



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí
Coordenação de Tecnologia em Design de Moda

JULIANA GLEICIANY SENA DA SILVA

**DOENÇAS OCUPACIONAIS COM ÊNFASE EM LER/DORT NA PROFISSÃO DE
COSTUREIRA**

**TERESINA
2020**

JULIANA GLEICIANY SENA DA SILVA

**DOENÇAS OCUPACIONAIS COM ÊNFASE EM LER/DORT NA PROFISSÃO DE
COSTUREIRA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Tecnologia em Design de Moda do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI, como requisito para obtenção do título de Tecnólogo em Design de Moda.

Orientador(a): Prof^a Esp. Karen Cristina de Barros Santos

**TERESINA
2020**

JULIANA GLEICIANY SENA DA SILVA

**DOENÇAS OCUPACIONAIS COM ÊNFASE EM LER/DORT NA PROFISSÃO DE
COSTUREIRA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Coordenação do Curso de Tecnologia em Design de
Moda do Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia do Piauí – IFPI, como requisito para
obtenção do título de Tecnólogo em Design de Moda.

Orientador(a): Profª Esp. Karen Cristina de Barros Santos

Aprovada em: ____/____/____.

BANCA EXAMINADORA

Presidente/Orientador (a)
Profª Esp. Karen Cristina de Barros Santos
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI
Campus Teresina Zona Sul

1º Examinador (a)
Profº Msc. Marcelo Melo Viana
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI
Campus Piripiri

2º Examinador (a)
Profª Msc. L'Hosana Céres de Miranda Tavares
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI
Campus Teresina Zona Sul

DOENÇAS OCUPACIONAIS COM ÊNFASE EM LER/DORT NA PROFISSÃO DE COSTUREIRA

Juliana Gleiciany Sena da Silva¹
Karen Cristina de Barros Santos²

RESUMO: O presente estudo teve como objetivo identificar através da literatura, fatores de riscos que propicia e/ou possibilita o desenvolvimento de Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT's) e Lesões por Esforços Repetitivos (LER's), que acometem profissão de costureira. A pesquisa foi conduzida mediante a seguinte problemática: Quais fatores de riscos ergonômicos contribuem para que a costureira desenvolva doenças ocupacionais? O estudo teve uma abordagem qualitativa, com a utilização dados obtidos através de levantamento bibliográficos, com leitura e fichamentos de livros e artigos, acerca do tema proposto. Os resultados obtidos demonstraram que as costureiras apresentam todas as características de indivíduos predispostos a desenvolver DORT's e/ou LER's, uma vez que, as condições de trabalho inadequadas, associada à carga horária, à repetitividade de movimentos durante as tarefas e posições ergonomicamente incorretas são fatores determinantes para o desenvolvimento de doenças ocupacionais, nesta classe laboral.

Palavras-chave: DORT's. LER's. Vestuário. Ergonomia.

OCCUPATIONAL DISEASES WITH DORT / LEAD EMPHASIS IN SEWERS

ABSTRACT: This study aimed to identify the factors that lead to the emergence of work-related musculoskeletal disorders (WMSDs) and repetitive strain injuries (RSI) that affect seamstresses. The research was conducted with the following problem: What factors contribute to the seamstresses to acquire some occupational diseases? All of this refers to the objective of identifying through the literature the main risks for the emergence of WMSDs and RSI in dressmakers. The study had a qualitative approach with the use of data obtained through bibliographic survey with reading and closing of books and articles about the proposed theme. The results obtained showed that seamstresses have all the characteristics of individuals predisposed to develop WMSDs and RSIs, since working conditions, associated with workload, repetitive tasks and anti-economic positions are determining factors for the emergence of these occupational diseases in this working class.

Keywords: WMSDs. RSIs. Dressmakers. Ergonomics.

