

Área temática: Saúde

ANÁLISE DOS DISTÚRBIOS PSICOSSOMÁTICOS E DA QUALIDADE DO SONO EM PACIENTES COM LER/DORT

Roberta de Andrade Freire¹, Rafaela Apolinário da Rocha Farias², Maria

Cláudia Gatto Cardia³

INTRODUÇÃO: Lesão por Esforço Repetitivo/Distúrbio Osteomuscular Relacionado ao Trabalho (LER/DORT) caracteriza-se sendo uma síndrome que pode provocar sequelas irreversíveis e levar a uma invalidez permanente para aos trabalhadores (MORAIS E BASTOS, 2013). A ideia de que as lesões poderiam surgir de causas psicossomáticas se deu devido ¹ao difícil diagnóstico de LER/DORT, no qual a dor intensa, durante ou não o trabalho repetitivo, deve ser considerada de forma autêntica, independente de sua origem ser psicológica ou física. Nesse caso, existem dois fatos importantes a serem considerados: o adoecer psíquico pela limitação imposta pela doença e suas sequelas, e o adoecer pelos fatores psíquicos. Ambas agravam o quadro clínico do indivíduo (LINDEN et al., 2014). A qualidade do sono é outro fator a ser ressaltado nessa síndrome por ser importante na função biológica para a consolidação da memória, termorregulação, conservação e restauração do metabolismo energético cerebral. Seus transtornos repercutem na perda da qualidade de vida, disfunção autonômica, diminuição do desempenho profissional, aumento na incidência de transtornos psiquiátricos, com prejuízos na segurança pessoal (CARDOSO et al., 2009). Este estudo teve como objetivo analisar a qualidade do sono e os distúrbios Psicossomáticos em trabalhadores com LER/DORT. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por dez trabalhadores encaminhados pelo Centro de Referência de Saúde do Trabalhador - macrorregional João Pessoa que foram atendidos no Projeto de Extensão de Fisioterapia do Trabalho (PROFIT) na Clínica Escola de Fisioterapia da UFPB. Foram empregados dois questionários: Avaliação da Qualidade do Sono e Avaliação dos Distúrbios Psicossomáticos. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Ao analisar os distúrbios psicossomáticos, 80% dos pacientes apresentaram queixas físicas pelo menos uma vez por semana, com a cefaleia sendo a mais citada; Apresentaram distúrbios psicológicos pelo menos uma vez ao dia 20% dos trabalhadores e a cada seis meses 50% deles, sendo a fúria o mais comum. Segundo Linden et al., (2014) isto ocorre devido aos sentimentos de desconfiança, insatisfação, angústia e medo de perder o emprego. Expressaram completa insatisfação dentre os

¹ Curso de Fisioterapia, discente colaboradora, robertaafreire90@gmail.com.

² Curso de Fisioterapia, discente colaboradora, rafaela_apolinario@hotmail.com.

³ Curso de Fisioterapia, professora colaboradora, gattocardia@gmail.com.

aspectos psicossociais 60% da amostra, sendo a condição financeira de maior relevância. Sobre a qualidade do sono percebeu-se que 80% dos trabalhadores apresentavam algum distúrbio e apenas 20% referiram sono tranquilo. Observou-se também que 60% dormem menos de seis horas. Fato preocupante, pois um adulto necessita de 7 a 8 horas de sono diárias (CRONFLI, 2002). Em relação à intensidade do sono, 100% apresentam alguma inquietação, desde a um sono leve a um sono profundo, mas que acorda fácil. Assim, começam a sofrer riscos pela falta de sono, desde em curto prazo, como o cansaço, irritabilidade, alterações de humor, redução da capacidade de planejar e executar (CRONFLI, 2002); como riscos em longo prazo, como diminuição da capacidade física e envelhecimento precoce. Por isso, apenas 20% dos indivíduos acordam descansados. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** O perfil dos usuários do PROFIT expressou a relação dos aspectos multifatoriais e multidimensionais, com relevância individual e social com a LER/DORTs indicando a necessidade de atenção especial aos distúrbios psicossomáticos e do sono.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Transtornos do sono. Socialização

REFERÊNCIAS

CARDOSO, H. C; BUENO, F.C.C; MATA, J. C, et al. Avaliação da qualidade do sono em estudantes de Medicina. **Revista brasileira de educação médica**; v. 33, n. 3; Goiânia, 2009.

CRONFLI, R. T. A importância do sono. **Revista Cérebro & Mente**, 2002.

LINDEN, C. L. C; SOUZA, D. S; SANTOS, G. A. Uma abordagem psicossomática do sujeito que adoece de LER/DORT. **Revista Digital**; n. 196. Buenos Aires, 2014.

MORAES, P. W. T.; BASTOS, A. V. B. As LER/DORT e os fatores psicossociais. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**; v. 65, n. 1. Rio de Janeiro 2013