



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"



Ergonews

Débora Monteiro de Lima, Patricia Petromilli Nordi Sasso Garcia, Juliana Alvares Duarte Bonini Campos, Fernanda Salloume Sampaio Bonafé, Cristina Dupim Presoto, Danielle Wajngarten, Ingrid Mertens Silva: Campus de Araraquara, Faculdade de Odontologia, Curso de Graduação em Odontologia, deboramlima@foar.unesp.br, Bolsa de Extensão Universitária.

Eixo 2: Os Valores para Teorias e Práticas Vitais

Resumo

O presente trabalho tem como objetivo apresentar o projeto de extensão universitária "Ergonews", o qual é caracterizado por um telejornal e um jornal impresso. No telejornal os assuntos relacionados com a Ergonomia em Odontologia são apresentados de forma irreverente, por meio de projeção multimídia, para os estudantes 2º ano do curso de Graduação em Odontologia da Faculdade de Odontologia de Araraquara – UNESP, em data específica, previamente agendada. O jornal impresso tem como proposta a atualização dos conceitos de saúde ocupacional e racionalização do trabalho. Conta com entrevistas a diversos profissionais como médicos, fisioterapeutas, enfermeiros, psicólogos, cirurgiões-dentistas, administradores de empresa, bem como artigos científicos, dicas para melhorar o trabalho e a qualidade de vida dos profissionais. O jornal impresso é entregue a todos os estudantes do curso de graduação em Odontologia e aos profissionais da área odontológica do serviço público da Prefeitura Municipal de Araraquara.

Palavras-Chave: *Ergonomia. Ensino. Odontologia*

Abstract:

The present study aims to introduce the university extension project "Ergonews" characterized by a television news and newspaper. The television news subjects related to dental ergonomics are present irreverently through multimedia projection to second years graduation students of Araraquara Dental School - UNESP, in specific date, previously scheduled. The newspaper purpose is to update the concepts of occupational health interviews with professionals such as doctors, physiotherapists, nurses, psychologists, dentists, business managers, as well as scientific articles, tips to improve the work and the quality of life of professionals. The newspaper is delivered to all dental students and public service dentists in the city of Araraquara.

Keywords: *Ergonomic, Education, Dentistry*

Introdução

A Odontologia, pela própria característica do seu de trabalho é uma profissão que expõe seus trabalhadores a vários agentes agressivos (RISING, et al, 2005, LINDFORS et al., 2006), podendo levá-los a um aumento da fadiga, comprometimento da sua qualidade de vida e desenvolvimento de doenças ocupacionais (SILVA, 2001, KAWASE, 2006). As doenças ocupacionais causam grande impacto social e econômico para os seus trabalhadores, que em muitos casos apresentam queda na sua produtividade, finalização da carreira profissional e necessitam arcar com grandes despesas médicas (GARCIA et al, 2012b). Durante o curso de graduação em Odontologia, os futuros profissionais, ao realizarem suas atividades

laboratoriais e clínicas, encontram as mesmas dificuldades relacionadas ao campo de trabalho odontológico do que um profissional formado, com um fator agravante que é a ausência de habilidades manuais e psicológicas totalmente desenvolvidas para o exercício da profissão, o que faz com que o seu risco de desenvolvimento de distúrbios musculoesqueléticos seja grande (GARCIA et al., 2012a, CORROCHER et al, 2013, GARCIA et al., 2013a). Em função disso, é de suma importância que o seu treinamento e a sua conscientização tenham início o mais precocemente possível, mediante a adoção de uma doutrina baseada na racionalização do trabalho e na prevenção de distúrbios ocupacionais, dentro das organizações educacionais, envolvendo o trabalho com responsabilidades institucionais e acadêmicas



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"



Compartilhadas (GARCIA et al., 2012a, GOTTARDELLO, 2014). Dentro deste contexto, devem ser implementadas ações para reforçar a educação e motivação dos acadêmicos com vistas à melhoria da percepção destes indivíduos frente aos riscos ocupacionais aos quais estão expostos (PRESOTO et al., 2012, GARCIA et al., 2013b).

Da mesma forma, após a conclusão do curso de graduação em Odontologia, os cirurgiões-dentistas se distanciam dos conceitos de prevenção de doenças ocupacionais e acabam negligenciando a sua prática diária com a adoção de posturas de trabalho inadequadas. Assim, esta população também deve ser passível de estratégias que visem a prevenção de distúrbios musculoesqueléticos.