¹ Graduanda de Tecnologia em Design de Moda. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Teresina Zona Sul. julianagleiciany@hotmail.com

² Bacharel em Engenharia de Produção Mecânica (URCA). Bacharel em Administração (UESPI). Pós-graduada em Engenharia de Segurança do Trabalho (CESVALE). MBA em Gestão da Qualidade (FAP-CE). Professora do Eixo de Produção Industrial - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Teresina Zona Sul. karensantos@ifpi.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O trabalho é de grande importância para o homem, pois permite ter uma vida financeira melhor, além de ser responsável pela manutenção do bem-estar psicossocial do trabalhador, porém as condições de trabalho interferem positivamente ou negativamente na qualidade de vida e na saúde dos trabalhadores. Houve um avanço da tecnologia no ambiente laboral, entretanto, junto com essa evolução observa-se o aumento dos agravos à saúde do trabalhador, com consequentes sintomas osteomusculares característicos de Lesões por Esforço Repetitivo (LER's) ou Distúrbios Relacionados ao Trabalho (DORT's). As condições de trabalho interferem no bem estar e na saúde do trabalhador, uma vez que os fatores de riscos existentes no local de trabalho podem promover alterações musculoesqueléticas e psíquicas no trabalhador, aumentando a possibilidade de acidente de trabalho. Assim esses fatores devem ser observados e analisados com o intuito de eliminar, ou pelo menos diminuir, os riscos inerentes ao desenvolvimento de doenças ocupacionais. De tal modo, nesta pesquisa abordaremos sobre o trabalho e os riscos ergonômicos, principalmente inerentes a atividade laboral da costureira.

As transformações mecânicas e produtivas ocorridas no ambiente de trabalho, sem as adaptações ergonomicamente adequadas e individualizadas, fazem crescer de forma demasiada, o número de costureiras acometidas pelas chamadas doenças ocupacionais, principalmente os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT's) e as Lesões por Esforços Repetitivos (LER's).

As doenças ocupacionais são um assunto de grande importância, e DORT/LER merecem uma maior atenção, pois as mesmas causam comprometimento à vida profissional e pessoal das costureiras. Em virtude da utilização excessiva do sistema musculoesquelético humano, agregado à falta de tempo para descanso adequado, visto a dupla jornada de trabalho da maioria destes profissionais, a sensação de peso, fadiga muscular e dor crônica são sintomas característicos do desenvolvimento das doenças ocupacionais nas costureiras.

Diante, disto, pretende-se com este artigo apresentar os fatores de riscos ergonômicos inerentes a essa classe profissional, oferecendo subsídios para um estudo mais aprofundado da questão.

Assim, este trabalho tem por finalidade debater o tema Doenças Ocupacional, com ênfase em DORT/LER, na profissão de costureiras. O mesmo busca promover uma discussão acerca dos fatores de riscos ergonômicos que

contribuem para o desenvolvimento de DORT/LER em costureiras, em função da execução de suas atividades laborais. Com isso, a pesquisa se propõe a responder à problemática: Quais fatores de riscos ergonômicos contribuem para que as costureiras desenvolvam doenças ocupacionais, como DORT/LER?

Deliberando sobre a problemática apresentada, a investigação teve como objetivo geral desenvolver um estudo exploratório e promover uma discussão teórica sobre a incidência das doenças ocupacionais em costureiras. Ademais, têm-se como objetivos específicos conceituar e apontar a importância da Norma Regulamentadora NR-17, que estabelece parâmetros de Ergonomia no ambiente de trabalho; refletir sobre a profissão de costureira, além de reconhecer os sintomas e as doenças ocupacionais nesta profissão.

A revolução tecnológica, a globalização, a competitividade de mercado e a necessidade de redução dos custos de produção, contribuem para a precarização das condições de trabalho e diminuição da qualidade de vida laboral, desta forma, a pesquisa justifica-se, visando identificar e apontar os fatores de riscos que contribuem para o crescimento da incidência de doenças ocupacionais (DORT/LER) em costureiras.

A metodologia empregada inicia-se com a revisão bibliográfica sobre o assunto, e foi seguida por uma segunda fase de pesquisa na internet e em livros, para promover uma revisão da literatura, o que nos possibilita ter uma visão mais ampliada referente às publicações e discussões sobre o tema proposto.

O desenvolvimento do trabalho se fundamentou sobre uma pesquisa do tipo qualitativa, com caráter exploratório. O trabalho se inicia com uma reflexão acerca do conceito e da importância das Normas Regulamentadoras e da Ergonomia, seguida de uma reflexão sobre a profissão de costureira, fazendo uma ligação com as doenças ocupacionais, assim, nesta perspectiva, utilizar a Ergonomia, como ferramenta de apoio, visando à redução da incidência das doenças relacionadas ao trabalho, em costureiras.

