

LER/DORT

Saiba como prevenir



COMO FALAR COM O SINDICATO

Sindicato dos Bancários de São Paulo, Osasco e Região – CUT Secretaria de Saúde e Condições de Trabalho

Rua São Bento, 413 – Centro

☎ 3188-5268/5269 e 5270

www.spbancarios.com.br

Regional Oeste

Rua Arthur de Azevedo, 2007 – Pinheiros

☎ 3814-2583

Regional Norte

Rua Banco das Palmas, 288 – Santana

☎ 6979-7720

Regional Leste

Rua Icém, 67 – Tatuapé

☎ 6191-0494 - 293-0765

Regional Sul

Rua Ada Negri, 127 – Santo Amaro

☎ 5641-6733 e 5641-2227 ramais 27 e 30

Regional Paulista

Rua Carlos Sampaio, 305 – Metrô Brigadeiro

☎ 3284-7873 e 3285-0027

Regional Osasco

Rua Presidente Castelo Branco, 150 – Centro

☎ 3682-3060 e 3685-2562

Publicação do Sindicato dos Bancários e Financeiros de São Paulo, Osasco e Região – CUT • Presidente: João Vaccari Neto • Secretária de Saúde e Condições de Trabalho: Deise Teixeira Lessa • Supervisão Técnica, Médica e Jurídica da 7ª edição: Maria Maeno e Gislândia Ferreira da Silva • Assessoria: João Adonias de Oliveira • Assistentes técnicos: Bernadete P. Martins de Souza, Marcio Gonçalves Pereira, Carlos Alberto Michelin • Edição eletrônica: Virgínia Leite • Ilustrações: Márcio Baraldi • Produção: Secretaria de Imprensa e Comunicação do Sindicato dos Bancários. 2003 • Tiragem: 25 mil • Impressão: Bangraf (11) 6947-0265 • Setembro de 2003.

APRESENTAÇÃO

Todo bancário já ouviu falar em LER/DORT, as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) ou Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT). O que poucos sabem é que estas são doenças graves, que podem levar à incapacidade para o trabalho, e que há meios de preveni-las, principalmente se houver empenho dos empregadores e uma política para tal. Quando estas doenças já estão instaladas, é necessário ao trabalhador adoentado o conhecimento de seus direitos, para exigí-los e assim evitar que a empresa simplesmente se livre do “problema”, demitindo-o.

Já existe inclusive um programa de prevenção acordado entre a Executiva Nacional dos Bancários e a Fenaban, mas ele ainda não foi implementado na grande maioria dos bancos. Conheça, nesta sétima edição da cartilha desenvolvida pela Secretaria de Saúde e Condições de Trabalho do Sindicato dos Bancários e Financeiros de São Paulo, Osasco e Região, mais detalhes sobre estas enfermidades, campeãs entre as moléstias que acometem os bancários, e como proceder em defesa de seus interesses junto com o Sindicato.

DEFINIÇÃO E ORIGEM

Ritmo de trabalho e pressão maiores aumentam casos de LER

LER/DORT são termos que designam um conjunto de doenças que atingem músculos, tendões, nervos e articulações dos membros superiores (dedos, mãos, punhos, antebraços e braços) e, eventualmente, membros inferiores e coluna vertebral. Decorrem de sobrecarga do sistema músculo-esquelético no trabalho, que vai se acumulando ao longo do tempo.

POR QUE OCORREM?

Porque as empresas têm diminuído seu contingente de trabalhadores, sobrecarregando os que ficam. O ritmo de trabalho aumenta, a pressão por produtividade também. Aos que trabalham nos setores operacionais, concomitantemente à pressão contínua e ao trabalho extenuante, sem pausas, restam os movimentos repetitivos, as “intermináveis” horas em posição desconfortável e a dificuldade até de satisfazer necessidades fisiológicas.

COMO IDENTIFICAR A LER/DORT?

Comparemos duas situações:



SITUAÇÃO 1: Um caixa de banco escorrega e cai no ambiente de trabalho sobre a mão direita. Não há fratura, mas nos dias seguintes há dor e inchaço no punho e na mão, com dificuldade para realizar movimentos “normais”. O médico lhe diz que o diagnóstico é tendinite de punho direito. Mas neste caso a tendinite é uma reação inflamatória de aparecimento agudo causada pela queda. Em alguns dias, o caixa deverá se recuperar.

Este é um caso de tendinite traumática, isto é, decorrente de um trauma. Trata-se de acidente de trabalho típico, mas não de LER/DORT.

