

PREVALÊNCIA DE DOR E DESCONFORTO EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DE UM HOSPITAL PRIVADO DA CIDADE DE PELOTAS-RS

SOFIA ETCHEPARE SILVEIRA¹; BRUNA GODINHO CORRÊA²; BRUNO DUTRA FRANK³; MILENA DA SILVA MALTA⁴; GIANE BRAIDA⁵

¹Universidade Católica de Pelotas (UCPel) – sofia.silveira@sou.ucpel.edu.br

²Universidade Católica de Pelotas (UCPel) – bruna.godinho@sou.ucpel.edu.br

³Universidade Católica de Pelotas (UCPel) – bruno.frank@sou.ucpel.edu.br

⁴Universidade Católica de Pelotas (UCPel) – milena.malta@sou.ucpel.edu.br

⁵Universidade Católica de Pelotas (UCPel) – giane.braida@ucpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A enfermagem é uma profissão extremamente importante a qual visa a saúde coletiva, entretanto também é um ofício que pode ocasionar sobrecarga em quem o desempenha, especialmente associado à exaustão física (OLIVEIRA et al., 2019). Nesse sentido, esses trabalhadores estão expostos às características do ambiente de trabalho, as quais envolvem tarefas repetitivas, levantamento de peso e posturas inadequadas (CORRÊA et al., 2021). Por este motivo, observa-se o aumento da prevalência de dor crônica e/ou aguda entre esses profissionais, principalmente relacionada a lombalgia e dores em tornozelos e pés (CARDOSO et al., 2022).

A dor, especialmente a crônica, pode estar relacionada a um adoecimento ocupacional o qual representa qualquer alteração biológica ou funcional que ocorre em razão do trabalho (MINISTÉRIO DO TRABALHO, 2018). Nessa perspectiva, é previsto por lei que no ambiente laboral haja um monitoramento e cuidado, o qual busque o reconhecimento de riscos, adoção de medidas de controle e medidas corretivas em casos de anormalidades (MINISTÉRIO DO TRABALHO, 2018).

Sob essa ótica, percebe-se que os distúrbios musculoesqueléticos são um dos agravos que mais acometem esses trabalhadores e que por esse motivo necessitam de algumas medidas preventivas que podem ser adotadas a fim de reduzir a prevalência e a intensidade da dor (SANTOS, MARTINEZ-SILVEIRA, FERNANDES 2024). Em geral, problemas como lombalgia, são mais prevalentes quando não há o fortalecimento muscular adequado (YILDIRIM KALABALIK, ORTANCIL, EGE 2024). Ademais, não só essa prevenção de adoecimento é importante para os empregados quando se trata de saúde, mas também para os empregadores, visto que evita a necessidade de afastamento do funcionário devido a instalação de patologias. Nessa lógica, esse estudo objetiva descrever a prevalência e a intensidade de dor e desconforto em profissionais da enfermagem que atuam em um hospital privado da cidade de Pelotas-RS, a fim de identificar uma possível necessidade de implementação de práticas preventivas.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, com amostragem por conveniência. A população-alvo se constituiu de profissionais de enfermagem de um

hospital privado na cidade de Pelotas-RS que aceitassem participar da pesquisa através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Foi aplicado um questionário em modelo de entrevista presencial utilizando Google Formulários. Também foi utilizado o Diagrama de Corlett (LIGEIRO, 2010), para coleta de dor e desconforto relacionada ao trabalho. O diagrama avalia a presença de dor e desconforto através da apresentação de uma figura com a representação do corpo humano, dividido por áreas numeradas de 1 - 27. A região selecionada pelos participantes através da numeração, representa o local de presença de dor.

Para a análise e processamento dos dados foi utilizado o Software SPSS versão 26.0 com análise de dados descritos em frequência simples e relativa. Ressalta-se que a coleta de dados só foi iniciada após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Católica de Pelotas sob parecer nº: 6.901.741.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os 37 profissionais de enfermagem participantes, a maioria eram mulheres (78,4%), possuíam renda de até R\$ 3.000,00 reais (65,8%) e tinham como grau de escolaridade o ensino médio completo (62,2%). A respeito das atividades laborais, toda a amostra relatou realizar levantamento de cargas pesadas e 37,8% já necessitou ficar afastada do trabalho por alguma condição de saúde.

Com relação a dor e desconforto antes e depois da jornada de trabalho, a maioria dos profissionais não tinham dor pré-jornada de trabalho, mas, após a jornada as prevalências de dor aumentaram, com destaque para a região de costas inferiores e pernas, onde ao final a maioria apresentava dor, respectivamente 54,1% e 56,8%, conforme Tabela 1.

Tabela 1 - Prevalência de dor e desconforto na amostra de profissionais de enfermagem do hospital privado da cidade de Pelotas-RS, 2024. (N=37).