2. NORMA REGULAMENTADORA NR – 17 – ERGONOMIA: CONCEITO E IMPORTÂNCIA

As Normas Regulamentadoras são consideradas práticas obrigatórias, que dizem respeito à segurança e saúde no trabalho. Elas auxiliam toda e qualquer organização, que possua empregados regidos pela Consolidação das Leis do

Trabalho (CLT) e atuem em conformidade com a saúde e segurança em seu ambiente laboral. O não cumprimento das mesmas acarreta ao empregador a aplicação das penalidades previstas na legislação pertinente.

A Norma Regulamentadora NR-17 trata, de forma específica, as questões ergonômicas no ambiente de trabalho, visando estabelecer parâmetros para propiciar um melhor ambiente laboral e fazer com que todas as atividades da empresa sejam desempenhadas com maior qualidade. Assim, esta norma é considerada de grande importância, pois muitas doenças ocupacionais são desenvolvidas a partir da exposição aos fatores de riscos ergonômicos.

Além disso, ela também visa estabelecer medidas de segurança, que permitam a adaptação das condições de trabalho às características físicas dos trabalhadores, diferenciando-os e evidenciando-os de forma coletiva e individual, visando proporcionar uma maior adaptação ao meio laboral, com isso, gerar um maior conforto, segurança e desempenho eficiente, na realização de seu trabalho.

Em conformidade com o GUIA TRABALHISTA (1998), a Norma Regulamentadora NR-17 determina que:

Toda vez que um trabalho pode ser realizado na posição sentada, o local de trabalho precisa ser adaptado ou planejado para que o trabalhador possa desempenhar suas atividades nessa posição. (17.3) ... Todos os assentos usados no ambiente de trabalho precisam atender a esses requisitos: a) a altura deve estar ajustada à estatura do trabalhador e precisa ser observado o tipo de atividade exercida; b) o encosto deve ser adaptado para proteger a região lombar; c) a borda frontal do assento deve ser arredondada. (17.5) (GUIA TRABALHISTA, 1998b).

Consequentemente, a Ergonomia contribui para o planejamento das práticas em ambientes de trabalho, tornando-os compatíveis com às necessidades dos trabalhadores, salientando a interação entre o homem e o trabalho no sistema homem-máquina-ambiente.

Dentre as definições de Ergonomia, destaca-se aqui a da Associação Brasileira de Ergonomia – ABERGO, que adota a seguinte definição:

Entende-se por Ergonomia o estudo das interações das pessoas com a tecnologia, a organização e o ambiente, objetivando intervenções e projetos que visem melhorar, de forma integrada e não-dissociada, a segurança, o conforto, o bem-estar e a eficácia das atividades humanas. (ABERGO, 2002).

É de grande importância manter o bem-estar no ambiente laboral, as características do ambiente e as condições de trabalho são imprescindíveis para uma melhor qualidade de vida do trabalhador, seja através da prevenção e condições do conforto. É isso que a Ergonomia visa para o trabalhador, proporcionando, assim, resultados satisfatórios.

A Ergonomia já faz parte desse ambiente de forma a contribuir positivamente para adaptação do trabalhador ao posto que ocupe. De acordo com Iida:

Os praticantes da ergonomia são chamados de “Ergonomistas” e realizam o planejamento, projeto de tarefas, postos de trabalho, produtos, ambientes e sistemas, tornando-os compatíveis com as necessidades, habilidades e limitações das pessoas. Desse modo, é função dos Ergonomistas analisar o trabalho de forma global, incluindo os aspectos físicos, cognitivos, sociais, organizacionais, ambientais e outros. (IIDA, 2005, p.3)

Diante do exposto, entende-se que a Ergonomia é de grande importância, uma vez que promove o bem-estar do trabalhador em seu ambiente de trabalho, visando à saúde, a segurança e a satisfação do mesmo, alinhados a valorização e motivação, a consequência é o trabalhador que produz mais e melhor.

