

Sindicato e CUT-DF promovem dia 2 Seminário Nacional sobre LER/Dort

O Sindicato dos Bancários de Brasília e a Central Única dos Trabalhadores do DF (CUT-DF) promovem no dia 2 de março o seminário nacional “O contexto do trabalho e suas implicações no acometimento da LER/Dort”. O evento marca o Dia Mundial do Combate às Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/Dort), lembrado em 28 de fevereiro. Será a partir das 19h, na sede do Sindicato (EQS 314/315).

O seminário terá a exposição de especialistas nas áreas médica e jurídica com foco no universo dos trabalhadores do ramo financeiro (veja programação ao lado). “É importante discutir o tema e apresentar formas de prevenção. Essa é a forma mais eficaz para a manutenção do bem-estar físico e mental do trabalhador, por isso os bancos e os empregados precisam refletir sobre essa realidade”, ressalta Fabiana Uehara, secretária de Saúde e Condições de Trabalho do Sindicato.

O número de acidentes e doenças do trabalho, incluindo as lesões por esforço repetitivo, ainda é elevado no país. Somente em 2010, 2.496 pessoas morreram e 13.047 ficaram permanentemente incapacitadas para o trabalho em plena idade produtiva. Essas estatísticas não incluem os trabalhadores informais, o setor público de regime estatutário e trabalhadores autônomos. No caso das LER/Dort, segundo levantamento do Ministério da Previdência, no ano passado 89.822 trabalhadores buscaram auxílio junto ao INSS, a grande maioria bancários.

Diante dessa realidade, trabalhadores e profissionais da área de saúde decidiram organizar um abaixo-assinado pedindo ações para reverter o alto número de acidentes de trabalho. O documento será enviado nos próximos dias para a presidenta Dilma Rousseff.

Os interessados podem participar do abaixo-assinado acessando o link disponível no site do Sindicato www.bancariosdf.com.br.



O contexto do trabalho e suas implicações no acometimento da LER/Dort

**2 de março
no Teatro dos Bancários**
EQS 314/315
(Brasília-DF)

Abertura: 19h
Exposições: 19h15
Maria Maeno
Médica e pesquisadora da Coordenação da Saúde e Trabalho da Fundacentro

Luiz Antonio Castagna Maia
Advogado especialista em direito trabalhista e previdenciário

Debate: 20h30

Inscrições:
Telefones: (61) 3251-9362 - Cristiane e (61) 3262-9026 - Fátima
Emails: saudebsb@bancariosdf.com.br e secretariageral@cutdf.org.br

 Sindicato dos Bancários de Brasília CUT CONTRAF FETEC CUT Centro Norte



Bancários são as maiores vítimas de doenças osteomusculares e do tecido conjuntivo

A categoria bancária ainda consta nas estatísticas como uma das maiores vítimas de acidentes de trabalho envolvendo doenças osteomusculares e do tecido conjuntivo. Dados divulgados pelo Ministério da Previdência Social mostram que, em 2009, 7.717 trabalhadores do setor sofreram acidentes no exercício de suas funções relacionados às Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho, as chamadas LER/Dort. No mesmo período, só no Distrito Federal foram registradas 467 casos.

O Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) reformulou o método de classificação nacional de atividades econômicas e grau de risco de acidente do trabalho em 2007. Os empregados de bancos comerciais, bancos múltiplos e caixas econômicas passaram do grau 1 para o grau 3 de risco, a máximo na escala que mede esse tipo de risco. A mudança causou alvoroço entre os patrões e no ano seguinte o registro de números de LER/Dort e doenças relacionadas ao trabalho diminuíram, de acordo com os dados divulgados pelas empresas. Contudo, os bons resultados são apenas aparentes, já que o número de casos sem emissão de Comunicação de Acidente de Trabalho (CAT) aumentou (veja tabela).

Até 2006, os benefícios acidentários eram concedidos mediante a emissão da CAT (seja pelo empregador, seja por outros agentes, conforme previsto na lei 8213/91). Depois daquele ano, houve mudança que estabeleceu a obrigatoriedade da CAT, sendo que a sua não emissão não implica aplicação de multa nos casos em que houver comprovação do Nexo Técnico Epidemiológico.

