

COMO A SEGUIR CORRETAMENTE OS PRINCÍPIOS ERGONÔMICOS INTERFERE NO DESEMPENHO DOS ACADÊMICOS DE ODONTOLOGIA DURANTE O ATENDIMENTO CLÍNICO

Vanessa Silva Távora¹
Nathália da Silva Gomes¹
Marina de Cássia Silva²
marinacs24@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: Ergonomia; odontologia; atendimento clínico; postura.

INTRODUÇÃO

O conjunto de ciências que busca a adaptação adequada e produtiva entre o ser humano e sua atividade laboral é denominado ergonomia (OLIVEIRA e FERREIRA, 2017; SILVA e MERINO, 2020). No tocante a odontologia, essa ciência tem por objetivo organizar o trabalho, proporcionando ao profissional a diminuição de procedimentos não-produtivos, carga horária fazendo com que o trabalho tenha melhor qualidade requerendo menos esforços dando maior conforto e segurança ao odontólogo e seu paciente (SANTOS *et al.*, 2017). O cirurgião-dentista possui características muito típicas ao realizar os procedimentos necessários durante o atendimento, como uso frequente e repetitivo das mãos no mesmo padrão de movimentação, repetição do padrão de força e também comprimindo estruturas anatômicas nobres da região (FERRAZ *et al.*, 2017; BORGES *et al.*, 2019). Os fatores de risco ergonômico físico dentro do consultório estão divididos em categorias: fatores ambientais (iluminação, ruído, vibração e temperatura) (NÉSPOLI, 2019), fatores biomecânicos (movimentos corporais realizados pelo cirurgião-dentista durante o trabalho, ciclo circadiano, posições de trabalho do cirurgião-dentista, trabalho na posição sentada, trabalho na posição em pé), fatores organizacionais (produtividade, tempo profissional de trabalho) e fatores psicossociais (NÉSPOLI, 2019). Quando os fatores biomecânicos da ergonomia não são obedecidos podem ocorrer as lesões por esforços repetitivos (LER) e distúrbios osteomusculares relacionadas ao trabalho (DORT), que tem uma recorrência elevada entre os odontólogos constituem um conjunto de distúrbios musculoesqueléticos (OLIVEIRA e FERREIRA, 2017; SANTOS *et al.*, 2017). Entre os cirurgiões dentistas compreendem em sua maioria membros superiores, costas, pescoço, punho, mãos, extremidades inferiores, coluna lombar, coluna cervical, ombros (TONELLO e CARVALHO, 2017) e menos frequentemente os membros inferiores (BORGES *et al.*, 2019). Ocorre principalmente por trauma, por uso repetitivo, incorreto e extenuante das articulações e músculos levando a um quadro inflamatório e desgaste, com consequente dor, fadiga, queda de desempenho laboral (TONELLO e CARVALHO, 2017), incapacidade temporária de exercer os movimentos (OLIVEIRA e FERREIRA, 2017; BORGES *et al.*, 2019). São achados clínicos, manifestações patológicas como tendinites, tendossinovites, degeneração dos discos intervertebrais na coluna cervical, síndrome do túnel do carpo, miosites, bursites (NÉSPOLI, 2019; BORGES

¹ Acadêmicas do 8º período do curso de Odontologia da Faculdade Vértice- Univértix - Matipó.

² Cirurgião-dentista – Especialista em docência do ensino superior – Professora do curso de Odontologia Vértice – UNIVÉRTIX - Matipó

et al., 2019). Essas manifestações são mais comuns entre odontólogos do que em outros profissionais da saúde e da população em geral, por causa dos movimentos corporais que realiza, inclinações laterais, flexões e extensões da coluna, que muitas vezes são de modo inadequado (OLIVEIRA e FERREIRA, 2017; TONELLO e CARVALHO, 2017; NÉSPOLI, 2019) ocasionando alterações posturais: escolioses, cifoses e lordoses (NÉSPOLI, 2019), levando a diferença da altura entre os ombros, bursite de ombros e cotovelos e artrite das mãos (SANTOS *et al.*, 2017). O objetivo deste trabalho é mostrar como vícios posturais inadequados dos dentistas afetam o desempenho no atendimento clínico e a saúde dos odontólogos.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica onde foram utilizados artigos pesquisados nas plataformas Scielo, Pubmed e Portal de Pesquisa da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Os descritores utilizados foram: ergonomia, odontologia, atendimento clínico, postura.

DESENVOLVIMENTO

O trabalho em que não há presença de um estudo ergonômico envolvido resulta em afastamentos e até mesmo doenças dos trabalhadores, que por consequência resulta no insucesso da empresa. O estudo ergonômico começa mantendo o equilíbrio entre as limitações e capacidades do trabalhador; junto com a segurança, conforto, qualidade, confiança e produtividade, permanecendo esse conjunto alinhado haverá melhor custo/benefício (IIDA, 2005). Na Odontologia ocorre o mesmo processo, pois cada movimento é executado exclusivamente pelo dentista, isso torna o processo mais significativo, pois as chances para o desenvolvimento de problemas são bem maiores. Ao incluir um auxiliar ou estagiário o risco de problemas causados por agentes mecânicos nos dentistas diminuem consideravelmente, pois assim algumas tarefas são divididas. (NOGUEIRA, 1983). Segundo Costa *et al.* (2006), a maioria dos cirurgiões-dentistas, em virtude da utilização de instrumentos que não obedecem a requisitos ergonômicos e da realização de tarefas inadequadamente prescritas, entre outros fatores, estão sendo submetidos a condições adversas de trabalho, onde dor e desconforto estão presentes. Segundo Costa *et al.* (2006), estas dores e desconfortos podem ser indicativos de lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT). A LER, ou seja, Lesão por Esforço Repetitivo, é uma doença que é provocada pela utilização inadequada e exageradas repetições de uma atividade. As articulações mais envolvidas pelo uso excessivo são: as mãos, os punhos, cotovelos, ombros e joelhos (QUINTAS, 2006). Geralmente o primeiro sintoma é a dor, que ao término da atividade ela se extingue. Já a DORT, que são os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho, do ponto de vista prático tem o mesmo significado da LER, entretanto, relacionada ao trabalho são os transtornos funcionais, mecânicos e lesões de músculos, tendões, fáscias, nervos, bolsas articulares e pontos ósseos nos membros superiores ocasionados pela utilização mecânica incorreta dos membros superiores, que tem como resultado a incapacidade temporária, e que podem evoluir para uma síndrome dolorosa crônica (COUTO, 1995). Podem-se citar algumas lesões oriundas de movimentos repetitivos como: - Síndrome da tensão do pescoço – é a sensação de cansaço muscular e dor crônica na região do pescoço e ombros, causando principalmente dor de cabeça, tontura e fraqueza. - Bursite – inflamação das bursas que são pequenas bolsas