De acordo com Iida (2005), os Ergonomistas trabalham em domínios especializados, abordando certas características específicas do sistema, tais como:

- Ergonomia física: ocupa-se das características da anatomia humana, antropometria, fisiologia e biomecânica, relacionados com a atividade física. Os tópicos relevantes incluem a postura no trabalho, manuseio de materiais, movimentos repetitivos, distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho, projeto de postos de trabalho, segurança e saúde do trabalhador.
- Ergonomia cognitiva: ocupa-se dos processos mentais, como a percepção, memória, raciocínio e resposta motora, relacionados com as interações entre as pessoas e outros elementos de um sistema. Os tópicos relevantes incluem a carga mental, tomada de decisões, interação homem-computador, estresse e treinamento.
- Ergonomia organizacional: ocupa-se da otimização dos sistemas sócio técnicos, abrangendo as estruturas organizacionais, políticas e processos. Os tópicos relevantes incluem comunicações, projeto de trabalho, programação do trabalho em grupo, projeto participativo, trabalho cooperativo, cultura organizacional, organizações em rede, teletrabalho e gestão da qualidade. (IIDA, 2005, p.3)

Portanto, a Ergonomia estuda, tanto as situações prévias, como as

consequências do trabalho, atuar na prevenção, conscientização e contenção dos fatores de riscos.

O objetivo da Ergonomia é proporcionar ao homem condições de trabalho que sejam favoráveis, com o intuito de torná-lo mais produtivo por meio de um ambiente de trabalho saudável e seguro, que solicite dos trabalhadores menor exigência e, por consequência, concorra para um menor desgaste e um maior resultado (BARBOSA FILHO, 2010).

Assim, um objetivo relevante da Ergonomia visa à eficiência na produção através de melhorar interação homem-máquina-ambiente, e como consequência, a eficácia na operação de produção, que pode ser comprometida por exigências inadequadas ou excessivas na jornada de trabalho. Diante disso, existe um respeito maior às individualidades e as necessidades do trabalhador, bem como as normas de segurança coletivas, onde se observa que a ciência ergonômica veio para auxiliar o trabalhador e a organização do trabalho, com o intuito de manter o ambiente laboral adequado e motivador, e, dessa forma conseguir alcançar as metas almejadas pela empresa. Ressaltando, que, o objetivo da Ergonomia se volta ao estudo das condições de trabalho, bem como a interação homem-máquina-ambiente, visando não apenas evitar o desgaste da saúde do trabalhador, mas, também, contribuir para construção da sua saúde física e mental.

3. PROFISSÃO DE COSTUREIRAS

Para conhecermos a profissão de costureira, é necessário entendermos alguns conceitos importantes, conceitos como o de Ofício e Profissão, que nos remetem às primeiras regulamentações de trabalhos artesanais, e que deram origem às Corporações de Ofício na Idade Média.

No período medieval, predominava o modelo de produção artesanal, organizado em corporações de ofício. “A produção artesanal era basicamente familiar e residencial, uma vez que o local de trabalho coincidia com o ambiente doméstico e as pessoas envolvidas na produção faziam parte de um grupo que, apesar de não ser constituído apenas por pessoas vinculadas por laços de sangue, podia ser considerado familiar, porque dentro dele estabeleciam-se relações de confiança, de respeito e de socialização” (PROST, 2012). Embora provenientes da mesma origem, a construção de sua oposição é visível, segundo Dubar:

Assim, é possível associar a oposição entre “profissões” e “ofícios” a um conjunto de distinções socialmente estruturantes e classificadoras que se reproduziram através dos séculos: cabeça/mãos, trabalhadores intelectuais/ trabalhadores manuais, alto/baixo, nobre/vil etc. (DUBAR, 2005, p.165).

Contudo, as mulheres dificilmente eram aceitas como membros das corporações de ofício, elas participassem de atividades relacionadas à limpeza, alimentação e organização, assim como à produção de tecidos e vestes. As mulheres faziam parte de algumas associações, como os da fiação da seda e de bordados. Entretanto, como a maioria dessas trabalhadoras não pertenciam às corporações, a aprendizagem do ofício acontecia de forma simples, por imitação de suas avós, mães tias ou irmãs mais velhas (SENNETT, 2012).

Silva (2009, p. 57) acrescenta que “a posição de destaque das mulheres no mundo do trabalho dependia, pois, da sua possibilidade de trabalharem em casa: prosperavam quando o local de trabalho e a casa eram um só”.

