

Como andam, e o que você poderia fazer pelas suas costas, pescoço e braços?

Responda: quantas horas por dia você está trabalhando ou pensando em assuntos relacionados à sua atividade profissional?

Com certeza, essas tarefas ocupam uma grande parte de seu tempo diariamente. Apesar de toda a atuação médica girar em torno da saúde, essa atenção é dada, na maior parte dos casos, somente para o paciente. Assim, uma peça muito importante nesse conjunto fica esquecida: a própria saúde do médico. Convidamos-lhe a refletir um pouco sobre o seu trabalho, em especial sobre as suas tarefas como ultra-sonografista.

A medida em que os avanços tecnológicos foram ocorrendo no campo da ultra-sonografia, as imagens foram ficando mais nítidas, o diagnóstico mais preciso e maior a confiança do médico nos resultados de seu trabalho. Entretanto, esses avanços não parecem ter ocorrido também no conforto e segurança durante a realização de suas atividades. Assim, apesar do ultra-som diagnóstico não ter se mostrado prejudicial aos pacientes e aos médicos, o seu ambiente de trabalho parece apresentar certos problemas.

Alguns fatores físicos presentes na atividade do ultra-sonografista, tais como, iluminação inadequada, postura sentada por períodos prolongados, adoção de posturas extremas, necessidade de realizar movimento de preensão constante (eventualmente associada à força), movimentos repetitivos, trabalho muscular estático, etc., têm sido positivamente associados à ocorrência de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT). Um indicativo claro disso são as altas taxas de prevalência (80 a 91%) de desconfortos e lesões músculo-esqueléticas relacionadas ao trabalho relatadas por estudos realizados nos EUA, Canadá e Itália.

Recentemente foi realizado um levantamento epidemiológico e cinesiológico com alguns médicos ultra-sonografistas das cidades de Ribeirão Preto

(SP), Belo Horizonte (MG) e São Carlos (SP). Este estudo teve como objetivo analisar, através de entrevistas e questionários, a situação de trabalho de médicos ultra-sonografistas, além de quantificar algumas variáveis relacionadas a riscos biomecânicos presentes na realização das atividades deste profissional. A seguir serão relatados alguns dos resultados obtidos neste levantamento epidemiológico.

Dentre os 41 médicos voluntários a participar do estudo, 85% relataram sentir algum tipo de desconforto ou dor em decorrência do trabalho. Os membros superiores (50%) e a coluna vertebral (39%) foram as regiões mais atingidas.

A análise das condições de trabalho destes médicos mostrou a presença de aspectos organizacionais de risco, dentre os quais, alta carga diária de trabalho, expressa por um grande número de horas trabalhadas e/ou alto número de exames realizados por dia. Um agravante a este risco é a distribuição irregular das atividades ao longo do dia e, a sensação de “urgência” na realização dos exames determinada, por exemplo, por filas de espera de pacientes.

O estresse presente nas atividades do ultra-sonografista foi evidenciado também pela alta demanda cognitiva presente na atividade e a intensa concentração durante a realização do trabalho. A necessidade de tomar decisões constantes, e o fato de que essas decisões podem ter um impacto determinante na vida dos pacientes, é claramente percebida por estes profissionais.

No que tange aos aspectos biomecânicos investigou-se a associação entre as posturas adotadas durante os exames e o desconforto ou dor por elas causadas. De maneira geral, as posturas percebidas como mais desconfortáveis pelos médicos foram: