

28 DE FEVEREIRO

Dia Mundial de Combate à LER/DORT

*Lesão por Esforço Repetitivo/Distúrbio
Osteomuscular Relacionado ao Trabalho*

Excesso e ritmo acelerado de trabalho, condições insalubres e inadequadas, pressão e assédio psicológico, redução de direitos e das leis de defesa da saúde do trabalhador, escalas de trabalho excessivas. Você se identifica com alguma dessas formas de trabalho ou mais de uma? Essas são as causas básicas das doenças de trabalho. E característica da chamada fase neoliberal do capitalismo.

É PRECISO EXIGIR A REVOGAÇÃO DAS REFORMAS

Os trabalhadores sofreram muitos ataques nos últimos anos. As reformas Trabalhista



e da Previdência, a ampliação da lei das terceirizações, a alteração das Normas Regulamentadoras sobre segurança e saúde no trabalho. São medidas cruéis! Implantadas nos governos Temer e Bolsonaro, infelizmente não sofreram revogação no governo Lula/Alckmin. Diante disso é essencial que o governo Lula revogue todas essas medidas. Essa deve ser uma bandeira de todo o movimento sindical brasileiro.

Fim da escala 6x1 é parte da nossa luta



A campanha pelo fim da jornada 6x1 cumpre um papel fundamental pela qualidade de vida no trabalho e apontando o mal que faz

as jornadas excessivas. A luta necessária contra a superexploração do trabalho representada pelo fim da escala 6x1 voltou à tona com força, porque a jornada excessiva na chamada “escravidão moderna” traz o adoecimento físico e mental. Por isso, tem de fazer parte da nossa luta e das centrais sindicais brasileiras em defesa da saúde do trabalhador.

Como identificar a LER/DORT?



Segundo dados da Previdência Social, a LER/DORT está entre as principais causas de afastamento de trabalhadores no Brasil. Representam aproximadamente 30% dos casos de afastamento por doenças ocupacionais. Em 2023, mais de 10 mil trabalhadores brasileiros se afastaram do trabalho por LER/DORT.

As doenças ocupacionais são desgaste do sistema musculoesquelético, decorrem do trabalho intenso e de movimentos repetitivos, associados muitas vezes a esforços físicos e a se manter na mesma postura por muito tempo. Os números revelam que as mulheres são mais afetadas, especialmente aquelas que trabalham em funções administrativas e operacionais, em que o uso repetitivo do computador e movimentos repetitivos são comuns.

Por que cuidar rapidamente?

Quando os sintomas aparecem, muitas vezes o caso já está em estágio avançado. Nos membros superiores se manifestam por meio de dor, sensação de peso, formigamento, fisgadas, fraqueza muscular e cansaço. As lesões podem ser no ombro e as inflamações em articulações, como nos punhos, cotovelos, região cervical e lombar e nos tecidos que cobrem os tendões.

Dor intensa, incapacitação para o trabalho e até mesmo para atividades domésticas e de autocuidado, discriminação, depressão são as consequências desse mal. Por isso, é necessário buscar atendimento quando sentir qualquer sintoma. É pela sua vida.

Tem tudo a ver: Doença ocupacional e adoecimento mental

As doenças ocupacionais têm relação direta com o adoecimento mental. "Existem uma relação explícita entre as lesões físicas e o sofrimento mental. Concomitantemente há a presença de adoecimento físico e mental. Os distúrbios emocionais no ambiente de trabalho podem se derivar da sobrecarga de trabalho, ambiente precarizado e assédio moral, ocasionando sentimento de frustração, desvalorização pessoal, insônia, perda ou aumento de apetite, ansiedade e depressão", salienta a psicóloga Sandra Moreira, integrante do Setorial Saúde do Trabalhador da CSP-Conlutas.

Ou seja, formas de organização do trabalho autoritárias e exigentes com a produção favorecem tanto o sofrimento psíquico, como a ocorrência de distúrbios osteomusculares.

Por isso, o dia 28 deve ser um dia de luta da classe trabalhadora em defesa da vida. As Cipas devem ser classistas e combativas para defender a saúde e segurança no trabalho contra os ataques aos direitos e por melhorias e ser capazes de organizar as lutas.

