

**SINTOMAS OSTEOMUSCULARES RELACIONADOS AO TRABALHO EM
MANICURES E PEDICURES
WORK-RELATED SYMPTOMS OF MUSCULOSKELETAL IN MANICURES AND
PEDICURES**

Joanna Fonsêca Pereira¹; Josenia Costa Ribeiro², Patricia Rodrigues Ferreira³, Ana Eugênia Araújo e Araújo⁴, Sarah Tarcisia Rebelo Ferreira de Carvalho⁵, Solange Negreiros de Almeida Bacelar⁶; Michelle Villas Boas Mualem⁷.

RESUMO: As patologias caracterizadas como Lesões por Esforço Repetitivo/Distúrbio Osteomuscular Relacionado ao Trabalho (LER/DORT) têm se destacado tanto pelo aumento da incidência, quanto pelas evidências de sua relação com a rotina de trabalho. O presente artigo objetiva analisar os principais sintomas osteomusculares relacionadas ao trabalho em manicures e pedicures da cidade de São Luís. Trata-se de um estudo de campo do tipo corte transversal, com abordagem descritiva, e natureza quantitativa, cujos participantes são 80 manicures e pedicures que trabalham em salões de beleza nos bairros do Centro e Renascença. Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário com dados sociodemográficos e situação de trabalho, além do Diagrama de Corlett e Bishop, para avaliação de dor e desconforto osteomusculares autodeclarado. A análise dos dados foi realizada através da estatística descritiva. Destaca-se que 99% das profissionais pesquisadas relataram apresentar algum tipo de sintoma de LER/DORT, tais como: dor, dormência, formigamento ou desconforto em uma ou mais regiões do corpo. No tocante a localização anatômica destes sintomas de LER/DORT autorelatados pelas manicures e pedicures, verificou-se que as áreas mais acometidas foram: região cervical (71%), região lombar (11%), punho (11%), ombro (3%) e perna (3%). Os resultados obtidos neste estudo mostraram a elevada ocorrência de sintomas osteomusculares nas manicures e pedicures avaliadas. Dores possivelmente vinculadas à permanência em uma mesma posição durante a jornada de trabalho.

PALAVRAS CHAVE: Dores osteomusculares. Saúde Ocupacional. Manicure.

ABSTRACT: The pathologies characterized as Repetitive Strain Injuries/Musculoskeletal Disorders Related to Work (RSI / MSDs) have been highlighted both by the increased incidence, as the evidence of their relationship with the work routine. The present article aims to analyze the main symptoms of musculoskeletal pain in manicures and pedicures City of St. Louis. This is a field study of cross-sectional, with descriptive approach, and quantitative, whose members are 80 manicures and pedicures that They work in salons in the neighborhoods of downtown and Renaissance. To collect data, a questionnaire with sociodemographic data and work situation was used in addition diagram of Corlett and Bishop for evaluation of pain and self-declared musculoskeletal discomfort. Data analysis was performed using descriptive statistics. It is noteworthy that 99% of surveyed professionals reported having some type of symptom RSI/ MSDs, such as pain, numbness, tingling or discomfort in one or more regions of the body. Regarding the anatomical location of these symptoms of RSI / MSDs self-reported by manicures and pedicures, it was found that the most affected areas were: cervical region (71%), lower back (11%), wrist (11%), shoulder (03%) and leg (3%). The results of this study showed the high occurrence of musculoskeletal symptoms in the assessed manicures and pedicures. Pain possibly related to the stay in the same position during the workday.

KEYWORDS: Musculoskeletal pain. Occupational Health. Manicure.

¹ Egressa do Curso de Estética da Universidade Ceuma.

² Professora Mestre do Curso de Estética da Universidade Ceuma.

³ Professora Mestre dos Cursos de Estética e Fisioterapia da Universidade Ceuma.

⁴ Professora Doutora dos Cursos de Estética e Educação Física da Universidade Ceuma.

⁵ Professora Doutora dos Cursos de Estética e Fisioterapia da Universidade Ceuma.

⁶ Professora Mestre dos Cursos de Estética e Fisioterapia da Universidade Ceuma.

⁷ Professora Especialista do Curso de Estética e Farmácia da Universidade Ceuma.

