



ERGONOMIA E BEM-ESTAR DOS ENDOSCOPISTAS: COMO PREVENIR AS PRINCIPAIS LESÕES ASSOCIADAS AO TRABALHO

Ilana Calic Bcheche

Erguer – Saúde, Gestão e Ergonomia

INTRODUÇÃO

Este estudo baseou-se na análise de fatores relacionados à ergonomia, qualidade de vida e pressão no trabalho dos médicos endoscopistas. O objetivo foi verificar a prevalência de queixas musculoesqueléticas e propor melhorias visando a minimização destas assim como o incremento da qualidade de vida e bem-estar destes profissionais. Estudos mostraram a prevalência de cerca de 37% a 89% de queixas musculoesqueléticas entre os endoscopistas, sendo que cerca de 67% destes trabalham em locais com péssima ergonomia e ou possuem hábitos ergonômicos ruins (Dragojevic, 2021).

METODOLOGIA

A abordagem foi quantitativa e se deu por meio da aplicação do questionário de bem-estar no trabalho que tinha como objetivo obter percepção endoscopistas a respeito do trabalho e das atividades que eles executavam. A pesquisa foi realizada em fevereiro de 2022, com 19 profissionais da SBED. A coleta de dados foi realizada por meio da internet e sua operacionalização se deu através do envio de um link, enviado por e-mail, para acesso ao questionário. Os dados foram compilados e interpretados com intuito de captar a percepção geral dos trabalhadores em relação à atividade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de 19 respondentes, 17 são homens e 2 são mulheres. Quase 90% são casados, com 36 anos ou mais. Dez deles possuem especialização, sete mestrado/doutorado e apenas dois graduação. Dezesesseis trabalham a mais de 11 anos na área e 89,5% trabalham 8 horas por dia. Os sintomas mais frequentes foram: coluna (13), pescoço (13), pernas (9) e ombros (8). Constatou-se o fator “Postura e disposição do espaço físico” tem um impacto considerável no aparecimento de sintomas de dor e desconforto. Além disso, fatores relacionados à carga de trabalho, à falta de autonomia no gerenciamento de tempo e mecanismos de prevenção de fadiga insuficientes podem contribuir ainda mais para o aparecimento de queixas, sejam elas físicas ou mentais.

POSTURA E DISPOSIÇÃO NO ESPAÇO FÍSICO	Média
14) O posicionamento e ajustes da mesa, cadeira, monitor, gaveteiro, CPU no meu ambiente de trabalho: me proporcionam uma postura corporal muito ruim. / me proporciona uma postura corporal razoável. / me proporcionam uma postura corporal muito boa.	3
15) O espaço físico (tamanho do ambiente de trabalho) que eu disponho: não é nada suficiente para a realização das minhas tarefas. / é parcialmente suficiente para a realização das minhas tarefas. / é totalmente suficiente para a realização das minhas tarefas.	3,3

Quadro 2.1: Visão dos trabalhadores quanto à postura e disposição no espaço físico

CONCLUSÃO

A aplicação dos princípios básicos de ergonomia como adoção de posturas neutras (punho, pescoço, ombros), controle da força aplicada, otimização do design do endoscópio, posicionamento adequado do monitor, altura correta da maca, adoção de pausas e práticas de relaxamento reduzem o risco de distúrbios ou lesões e propiciam maior bem-estar no trabalho.

REFERÊNCIAS

- DRAGOJEVIC P.R. **As principais lesões musculoesqueléticas que acometem os médicos endoscopistas e a importância da correta ergonomia em seu ambiente de trabalho.** Endoscopia terapêutica; 2021.
- VERGARA, S.C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração.** São Paulo: Atlas, 2003.
- COUTO, H. A. **Ergonomia do corpo e do cérebro no trabalho:** os princípios e aplicação prática. 1.ed, Belo Horizonte: Ergo, 2014.