

# LESÕES POR ESFORÇOS REPETITIVOS: Manifestações de Sofrimento Psíquico nas Organizações

**Josieli Piovesan<sup>1</sup>**

**Anita Guazzelli Bernardes<sup>2</sup>**

**Karim Kaiomi de Oliveira Bordignon<sup>3</sup>**

**Laís Piovesan<sup>4</sup>**

## RESUMO

O presente trabalho consiste em algumas considerações acerca das manifestações de sofrimento psíquico nas organizações através das LER (Lesões por Esforços Repetitivos) e as implicações para a saúde física e mental do ser humano vulnerável a riscos ocupacionais. Para tanto, utilizar-se-á referencial teórico pertinente ao tema, como, trabalho e carga psíquica e LER, bem como a experiência *"in loco"* vivenciada durante o Estágio Profissionalizante em Psicologia Organizacional, realizado em um frigorífico em uma cidade do interior do Rio Grande do Sul. Com isso, foi possível observar que a presença de enfermidades ocupacionais, evoca não apenas a dor física, mas uma gama de outros sentimentos, como a perda da condição de saudável, dificuldade em enfrentar limitações, incapacidades na realização de atividades cotidianas, antes executadas sem dor, mudança de papel social no trabalho, na família e círculo social, culminando em sofrimento psíquico.

**Palavras-chave:** Lesões por esforços repetitivos; trabalho; sofrimento psíquico.

<sup>1</sup> Psicóloga, especialista em Educação Especial. josipiovesan@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Psicologia pela PUCRS. Professora e Pesquisadora do Mestrado em Psicologia da Saúde na Universidade Católica Dom Bosco. anitabernardes@ig.com.br

<sup>3</sup> Fisioterapeuta, com especialização em Fisiologia do Exercício (UNICRUZ) e em Educação Especial (URI-FW)

<sup>4</sup> Psicóloga, especializando em Saúde Mental pela Escola de Saúde Pública.

<sup>5</sup> Entrevistas foram realizadas com o intuito de realizar um diagnóstico organizacional.

## INTRODUÇÃO

O trabalho é uma das fontes de satisfação de diversas necessidades humanas, como auto-realização, sustentação de relações interpessoais e sobrevivência. Todavia, pode ser manancial de adoecimento, em especial quando apresenta fatores de risco para a saúde, sendo que o trabalhador não dispõe de recursos para manejar as situações que emanem riscos, o que os torna mais vulneráveis ao adoecimento psíquico e físico (CODO e ALMEIDA, 1998).

Desta forma, Liedke (2002) acrescenta que o trabalho dignifica e enriquece o ser humano, mas não se pode esquecer que também pode ser fonte de sofrimento e desgaste. Portanto, deve-se considerar os dois focos do trabalho, o que é fonte de satisfação e aquele que traz desgaste.

Nesse sentido um aspecto importante de ser considerado é que, em nossa sociedade, quem não trabalha ou não tem um emprego, frequentemente é rechaçado e torna-se alvo de chacotas entre as pessoas, o que se torna um estressor para o mesmo (LIEDKE 2002). Em virtude disso, alguns indivíduos se sujeitam a condições precárias, a fim de terem um emprego e serem reconhecidos por isso, no entanto, estar empregado também o expõe a situações de risco, que os tornam vulneráveis. A partir disso, o presente trabalho tem por objetivo abordar a temática Lesões por Esforços Repetitivos (LER), tomando esta como uma das diversas formas de manifestações de sofrimento psíquico nas organizações.

## TRABALHO E CARGA PSÍQUICA

O trabalho modifica o sujeito, sendo esta uma relação recíproca, em que as transformações que ocorrem no âmbito individual e organizacional refletem mudanças no ambiente de trabalho. O ser humano possui uma história que lhe é peculiar e influencia suas relações, sentimentos e trabalho. Todavia, a empresa também carrega consigo características particulares, e esta relação sujeito-organização pode repercutir em conflitos, desta forma, as condições de trabalho podem ser fonte de satisfa-

ção para uns, enquanto para outros podem ser geradoras de sofrimento. (DEJOURS, ABDOUCHELI e JAYET, 1994).

A relação entre organização do trabalho e as peculiaridades do indivíduo, tem como efeito a carga psíquica, que por suas características subjetivas não são mensuráveis, no entanto aparece através das manifestações de sofrimento psíquico na organização (SELIGMANN– SILVA 1994). Dejours, Abdoucheli e Jayet (1994) acrescentam que a carga psíquica pode ter um caráter positivo, que sucede quando é possibilitado ao funcionário formas de canalizar a energia psíquica tornando-a assim equilibrante. E pode ser negativa, nos casos em que não é proporcionado aos funcionários recursos para a descarga da energia, o que torna a atividade exaustiva e fonte de adoecimento.