cheias de líquidos localizadas entre os ossos e os tendões das articulações do ombro. As bursas auxiliam o movimento e reduzem o atrito entre as partes móveis. - Epicondilite – inflamação dos tecidos da região dos ombros, cotovelos e punhos. A dor é proveniente quando uma pessoa segura algum objeto para mover o pulso. - Tenossinovite – inflamação dos tendões e bainhas que revestem os tendões, afetando o dorso das mãos, causando dor, sensação de peso, desconforto, alteração da caligrafia pela dificuldade de escrever. Nos polegares, causa dor aguda ou crônica, que pode chegar até o ombro. - Tendinite – inflamação dos tendões próxima a articulações do ombro, causada por movimentos repetitivos, e que exigem a força dos braços por tempo prolongado. (SANTOS FILHO e BARRETO, 2001).

CONCLUSÃO

Mesmo possuindo equipamentos que permitam trabalhar adequadamente, não é garantia de que o cirurgião dentista trabalhe numa postura correta. A postura correta ocorre quando há aprendizado consciente e este aprendizado possibilita ao profissional proteger-se de lesões dentro das condições diárias da vida profissional. Diante dos métodos aplicados o profissional toma conhecimento da necessidade de mudanças de hábitos rotineiros e ações preventivas como intervalos e exercícios de alongamento com o objetivo de aliviar as dores musculares e o aparecimento das mesmas, assim como problemas de circulação. A atividade não é considerada insalubre, porém é recomendado pequenas pausas e alongamentos durante o dia das suas atividades.

REFERÊNCIAS

BORGES B.K.A.; NUNES J.P.S.; OLIVEIRA R.S.; SANTOS T.A.X. Autopercepção no índice de disfunção osteomolecular em acadêmicos de odontologia sedentários e não sedentários. **Revista Unimontes Científica**, Montes Claros. v.21, n.2, p.29-41, 2019.

COSTA, F. O. C.; PIETROBON, L.; FADEL, M. A. V.; FILHO, G. I. R. Doenças de caráter ocupacional em cirurgiões-dentistas: uma revisão da literatura. In: ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, 26, 2006, Fortaleza / CE. **Anais**. Fortaleza, 2006, p. 1-7.

COUTO H. A. **Ergonomia Aplicada ao Trabalho**. Manual técnico da máquina humana. Belo Horizonte: Ergo Editora, 1995.

FERRAZ M.A.A.L. *et al.* Surgical instrumentation: a alternative for te exercitar of dentistry. **Reonfacema**. v.3, n.4, p.785-787, 2017.

IIDA I. Ergonomia: **Projeto e Produção**, São Paulo: Blucher, 2005.

NÉSPOLI R.D. **Análise ergonômica postural do posto de trabalho do cirurgião dentista: estudo de caso**. Curitiba, 2019. 30p. Monografia. Especialização em engenharia de segurança do trabalho. Universidade Tecnológica Federal do Pará.

NOGUEIRA D. **Riscos ocupacionais de dentistas e sua prevenção**. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**. São Paulo, v.11, p. 16, 1983.

OLIVEIRA L.Q.; FERREIRA M.B.C. Ergonomia na prática odontológica. **Journal ir oral investigation**, Passo Fundo. v.6, n.1, p.15-28, 2017.

QUINTAS A.; BERGOLD D.; & CARVALHO J.; POMBEIRO O.J. **Doenças relacionadas ao uso do computador. Sociedade Paranaense de Ensino e Informática** - Faculdades SPEI, Curitiba, 2006.

SANTOS FILHO S.B.; Barreto S.M. **Atividade ocupacional e prevalência de dor osteomuscular em cirurgiões-dentistas de Belo Horizonte**, Minas Gerais, 2001.

SANTOS M.; GUERREIRO M.; HAMADA A.;SANTOS K.; LUCIANO L. Percepção sobre ergonomia pelos acadêmicos de odontologia de uma faculdade privada de Imperatriz-MA. **Revista Odontológica de Araçatuba**, v.38, n.1, p.19-26, 2017.

SILVA L.; MERINO E.A.D. Eletromiografia em ergonomia no Brasil: Estudo da arte. Uma revisão sistemática de literatura. **HFD**. v.9, n.17, p.34-57, 2020.

TONELLO L.C.G.; CARVALHO E.M. Avaliação de riscos ergonômicos durante o trabalho odontológico :um estudo de caso. **Revista online de extensão e cultura**. v.4, n.7, p.120-144, 2017.