INTRODUÇÃO

As Lesões por Esforço Repetitivo/Distúrbio Osteomuscular Relacionado ao Trabalho (LER/DORT) referem-se a uma síndrome clínica associada ao trabalho, caracterizada pela ocorrência de vários sintomas concomitantes ou não, manifestando-se, principalmente, nas seguintes áreas: pescoço, cintura escapular e/ou membros superiores, sendo, frequentemente, causa de incapacidade laboral temporária ou permanente (BRASIL, 2003).

Há diversas terminologias que são utilizadas para designar estes distúrbios, como por exemplo: Lesões por Traumas Cumulativos-LTC, Lesões por Esforços Repetitivos - LER, Doença cervicobraquial Ocupacional -DCO e Síndrome de Sobrecarga Ocupacional – SSO (BRASIL, 2003).

De forma geral, LER não obrigatoriamente relaciona-se a moléstia profissional. Neste sentido, quando tiver relação com o trabalho, deve-se adotar o termo DORT, sendo esta considerada uma moléstia profissional. (ARAÚJO DE PAULA, 2003; BRASIL, 2001).

No ano de 2003, a Instrução Normativa do INSS/DC n.º 98 regulamentou a “atualização clínica das lesões por esforços repetitivos (LER), distúrbios osteomusculares relacionadas ao trabalho (DORT)”, que indicou a utilização dos termos Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho - LER/DORT (BRASIL, 2003).

As patologias caracterizadas como LER/DORT têm se destacado tanto pelo aumento da incidência, quanto pelas evidências de sua relação com a rotina de trabalho. Essas patologias apresentam evolução gradativa, caracterizada por dor, perda de força e edema, sendo responsáveis por uma parcela significativa das causas de baixo desempenho no trabalho (REGIS FILHO; MICHELES; SELL, 2006; GONZALES; LUCCA; KITAMURA, 2008).

As LER/DORT englobam cerca de trinta distúrbios, dentre os quais os mais comuns em dentistas são: tendinites, tenossinovites, miosites, síndrome do túnel do carpo e bursites (MEDEIROS; SEGATTO, 2012). Estas síndromes são responsáveis pela alteração ou modificação das estruturas osteomusculares, tendões, articulações, músculos e nervos, além de alteração do sistema modular da dor, sendo decorrente do excesso de uso do sistema osteomuscular no trabalho (SAKATA; ISSY, 2003; QUELUZ, 2007).

Entre as profissões cujos trabalhadores são acometidos por lesões osteomusculares, destaca-se a manicure, ou seja, aquela profissional que trata das mãos e dos pés dos seus clientes, aparando, polindo e esmaltando-lhes as unhas. São inúmeras as inovações que facilitam esse trabalho, elas são responsáveis por embelezar as unhas de várias clientes por dia. Enquanto trabalham, essas profissionais correm riscos relacionados a LER e DORT, o que requer uma atenção dobrada em relação à posição durante o trabalho.

Diante deste contexto, esta pesquisa objetiva analisar os principais sintomas de dores osteomusculares em manicures e pedicures da cidade de São Luís. Assim, pretende-se também fornecer subsídios para melhorar a qualidade de vida destes profissionais no trabalho, incentivando o autocuidado com a saúde.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de campo do tipo corte transversal, com abordagem descritiva, e natureza quantitativa, cujos participantes são manicures e pedicures que trabalham em salões de beleza nos bairros do Centro e Renascença, na cidade de São Luís - MA.

