



Notas de intervenção (breve texto de apresentação)

1) “Atenção! Mais carga não”

2) As lesões músculo-esqueléticas são uma prioridade para a UE. Os objectivos traçados na Estratégia de Lisboa prevêem não só uma taxa de actividade de 70% até 2010, como também a criação de mais e melhor emprego na Europa. O combate das lesões músculo-esqueléticas, que constitui o principal problema relacionado com o trabalho na Europa, contribuiria para o alcance deste objectivo. As estratégias comunitárias em matéria de segurança e saúde no trabalho identificam igualmente as lesões músculo-esqueléticas como uma prioridade.

As estatísticas provenientes da Fundação Europeia para a Melhoria das Condições de Vida e de Trabalho (Quarto Inquérito Europeu sobre as Condições de Trabalho, 2005) revelam que perto de 24% dos trabalhadores da UE-25 dizem sofrer de lombalgias e 22% queixam-se de dores musculares. Essas duas lesões são mais frequentes nos novos Estados-Membros (39% e 36%, respectivamente). Cerca de 62% dos trabalhadores estão expostos, pelo menos durante um quarto do horário de trabalho, a movimentos repetitivos das mãos e dos braços, 46% a posturas dolorosas ou cansativas e 35% ao transporte ou movimentação de cargas pesadas.

3) As lesões músculo-esqueléticas de origem profissional são lesões de estruturas orgânicas como os músculos, as articulações, os tendões, os ligamentos, os nervos e sistemas circulatórios localizados do aparelho circulatório, causadas ou agravadas principalmente pela actividade profissional e pelos efeitos das condições imediatas em que essa actividade tem lugar.

Estas lesões afectam principalmente a região dorso-lombar, a zona cervical, os ombros e os membros superiores, mas podem afectar também os membros inferiores. Algumas lesões músculo-esqueléticas, tais como a síndrome do canal cárpico, que afecta o pulso, são lesões específicas que se caracterizam por sinais e sintomas bem definidos. Outras manifestam-se unicamente por dor ou desconforto, sem que existam sinais de uma lesão clara e específica.

A maioria das lesões músculo-esqueléticas de origem profissional são lesões cumulativas resultantes da exposição repetida a esforços mais ou menos intensos ao longo de um período de tempo prolongado. No entanto, podem também ter a forma de traumatismos agudos, tais como fracturas causadas por acidentes.

Os factores de risco podem exercer uma acção isolada, embora a probabilidade de desenvolver LME seja maior se vários factores de risco interagirem. Estes factores podem ser divididos em três grupos: físicos; organizacionais e psicossociais; e individuais.

Exemplos destes riscos são:

- físicos: movimentos repetitivos, vibrações, posturas forçadas
- organizacionais: baixos níveis de autonomia/satisfação com o trabalho, trabalho repetitivo executado a um ritmo acelerado
- individuais: antecedentes clínicos, capacidade física, idade

4) “Atenção! Mais carga não” é a campanha europeia de 2007 da Agência Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho, que visa combater as LME no local de trabalho. As Presidências alemã e portuguesa da UE em 2007, o Parlamento Europeu, a Comissão Europeia e os parceiros sociais europeus manifestam o seu



apoio conjunto a esta campanha que culmina na Semana Europeia da Segurança e da Saúde no Trabalho, a ter lugar entre 22 e 26 de Outubro de 2007.

As campanhas europeias têm decorrido desde 2000, sob a forma de séries anuais de eventos que visam promover a segurança e a saúde no trabalho. A campanha conta com cinco objectivos estratégicos: sensibilização, fornecimento de informação, desenvolvimento e disponibilização de recursos, promoção de actividades com impacto no local de trabalho, identificação e reconhecimento de boas práticas. As LME foram igualmente objecto da primeira campanha europeia em 2000, “Não vires as costas às perturbações músculo-esqueléticas”.

5) A campanha “Atenção! Mais carga não” apoia uma abordagem de gestão integrada das LME, que inclui a prevenção de problemas músculo-esqueléticos e a conservação no emprego de trabalhadores que sofrem de lesões músculo-esqueléticas. A campanha atribui especial importância ao conceito de “gestão da carga”, que abrange todos os tipos de “pressão” exercida sobre o corpo, bem como as cargas a suportar. Em geral, o stresse, o frio, bem como o ritmo de trabalho, entre outros, podem contribuir para o desenvolvimento de pressões. Por este motivo, é importante avaliar a gama completa dos riscos de LME e abordá-los de uma forma abrangente.

A campanha europeia tem igualmente por objectivo apoiar a conservação no emprego, a reabilitação e a reintegração dos trabalhadores que já sofrem de lesões músculo-esqueléticas. Deverá ser atribuída especial atenção ao apoio social e organizacional para permitir que os trabalhadores que sofrem de lesões músculo-esqueléticas se mantenham em actividade ou sejam reintegrados.

6) Todos partilhamos a responsabilidade de combater as LME: tais como os empregadores; os trabalhadores e respectivos representantes em questões de segurança; as autoridades governamentais; as organizações de saúde e segurança; e os decisores políticos.

Os empregadores têm a obrigação legal de avaliar os riscos no local de trabalho e de intervir por forma a garantir a segurança e a saúde dos trabalhadores. No entanto, os empregadores deverão fazer mais do que cumprir simplesmente com as suas obrigações legais. Elas deverão dar o exemplo e demonstrar um interesse real pela saúde e segurança. Isto é do interesse dos próprios empregadores: uma boa gestão da segurança não só é benéfica para o negócio, como é ainda característica de uma organização eficazmente gerida.

A segurança não é unicamente da responsabilidade do empregador – os trabalhadores têm igualmente responsabilidades de cooperar com os respectivos empregadores por forma a se protegerem e aos seus colegas de trabalho. O envolvimento dos trabalhadores é essencial para combater os perigos presentes no local de trabalho, uma vez que eles conhecem o local de trabalho melhor do que ninguém. Os trabalhadores deverão receber informações e formação em matéria de LME para que saibam como evitar perigos e riscos específicos.

Todos em conjunto, os representantes em questões de segurança, as autoridades governamentais, as organizações de saúde e de segurança e os decisores políticos, têm um papel importante a desempenhar.

7) Poderá obter mais informações sobre a campanha “Atenção! Mais carga não” no *website* da Agência Europeia: <http://ew2007.osha.europa.eu>, e sobre as LME em: <http://osha.europa.eu/msds>