O Nexo Técnico Epidemiológico Previdenciário (NTEP) é uma metodologia cujo objetivo é identificar quais doenças e acidentes estão relacionados com a prática de uma determinada atividade profissional.

A médica e pesquisadora da Coordenação da Saúde e Trabalho da Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho (Fundacentro), Maria Maeno, comenta a situação. “Foi a brecha para que as empresas aumentassem mais ainda a chamada subnotificação. O problema não foi

a introdução do Nexo Técnico Epidemiológico para fins de concessão de benefício acidentário e sim a introdução da isenção de multa para as empresas que deixassem de emitir CAT nesses casos”, afirma.

O DF representa mais da metade dos números de acidente de trabalho sem a CAT registrados na região Centro-Oeste em 2009. Foram 252 na região e 152 só no DF.

Sofrimento

A pesquisadora também alerta para o longo processo de sofrimento pelo qual o empregado passa até se assumir e ser declarado doente. “Os trabalhadores, antes de serem formalmente declarados adoecidos, passam um longo tempo tentando se recuperar mantendo-se no trabalho. Essa situação frequentemente leva ao agravamento do quadro clínico, à cronificação da doença e à incapacidade para o trabalho”.

Maeno acrescenta que os “funcionários fazem isso porque não querem passar por discriminação, não querem ter perdas financeiras

que ocorrem quando o INSS não reconhece a incapacidade e a empresa não os aceita de volta, sem falar na eventual perda da PLR e benefícios extra-salariais conquistados pela categoria”. Ela acrescenta: “Muitas empresas utilizam normas infralegais na hierarquia da legislação quando lhes convém e dificultam o afastamento com CAT. Quando o trabalhador não tem mais qualquer condição de continuar a trabalhar, a tendência é encaminhá-lo ao INSS sem CAT”.

Tecnologia trouxe consequências para categoria

Os avanços tecnológicos tiveram influência na dinâmica do trabalho dos bancários nas últimas décadas. Essas mudanças exigiram uma adaptação do serviço nos bancos e trouxeram uma nova realidade de rotatividade do emprego. Por conta dessas mudanças, a média de tempo de trabalho nos bancos é de apenas três anos.

“O setor patronal não reconhece que a organização de trabalho de suas empresas propicia o adoecimento. Há exageros de condutas de alguns de seus gestores, mas sempre são tratados como ‘casos isolados’. Há vários estudos sobre o assunto que mostram que o adoecimento do bancário é uma crônica anunciada. Esses estudos têm que servir de base para uma plataforma clara de reivindicações dos trabalhadores, que muitas vezes não conhecem com profundidade as transformações pelas quais passou o setor bancário e o ônus social dessas transformações”, frisa Maria Maeno, que também coordenou a equipe técnica de elaboração do Protocolo de LER/Dort do Ministério da Saúde.

A nova realidade trouxe consigo impactos para o corpo e a mente dos bancários. Os trabalhadores ficam mais vulneráveis às doenças osteomusculares quando estão com a musculatura tensa e em condições de estresse. Além disso, a dor crônica pode contribuir com quadros de depressão (veja depoimentos na página 3).

Quantidade de acidentes de trabalho 2007-2009, segundo a Classificação Nacional de Atividades Econômicas (CNAE)

	Com CAT			Sem CAT			Total		
	2007	2008	2009	2007	2008	2009	2007	2008	2009
Bancos comerciais	737	785	671	136	205	211	873	990	882
Bancos múltiplos	3.783	3.875	3.319	1.395	2.239	2.484	5.178	6.114	5.803
Caixas econômicas	889	693	620	207	357	412	1.096	1.050	1.032

Fonte: Ministério da Previdência Social, com dados do INSS

Quantidade de acidentes de trabalho 2007-2009, segundo a Classificação Nacional de Atividades Econômicas (CNAE), no DF