Objetivos

O presente trabalho tem como objetivo apresentar o Projeto de Extensão Ergonews, o qual é caracterizado por um telejornal e um jornal impresso. O telejornal é direcionado aos alunos do 2º ano do curso de Graduação em Odontologia da Faculdade de Odontologia de Araraquara - UNESP e o jornal impresso é voltado para todos os estudantes da Graduação da Faculdade de Odontologia de Araraquara - UNESP bem como para os cirurgiões-dentistas, técnicos em saúde bucal e auxiliares de saúde bucal da Prefeitura Municipal de Araraquara.

Material e Métodos

O Ergonews - telejornal tem como finalidade a ampliação dos conhecimentos adquiridos na disciplina de Ergonomia em Odontologia I, pelos alunos do 2º ano do curso de Graduação em Odontologia da Faculdade de Odontologia de Araraquara. Ele aborda temas como a importância da racionalização do trabalho para aumento da produtividade, postura ergonômica, saúde ocupacional, controle de infecção cruzada na prática odontológica - biossegurança, equipamentos odontológicos e delegação de funções - trabalho a quatro mãos. Os temas são os abordados pela disciplina de ergonomia em Odontologia I da Faculdade de Odontologia de Araraquara - UNESP, mas são apresentados de forma irreverente, contendo curiosidades, depoimentos dos próprios alunos de outras séries e entrevistas com profissionais formados e atuantes na profissão. A apresentação do Ergonews - telejornal ocorre em data específica, previamente agendada com os estudantes e a coordenadora do projeto. Após a apresentação do Ergonews os estudantes são

solicitados a realizar um exercício que se baseia na avaliação crítica dos conceitos pelo telejornal. Os exercícios são entregues, por escrito, para a coordenadora do projeto para que as respostas sejam discutidas em sala de aula.

O Ergonews - jornal impresso tem como proposta a atualização dos conceitos de Ergonomia em Odontologia, Racionalização do Trabalho Odontológico, Biossegurança e Saúde Ocupacional aos profissionais da área odontológica do Serviço Público Municipal de Araraquara, bem como para os estudantes de Odontologia, independentemente da sua série.

O jornal impresso apresenta um "Editorial" que introduz os temas que serão abordados no número apresentado (Figura 1), "Artigos" escritos por diversos profissionais como médicos, fisioterapeutas, enfermeiros, psicólogos, cirurgiões-dentistas, administradores de empresa (Figura 2) contendo informações para a melhoria do trabalho e da qualidade de vida dos profissionais do serviço público. O jornal contém também uma seção chamada "Tirando dúvidas" (Figura 4) onde os leitores são esclarecidos a respeito de dúvidas existentes em sua rotina de trabalho e uma seção de passatempo contendo "Cruzadinhas" (Figura 3) para o teste do conhecimento adquirido com a leitura do jornal e uma "Charge" (Figura 4) relacionada com um dos assuntos abordados no jornal.

Tanto para o Ergonews telejornal quanto para o jornal impresso um logotipo foi desenvolvido, o qual está presente nas filmagens do telejornal e no jornal impresso (Figura 5).



Figura 1 – Editorial e artigo do Ergonews 2014.



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"



ARTIGO

DISTÚRBIOS OSTEOMUSCULARES EM PROFISSIONAIS DA ODONTOLOGIA

Os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) podem acometer profissionais de diversas áreas, inclusive da Odontologia, sendo que os principais fatores de risco a que cirurgiões-dentistas, auxiliares em saúde bucal e técnicos em saúde bucal estão expostos são ligados à postura de trabalho. A manutenção de posturas inadequadas e desconfortáveis por um longo período de tempo, a execução de movimentos repetitivos e o trabalho muscular estático são os fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da DORT.

A prevalência de DORT entre cirurgiões-dentistas e outros profissionais da Odontologia é alta e manifesta-se principalmente como dor, formigamento e dormência no pescoço, ombros, mãos, punhos e dor e rigidez lombar, o que pode acarretar em diminuição da produtividade, do desempenho, da satisfação com o trabalho e da qualidade de vida, aumento da ansiedade e do estresse e até mesmo o abandono precoce do mercado de trabalho.

