

**Título: Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) em odontólogos: revisão bibliográfica**

Autor(es) Amêne Coimbra Pinheiro; Ana Caroline Bessa Araújo; Andressa Cristina Silva de Sousa Gomes; Samanda Maria Gomes da Silva; Denise Maria Sá Machado Diniz\*

E-mail para contato: dmsmdiniz@hotmail.com

IES: ESTÁCIO FIC / Ceará

Palavra(s) Chave(s): transtornos traumáticos acumulativos; odontologia; prevenção e controle

**RESUMO**

Nos dias de hoje, os sintomas osteomusculares relacionados ao trabalho atingem vários profissionais de diferentes categorias e têm várias denominações, entre as quais lesões por esforços repetitivos (LER) e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT), adotadas pelos ministérios da Saúde e da Previdência Social. Dentre as profissões acometidas, a odontologia tem sido considerada como uma profissão exigente. Este trabalho teve por objetivo conhecer os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) em odontólogos, explicando os fatores de risco, identificando as regiões mais afetadas e propondo ações válidas para minimizar as DORT em odontólogos. A pesquisa foi realizada nas bases dos dados Pubmed e Bireme (Medline, Lilacs, Scielo), Google acadêmico. Foram utilizadas fontes tornadas públicas, com data de publicação até 15 anos atrás, tendo como forma de leitura crítica, seletiva, reflexiva e analítica. A amostra foi composta com livros e artigos de pesquisa utilizando os seguintes descritores: Transtornos Traumáticos Cumulativos, Odontologia e Prevenção e Controle. Foram incluídos 6 livros e 19 artigos científicos que abordarem o tema, na língua inglesa e/ou portuguesa devendo ter sido publicados nos últimos 15 anos e excluídos os artigos que apenas citem a profissão e que não citem as DORT. As LER/DORT, que estão frequentemente associadas ao exercício da odontologia, são as seguintes: cervicobraquialgia, ombro doloroso, síndrome do desfiladeiro torácico, epicondilite lateral, síndrome do túnel do carpo, tenossinovite de quervain. A prevenção é um aspecto bastante importante e, em virtude da causalidade das LER/DORT, não se tem dúvida de que é a organização do trabalho que deve ser modificada, principalmente a relação trabalhador-trabalho e que a educação em saúde é uma outra prática que precisa ser estimulada junto às populações de risco. As ações preventivas a LER/DORT adotadas pelos profissionais irão propiciar uma melhora na sua qualidade de vida. Recomenda-se alternância entre períodos de esforço muscular e de tarefas que exijam maior e menor esforço; evitar ficar em posição estática por um período de tempo prolongado; evitar forças e movimentos repetitivos; adotar posturas ergonômicas corretas mantendo as articulações numa posição neutra e os membros próximos ao corpo; evitar a flexão da coluna vertebral para frente; prevenir a fadiga muscular executando paradas para repouso durante a jornada de trabalho, manter, sempre que possível, os punhos em posição neutra, isto é, estirados. A conduta de tratamento inicia-se com um tratamento conservador, afastando o profissional da atividade de esforço repetitivo, medicação analgésica e antiinflamatória, fisioterapia, reforço muscular, orientações preventivas e gerais sobre a organização do trabalho, e em alguns casos, o tratamento cirúrgico é indicado. De acordo com o presente trabalho, pode-se afirmar que os locais onde os odontólogos apresentam mais lesões são ombro e braço e o maior fator de risco é a repetitividade de movimentos, sendo uma das profissões que mais ocorrem relatos da presença de DORT. Com isso, a LER/DORT se tornou responsável pela grande maioria dos afastamentos temporários de profissionais do trabalho. Portanto, é necessário que os odontólogos se conscientizem da importância fundamental da prevenção nas LER/DORT, devendo adotar um estilo de vida saudável com práticas de atividades físicas, alongamentos, alimentação saudável, controle do estresse, além de organizar-se no trabalho seguindo as normas ergonômicas.