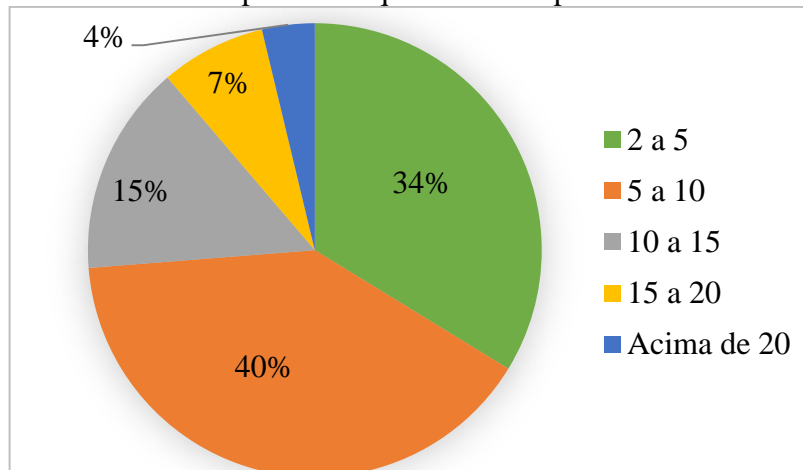
A pesquisa foi realizada no período de outubro a novembro de 2014, com 80 profissionais, do gênero feminino, que tinham mais de dois anos de atuação no mercado de trabalho, com carga horária mínima de seis horas/dia, que aceitaram participar da pesquisa, através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário com dados sociodemográficos e situação de trabalho, além do Diagrama de Corlett e Bishop (1976), para avaliação de dor e desconforto osteomusculares autodeclarados. A análise dos dados foi realizada através da estatística descritiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação aos dados sociodemográficos, a maioria das participantes era solteira (52%); com idade entre 18 e 51 anos. Em relação ao tempo de trabalho como manicure ou pedicure, prevaleceu de 2 a 5 anos (34%) e de 5 a 10 anos (40%) (Gráfico 1).

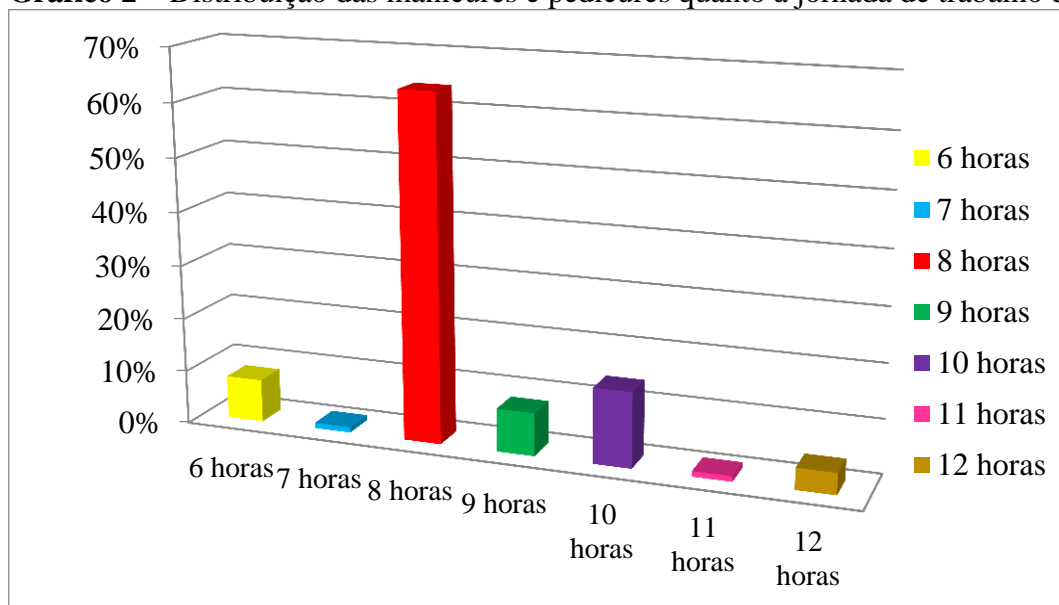
Gráfico 1: Distribuição das manicures e pedicures quanto ao tempo de trabalho nesta profissão.



Fonte: Gráfico elaborado pelos autores.

Quanto à jornada diária de trabalho, a maioria (64%) trabalham oito horas por dia, sendo que 14% trabalham 10 horas (Gráfico 2).

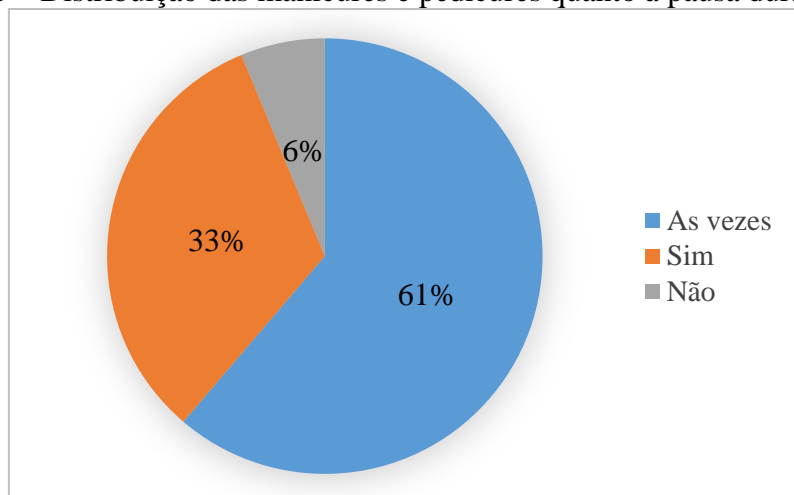
Gráfico 2 – Distribuição das manicures e pedicures quanto à jornada de trabalho diária.



