pode padronizar o tempo e duração dos tratamentos, pois isso depende da individualidade de cada paciente (Brasil, 2012).

Os técnicos do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) têm como função primordial ser referência técnica à rede de atenção à saúde (RAS). Orientando as equipes para a identificação de novos casos e para o registro da notificação no Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN) do Ministério da Saúde.

Por fim, em caráter de prevenção é indicado à atividade educativa para os trabalhadores e empresas, levando em consideração a ergonomia, a implantação de pausas, a manutenção do maquinário, a organização dos ambientes de trabalho, atividade física regular e cumprimento das

Normas Regulamentadoras da Consolidação das Leis de Trabalho (CLT) do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) (Milhem et al., 2016).

## Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador. **Dor relacionada ao trabalho: lesões por esforços repetitivos (LER) - distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT)**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012 (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Saúde do Trabalhador, 10. Protocolos de Complexidade Diferenciada). Disponível em: <https://institucional.ufrj.br/casst/files/2020/11/LER-DORT.pdf> . Acesso em 22/07/2023.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Portaria de Consolidação Nº 5, de 28 de setembro de 2017**. Consolidação das normas sobre as ações e os serviços de saúde do Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, DF, n. 190, 3 de outubro de 2017. Seção 1, p. 360

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Saúde Brasil 2018, uma análise de situação de saúde e das doenças e agravos crônicos: desafios e perspectivas**. Brasília: Ministério da Saúde; 2019. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvsmis/publicacoes/saude\\_brasil\\_2018\\_analise\\_situacao\\_saude\\_doencas\\_agravos\\_cronicos\\_desafios\\_perspectivas.pdf](https://bvsmis.saude.gov.br/bvsmis/publicacoes/saude_brasil_2018_analise_situacao_saude_doencas_agravos_cronicos_desafios_perspectivas.pdf). Acesso em: 24/07/2023.

CHIAVEGATO, L.G.F. PEREIRA. A. J. LER/DORT: multifatorialidade etiológica e modelos explicativos. Interface - Comunicação, Saúde, Educação. **Interface (Botucatu)** vol.8 no.14 Botucatu Sept. /Feb. 2004. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-32832004000100009>. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832004000100009&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832004000100009&script=sci_arttext). Acesso em: 23 de julho de 2023.

COLOMBINI D, OCCHIPINTI E. Sviluppo di strumenti valutativi semplici per la individuazione delle sorgenti di rischio lavorativo e la prevenzione dei disturbi muscolo scheletrici: esperienze di applicazione nel lavoro artigianale e nella piccola impresa [Development of simple tools for risk identification and prevention of WMSDs (work related muscular-skeletal disorders): application experience in small and craft industries]. **Med Lav**. 2011 Jan-Feb;102(1):3-5. Italian. PMID: 21485482. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21485482/> Acesso em: 26 de set. de 2023.

DALE, A.P, DIAS, M.D.A. A ‘extravagância’ de trabalhar doente: o corpo no trabalho em indivíduos com diagnóstico de ler/dort. **Rev. Trabalho, Educação e Saúde**. vol.16 no.1 Rio de Janeiro jan./abr. 2018. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00106>. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1981-77462018000100263&lng=pt&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462018000100263&lng=pt&tlng=pt). Acesso em: 23 de jul.de 2023.

MILHEM M, KALICHMAN L, EZRA D, ALPEROVITCH-NAJENSON D. Work-related musculoskeletal disorders among physical therapists: A comprehensive narrative review. **Int J Occup Med Environ Health**. 2016;29(5):735-47. doi: 10.13075/ijomeh.1896.00620. PMID: 27518884. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27518884/>. Acesso em: 26 de jul. de 2023.

YITAYEH A., FASIKA S., MEKONNEN S., GIZACHEW M. **Distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho e fatores associados entre enfermeiros que trabalham em instituições governamentais de saúde da cidade de Gondar, Etiópia, 2013**. Fisioterapia. 2015; Disponível em: [https://www.physiotherapyjournal.com/article/S0031-9406\(15\)00132-7/fulltext](https://www.physiotherapyjournal.com/article/S0031-9406(15)00132-7/fulltext). Acesso em: 26 de jul. de 2023.

# CANTINHO

A Jornada... Meu Presente da Vida

Por tempos aqui fiquei...  
Contribui, mas muito ganhei...  
Colhi amizades, sorrisos e conhecimento laboral.  
Dia a dia tecendo o saber fazer que fica no jogral.

Aqui aprendi um passo de cada vez,  
Moldando meu ego com polidez,  
Agora uma estrutura com solidez,  
Robusta fiquei, sem palidez.

A jornada... um presente da vida...  
Surpresa com encantos diuturnos. Oh, querida!  
Dada para desvendar as emoções e a ferida.  
Depois de entendida, não foi tão sofrida.