Nesse sentido, quando o sujeito não dispõe de recursos para aliviar a carga psíquica, há um acúmulo que acarreta insatisfação, tensão e desprazer. No entanto, a retenção desta carga não pode permanecer muito tempo no aparelho psíquico, o sujeito precisa liberá-la, sendo que na maioria das vezes usa-se do corpo como porta-voz do sofrimento que não foi canalizado através de outra via (DEJOURS, ABDOUCHELI e JAYET, 1994). Frente a um estressor o sujeito tende a se desorganizar, abalando o equilíbrio e o psiquismo e, não suportando ser inundado pela angústia oriunda de uma nova situação, utiliza o corpo, no qual há possibilidade somática para elaborar os conteúdos ansiogênicos.

Frente ao sofrimento psíquico eminente da organização do trabalho e das peculiaridades de cada envolvido, aparecem as defesas que são utilizadas a fim de minimizar o sofrimento advindo de uma situação estressora. Segundo Roudinesco e Plon (1998), o termo defesa consiste em um arcabouço de manifestações utilizadas pelos sujeitos com objetivo de proteger-se de situações agressivas internas e externas, que podem causar sofrimento e desprazer.

Existem inúmeras maneiras dos indivíduos se defenderem do sofrimento no trabalho, sendo que as defesas podem se apresentar com uma roupagem individual ou coletiva. As defesas individuais podem ser traduzidas e manifestas por característi-

cas de individualidade, intelectualização, negação do sofrimento, autopunição e introjeção. Por sua vez as defesas coletivas servem para minimizar o sofrimento, fantasias e medos individuais, o que contribui para que o sujeito mantenha-se capaz de executar suas atribuições sem a presença do sofrimento eminente e muitas vezes paralisador. Nesse sentido, esta forma de defesa denota uma negação coletiva das situações estressoras, o que permite a manutenção do trabalho de forma mais saudável (DEJOURS, ABDOUCHELI e JAYET, 1994).

Desta forma, Codo e Almeida (1998) fazem uma importante consideração ao referir que o aparecimento de doenças ocupacionais configura-se em uma via de comunicação, em que o sujeito expressa através do corpo seus conflitos e fantasias, no entanto a queixa centra-se no sintoma, e falando sobre este, possivelmente, obterá alívio, pois não há entendimento que os sintomas estejam vinculados ao psiquismo, este entendimento não habita a consciência.

Lipp e Malagris (1998) colabora, referindo que algumas pessoas têm dificuldades em expressar seus sentimentos através da fala e acabam utilizando o corpo como porta-voz de seus sentimentos, ansiedades e frustrações, o que pode potencializar o aparecimento de uma patologia, dentre estas, as lesões por esforços repetitivos.

### *LER – Lesões por esforços repetitivos*

Conforme a Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes (2000), a segunda causa de afastamento do trabalho, em nosso país é caracterizada pelo aparecimento de doenças ocupacionais, como as LER. Para tanto se faz importante à conceituação das LER, assim como seu diagnóstico e prevenção.

De acordo com Merlo et al (2003) a terminologia LER é utilizada para designar lesões decorrentes de esforços repetitivos. Atualmente essas lesões também são designadas DORT (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho), além de outras correlatas a esta patologia.

No início dos anos 80, as LER eram associadas a profissionais da informática, contudo, atualmente, esta patologia já se alastra e é comum a quase todas as atividades ocupacionais. Esta doença apresenta um caráter crônico, em que a dor se faz presente de forma contínua na vida profissional e pessoal dos sujeitos acometidos por ela (MERLO et al, 2003).

Variadas nomenclaturas abarcam as LER, como por exemplo, tenossinovites, tendinites, epicondrites, bursite, entre outras síndromes compressivas e enfermidades associadas ao uso repetitivo de segmentos do corpo, principalmente referentes aos membros superiores. Todavia as possíveis causas da mesma situam-se em dois aspectos comuns, a saber, a organização do trabalho e os aspectos psicológicos (CODO e ALMEIDA, 1998). Ainda agrupam-se como LER afecções que podem abarcar tendões, sinóvias, músculos, nervos, fâcias, ligamentos, de maneira isolada ou associada, acometendo, principalmente os membros superiores, região escapular e pescoço, com origem ocupacional, podem também se instalar e aparecer em outras localizações (MERLO et al, 2003).