Fonte: Gráfico elaborado pelos autores.

No gráfico 3, percebe-se que 64% das manicures fazem pausa apenas às vezes entre um atendimento e outro, ou a cada 50 minutos, enquanto 33% fazem pausa sempre.

Gráfico 3 – Distribuição das manicures e pedicures quanto à pausa durante o trabalho.

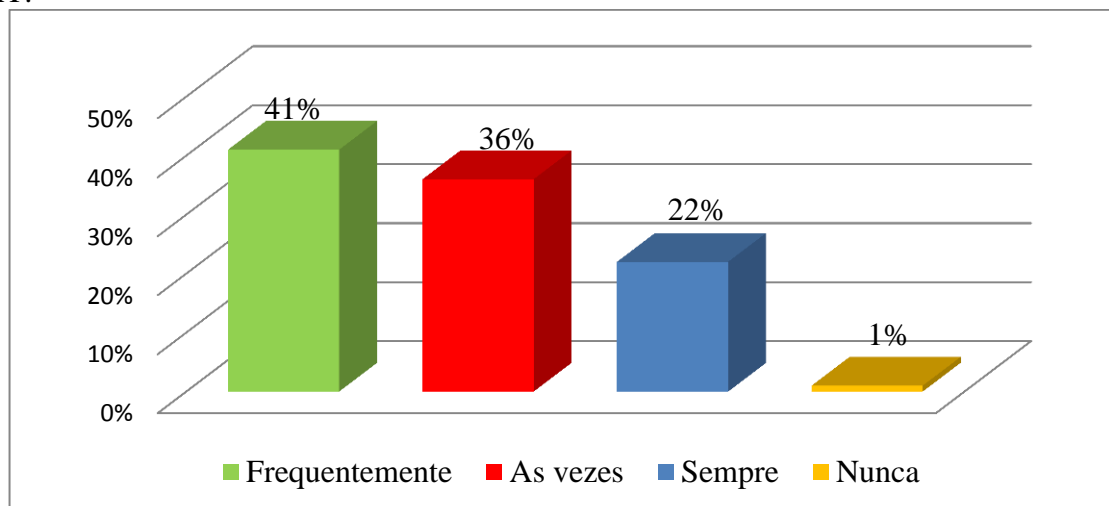


Fonte: Gráfico elaborado pelos autores.

A pesquisa de Raiser, Cantos e Machado (2011) indicou que a carga horária das manicures e pedicures é, em geral, excessiva. Isto, além de deixar o corpo muito cansado, pode acarretar um processo de fadiga muscular. Por isso, faz-se necessária a realização de diversas pausas curtas distribuídas ao longo do dia.

Destaca-se que 99% das profissionais pesquisadas relataram apresentar algum tipo de sintoma de LER/DORT, tais como: dor, dormência, formigamento ou desconforto em uma ou mais regiões do corpo, sendo que 41% delas relataram que estes sintomas são frequentes (Gráfico 4).

Gráfico 4 – Distribuição das manicures e pedicures quanto à auto percepção de sintoma de LER/DORT.



Fonte: Gráfico elaborado pelos autores.