Das chegadas e partidas...  
Aprendi que VIVER é sinônimo de SER em minhas  
idas,  
Estar no Aqui e Agora  
Ganhando da Vida os amigos que aqui plantei  
outrora.

Figura 1. A Jornada.



Fonte: Shutterstock, 2024.

Virginia Célia de Barros Oliveira

## DESTAQUES



No dia 31 de Janeiro de 2024, a equipe do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador do Estado de Goiás, participou da “Capacitação sobre o Sistema de Informação de Agravos de Notificação – SINAN NET – Saúde do Trabalhador”, no Laboratório de Informática da Faculdade foi ministrada pelo Coordenador do Estácio de Sá. A referida capacitação SINAN e outros Sistemas de Informação em Saúde Daniel Batista e foi um importante momento para o aperfeiçoamento da equipe sobre a temática.



A Campanha Janeiro Branco, do Hospital Estadual de Aparecida de Goiânia Cairo Louzada (Heapa), contou com palestra da psicóloga do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador do Estado de Goiás, Dra. Elise Alves dos Santos, no dia 25 de janeiro de 2024, que ofertou vasto conteúdo, enfatizando as Diretrizes Diagnósticas e Terapêuticas para Transtornos Mentais Relacionados ao Trabalho, a orientação para notificação de casos de suspeita ou diagnóstico de TMRT e, a nota técnica sobre assédio moral no trabalho. Destacou a importância de se evitar a reprodução do circuito de desconfiança na queixa do trabalhador.



## DATAS ESPECIAIS

**Fevereiro Laranja:**

**Conscientização da  
Leucemia**

**Fevereiro Roxo:**

**Conscientização da Lúpus,  
Mal de Alzheimer e da  
fibromialgia**

**Datas especiais celebrativas  
calendário MS**

**01 a 08** – Semana Nacional de Prevenção da Gravidez na Adolescência. Data instituída pela Lei nº 13.798/2019

**04** – Dia Mundial do Câncer

**20** – Dia Nacional de Combate às Drogas e ao Alcoolismo

**Último dia do mês** – Dia das Doenças Raras e Dia Nacional de Doenças Raras. Data instituída pela Lei nº 13.693/2018

## CONTATOS

Coordenação de Vigilância e Fiscalização em Saúde do Trabalhador – CVSAT

Coordenação do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador – CEREST

Edifício César Sebba Avenida 136,  
S/N – St. Sul, Goiânia – GO CEP:  
74093-250

Fone: (062) 3201-3598

Email

[cvsat.suvisa@gmail.com](mailto:cvsat.suvisa@gmail.com)

[cerestestadualgoias@gmail.com](mailto:cerestestadualgoias@gmail.com)



**Secretaria de Estado da Saúde de  
Goiás**

**Superintendência de Vigilância em  
Saúde**

**Gerência de Vigilância Ambiental e  
Saúde do Trabalhador**

**Coordenação de Vigilância em Saúde  
do Trabalhador**

**Coordenação do Centro de Referência  
em Saúde do Trabalhador**

### **Superintendente**

Flúvia Pereira Amorim da Silva

### **Gerente**

Edna Maria Covem

### **Coordenadoras**

Nádia Maria Alcanfôr Ximenes  
Daniella Rodrigues Lopes Xavier

### **Conselho Editorial**

Ana Flávia Coutinho  
Francislee A. de Araújo Souza  
Virginia Célia de Barros Oliveira

### **Layout**

Virginia Célia de Barros Oliveira

### **Equipe Técnica**

Albertino Dias Lira  
Ana Cláudia F. B. Moreira  
Alberto Seltz  
Aldenora Gomes de Oliveira Novais  
Alderina Coelho dos Santos  
André Granato de Araújo  
Andréia Soares da Silveira  
Elise Alves dos Santos  
Fernanda Cristina M. de Oliveira  
Jorcirene Alcântara de Almeida  
Juliana Batista de Noronha  
Kátia Martins Soares  
Keila Nunes  
Leonardo Gonçalves Hayne  
Lucimaira Aparecida da Costa  
Lucinéia de Bessa Libério  
Luzineide Lopes de Oliveira  
Paulo Cesar Guadalupe Silva  
Paulo César R. Gomes Júnior  
Simone Moraes Stefani Nakano  
Tanimar Pereira Coelho Marinho  
Vanessa Araújo Domingos  
Wellington Pinheiro de Sá

## GLOSSÁRIO EM SAÚDE DO TRABALHADOR

**INCAPACIDADE  
LABORAL / INVALIDEZ  
PROFISSIONAL** [fem.],  
[sing.] –

Ocorre quando a limitação de uma ou várias funções orgânicas, intelectuais ou psíquicas, com seu corolário, a redução parcial ou total das aptidões físicas, intelectuais ou mentais, produzidas por um acidente ou doença, originadas ou não no trabalho, impossibilitam que o trabalhador realize suas tarefas habituais.