Local acometido	Dor e desconforto em profissionais da enfermagem % (N)	
	Pré-jornada de trabalho	Pós-jornada de trabalho
Costas Superiores		
Não	64,9 (24)	56,8 (21)
Sim	35,1 (13)	43,2 (16)
Costas Médias		
Não	70,3 (26)	51,4 (19)
Sim	29,7 (11)	48,6 (18)
Costas inferiores		
Não	64,9 (24)	45,9 (17)
Sim	35,1 (13)	54,1 (20)
Pernas		
Não	73,0 (27)	43,2 (16)
Sim	27,0 (10)	56,8 (21)
Pés		
Não	78,4 (29)	54,1 (20)
Sim	21,6 (8)	45,9 (17)

Em comparação com o estudo realizado por CORRÊA (2021) com foco em profissionais da enfermagem atuantes de Unidades Básicas de Saúde, nota-se uma semelhança nos achados, em que também se observa um predomínio de profissionais do sexo feminino, que possuem 44% de prevalência de dor crônica ou aguda, especialmente na região lombar.

Corroborando com isto, estudos trazem que uma maior prevalência de dores osteomusculares pode impedir a realização de atividades laborais. E, esse impedimento, também demonstrou associação com a realização de esforço físico constante (CARDOSO et al., 2022). Ademais, de acordo com SANTOS (2024), intervenções multidimensionais podem ser uma estratégia promissora para a prevenção e melhora dos distúrbios musculoesqueléticos. Através dos exercícios físicos laborais supervisionados por profissionais de saúde, como o fisioterapeuta.

Nesse sentido, estudos já discorrem sobre os benefícios da implementação de metodologias preventivas, objetivando evitar que sintomas dolorosos se tornem patologias instaladas que reduzam ou impeçam o exercício profissional. Assim, uma alternativa efetiva é a ginástica laboral. Técnica que tem como objetivo melhorar a qualidade de vida e condições de trabalho por meio de exercícios físicos de mobilidade, alongamento e fortalecimento voltados para a atividade laboral, sendo geralmente realizadas por profissionais fisioterapeutas. Outrossim, essas atividades são boas para melhorar a qualidade de vida, satisfação da equipe com a atividade laboral e redução de sintomas como a fadiga e a dor, sendo então estratégias adequadas para implementação nos casos de altas prevalências de dor e desconforto (MARTINEZ 2020).

4. CONCLUSÕES

Em suma, a implementação da ginástica laboral entre os profissionais da enfermagem pode atuar como forma de prevenção de lombalgias e dores em membros inferiores as quais este e outros estudos retratam altas prevalências. Nesse sentido, essa profilaxia pode garantir melhoria no bem estar e qualidade de vida destes profissionais, além de reduzir quadros graves de distúrbios musculoesqueléticos, e necessidade de afastamento das atividades laborais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARDOSO, A.C.A; FARIA, A.L.M.; REIS, F.T.B.; GOMES JÚNIOR, S de S; GUERRA, H.S. Prevalência e fatores associados à dor musculoesquelética em trabalhadores da enfermagem. **Rev Baiana Saúde Pública**. 2022;46(3):116–33.

CORRÊA PINTO, R.N.; SILVA, M.C. da; CAPUTO, E.L.; DOMINGUES, M.R. Low back pain prevalence and associated factors in nurses from Brazilian primary health units. **Work**, Amsterdam, v.70, n.1, p.279-285, 2021.

LIGEIRO, J. **Ferramentas de avaliação ergonômica em atividades multifuncionais: a contribuição da ergonomia para o design de ambientes de trabalho**. 2010. Dissertação (Mestrado em Design) – Programa de Pós-Graduação em Design, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (UNESP), Bauru, 2010

MARTINEZ VML. The importance of workplace exercise. **Rev Bras Med Trab.** 2021 Dec 30;19(4):523-528. doi: 10.47626/1679-4435-2021-666. PMID: 35733538; PMCID: PMC9162294.

MINISTÉRIO DO TRABALHO . **Adoecimento Ocupacional: Um Mal Invisível e Silencioso.** 28 Sept. 2018. Acessado em 25 ago. 2025. Online. Disponível em: <<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/escola/e-biblioteca/cartilha-adoecimento-ocupacional-um-mal-invisivel-e-silencioso.pdf>>

OLIVEIRA J.F.; SANTOS A.M.; PRIMO L.S.; SILVA M.R.S.; DOMINGUES E.S.; MOREIRA F.P.; WIENER C.; OSES J.P. Satisfação profissional e sobrecarga de trabalho de enfermeiros da área de saúde mental. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.24, n.7, p.2593-2599, jul. 2019.

SANTOS, P.G.A.S.; MARTINEZ-SILVEIRA, M.S.; FERNANDES, R.C.P. Intervenções no trabalho para prevenção de distúrbios musculoesqueléticos: revisão sistemática de ensaios randomizados. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional** [online], São Paulo, v.49, e12, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369/33622pt2024v49e12>. Acesso em: [colocar data de acesso].

YILDIRIM KALABALIK G, ORTANCIL Ö, EGE F. Low back pain frequency and the related risk factors in nurses and caregivers. **Agri.** 2024 Jul;36(3):171-180. English. doi: 10.14744/agri.2023.51196. PMID: 38985102.