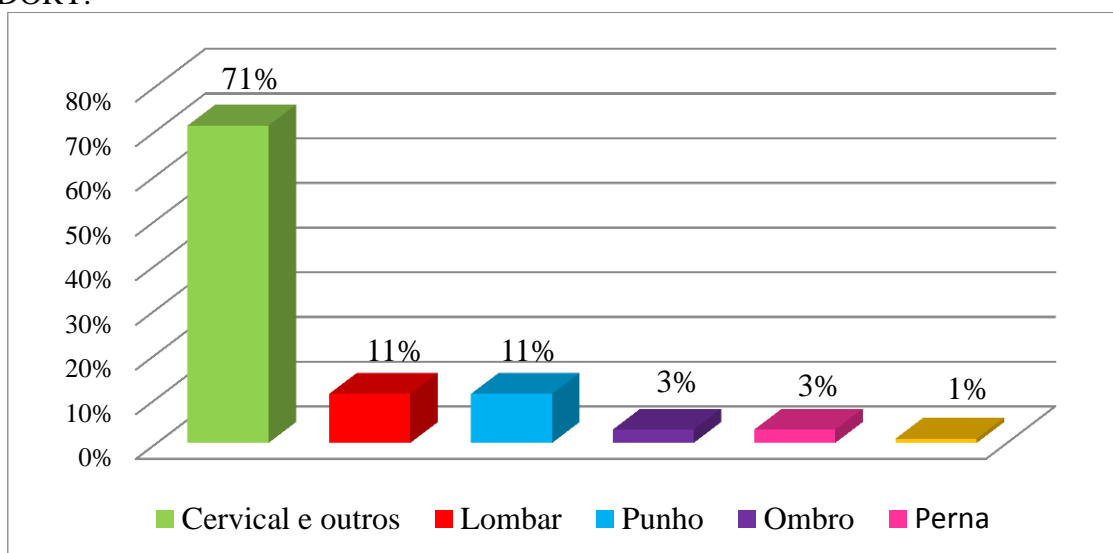
Os sintomas osteomusculares estão relacionados a um conjunto de afecções heterogêneas que acometem músculos, tendões, sinóvias, articulações, vasos e nervos que podem vitimar profissionais submetidos a certas condições de trabalho (FRACON; ALI; BRAZ, 2012).

Segundo Oliveira (2006), os sintomas mais expressivos na LER/DORT são a dor crônica, espontânea ou decorrente de certas movimentações passivas ou ativas do corpo, e certos sintomas ou sensações considerados como "sensação de" fraqueza, cansaço, peso, dormência, formigamento, choque, agulhada etc. Esses sintomas podem resultar em incapacidade, bem como dificuldade progressiva para o uso das mãos, dos membros superiores ou da parte do corpo afetada pela doença.

Machado et al. (2010) indicam que as manicures, muitas vezes são profissionais liberais, que podem flexibilizar o seu horário de trabalho, mas, mesmo assim, não estão livres dos distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho, já que, em geral, apresentam longa jornada de trabalho e, frequentemente, em posições desconfortáveis

No tocante à localização anatômica destes sintomas de LER/DORT autorelatados pelas manicures e pedicures, verificou-se que as áreas mais acometidas foram: região cervical (71%), região lombar (11%), punho (11%), ombro (3%) e perna (3%). (GRÁFICO 5).

Gráfico 5 – Distribuição das manicures e pedicures quanto à localização de sintoma de LER/DORT.



Fonte: Gráfico elaborado pelos autores.

Semelhante a presente pesquisa, Candotti (2010) verificou que 100% das manicures ou pedicures referiram dores osteomusculares. O estudo de Kinote et al (2013) indicou que 76,7% das manicures ou pedicures apresentaram queixas de dor, principalmente na região na região lombar e cervical

Em geral, a postura de trabalho adotada pelas manicures e pedicures é em posição sentada, com flexão de tronco, quadril e joelhos, membros superiores em leve abdução, rotação interna de ombro, flexão de cotovelo e flexão cervical. Esta postura pode estar relacionada às localizações dos sintomas de LER/DORT autoreferidos pelas participantes do presente estudo (MACHADO et al., 2010).

Evidencia-se que, muitas vezes, as dores na coluna cervical e lombar são negligenciadas, já que as pessoas tendem a percebê-las como temporários e que não exige tratamento. Assim, a dor torna-se crônica e passa a limitar a qualidade de vida e as condições de trabalho (ARCANJO; SILVA; NATIONS, 2007).