SITUAÇÃO 2: Um bancário trabalha há 10 anos como caixa e há 4 sente dor e fadiga nos membros superiores, principalmente no punho direito e ombro esquerdo. Essa dor passou a ser constante nos últimos dois anos. Um médico faz o diagnóstico de tendinite de punho direito e tendinite de ombro esquerdo. Investigando as possíveis causas, conclui que se trata de um quadro clínico que tem relação com os movimentos repetitivos dos dedos da mão direita utilizada para a digitação, concomitantemente aos movimentos repetitivos do ombro esquerdo, em suspensão, utilizado para passar documentos um a um na máquina e para depois entregá-los aos clientes.

Este é um caso de LER/DORT, doença ocupacional.

As lesões são resultado de “agressões” diárias, que duram meses ou anos. O sistema músculo-esquelético é exigido por tempo prolongado, não tem tempo para se recuperar e acaba se desgastando, causando dor e fadiga na pessoa.

CATEGORIAS NA MIRA

Trabalhadores de qualquer ramo de atividade podem ser atingidos, mas as LER/DORT são mais comuns em funções de digitação, operação de telemarketing, caixas, trabalhadores de linha de montagem e produção, escriturários, trabalhadores da área de comunicações, confecções, alimentos, gráfica etc.

Na categoria bancária, como você já sabe, é um problema disseminado. Mas atenção: o diagnóstico pode não trazer as palavras “LER/DORT”. Há várias doenças relacionadas ao problema, como tenossinovite, tendinite, epicondilite, síndrome do túnel do carpo, síndrome miofascial, bursite, síndrome do desfiladeiro torácico, tendinite de DEQuervain, entre muitas outras.

Quando diagnosticadas precocemente e os fatores de risco afastados, com tratamento correto pode ocorrer recuperação total. Do contrário, a doença pode se tornar crônica, de difícil controle.

Problema é disseminado na categoria

PREVENÇÃO

A prevenção só ocorrerá se os fatores lesivos forem enfrentados. Palestras, ginástica laboral ou mudanças de mobiliário não resolverão os problemas se não estiverem integradas a uma política da empresa de gestão dos riscos à saúde. O maior desafio para a prevenção é resgatar o trabalhador como sujeito, recuperar sua potencialidade intelectual e garantir espaço para sua criatividade. Dessa forma, repetitividade, estresse e sobrecarga de certos grupos musculares não poderiam fazer parte do trabalho.

Para isso, os trabalhadores devem ter como objetivos o controle do ritmo de trabalho; enriquecimento das tarefas, não permitindo a fragmentação do trabalho; definição do período da jornada de trabalho em que há esforço repetitivo e do período em que ele não esteja presente; eliminação das horas extras; pausas durante o trabalho; adequação do posto de trabalho para evitar posturas incorretas - mobiliário e máquinas devem ser ajustados às características físicas individuais – e ambiente com temperatura, ruído e iluminação adequados.

A prevenção deve focalizar a organização do trabalho

COMO LUTAR CONTRA A LER/DORT

As LER/DORT são reconhecidas como doenças do trabalho, tanto pelo SUS (Portaria 1339/ GM, 1999) como pelo INSS (anexo II do decreto 3.048/99). Mas as empresas continuam tentando negar sua existência, freqüentemente descaracterizando as lesões como ocupacionais. Então, cabe ao trabalhador, o principal atingido, se organizar para alterar esse quadro. Veja como:

- Fortalecendo as organizações dos trabalhadores por local de trabalho, seja em forma de comissões internas de prevenção de acidentes (CIPA) ou outras comissões;
- Conhecendo a legislação do Ministério do Trabalho (prevenção), do Sistema Único de Saúde-SUS (prevenção e assistência, incluindo reabilitação) e da Previdência Social (concessão de benefícios por incapacidade para o trabalho e reabilitação profissional);
- Cobrando do poder público a sua atuação na prevenção de doenças ocupacionais;
- Inserindo as questões de saúde e segurança no trabalho nas cláusulas dos acordos coletivos de trabalho;
- Participando de reuniões sobre saúde para obter informações corretas e atualizadas.

A prevenção só será possível se houver a convergência do saber de profissionais com o saber do trabalhador. Nada substitui o conhecimento e a experiência do trabalhador. A contratação de “especialistas” não propiciará a prevenção de doenças: as condições existentes é que têm de ser alteradas. E isso só ocorrerá se houver acordos e negociações.



DIREITOS E CONDIÇÕES AMBIENTAIS DE TRABALHO

Há várias normas que regulamentam os direitos dos trabalhadores a melhores condições de trabalho. Confira algumas delas:

NORMA REGULAMENTADORA 17

Cuida da ergonomia e das condições de trabalho. Estabelece parâmetros que permitem a adaptação das condições de trabalho às características do trabalhador, de modo a proporcionar o máximo conforto, segurança e desempenho.