De acordo com Durão (1987 apud Lipp e Malagris, 1998) múltiplos fatores de risco podem estar vinculados ao aparecimento de doenças ocupacionais, como por exemplo, físicos (excesso de ruídos), químicos (gases poluentes, produtos corrosivos), biológicos (vírus), ergonômicos (postura inadequada, móveis inadequados) e/ ou psicossociais (falta de *feedback*). Estes fatores de risco podem contribuir para o aparecimento do estresse, que é entendido como uma reação que abrange componentes físicos e psicológicos oriundos da exposição a situações que excedem os recursos de enfrentamento do sujeito. É uma reação adaptativa do organismo à sociedade que está em constante mudança e transformações. Todavia, quando suas causas se prolongam e os recursos são incipientes, o estresse pode lançar-se a fases de maior gravidade, momento em que o corpo torna-se mais vulnerável a doenças diversas. A forma com que o sujeito responderá a estas ocasiões irá depender de sua herança genética, da forma que vivencia as situações cotidianas, estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com fa-

tores estressantes e ainda a acuidade e duração do agente gerador de estresse (LIPP e MALAGRIS, 1998).

Vários fatores associados ao trabalho concorrem para o aparecimento das LER como a repetitividade de movimentos, a manutenção de posturas inadequadas, o esforço físico, a invariabilidade de tarefas, a pressão mecânica sobre determinados segmentos do corpo, o trabalho muscular estático, impactos e vibrações.

Codo e Almeida (1998) questionam que, se as LER são causadas por esforço repetitivo deveriam acometer todos os funcionários de uma linha de produção, o que não é totalmente verídico. Com isso, pontuam que as características individuais configuram-se em pontos cruciais para o aparecimento da patologia. Citam como algumas destas características, a busca pela perfeição, preocupação excessiva com erros, necessidade de vencer as limitações, ser reconhecido e valorizado pela sua atividade, habitualmente estas preocupações servem para ocultar um erro de outrora. Comumente quando estes profissionais adoecem aparece o sentimento de impotência e desvalia.

O que, segundo Dejours, Abdoucheli e Jayet (1994, Codo e Almeida, 1998), corrobora para que frequentemente o trabalhador disfarce seu adoecimento, pois há no meio social e organizacional uma associação entre doença, ociosidade e desinteresse. O que se intensifica quando a doença é de ordem psíquica, pois o diagnóstico é mais restrito. No que concerne ao diagnóstico das LER é importante mencionar que é um processo complexo, já que depende quase exclusivamente do relato do paciente. Embora a sensibilidade tátil do profissional da área médica seja apurada, a percepção das doenças ocupacionais tem um caráter quase imperceptível. (LIMA e OLIVEIRA, 1998).

### *A LER na Experiência profissional*

Durante o Estágio Profissionalizante em Psicologia Organizacional (EPPO) em um frigorífico localizado em uma cidade do interior do Rio Grande do Sul, foi possível presenciar inúmeras queixas re-

ferentes às LER, sendo que durante a realização de entrevistas<sup>5</sup> num setor de linha de produção, as queixas foram mais presentes. Para tanto, serão ilustradas algumas das falas dos entrevistados "... trabalho com dores e não falo nada, por medo que meu supervisor ache que sou preguiçoso...". Esta fala explana o quanto o adoecimento pode proporcionar sentimento de menos valia, impotência e medo de ser rotulado como preguiçoso, desinteressado entre outras nomenclaturas empregadas pela sociedade e pelas organizações para designar indivíduos que não trabalham. Este entendimento também pode ser reforçado em outro exemplo, citado por outro entrevistado "... nos finais de semana fico com panos quentes sobre os braços para poder trabalhar durante a semana".

Outro discurso bastante encontrado no setor em que foram realizadas as entrevistas exemplifica a dupla face do trabalho, a que dignifica, dá prazer e satisfaz, assim como a que origina dor, o sofrimento e o desprazer. "... gosto do trabalho que faço, porém a dor faz com que eu pense em desistir...". Outro aspecto que deve ser avaliado na relação sujeito-trabalho, refere-se à discrepância entre o desejo e a fantasia acerca do emprego e a situação real vivenciada no ambiente de trabalho. O que, se não for trabalhado, pode acarretar em sofrimento, frustração e assim, corroborar para o aparecimento de doenças ocupacionais (PRADO e LIMA, 1998). Isso pode ser ilustrado pela fala de um entrevistado "sempre quis trabalhar nesta empresa, mas quando iniciei percebi que era muito diferente do que eu esperava... a necessidade faz com que eu continue trabalhando, mesmo não estando satisfeito", em outra fala "... preciso sustentar minha família, então continuo trabalhando com dores".

Segundo Codo e Almeida (1998), a LER consiste em uma doença, no entanto não podemos esquecer que também contribui para denunciar que algo não está bem, servindo desta forma como sintoma de um conflito nuclear. Diante disso, é aconselhado utilizar-se do aparecimento das síndromes ocupacionais a fim de (re) conhecer o ambiente organizacional e suas peculiaridades para então trabalhar de forma preventiva, reduzindo os riscos inerentes ao desempenho das funções.