	Com CAT			Sem CAT			Total		
	2007	2008	2009	2007	2008	2009	2007	2008	2009
Bancos comerciais	6	8	3	6	4	6	12	12	9
Bancos múltiplos	143	186	182	67	91	86	210	277	268
Caixas econômicas	182	169	130	33	29	60	215	198	190

Fonte: Ministério da Previdência Social, com dados do INSS

O relato de quem sofre com as dores

Funcionários de bancos públicos e privados, de idades, sexo e cargos diferentes. Vários deles com os mesmos problemas de Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho. A realidade desses bancários passa por desmotivação e até assédio moral praticado por colegas de trabalho, com piadinhas, por

exemplo, quando do retorno ao banco após afastamento motivado por doença ocupacional.

Veja a seguir os depoimentos de alguns bancários do DF que sofrem com essa situação. Os nomes serão mantidos em sigilo para preservar a identidade deles.

Funcionário de banco privado

“Eu trabalhei durante oito anos no banco com toda a dedicação, mas por causa de um problema no punho e na mão já estou licenciado há três anos. Já chegaram até a me demitir quando eu estava de licença médica. Sinceramente não quero mais voltar, até porque já trabalhei sentindo dores horríveis e não aguento mais.”

Funcionária do BRB

“Eu trabalho na área há cinco anos. Quando entrei no BRB nem mesmo uma cartilha de ergonomia eu recebi. Eu fiquei licenciada por três anos porque já tinha um histórico de problemas com LER quando fui estagiária de um banco privado.”

Funcionário da Caixa

“Comecei a sentir as primeiras dores no ombro e nem ligava porque era tanto trabalho e a gente era cobrado para ter resultados no fim do mês. Só me dei conta quando tive que ir ao médico e começar com a fisioterapia. Isso acabou influenciando no meu estado emocional e tive problemas de depressão.”

Funcionária do Banco do Brasil

“Eu tenho alguns colegas do banco e até terceirizados que sofrem com essas lesões por esforço repetitivo. Eu estou de licença para o tratamento desde o ano passado. A estrutura que a empresa oferece parece que estimula esse tipo de coisa e não há preocupação de prevenção.”

O que são a sinovite e a tenossinovite?

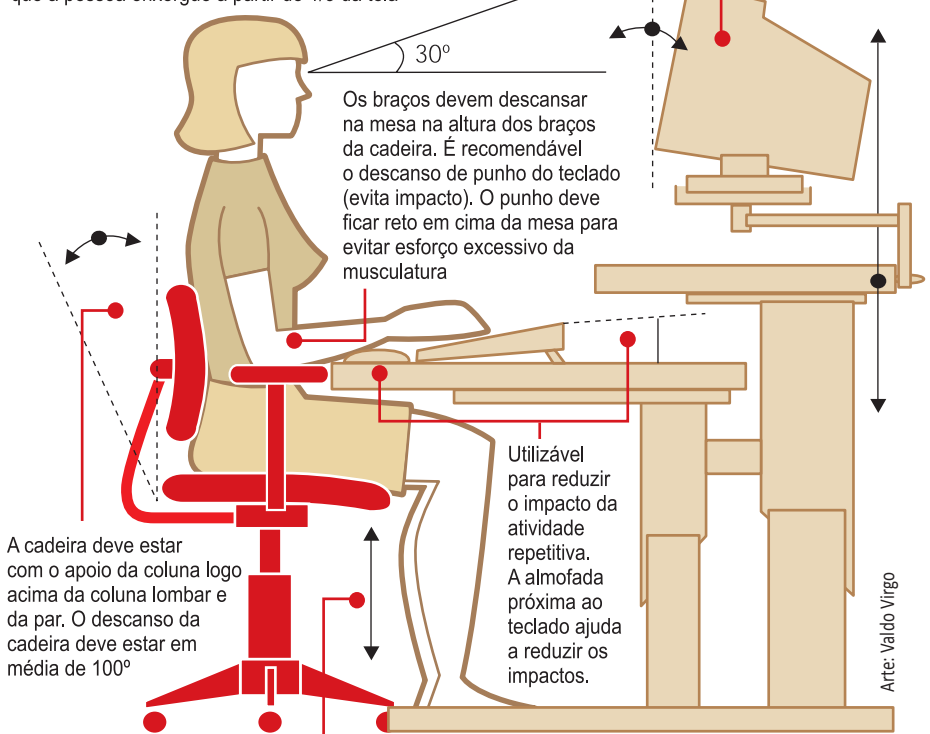
A sinovite é uma inflamação do líquido sinovial, que fica entre as articulações. A tenossinovite é a inflamação da membrana que recobre os tendões. As duas são provocadas pela repetição de movimentos e estão registradas entre as doenças relacionadas ao trabalho mais incidentes.