NORMA REGULAMENTADORA 9 - MAPAS DE RISCO

A NR9 obriga a elaboração de mapas de riscos ambientais nas empresas, que devem ser realizados pelas CIPAs após os trabalhadores serem ouvidos.

NORMA REGULAMENTADORA 5 - CIPAs

A NR 5 regulamenta a CIPA (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes), que é composta por representantes do empregador e dos empregados e tem por fim relatar condições de risco existentes no ambiente de trabalho e solicitar medidas para reduzi-los, eliminá-los ou neutralizá-los. O movimento sindical reivindica a livre organização da CIPA nos locais de trabalho.

NORMA REGULAMENTADORA 7 - TIPOS DE EXAMES MÉDICOS

A NR7 trata dos exames médicos e institui o Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional. A empresa é obrigada a realizar os exames médicos admissional, periódico, de retorno ao trabalho, de mudança de função e demissional, nos seguintes moldes:

PERIÓDICO

Anual, para os trabalhadores expostos a riscos ou situações de trabalho que impliquem no desencadeamento ou agravamento de doença ocupacional. Nas demais atividades, deve ser anual para menores de 18 anos e maiores de 45, e a cada dois anos para os demais;

RETORNO AO TRABALHO

Os trabalhadores que ficarem afastados por período igual ou superior a 30 dias por motivo de doença, acidente (ocupacional ou não) ou parto devem ser submetidos obrigatoriamente a exame médico no primeiro dia do retorno ao trabalho;

MUDANÇA DE FUNÇÃO

Realizado antes da mudança;

Conhecer a legislação é importante para garantir direitos

DEMISSIONAL

Realizado até a data da homologação da rescisão contratual, desde que transcorridos 135 dias do último exame (periódico, de retorno, de mudança de função).

A cada exame realizado será emitido **Atestado de Saúde Ocupacional - ASO** - e uma via deve ser entregue obrigatoriamente ao trabalhador. Caso haja constatação, suspeita ou agravamento de doença profissional ou do trabalho, caberá ao médico coordenador ou encarregado solicitar à empresa a emissão da CAT (Comunicação de Acidente de Trabalho).

CAT



A Comunicação de Acidente de Trabalho – CAT - deve ser obrigatoriamente emitida pelo empregador na constatação, suspeita ou agravamento da LER/DORT, com o afastamento do trabalhador da atividade e encaminhamento ao INSS.

A CAT deve ser emitida no primeiro dia útil após o diagnóstico médico, ou seja, após a conclusão de que o trabalhador é ou pode ser portador de doença profissional ou do trabalho. A não notificação de doença do trabalho constitui crime (art. 269 do Código Penal combinado com art. 169 da CLT). Na recusa da emissão da CAT pela empresa podem fazê-lo o médico que assistiu o trabalhador, qualquer autoridade pública, o Sindicato ou o próprio trabalhador. A CAT é emitida em seis vias, sendo que uma delas deve ser entregue ao próprio trabalhador e outra encaminhada ao Sindicato.

NEXO CAUSAL E SAT

O trabalhador só tem direito aos benefícios acidentários com a caracterização do nexo causal (relação de causa e efeito entre o trabalho e a doença) feita pela perícia médica do INSS. Constatado o nexo entre a doença e o trabalho, o médico avalia se o trabalhador se encontra incapacitado para o trabalho temporária ou definitivamente. A modificação de função ou afastamento sem que haja emissão da CAT e reconhecimento da doença pelo INSS não garante uma série de direitos.

BENEFÍCIOS E DIREITOS PREVIDENCIÁRIOS

Tanto os acidentes de trabalho, incluindo os de trajeto, quanto as doenças profissionais ou do trabalho, recebem o mesmo tratamento legal.

AUXÍLIO-DOENÇA (B31)	Benefício temporário, mensal, concedido ao empregado que não tem condições de trabalhar por acidente ou doença. O afastamento deve ser superior a 15 dias.
AUXÍLIO-DOENÇA POR ACIDENTE DE TRABALHO (B91)	Benefício temporário, mensal, concedido ao empregado que não tem condições de trabalhar por acidente ou doença relacionados ao trabalho. O afastamento deve ser superior a 15 dias.
AUXÍLIO-ACIDENTE (B94)	Benefício concedido ao empregado que tem capacidade de trabalho diminuída parcial e de forma permanente, constatado no momento da alta. Dura até a aposentadoria.
APOSENTADORIA POR INVALIDEZ	Benefício concedido ao empregado que tiver perda total e permanente da capacidade do trabalho.

ESTABILIDADE NO EMPREGO

O trabalhador que, em razão de acidente ou doença do trabalho, ficar afastado do trabalho por mais de 15 dias, recebendo portanto o auxílio-doença acidentário (E-91), tem estabilidade no emprego pelo período mínimo de 12 meses contados a partir do encerramento do auxílio-doença acidentário.

