



RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ação educativa sobre doenças osteoarticulares para trabalhadores informais no município de Porto Velho, Rondônia, Brasil

Educational campaign on osteoarticular diseases for informal workers in the municipality of Porto Velho, Rondônia, Brazil

Campaña educativa sobre enfermedades osteoarticulares para trabajadores informales en el municipio de Porto Velho, Rondônia, Brasil

Maria Eduarda Laia Milanesi¹, Artur Macedo Gama², Carlos Gabriel de Araújo Pelozato Zago³, Kamila Pizzatto⁴, Maria Eduarda Ribeiro Alves⁵, Saymon Albuquerque⁶

RESUMO

Objetivo: O presente estudo tem como objetivo apresentar um relato de experiência de acadêmicos de Medicina do 3º período do ano de 2024, no qual foi executada uma ação em saúde acerca da prevenção de Doenças Osteoarticulares em trabalhadores dos setores informal e construção civil. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência acerca de uma ação em saúde referente a Doenças Osteoarticulares e sua intrínseca relação com o trabalho. **Resultados:** Durante os três dias de ação em saúde foram abordadas um total de 80 pessoas, sendo 56 mulheres e 24 homens na faixa etária de 35 a 60 anos em média. **Discussão:** O trabalho destaca como essas patologias podem interferir no bem-estar dos indivíduos em seu cotidiano e no cenário financeiro, uma vez que a própria ocupação pode agravar os casos. A ação em saúde permitiu a disseminação de informações sobre o tema para a população, com o objetivo de orientar os trabalhadores sobre a importância dos métodos preventivos em relação às doenças osteoarticulares. **Conclusão:** Conclui-se que ainda existem lacunas de conhecimento sobre o tema entre a população. No entanto, o programa de saúde implementado mostra-se eficaz na instrução dos indivíduos, possibilitando uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: osteoarticulares; DORT; LER; trabalhadores.

ABSTRACT

Objectiv: The present study aims to present an experience report from 3rd-year medical students of the year 2024, in which a health action was carried out regarding the prevention of osteoarticular diseases in informal and construction workers. **Methodology:** This is a descriptive study, an experience report type about a health action regarding Osteoarticular Diseases and their intrinsic relationship with work. **Results:** During the three days of health action, a total of 80 people were approached, 56 women and 24 men aged between 35 and 60 years on average. **Discussion:** The work highlights how these pathologies can interfere with individuals' well-being in their daily lives and in the financial scenario, as the occupation itself can worsen the cases. The health action allowed for the dissemination of information on the topic to the population, with the objective of guiding workers on the importance of preventive methods regarding osteoarticular diseases. **Conclusion:** It is concluded that there are still knowledge gaps on the subject among the population. However, the implemented health program proves to be effective in instructing individuals, enabling a better quality of life.

Keywords: osteoarticular diseases; RSI (Repetitive Strain Injury); LER (Work-Related Musculoskeletal Disorders); workers.

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo presentar un informe de experiencia de estudiantes de Medicina del tercer período del año 2024, en el cual se llevó a cabo una acción de salud sobre la prevención de enfermedades osteoarticulares en trabajadores del sector informal y de la construcción. Metodología: Se trata de un estudio

¹Acadêmica de Medicina do Centro Universitário São Lucas - Porto Velho-RO - E-mail: mariaeduardamilanesi@gmail.com

²Acadêmico de Medicina do Centro Universitário São Lucas - Porto Velho-RO - E-mail: gamaconstrucoes2021@gmail.com

³Acadêmico de Medicina do Centro Universitário São Lucas - Porto Velho-RO - E-mail: gzago164@gmail.com

⁴Acadêmica de Medicina do Centro Universitário São Lucas - Porto Velho-RO - E-mail: pizzattokamila@gmail.com

⁵Acadêmica de Medicina do Centro Universitário São Lucas - Porto Velho-RO - E-mail: dudara2001@gmail.com