Ergonomia como prevenção

No ambiente de trabalho devem ser considerados vários aspectos para um bom desempenho do funcionário. A ergonomia é um deles. Ela estuda a organização do trabalho em função das condições de adaptação de cada pessoa. Os exercícios indicados durante o trabalho mais a atividade física fora do expediente são a dupla ideal para manter uma boa saúde física e mental.

- Para os que não gostam de academia ou esporte a saída é a caminhada diária de no mínimo 30 minutos.
- A cada 50 minutos de trabalho com atividade repetida, fazer intervalos de 10 minutos.
- Os exercícios com as bolas ergonômicas devem ser feitos abrindo e fechando as mãos devagar. Se os exercícios forem feitos de maneira rápida, a musculatura ficará estressada. Cada exercício deve durar entre 20 e 30 segundos para surtir efeito.
- Para aumentar o fluxo sanguíneo e evitar a trombose são aconselháveis a flexão-plantar (na ponta do pé) e a dorsi-flexão (contração da panturrilha abaixando e levantando os pés no ar). Os exercícios devem ser feitos nos intervalos de 50 minutos, no mínimo 10 vezes cada.

O monitor deve estar em cima de um suporte de modo que a pessoa enxergue a partir de 1/3 da tela



A cadeira deve estar com o apoio da coluna logo acima da coluna lombar e da par. O descanso da cadeira deve estar em média de 100°

Os braços devem descansar na mesa na altura dos braços da cadeira. É recomendável o descanso de punho do teclado (evita impacto). O punho deve ficar reto em cima da mesa para evitar esforço excessivo da musculatura

Utilizável para reduzir o impacto da atividade repetitiva. A almofada próxima ao teclado ajuda a reduzir os impactos.

O pé deve estar no chão. Nos casos em que os pés ficam no ar com a altura da cadeira e do monitor adequados a pessoa deve usar o apoio de pés (o apoio são para as pessoas que não conseguem a angulação ideal).

Artigo

LER/Dort

no trabalho bancário



Vitor Barros Rego

Psicólogo, mestre em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações pela UnB e responsável pela Clínica do Trabalho no Sindicato dos Bancários de Brasília.

Você já se imaginou fazendo suas tarefas diárias com os braços anestesiados? Já imaginou tentar dormir com pequenas pedrinhas pontudas nas suas costas? Seria uma tortura tentar algo do tipo, não é? Pois tais sensações físicas são vivenciadas cotidianamente e com muito mais intensidade por quem sofre de Lesões por Esforços Repetitivos ou os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/Dort), que envolvem as tendinites, tenossinovites, cervicalgias, dentre outros.

Trata-se de um adoecimento que, aparentemente, tem sintomas físicos, mas traz armadilhas psíquicas. Para que os tendões inflamem a fim de causar os Dort's, são necessárias demandas sem qualquer descanso, além de controle rígido sobre a execução das tarefas. Apesar de que em alguns setores existam gestores que ajudam a exercer este controle, o peso de errar, de não dar conta de um alto volume de trabalho, de ser taxado o ruim, de ser exposto no ranking como "lanterninha", as possíveis humilhações, o possível descomissionamento ou a possível demissão são ótimos controladores invisíveis neste ambiente de trabalho.