A LER/DORT constitui, um conjunto de síndromes que acometem grande número de indivíduos e apresentam etiologia multifatorial, sendo de grande complexidade diagnóstica (ALENCAR; CORY; OISHI, 2009). Neste contexto, o medicamento e o tratamento por terapias não é o suficiente para tratar estes sintomas osteomusculares. Faz-se necessário adotar estratégias de educação para a saúde, identificando os fatores e as causas destes desconfortos e maneiras de minimizá-los. Desta forma, os dados obtidos sugerem a elaboração de um programa de controle e prevenção de sintomas de LER/DORT.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos neste estudo mostraram a elevada ocorrência de sintomas osteomusculares nas manicures e pedicures avaliadas. Dores possivelmente vinculadas à permanência em uma mesma posição durante a jornada de trabalho. Considera-se que essas ocorrências interferem na qualidade de vida das trabalhadoras.

Sugerem-se a realização de estudos que avaliem a satisfação das manicures e pedicures com o seu ambiente de trabalho, a partir da ergonomia e sua relação na qualidade de serviços a serem prestados a clientes e melhores condições a estas profissionais.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, J. F.; COURY, H. J. C. G.; OISHI, J. Aspectos relevantes no diagnóstico de DORT e fibromialgia. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 13, n. 1, p. 52-8, jan./feb. 2009.

ARAÚJO, M. A.; DE PAULA, M. V. Q. Ler/Dort: um grave problema de saúde pública que acomete os cirurgiões-dentistas. **Revista APS**, v.6, n.2, p.87-93, jul./dez. 2003.

ARCANJO, N. G; SILVA, M. R; NATIONS, K. M. Saber popular sobre dores nas costas em mulheres nordestinas. **Ciênc Saúde Coletiva**, v. 12, n.2, p. 389-97, 2007.

BRASIL. Ministério da Previdência Social. Instrução Normativa Inss/Dc N° 98, de 5 de Dezembro de 2003 – Anexo Seção I: Atualização Clínica das Lesões por Esforços Repetitivos (LER) distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT). Diário Oficial da União, Brasília, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Lesões por esforços repetitivos (Ler)/Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (Dort). Brasília: Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, Área Técnica de Saúde do Trabalhador. 2001.

CORLETT, E. N; BISHOP, R. P. A technique for assessing postural discomfort. **Ergonomics**, v. 19, n. 2, p. 175-82, 1976.

FRACON, J. F.; ALI, R. N.; BRAZ, R. G. Estudo epidemiológico de sintomas osteomusculares em cirurgiões-dentistas do Distrito Federal. **Revista Movimenta**, v.5, n. 1, p.29, 2012.

GONZALES, L. R., LUCCA, S. R., KITAMURA, S. et al. Contribuições para a investigação de lesões por esforços repetitivos - distúrbios osteomusculares relacionados com o trabalho em membros superiores. **Rev. Soc. Clin. Med.**, v. 6, n.2, p. 72-8, 2008.

MACHADO, D. C et al. Avaliação do desconforto postural em manicures. **Conscientia Saúde.**, v. 9, n. 3, p. 375-80, 2010.

MEDEIROS, U. V.M.; SEGATTO, G. G. Lesões por esforços repetitivos (LER) e distúrbios osteomusculares (Dort) em dentistas. **Rev. bras. odontol.**, Rio de Janeiro, v. 69, n. 1, p. 49-54, jan./jun. 2012

OLIVEIRA, L. C. C. **Doença invisível, medicina ambígua: a configuração clínica da LER/DORT**. 2006. 456f. Tese (Doutorado) – Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2006

QUELUZ, D. P. **LER/DORT Relacionado ao cirurgião dentista**. 2007. 28f. Monografia (Especialização) - Faculdade de Odontologia de Piracicaba, Universidade Estadual de Campinas, Piracicaba, 2007.

RAISER, G. S.; CANTOS, H. M.; MACHADO, M.; **Ergonomia dos Profissionais Cabeleireiros: Orientações e Sugestões de Tratamento**. Biblioteca Univale, 2011. p. 7 à 8. Disponível em: <<http://siaibib01.univali.br/pdf/Gabriela%20Raiser,%20Hermerson%20Cantos.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2014.

RÉGIS FILHO, G. I., MICHELS, G., SELL, I. Lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em cirurgiões-dentistas. **Rev. Bras. Epidemiol.** V.9, n.3, 2006.

SAKATA, R. K., ISSY, A. M. Lesão por esforço repetitivo (LER) Doença osteomuscular relacionada ao trabalho (Dort). **Rev. Bras. Med.** V.60, p. 77-83, 2003.