FGTS

Durante o período em que o trabalhador estiver afastado do trabalho, recebendo auxílio-doença acidentário (E-91), o empregador deve recolher a parcela que lhe compete à conta do Fundo de Garantia por Tempo de Serviço.

SAT

Os benefícios auxílio-doença acidentário, auxílio-acidente, aposentadoria por invalidez por acidente e a reabilitação profissional integram o seguro público de acidentes do trabalho (SAT). O direito do trabalhador ao benefício independe de comprovação de culpa do empregador pelo acidente. Basta que seja estabelecido o nexo causal e a incapacidade para o trabalho. Com a Emenda Constitucional nº 20 de 15/12/98 abriu-se a possibilidade de privatização do SAT e repasse de parte dos serviços de concessão de benefícios acidentários a seguradoras privadas. O Sindicato dos Bancários, juntamente com outras entidades, luta para a manutenção do SAT público.

Lesionado
afastado tem
direito à
estabilidade
no emprego

O QUE PREVÊ A CONVENÇÃO DOS BANCÁRIOS

AUXÍLIO-CESTA ALIMENTAÇÃO

O empregado afastado por acidente do trabalho ou doença tem direito ao auxílio-cesta alimentação por um prazo de cento e oitenta dias, contados do primeiro dia de afastamento do trabalho.

COMPLEMENTO AUXÍLIO-DOENÇA

Já o empregado em gozo de auxílio-doença previdenciário ou de auxílio-doença acidentário, para cada licença concedida, tem direito à complementação salarial, por um período de 24 meses. O valor do complemento equivale à diferença entre a importância paga pelo INSS e o somatório das verbas fixas por ele recebidas mensalmente, atualizadas.

O banco deve fazer o adiantamento do auxílio-doença acidentário ou previdenciário ao empregado enquanto este não receber da Previdência Social o valor a ele devido, procedendo o empregado o acerto com o banco quando do pagamento pelo órgão previdenciário.



ENDEREÇOS E TELEFONES ÚTEIS

CEREST/SP

Centro de Referência em Saúde do
Trabalhador do Estado de São Paulo
Rua Conselheiro Crispiniano, 20,
8º andar – Centro
☎ 3231-5390 e 3259-9075
cerestsp@ig.com.br

C.R.S.T. – SÉ

Rua Frederico Alvarenga, 259 – 5º andar
☎ 3105-5330 e 3106-8908
crstse@hotmail.com

C.R.S.T. – FREGUESIA DO Ó

Av. Itaberaba, 1210
☎ 3975-0974 e 3976-3474
crst.fo@ig.com.br

C.R.S.T. – POMPÉIA

Rua Cotoxó, 664
☎ 3865-2213 e 3865-2077
crst.lapa@ig.com.br

C.R.S.T. - MOÓCA

Av. Paes de Barros, 872
☎ 6605-0222 e 6604-7207
crst.mo@ig.com.br

C.R.S.T. – SANTO AMARO

Av. Adolfo Pinheiro, 581
☎ 5691-0731 e 5523-5382
crst.santoamaro@ig.com.br

C.R.S.T. – SÃO BERNARDO DO CAMPO

Rua Maria Adelaide Quelhas, 55
Jd. Olavo Bilac
☎ 4125-9139

PAM – OSASCO

Av. Getúlio Vargas, 889
Jd. Piratininga
☎ 3686-4000

LINKS ESPECIALIZADOS EM SAÚDE DO TRABALHADOR

SINDICATO DOS BANCÁRIOS DE SÃO PAULO, OSASCO E REGIÃO

www.spbancarios.com.br/saude
e-mail: saude@spbancarios.com.br

CONFEDERAÇÃO NACIONAL DOS BANCÁRIOS

www.cnbcut.com.br

FEDERAÇÃO DOS BANCÁRIOS DE SÃO PAULO

www.fetespp.org.br

INST – INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE NO TRABALHO – CUT

www.instcut.org.br
e-mail: inst@instcut.org.br

PREVIDÊNCIA SOCIAL

www.mpas.gov.br

MINISTÉRIO DA SAÚDE

www.saude.gov.br

FUNDACENTRO

www.fundacentro.gov.br
e-mail: cnt@fundacentro.gov.br

ASSÉDIO MORAL - TERRORISMO PSICOLÓGICO

www.assediomoral.org

CENTRO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA DE SÃO PAULO

dvst@cvs.saude.sp.gov.br



**Sindicato dos Bancários e Financeiros
de São Paulo, Osasco e Região CUT**



Central Única dos Trabalhadores