A partir do século XV, com o aumento da produção de mercadorias, há um aumento na procura por produtos têxteis, devido à diferenciação das pessoas a partir das roupas, exigindo assim a reorganização da atividade, diminuindo a produção dos tecidos domésticos. Sendo assim, a participação das mulheres, na fabricação de tecidos e nas atividades de costura, diminuiu.

No século XVI, as mulheres passam a serem reconhecidas no trabalho de costura fina, pois eram caprichosas e habilidosas, mas por não serem consideradas criativas não podiam se tornar mestres alfaiates ou aprendizes, trabalhava em casa, com costuras básicas e bordados, eram contratadas pelos alfaiates como empregadas para fazer o acabamento das costuras. As costureiras eram responsáveis pela confecção de roupas domésticas, infantis e peças íntimas.

Com a criação das corporações de ofício de alfaiates femininos, as mulheres passaram a vestir as mulheres e, os homens, a vestir os homens, onde a alfaiataria masculina era dita como respeitável e, a das mulheres, era considerada frívola e superficial.

Com a revolução industrial, a mulher, pela desvalorização de sua mão de obra pôde trabalhar no ambiente fabril. As mudanças no ofício permitem que, o trabalho de costureira evolua pelas práticas e tecnologia, ampliando assim, o posto de trabalho das mulheres nas fábricas de tecido e em ateliês. Desse modo, as costureiras assumiram um novo posto na participação econômica, alcançando lugar de destaque como confeccionista e/ou consumidoras de moda.

Com as transformações ao longo dos tempos as costureiras passaram a receber outras denominações: modistas, aquelas que tinham uma marca registrada e cuja etiqueta assinada; estilistas, as que faziam consertos e copiavam os modelos das revistas, estas, também eram chamadas de costureiras. Isso criou status diferentes dentro do ofício da costureira, onde as estilistas eram mais valorizadas.

4 RECONHECENDO AS DOENÇAS OCUPACIONAIS DORT/LER EM COSTUREIRAS

As doenças ocupacionais, mais especificadamente DORT/LER, apresentam um crescente número de incidências entre as profissões, segundo levantamento do Ministério da Saúde (2019), mostra que, em 10 anos, as duas tiveram um aumento no registro de casos, crescendo 184% entre 2007 e 2017, o mesmo estudo afirma que, 51,7% dos casos são em profissionais do sexo feminino e deste, 33,6% tem entre 40 e 49 anos.

Assim, segundo Mendes (2007), os desequilíbrios das tarefas e as margens deixadas pela organização do trabalho para o trabalhador, estão na origem das DORT/LER's.

Entre as doenças ocupacionais, DORT/LER são as doenças com maior incidência na indústria de confecção, as mesmas se caracterizam pelo desgaste do sistema musculoesquelético. Mendes (2007) cita que “DORT são alterações ocorridas nos ossos, tendões, sinóvias, músculos, nervos, fáscia e/ou ligamentos. Podendo apresentar-se de forma isolada ou associada, com ou sem degeneração dos tecidos, atingindo os membros inferiores e, principalmente, os membros superiores, região escapular e pescoço, que acometem diversas categorias laborais”.

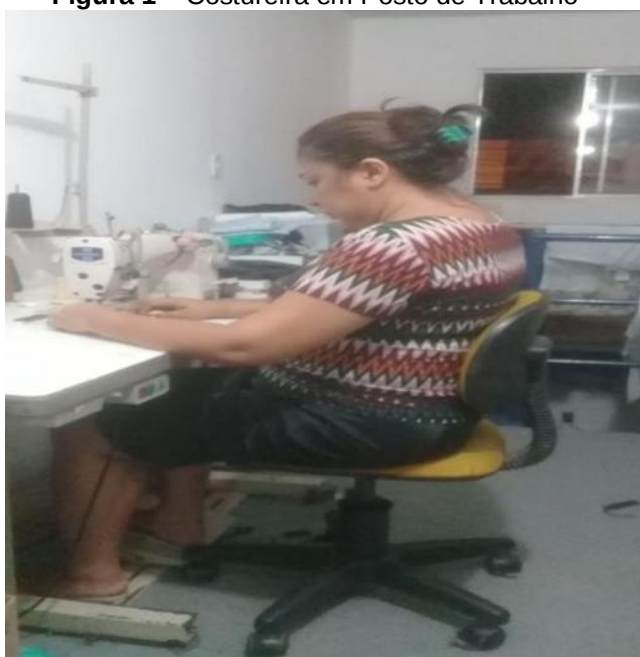
Couto (1998) define a terminologia LER como “doença músculo-tendinosas dos membros superiores, ombro e pescoço, causadas pela sobrecarga de um grupo muscular particular, devido ao modo repetitivo ou pela manutenção de posturas contraídas, que resulta em dor, fadiga e declínio no desempenho profissional”. Desse modo, as LER's estão associadas às atividades laborais e as suas condições.

