**TENOSSINOVITE: QUANDO O TRABALHO É SINÔNIMO DE DOR.**

**Emilly Aires Silva[[1]](#footnote-1)**

**Maria Eduarda Lima Santos[[2]](#footnote-2)**

**Anizia Rette Pareja[[3]](#footnote-3)**

A preocupação quanto à qualidade de vida no trabalho (QVT) nas empresas despertou quando se percebeu a ligação entre essa e a motivação dos colaboradores, passando ser um grande desafio a partir da constatação que colaboradores motivados e felizes produzem mais. A proposta desse trabalho é que sejam incrementadas medidas protetivas nos ambientes de trabalho, dentro de uma visão multidisciplinar, tanto de prevenção quanto de atuação nos casos já existentes, com o objetivo de atenuar o sofrimento advindo das funções de trabalho. O estudo foi baseado em quatro materiais científicos sendo eles o livro de Rodrigues (1994), o livro de Silva (1997), artigo de Pinto e Casarin (2019) e artigo de Diniz e Mejia (2013). A QVT, não está ligada apenas ao clima organizacional, mas também o ambiente físico, o bem-estar do trabalhador, seu comportamento, influências externas e a disposição física, com ausência de desconforto e dor. Surge em meados dos anos 60, quando em meio a transição da era industrial para a digital, momento em que as empresas estavam preocupadas com os avanços tecnológicos. Ganhou força na década de 70, quando esse termo foi usado para definir o bem-estar geral, saúde, desempenho dos colaboradores, e, apontava as consequências do descuido quanto a esse fator, produzindo um número muito grande de profissionais desmotivados, estressados, cansados, doentes e acidentados. As doenças ocupacionais são comuns nos ambientes de trabalho, muitas associadas as articulações, coluna, pois, o trabalho repetitivo, em posições desfavoráveis, são os maiores causadores do adoecimento. Esse pode ser evitado caso os empregadores se preocupem em aplicarem os recursos da Ergonomia dentro das organizações. Sua função é mediar as ações entre funcionários e seu ambiente de trabalho, garantindo a adaptação do ambiente ao homem, atuando nas situações de trabalho, favorecendo materiais e ferramentas para a prevenção de acidentes e adoecimento dentro do ambiente. Entre as doenças predominantes no contexto de trabalho, destaca -se nesta pesquisa, a Tenossinovite, com base em estudos e artigos científicos que tratam sobre o tema. Pertence ao grupo denominado LER (Lesão por Esforços Repetitivos) /DORT (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho), síndromes ou patologias que atacam os nervos, músculos e tendões, juntos ou separadamente, resultantes de uma combinação entre sobrecarga do sistema osteomuscular com a falta de tempo de recuperação do músculo, relacionados às condições de trabalho inadequadas. A Tenossinovite é uma lesão que acomete profissionais que utilizam os movimentos repetitivos nas mãos, a exemplo de digitadores, pianistas, caixas, datilógrafos, tricoteiras, perfuradores, quem carregam peso repetitivo acima de seis quilos, e ambientes muito abaixo da temperatura, e outras atividades que sejam exigidas esforço nos dedos. O atrito excessivo do tendão que liga o músculo ao osso, provocam a inflamação do mesmo causando a doença. Inicialmente acontece um desconforto que vai progredindo para dores, peso no braço, diminuição da força muscular e atrofia que impedirá até mesmo de escrever ou segurar um copo. As repercussões biopsicossociais são inúmeras, já que a dor crônica traz desconforto emocional e causa estresse. A incapacidade traz baixa autoestima, o que exige um acompanhamento multiprofissional para alívio das dores físicas e também as consequências psicológicas de afastamentos e convívio direto com o desconforto.Propõe-se uma atuação psicológica nos indivíduos afetados, para que tenham mais qualidade de vida e o trabalho não seja sinônimo de dor.

**Palavras chave:** Dor**,** Tenossinovite, Doenças do Trabalho, Qualidade de vida.

**REFERÊNCIAS:**

RODRIGUES, M. V. C. **Qualidade de vida no trabalho – Evolução e Análise no nível gerencial**. Rio de Janeiro: Vozes, 1994

SILVA, M; MARCHI, R. **Saúde e qualidade de vida no trabalho**. São Paulo: Best Seller, 1997.

PINTO, Camila C. CASARIN, Fábio Alexandre. **A relação entre ergonomia e qualidade de vida no trabalho: uma revisão bibliográfica**. Disponível em:

[www./MATERIAL%20ERGONOMIA/411-731731795-1-PB.pdf](http://www./MATERIAL%20ERGONOMIA/411-731731795-1-PB.pdf)

Acesso em 08 de outubro de 2020.

DINIZ, Dália Raquel Vale.MEJIA, Dayana Priscila Maia. **Ergonomia como fator de prevenção da doença Tenossinovite Estenosante de Quervain no ambiente de trabalho**.

Disponível em:

<https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/20/29__Ergonomia_como_fator_de_prevenYYo_da_doenYa_Tenossinovite_Estenosante_de_De_Quervain_no_ambiente_de_trabalho.pdf>.

Acesso em 08 de outubro de 2020.

1. Acadêmica do curso de psicologia do Centro Universitário Arnaldo Horácio Ferreira,

   [emillyayres23@gmail.com](mailto:emillyayres23@gmail.com) [↑](#footnote-ref-1)
2. Acadêmica do curso de psicologia do Centro Universitário Arnaldo Horácio Ferreira,

   [duda.lazari@gmail.com](mailto:duda.lazari@gmail.com) [↑](#footnote-ref-2)
3. Docente do curso de psicologia do Centro Universitário Arnaldo Horácio Ferreira – FAAHF,

   [aniziapsi@hotmail.com](mailto:aniziapsi@hotmail.com) [↑](#footnote-ref-3)