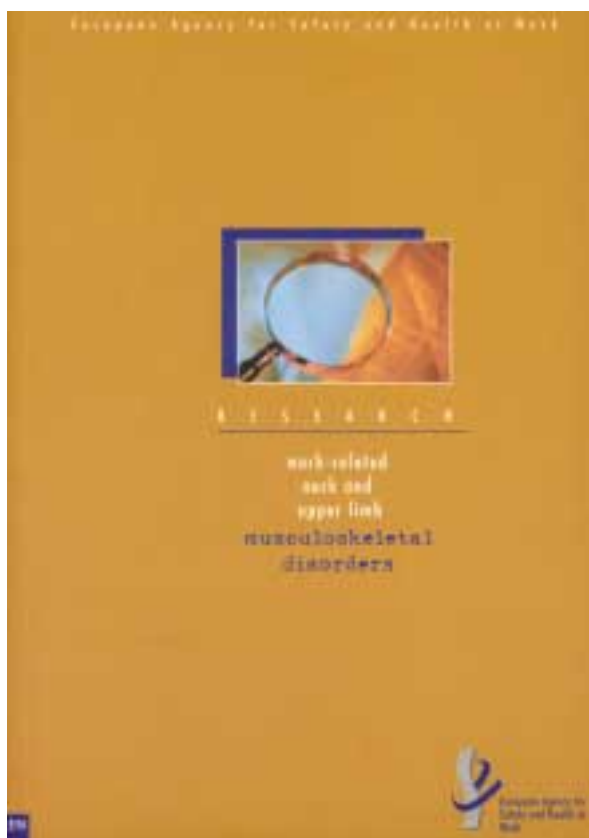




Perturbações das cervicais e dos membros superiores relacionadas com o trabalho: Resumo do relatório da Agência

As perturbações das cervicais e dos membros superiores são das doenças relacionadas com o trabalho mais comuns que afectam milhões de trabalhadores europeus em todos os sectores de actividade. Esta folha informativa sublinha as principais conclusões de um relatório da Agência que avaliou a dimensão, causas e medidas preventivas do problema.



O relatório sobre as perturbações das cervicais e dos membros superiores foi levado a cabo e publicado pela Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho. O relatório analisa os conhecimentos científicos recentes das causas das perturbações das cervicais e dos membros superiores e as respectivas estratégias preventivas. O conteúdo foi acompanhado por um grupo de peritos. Representantes dos empregadores e dos trabalhadores, bem como autoridades oficiais dos Estados Membros, deram igualmente o seu contributo. O trabalho foi iniciado a pedido da Comissão Europeia e desenvolvido pela Universidade de Surrey, U.K.

Principais conclusões e recomendações

■ Conhecimentos científicos recentes já fornecem aos empregadores informação suficiente para proteger os trabalhadores expostos a maiores riscos de contraírem lesões das cervicais e dos membros superiores causadas pelo trabalho.

- É necessário troca de informação para suprir a falta de métodos uniformizados disponíveis nos Estados Membros que permitam controlar as lesões das cervicais e dos membros superiores causados pelo trabalho.
- É necessário continuar a investigação em várias áreas.

Dimensão do problema

É um dado adquirido dentro da União Europeia (UE) que as perturbações das cervicais e dos membros superiores constituem um grande problema relativamente à saúde e custos associados ao trabalho. A dimensão deste problema tem tendência a aumentar porque os trabalhadores estão cada vez mais expostos a factores de risco que provocam estas perturbações.

Os dados disponíveis dos Países Nórdicos e da Holanda sugerem que os custos com as perturbações das cervicais e dos membros superiores se situam entre 0,5% e 2% do produto interno bruto.

Embora os estudos mostrem que as perturbações das cervicais e dos membros superiores afectam uma percentagem substancial de trabalhadores em todos os Estados Membros, a taxa de incidência parece variar bastante entre os diversos Estados. A comparação dos dados recolhidos e analisados nas diversas vertentes é difícil e sabe-se pouco acerca da credibilidade da informação. Apesar disso, estudos com modelos semelhantes apresentam grandes diferenças. A razão destas diferenças requer que se continue a investigar.

Grupos de risco

As perturbações das cervicais e dos membros superiores causadas pelo trabalho podem ocorrer em todos os tipos de tarefas e em todos os sectores de actividade. Contudo, alguns tipos de actividades profissionais parecem constituir um risco particular.

Indústrias específicas com elevado grau de exposição e grupos de alto risco incluem:

- agricultura, silvicultura e pesca
- indústria transformadora e minas
- operadores de máquinas
- artífices, alfaiates
- construção
- comércio por grosso, a retalho e reparações
- hotéis, restaurantes e catering
- secretários, dactilógrafos
- carregadores/descarregadores

Os factos evidenciam que as mulheres são mais afectadas pelas perturbações das cervicais e dos membros superiores do que os homens principalmente pelo tipo de trabalho que desenvolvem e não por qualquer razão genética ou qualquer outro factor individual. A importância das diferenças genéticas e a sua implicação na organização do trabalho estão para além do objectivo deste relatório, mas exigem mais investigação.