O aumento substancial de casos de DORTs/LERs nas atividades laborais está associado à introdução de novas tecnologias, pluralização das atividades, intensificação de ritmo de trabalho e o aumento da pressão por produtividade. Esses fatores, associados ao fato de que as costureiras realizam tarefas mais fragmentadas

e repetitivas, levam essa categoria profissional ser uma das mais acometidas por essas doenças.

Na indústria da confecção, principalmente no setor de costura, as atividades desenvolvidas pelas costureiras são realizadas na postura sentada (Figura 1), onde a costureira, precisa ter agilidade e foco no acompanhamento visual, assim, tronco e cabeça ficam inclinados à frente. Durante a realização do trabalho, pescoço, costas e a parte superior do tronco ficam sob constante tensão, o que acarreta dores intensas nestas regiões.

Figura 1 – Costureira em Posto de Trabalho



Fonte: Autor, 2020

Antes do diagnóstico efetivo da doença ocupacional, DORT/LER, as costureiras apresentam vários sintomas, como dor nos pulsos, no ombro, coluna cervical, braços, pernas e na região lombar. Para Teodori (2014), “a dor é o sintoma mais comum, de início é leve, mas com o tempo vem uma sensação de peso, cansaço e ardor, sempre nos finais das jornadas de trabalho. Frequentemente essas lesões causam incapacidade laboral temporária ou permanente, como consequência da utilização excessivas das estruturas anatômicas do sistema musculoesquelético e da falta de tempo para recuperação”.

Diante da nocividade das LER/DORT, Teodori (2014) pontua que, é de fundamental importância as ações voltadas à prevenção e promoção da saúde dos trabalhadores.

São muitos os fatores predisponentes ao aparecimento de DORT/LER em costureiras. Dentre eles está a postura, uma vez que para a realização de suas tarefas ao longo do dia, ela é inadequada, o que ocasiona dores durante e após a realização de suas tarefas. Essas dores acometem várias partes do corpo, além de cansaço físico por passarem toda a jornada de trabalho com os músculos tensionados, evoluindo para dores em crônicas. Desse modo podemos destacar o trabalho monótono e repetitivo, há um ritmo acelerado, como sendo uma das principais formas de desenvolver essa patologia.

Outro fator, predisponente e muito importante, é a carga horária de trabalho excessivo, a maioria das costureiras cumpre uma jornada de trabalho de 44 horas semanais, sendo observado, ainda, que muitas realizam horas extras, para aumentar o salário no final do mês e atingir metas de produção.

Ressaltando que, em muitos casos, a qualidade dos mobiliários não é adequada para a função de costura, as cadeiras não são ergonomicamente adequadas, o que causa desconforto e problemas na coluna, além de afetar a produção. Os instrumentos manuseados, como as tesouras, ferramentas de corte para a produção das peças, são utilizados de forma repetitiva e, por consequência, também se caracteriza como outro fator predisponente para o aparecimento de DORT/LER em costureiras.

A falta de conscientização das costureiras e dos responsáveis pelas empresas, que por desconhecerem a Ergonomia, não implementam medidas simples e que são eficazes. Um exemplo clássico são as pausas durante a jornada de trabalho; alongamentos, alocação dos materiais utilizados em locais de fácil acesso, layout das máquinas e aquisição de mobiliários adequados (PAIZANTE, 2006).