Em uma das entrevistas, um indivíduo proferiu a seguinte frase, "... na sexta-feira à tarde vou ao ambulatório e peço ao médico um remédio para aliviar a dor nos braços, para que eu possa voltar a trabalhar segunda-feira... até alivia, mas durante o final de semana não posso nem levantar um balde ou plantar minhas verduras". Esta citação ilustra as perdas plausíveis de serem vivenciadas por um portador de LER ou de outra patologia ocupacional crônica. A perda não está localizada apenas nos membros do corpo, alude a perdas excedentes, como sentimento de impotência frente a movimentos corriqueiros, antes executados com facilidade, perda da destreza em manusear objetos cotidianos, entre outras situações da vida diária que ganham um simbolismo antes não percebido, por antes ser realizado com facilidade e sem dor (CODO, ALMEIDA, 1998).

A escuta do profissional da Psicologia deve se centrar não somente no relato da dor física, mas também e, principalmente, no que esta dor está representando para este sujeito. Para melhor exemplificar, cito, "toda lesão dolorosa do corpo será percebida como uma lesão e uma dor externa, porque o próprio corpo é percebido imaginariamente como um invólucro denso e sensível que nos contém e nos carrega" (NASIO, 1997, p.72). Para tanto, o psicólogo precisa estar atento às manifestações de sofrimento psíquico nas organizações, visando entender e abordar esta temática junto aos envolvidos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do que foi exposto, fica evidenciado que a temática trabalho pode evocar sentimentos ambivalentes, como prazer e sofrimento, sendo que estas duas visões não podem ser consideradas dissociadas e excludentes, já que caminham juntas. Quando há o desejo de entendermos esta relação, há necessidade de refletirmos acerca da representação e simbologia que o trabalho representa para os sujeitos.

Quando aludimos à presença de enfermidades ocupacionais, devemos levar em consideração não apenas a dor física, pois há uma gama de outros

sentimentos enfrentados por estes trabalhadores que também evocam sofrimento, tais como, perda da condição de saudável, resistência em aceitar o diagnóstico, dificuldade em enfrentar limitações e incapacidades na realização de atividades cotidianas, antes executadas sem dor, mudança de papel social no trabalho, na família e círculo social, bem como outras conjunturas que os indivíduos acometidos por LER deparam-se com o aparecimento e manifestação desta patologia e que corroboram para o aparecimento do sofrimento psíquico.

## REFERÊNCIAS

- CODO, Wanderley; ALMEIDA, Maria Celeste C. G. (orgs). **LER: Diagnóstico, tratamento e prevenção: Uma abordagem interdisciplinar**. 4ª ed. Petrópolis: Vozes, 1998.
- DEJOURS, Christophe, ABDOUCHELI, Elisabeth, JAYET, Christian. **Psicodinâmica do trabalho: Contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho**. São Paulo: Atlas, 1994.
- LIEDKE, E. R. Trabalho. In: CATTANI. **Dicionário crítico sobre trabalho e tecnologia**. 4ª ed. Petrópolis: Vozes; Porto alegre: Ed. da UFRGS, 2002.
- LIMA, Alexandre Bonetti, OLIVEIRA, Fábio de. **Abordagem psicossocial da LER: Ideologia da culpabilidade e grupos de qualidade de vida**. In: CODO, Wanderley; ALMEIDA, Maria Celeste C. G. (orgs). **LER: Diagnóstico, tratamento e prevenção: Uma abordagem interdisciplinar**. 4ª ed. Petrópolis: Vozes, 1998.
- LIPP, M. E. N.; MALAGRIS, L.N. **Manejo do estresse**. In: RANGÉ (org). **Psicoterapia Comportamental e Cognitiva: Pesquisa, prática, aplicações e problemas**. São Paulo: Editorial Psy, 1998.
- MERLO, Álvaro Roberto Crespo. et al. **O trabalho entre prazer, sofrimento e adoecimento: A realidade dos portadores de lesões por esforços repetitivos**. In: Revista Psicologia e Sociedade, v. 15, nº 1, 117-136, Jan/Jun, 2003.

NASIO, Juan David. **O livro da dor e do amor**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1997.

PRADO, Clara V. dos Anjos, LIMA, Maria E. Antunes. **As lesões por esforço repetitivo**: o papel da gerência. In: CODO, Wanderley; ALMEIDA, Maria Celeste C. G. (orgs). **LER: Diagnóstico, tratamento e prevenção: Uma abordagem interdisciplinar**. 4ª ed. Petrópolis: Vozes, 1998.

ROUDINESCO, Elisabeth, PLON, Michel. **Dicionário de Psicanálise**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1998.

SELIGMANN- SILVA, Edith. **Desgaste Mental no trabalho**. São Paulo: Editora Cortez, 1994.