Origens biológicas das perturbações das cervicais e dos membros superiores

Há fortes argumentos que defendem que as perturbações das cervicais e dos membros superiores têm uma origem biológica. Estudos científicos nos domínios da biomecânica, da modelação matemática e da medição directa das alterações fisiológicas fornecem um argumento coerente e persuasivo de que as patologias que afectam músculos, nervos, tendões e outros tecidos são induzidas por acção biomecânica.

A compreensão do mecanismo biológico das perturbações das cervicais e dos membros superiores depende grandemente da especificidade das perturbações. Relativamente ao síndrome do túnel carpal por exemplo, o conhecimento não levanta dúvidas, enquanto que para algumas outras perturbações é necessário mais investigação. Mas mesmo para aquelas perturbações para as quais a base do conhecimento é menor há hipóteses plausíveis de uma origem biológica e a investigação está em curso.

A relação entre as perturbações das cervicais e dos membros superiores e a actividade laboral

Os relatórios científicos estabelecem uma relação positiva entre as perturbações das cervicais e dos membros superiores e a actividade laboral, particularmente quando os trabalhadores estão mais expostos.

Factores que aumentam o risco de perturbações das cervicais e dos membros superiores associadas ao trabalho.

- má postura
- movimentos altamente repetitivos
- força excessiva da mão
- vibração mão-braço
- pressão mecânica directa sobre os tecidos do corpo
- ambiente de trabalho com baixas temperaturas
- organização do trabalho
- atitude dos trabalhadores perante a organização do trabalho (factores psicossociais)

A compreensão das interacções entre os factores de risco (o efeito que as exposições combinadas têm sobre o nível global de risco de lesão) é mais limitado. Isto significa que é difícil estimar o nível de risco de lesão para as diferentes exposições a factores de risco no local de trabalho. No entanto os trabalhadores sujeitos a exposições extremas podem e devem ser identificados. Isto deverá ser uma prioridade para qualquer estratégia de prevenção.

A investigação demonstra que reduzindo a carga biomecânica sobre o corpo, resultante da exposição aos factores de risco existentes no local de trabalho, diminui a tendência para perturbações das cervicais e dos membros superiores. Isto comprova, mais uma vez, a relação causa/efeito entre a actividade laboral e estas perturbações.

O papel da prevenção

O conhecimento científico actual e as recomendações gerais que se encontram nas directivas europeias e demais documentação sobre segurança e saúde já apontam para algumas estratégias de

prevenção das perturbações das cervicais e dos membros superiores. Estas incluem:

- avaliação do risco
- vigilância da saúde
- informação dos trabalhadores
- formação
- concepção ergonómica dos sistemas de trabalho
- prevenção da fadiga

A intervenção ergonómica deve ter em atenção a concepção do local de trabalho, o equipamento, os métodos de trabalho, a organização do trabalho, etc. para identificar problemas e soluções. Uma intervenção ergonómica adequada para uma qualquer perturbação específica ajudará a prevenir outras perturbações. Isto deve-se ao facto de os processos biológicos serem comuns a várias perturbações.

As organizações já envolvidas em programas de prevenção ergonómica e de saúde no trabalho devem ajudar a promover acções noutras organizações. Deveriam igualmente ser encorajadas a avaliar a eficácia dos programas de prevenção.

Necessidade de consenso na UE

O conhecimento científico actual já faculta aos empregadores a informação necessária para proteger os trabalhadores expostos a maiores riscos. Contudo o relatório também sugere uma necessidade de troca de informação e de uniformização a nível da UE em várias áreas:

- ainda não existem em toda a UE. critérios de avaliação uniformes para as perturbações das cervicais e dos membros superiores.
- é necessária mais troca de informação sobre a avaliação dos riscos das perturbações das cervicais e dos membros superiores para desenvolver uma abordagem uniformizada.

Como obter o relatório

O texto completo do relatório em inglês está disponível na página da Agência em: <http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>.

O relatório impresso - "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders", Buckle, P., Devereux J., European Agency for Safety and Health at Work, 1999, ISBN 92-828-8174-1 - pode ser pedido para o Departamento de Publicações da Comunidade Europeia EUR-OP no Luxemburgo (<http://eur-op.eu.int>), ou para os departamentos de vendas. O preço é 7 EUROS (sem IVA).

Campanha de informação sobre perturbações músculo-esqueléticas na UE.

"Não vires as costas às perturbações músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho" é o tema da Semana Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho que irá decorrer nos 15 Estados Membros da União Europeia em Outubro de 2000. A Agência produziu folhas informativas e outros produtos de informação para apoiar a Semana. <http://osha.eu.int/ew2000/> é a ligação directa a informação sobre a Semana Europeia.