5 METODOLOGIA

O desenvolvimento do trabalho se fundamentou sobre uma pesquisa do tipo qualitativa de caráter exploratório, assim os assuntos foram pesquisados em livros, artigos científicos, dissertações que discutissem o tema em questão. O trabalho se inicia com uma reflexão acerca do conceito de doenças ocupacionais, mais especificadamente DORT/LER, seguida da análise do conceito de Ergonomia, fazendo um paralelo com a NR-17, que aponta parâmetros para prevenção de doenças ocupacionais, medidas preventivas relativas a DORT/LER, possibilitando a

eliminação e/ou redução dos fatores de riscos ergonômicos, conseqüentemente, reduzindo a incidência dessas doenças em costureiras.

De acordo com Gil (2002), “pode-se definir pesquisa como o procedimento racional e sistemático que tem como objetivo proporcionar respostas aos problemas que são propostos”. Definidos os problemas, o caminho metodológico escolhido foi uma revisão da literatura, de caráter narrativa, que consistiu em um:

Processo de busca, análise e descrição de um corpo do conhecimento em busca de resposta a uma pergunta específica. “Literatura” cobre todo o material relevante que é escrito sobre um tema: livros, artigos de periódicos, artigos de jornais, registros históricos, relatórios governamentais, teses e dissertações e outros tipos. [...] A ‘revisão narrativa’ não utiliza critérios explícitos e sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura. A busca pelos estudos não precisa esgotar as fontes de informações. Não aplica estratégias de busca sofisticadas e exaustivas. A seleção dos estudos e a interpretação das informações podem estar sujeitas à subjetividade dos autores. É adequada para a fundamentação teórica de artigos, dissertações, teses, trabalhos de conclusão de cursos. (BIBLIOTECA, 2015).

A metodologia adotada para o desenvolvimento deste trabalho foi dividida em três etapas:

1. Leitura e fichamento de livros e artigos acerca do tema proposto;
2. Levantamento dos fatores de risco ergonômicos que acometem a profissão das costureiras;
3. Possíveis soluções para o problema proposto, levando-se em conta as Normas Regulamentadoras, em especial a NR-17 e a Ergonomia.

Destarte, a intenção deste artigo não é esgotar um tema tão complexo, mas antes suscitar discussões sobre esta temática no âmbito acadêmico, ressaltando a pertinência da problematização sobre as questões laborais.

6 CONSIDERAÇÕES

As doenças originadas pelo desenvolvimento das atividades laborais, cada vez mais alcançam níveis preocupantes, pois prejudicam a qualidade de vida dos profissionais, além de causarem prejuízos econômicos. Assim é cada vez mais

frequente o afastamento de trabalhadores de suas atividades trabalhistas para tratamento de saúde.

Os riscos de desenvolver doenças ocupacionais, DORT/LER, na profissão de costureira estão relacionados aos aspectos organizacionais do trabalho e às condições em que suas atividades são realizadas, levando-se em consideração que as atividades desenvolvidas pelas costureiras são monótonas, repetitivas e de baixa complexidade, o que propicia maiores condições de stress. A permanência da costureira, por longos períodos, na postura sentada e a constante utilização dos membros superiores, acarreta grande sobrecarga do sistema musculoesquelético.

Outros fatores como ritmo do trabalho acelerado, jornada de trabalho excessivo, pausas insuficientes, inadequações do ambiente, mecanização das tarefas, mobiliários inadequados e falta de orientação quanto ao uso adequado dos mobiliários e ferramentas, contribuem para o aparecimento de doenças ocupacionais e interferem no rendimento profissional.

A dor, fadiga muscular, desmotivação, sensação de incapacidade, irritabilidade, dores de cabeça são sintomas sentidos pelas costureiras no desenvolvimento das doenças ocupacionais, mais que, muitas vezes são confundidos e subjugados, como sintomas de cansaço de um longo dia de trabalho. Onde muitas dessas só procuram um acompanhamento médico quando o dano já se tornou permanente.

Dessa forma, é possível constatar, que fatores ergonômicos, a organização do ambiente de trabalho, a adequação da interação homem-máquina-ambiente e a conscientização das costureiras, são imprescindíveis para minimizar os impactos de doenças ocupacionais na profissão.