⁶Professor Ajunto - Centro Universitário São Lucas / UNISL - Porto Velho-RO - E-mail: albuquerque saymon@gmail.com

descriptivo, tipo relato de experiência sobre una acción de salud en relación con las Enfermedades Osteoarticulares y su relación intrínseca con el trabajo. Resultados: Durante los tres días de acción sanitaria se abordó un total de 80 personas, 56 mujeres y 24 hombres con edades entre 35 y 60 años en promedio. Discusión: El trabajo destaca cómo estas patologías pueden afectar el bienestar de las personas en su vida diaria y en el ámbito financiero, ya que la propia ocupación puede empeorar los casos. La acción de salud permitió la difusión de información sobre el tema a la población, con el objetivo de orientar a los trabajadores sobre la importancia de los métodos preventivos en relación con las enfermedades osteoarticulares. Conclusión: Se concluye que todavía existen lagunas de conocimiento sobre el tema entre la población. Sin embargo, el programa de salud implementado se muestra eficaz en la instrucción de las personas, lo que permite una mejor calidad de vida.

Palabras clave: enfermedades osteoarticulares; DORT; LER; trabajadores

INTRODUÇÃO

O conceito de doença Osteoarticular depreende-se da anormalidade da cartilagem hialina, o que irá determinar a sintomatologia reivindicada pelo paciente juntamente com o comprometimento de sua função (Pelletier; Martel-Pelletier; Howell, 2001). Ainda podem ser definidas como anormalidades na cartilagem hialina, e que, podem estar relacionadas com o comprometimento de diversas funções variando ainda sua de acordo com a sintomatologia leva às denominações como, osteoartrose, artrose, e a mais comumente, osteoartrite (Silva, 2008).

De acordo com Coimbra *et al.*, (2011), a Doença osteoarticular é uma doença reumática mais prevalente entre indivíduos com mais de 65 anos, mas estão inclusos nesse meio os trabalhadores laborais, crianças e mulheres. Estudos americanos apontam que mais de 50 milhões de pessoas apresentam hoje esta enfermidade.

No Brasil, não há dados precisos sobre doenças osteoarticulares, mas com os conhecimentos atuais, é possível modificar seu curso evolutivo. Antigamente, acreditava-se que essas doenças progressivas não tinham perspectivas de tratamento. Hoje, o tratamento deve ser multidisciplinar, visando à melhora funcional, mecânica e clínica.

Segundo Barbosa, Santos e Trezza (2007), a LER/DORT está significativamente associada ao tipo de atividade laboral, desde 1717, há registros de que movimentos violentos e posturas inadequadas no trabalho causam danos sérios ao corpo humano.

DOI 10.29327/2393773.17.1-12

Rev. Interd. v.17, n.º 1, 2024.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) é uma instituição que organiza e legisla assuntos relacionados aos direitos trabalhistas como, a carga horária da jornada de trabalho, proteção social do trabalhador, renda, saúde, segurança no trabalho, entre outros. Em maio de 2021, a Organização Mundial da Saúde e a OIT divulgaram um estudo que estabeleceu as longas jornadas de trabalho como fator de risco com maior carga de doenças trabalhistas. O estudo considera risco os ocupacionais, como, a exposição a longas horas de trabalho, exposição no local de trabalho à poluição do ar, substâncias que causam asma, carcinógenos, fatores de risco ergonômicos, ruídos, entre outros (OPAS, 2021).

Portanto, o presente estudo visa apresentar, por meio de um relato de experiência, os objetivos estabelecidos, que consistem em orientar a todos, especialmente os trabalhadores, por meio de ações em saúde de caráter informativo e sobre a importância dos métodos preventivos para doenças osteoarticulares. Dessa forma, busca-se garantir que esses indivíduos possam manter uma qualidade de vida adequada e não sejam impedidos de realizar suas tarefas diárias. Ademais, os acadêmicos envolvidos tiveram a oportunidade de colocar em prática os ensinamentos teóricos e desenvolver o contato com a população.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência acerca de uma ação em

saúde referente a Doenças Osteoarticulares e sua intrínseca relação com o trabalho. Consistiu na realização de uma ação educativa durante três dias, e que teve como foco a abordagem de aspectos que visam ampliar o conhecimento da população acerca dos cuidados para evitar o desenvolvimento de doenças osteoarticulares associadas ao trabalho, bem como trazer hábitos para prevenção dessas doenças, tais como o uso correto dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI's), bons hábitos posturais, melhora dos hábitos alimentares e à prática de exercícios físicos.