Desta forma, o trabalhador

fica mais concentrado no medo do que no próprio trabalho, ficando impedido de pensar, sentir e refletir sobre esse trabalho. Ao somar a impossibilidade de reflexão com alto volume de trabalho gera o resultado de que tarefas repetitivas simples e a alta competitividade entre os funcionários têm um forte indício de adoecimento no trabalho por esforço repetitivo.

O trabalhador se vê dentro de um jogo no qual vale fazer mais pontos. Mas será que isso mede realmente quem é o bom funcionário? Bem, não há tempo nem espaço para reflexão. Aprisionado na ética e responsabilidade sobre o trabalho, contornar erros e proporcionar o bom atendimento se tornam tarefas exaustivas. Para torná-las menos cansativas seria necessário renunciar a esta qualidade e cair no famoso "arroz com feijão". Assim, começam as jornadas extensas e as pequenas dores. Porém, reconhecer essa dor não é cabível dentro do jogo dos desempenhos fantásticos, sendo negada com uso de relaxantes musculares, analgésicos e anti-inflamatórios.

Perceba que a situação causadora do investimento no trabalho, mesmo doendo não é resolvida, na verdade, é ignorada. A gravidade aumenta:

formigamentos, fisgadas, incômodos, dores mais constantes. Mesmo assim, o trabalhador não consegue ver que sua dedicação a este trabalho está lhe causando isso. Essa cegueira, entorpecida pelos prêmios e o falso senso de utilidade, impede atribuir as dores ao trabalho. Começa uma saga na tentativa de ainda se manter ativo, mas em vão. Seu desempenho não acompanha o ritmo e a incapacidade toma conta do emocional.

Estudos em Psicodinâmica do Trabalho mostraram que o desenvolvimento de LER/Dort traz um agravamento psíquico: a depressão. O trabalhador se deprime por não dar conta, por não estar mais dentro da competição, por se tornar inútil, além dos desgastes emocionais com as dores. A briga agora é consigo: é necessário que se faça terapia, acompanhamento com ortopedista, reumatologista, neurologista... é uma imensa "lista" para quem só tinha preocupação com números. É um caminho que não tem volta, apenas há como evitar piora. Além das dores, dos inchaços, das noites mal dormidas, das piadas dos colegas, das humilhações dos peritos, resta conviver com a constante sensação de ter sido totalmente descartado... a troco de quê?

Para mais orientações sobre o que fazer em caso de diagnóstico de LER/Dort ou sobre como se prevenir, entre em contato com o Sindicato. O telefone é 3262-9026 e o email é secsaude@bancariosdf.com.br. Ajude a mudar essa realidade.

INFORMATIVO **bancário** Especial LER/Dort

CUT **CONTRAF** **FETEC CUT** Centro Norte

Sindicato dos Bancários de Brasília

Presidente Rodrigo Lopes Brito (presidencia@bancariosdf.com.br) **Secretária de Imprensa** Rosane Alaby
Conselho Editorial Wandier Severo (Caixa), Antonio Eustáquio (BRB), Rafael Zanon (BB) e Rosane Alaby (Bancos Privados)
Jornalista responsável e edição Renato Alves **Editor Assistente** Rodrigo Couto **Redação** Thais Rohrer, André Shalders e Priscilla Beine (estagiária) **Editor de Arte** Valdo Virgo **Diagramação** Marcos Alves **Webmaster** Elton Valadas **Cinegrafista** Ricardo Oliveira
Fotografia Agnaldo Azevedo **Sede** SHCS EQ 314/315 - Bloco A - Asa Sul - Brasília (DF) - CEP 70383-400 **Telefones** (61) 3262-9090
 (61) 3346-2210 (imprensa) **Fax** (61) 3346-8822 **Endereço eletrônico** www.bancariosdf.com.br **e-mail** imprensa@bancariosdf.com.br
Tragem 20.000 exemplares **Distribuição gratuita** Todas as opiniões emitidas neste informativo são de responsabilidade da diretoria do SEEB-DF