Nesta perspectiva, a Ergonomia pode ser utilizada como ferramenta de apoio, direcionando cuidados às posturas adotadas pelas costureiras na execução das atividades laborais e, nas condições dos mobiliários e maquinários que devem ser adequados à execução das tarefas. Faz-se necessário disponibilizar instrumentos e equipamentos ergonomicamente adequados e individualizados, visando à redução da incidência das doenças ocupacionais. Além da conscientização e capacitação das costureiras quanto à importância de uso e utilização correta desses instrumentos, equipamentos e mobiliário. Tudo isso aliado a um programa de ginástica laboral com exercícios de alongamento, relaxamento e pausas no trabalho, contribuem para eliminar a fadiga muscular e o estresse, aumentando a flexibilidade e melhorando a circulação sanguínea. Assim, como a realização de exames físicos periódicos dos

funcionários, acompanhamento físico e psicológico, para que haja um melhor rendimento por parte dos profissionais, o que contribui para a prevenção e a redução das doenças ocupacionais, DORT/LER, em costureiras.

5 REFERÊNCIAS

ABERGO - **Associação Brasileira de Ergonomia**. Disponível em: <http://www.abergo.org.br/oqueeergonomia.htm>. Acesso: 16 de novembro de 2019.

ARAÚJO. M. MICHAELIS. **Moderno dicionário da língua portuguesa**. Editora Melhoramentos, 2009.

BARBOSA FILHO, A. N. **Segurança do trabalho e gestão ambiental**. São Paulo: Atlas, 2010.

BIBLIOTECA PROFESSOR PAULO DE CARVALHO MATTOS. **Tipos de revisão de literatura**. Botucatu, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **LER/DORT – programa de prevenção**. São Paulo: Ministério da Saúde, 2019.

COUTO, H. A.; NICOLETTI, S. J.; LECH, O. **Como gerenciar a questão das LER/DORT: lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho**. Belo Horizonte, Ergo, 1998. 438p.

DUBAR, CLAUDE. **A socialização: construção das identidades sociais e profissionais**. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

GIL, ANTONIO CARLOS. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GUIA TRABALHISTA. **NR 15: Norma Regulamentadora 15 (Atividades e operações insalubres). Legislação. 1998a**. Disponível em: <http://www.guiatrabalhista.com.br/legislacao/nr/nr15_anexo1.htm>. Acesso: 16 de dezembro 2019.

GUIA TRABALHISTA. **NR 17: Norma Regulamentadora 17 (Ergonomia). Legislação. 1998b**. Disponível em: <<http://www.guiatrabalhista.com.br/legislacao/nr/nr17.htm>>. Acesso: 16 de dezembro de 2019.

IIDA, ITIRO. **Ergonomia: projeto e produção**. São Paulo: Edgard Blücher, 2005.

MENDES, R. **Patologia do trabalho**. 2.Ed. Atual e ampl. São Paulo: Atheneu, 2007.

PAIZANTE, G. O. **Análise dos fatores de risco da coluna lombar em costureiras de uma fábrica de confecção de moda íntima masculina no município de Muriaé – MG**. 2006. 69f. Dissertação (Mestrado em meio ambiente e sustentabilidade). Centro Universitário de Caratinga. 2006.

PROST, ANTOINE; VICENT, GÉRARD. **História da Vida Privada 5: da primeira guerra a nossos dias**. Tradução de Denise Bottmann e Dorothée de Bruchard. São Paulo: Companhia das Letras, 2012. p.13-135.

SENNETT, RICHARD. **O Artífice**. Tradução de Clóvis Marques. 3. ed. Rio de Janeiro: Record, 2012.

SILVA, ANDRÉIA CRISTINA LOPES FRAZÃO DA. **Reflexões sobre o vestuário e o trabalho femininos na Europa Ocidental, nos séculos XII e XIII**. In: LESSA, Fábio de Souza; SILVA, Andréia Cristina Lopes Frazão da (Org.). *História e trabalho: entre artes e ofícios*. Rio de Janeiro: Mauad X, 2009. p. 97-110.

TEODORI, ROSANA MACHER (ORG.). **Perfil sociodemográfico e ocupacional de trabalhadores com ler/dort: estudo epidemiológico**. In: *Revista Baiana de Saúde Pública*, Nº 38, julh/setem 2014.