A priori, foi apresentado o conceito das doenças osteoarticulares, focando em quais são os seus sinais, sintomas, etiologia e quais são os impactos na qualidade de vida do trabalhador, tanto a respeito à sua área de trabalho, quanto ao seu âmbito residencial. E juntamente com a disseminação de informação, era distribuído para as pessoas um material de apoio para reforçar o que foi dito e para que as mesmas pudessem passar à frente o conhecimento acerca da temática.

Para além da conscientização a respeito da importância de bons hábitos no âmbito de trabalho, também foram abordados acerca da carga horária das atividades laborais, que quando excedida pode trazer riscos à saúde do trabalhador e da importância de buscar um profissional adequado para o possível diagnóstico e tratamento dessas patologias.

Não obstante, realizar-se ou também um café da manhã, preparado pelos acadêmicos, para o público presente, com o intuito de transmitir as devidas informações de uma forma aparentemente informal. Essa abordagem visou fazer com que as pessoas se sentissem mais à vontade e, de certa forma, serviu como uma atração, garantindo que o conteúdo disseminado alcançasse o maior número possível de indivíduos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da aplicação da metodologia proposta para obtenção de informações gerais acerca do perfil dos participantes, no primeiro dia de ação na unidade de saúde foram abordadas um total 31 pessoas, que se interessaram e procuraram entender melhor sobre o tema, no segundo dia houve uma baixa na participação da população atendendo um total de 22 pessoas, já no terceiro dia um total de 27 pessoas. 70% deste público estiveram presentes no local entre as 7h30 da manhã até as 10h00 por ser o horário no qual a maioria dos procedimentos e consultas são marcadas na unidade.

Sendo assim, durante os três dias de ação em saúde foram abordadas um total de 80 pessoas, sendo 56 mulheres e 24 homens na faixa etária de 35 a 60 anos em média. Mesmo havendo uma miscigenação e um equilíbrio claramente visível na presença de homens e mulheres, é interessante observar a procura maior por informação por mulheres, em faixa etária maior, pois vários estudos correlacionam a baixa produção de estrogênio, com o aparecimento de osteoartrite. Comumente esta baixa na produção é manifestada em condições de menopausa, e esses estudos observaram esse fato através da análise de estudos genéticos que foram conduzidos avaliando esse tema (Muniz, 2017).

O menor interesse em homens ao serem abordados podem estar relacionadas a diversos fatores, diversos estudos sugerem que os homens, de forma geral, sofrem mais de condições crônicas e severas em aspectos de saúde do que as mulheres (Laurenti, *et al.*), muitas vezes presos a idéia de um imaginário social de que homem deve resistir a dor e problemas (Telleria, 2003).

Cerca de 70% das pessoas abordadas não tinham conhecimento aprofundado acerca da definição das doenças osteoarticulares e seus riscos, mas não era um assunto desconhecido, uma vez que a maioria delas são termos já

conhecidos pelo menos de madeira informal, já que é comum a presença de idosos nas casas das pessoas abordadas, e sabem o tipo de limitação, inclusive profissional que a presença destas doenças gera para quem é acometido por elas.

Já aquelas que possuíam essas doenças, o que representava 28,75% do total, não tinham tanto conhecimento sobre o tratamento e maneiras de diminuir a sintomatologia. Os portadores devem ser orientados acerca do seu tipo específico de doença e incentivados a assumir um ativo compromisso no seu tratamento, uma vez que estas doenças não apresentam cura, mas pode ser controladas por diversos fatores como exercícios, órteses, alimentação adequada e em último caso medicamentos (Learmonth, 2007).

Diante disso, foram informadas sobre os riscos e sintomas dessas doenças, assim como atividades e hábitos que podem aliviar seus sintomas, e da importância de buscar profissionais da área, bem como fatores de risco relacionados aos cuidados posturais, atividades que envolvam transporte de peso e obesidade são fatores fundamentais no surgimento de alguns casos destas doenças.

CONCLUSÃO

Diante do exposto, percebe-se que apesar de serem doenças que acometem grande parte da população há lacunas de informação sobre as mesmas, fazendo com que os indivíduos não procurem tratamento adequado e não mudem certos hábitos o que gera uma piora sintomatológica e conseqüentemente afeta a qualidade de vida dessas pessoas.

Além de que as orientações de forma simplória podem ter grande representatividade para o público, interferindo em seus pensamentos e hábitos de forma positiva. Sendo assim, reconhece-se a necessidade de maior implementação de práticas de promoção à saúde,

Ação educativa sobre doenças osteoarticulares ... para que as informações repassadas possam virar rotina.

REFERÊNCIAS

- BARBOSA, M. S. A., SANTOS, R. M., TREZZA, M. C. S. F. A vida do trabalhador antes e após a Lesão por Esforço Repetitivo (LER) e Doença Osteomuscular Relacionada ao Trabalho (DORT). *Rev Bras Enferm*, v. 60, n. 5, p. 491-6, set-out, 2007.
- COIMBRA, I. et al. Osteoartrite (artrose): tratamento. *Revista Brasileira de Reumatologia*, v. 44, n. 6, p. 450-453, nov. 2004.
- MUNIZ, R. C. S. **Osteoartrite: Uma revisão de literatura.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Medicina) - Faculdade de Medicina, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal do Maranhão, São Luiz, 2017.
- LAURENTI, R.; MELLO-JORGE, M. H. P.; GOTLIEB, S. L. D. Perfil epidemiológico da morbimortalidade masculina. *Ciênc Saúde Coletiva*, v. 10, p. 35-46, 2005.
- LEARMONTH ID, YOUNG C, RORABECK C. The operation of the century: total hip replacement. *Lancet*. v. 370, n. 9597, p. 1508-19, 2007.
- ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). Inquéritos a acidentes de trabalho e doenças profissionais: **Guia prático para inspetores do trabalho.** [Internet] Portugal: OIT; 2015. Disponível em: http://www.ilo.org/labadmin/info/pubs/WCMS_436269/lang-en/index.htm. Acesso em: 16 mar. 2024.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Quase 2 milhões de pessoas morrem por causas relacionadas ao trabalho a cada ano. **Organização Pan-Americana da Saúde**, 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/16-9-2021-omsoit-quase-2-milhoes-pressoasmorrem-por-causas-relacionadas-ao-trabalho-cada>. Acesso em: 06 mar. 2023.
- PELLETIER, J. P., MARTEL-PELLETIER, J., HOWELL, D. S. **Etiopathogenesis of osteoarthritis.** In: KOOPMAN, W. J. *Arthritis and allied conditions.* 14th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2001.
- SILVA, N. A.; MONTANDON, A. C. O.; CABRAL, M. V. S. P. Doenças osteoarticulares degenerativas periféricas. *Einstein*. n. 6 n. Supl 1, p. S21-S8, 2008.

ISSN 2317-5079

Milanesi *et al.* (2024)

TELLERÍA, J. M. Reflexiones autocríticas acerca de una investigación sobre la búsqueda de atención y demandas en salud de hombres en Santa Cruz de La Sierra - Bolivia. In: CÁCERES C. F. *et al.*, **La salud como derecho ciudadano: perspectivas y propuestas desde América Latina**. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2003.

Ação educativa sobre doenças osteoarticulares ...