Assim, para evitar o aparecimento destes distúrbios, os profissionais da área devem seguir alguns requisitos básicos de postura de trabalho, os quais foram propostos por PORTO em 1994:

- 1) Altura do mocho e ângulo entre as pernas: as costas devem ficar paralelas ao solo formando ângulo de 90º com as pernas e os pés devem ficar bem apoiados no chão;
- 2) Costas ligeiramente retas e apoiadas no encosto do mocho;
- 3) Cotovelos perto do corpo;
- 4) Quando o paciente está deitado, a boca deve estar no mesmo nível que os joelhos do paciente;
- 5) Altura da cadeira: ajustada à estatura da equipe sentada;
- 6) Posicionamento da cabeça do paciente para trabalhos na maxila, o cabeçote da cadeira deve ficar posicionado para baixo, para trabalhos na mandíbula, o posicionamento do cabeçote deve ser para cima;
- 7) Posicionamento da refletor: para trabalhos na maxila, o refletor deve ficar à frente da boca

do paciente; para trabalhos na mandíbula, o refletor deve ficar perpendicular à boca do paciente;

8) Distância boca do paciente/refletor do cirurgião-dentista: 30 a 40 centímetros;

9) Instrumentos e materiais ao alcance mínimo dos mãos;

10) Uso de sucção de alta potência.

Embora a refina de trabalho do profissional da Odontologia faça com que em algumas situações esses princípios sejam negligenciados, a sua adoção como parte de um hábito profissional saudável é muito importante para evitar o aparecimento de sintomas desagradáveis e promover melhor qualidade de vida para a equipe.

Cristina Dupim Presoto, Cirurgiã Dentista, dislocada em

Clínica Odontológica de

Faculdade Odontológica de

Araraquara - UNESP



Figura 2 – Artigo Ergoneews 2014.



Figura 3 – Cruzadinhas Ergoneews 2014.

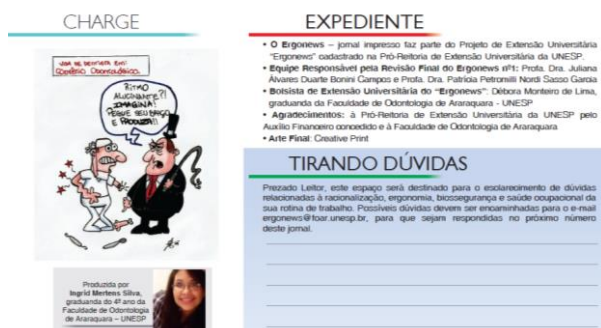


Figura 4 –Charge, Expediente e seção “Tirando dúvidas” Ergoneews 2014.



Figura 5 - Logotipo do telejornal Ergoneews desenvolvido por rDecio Miquelon Junior – FOAr/UNESP.

Resultados e Discussão

O Projeto de Extensão Ergoneews teve início em 2013 sendo que neste primeiro ano a proposta foi a apenas a apresentação do Ergoneews telejornal aos acadêmicos do 2º ano. Neste primeiro momento ele apresentou uma boa aceitação por parte dos estudantes que viram neste projeto uma forma diferente e divertida de aprender sobre saúde ocupacional em Odontologia.

Considerando que os profissionais da Odontologia possuem um alto risco de desenvolvimento de doenças ocupacionais em função das próprias características de seu trabalho, no ano de 2014 propôs-se ampliar a atuação do Projeto de Extensão Ergoneews para além dos muros da UNESP, levando-o na forma de Ergoneews jornal impresso para profissionais da área odontológica que trabalham no serviço público municipal de Araraquara.

Assim, durante o ano de 2014, 79 acadêmicos do 2º ano do curso de Graduação em Odontologia da Faculdade de Odontologia de Araraquara – UNESP participaram do Ergoneews telejornal. Com relação ao Ergoneews jornal impresso o mesmo foi entregue a 368 acadêmicos do curso de Odontologia e a 70 cirurgiões-dentistas e 40 auxiliares de saúde bucal da Prefeitura Municipal de Araraquara.

Os temas abordados no jornal impresso (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho em Odontologia, Importância da Ergonomia para o cirurgião-dentista, Requisitos que devem ser observados para escolha de equipamentos odontológicos com vistas à manutenção da saúde ocupacional, Síndrome de Burnout, Influência da postura estática dos dentista nas DORTs e Síndrome Túnel Carpal em Odontologia) foram importantes para relembrar os profissionais sobre a importância de manutenção de sua saúde para que seja possível a promoção da saúde de seu paciente. Portanto, a ampliação do projeto foi muito pertinente pois levou informações sobre a saúde profissional para indivíduos que estão no mercado de trabalho e muitas vezes já enfrentam problemas de ordem ocupacional.

Com relação aos acadêmicos foi possível observar um grande envolvimento dos mesmos em relação ao projeto em apreço.

Face ao exposto acredita-se na colaboração do Projeto de Extensão Ergoneews para a formação de acadêmicos e futuros cirurgiões-dentistas sensibilizados quanto a importância da aplicação dos princípios de racionalização do trabalho para o aumento de sua produtividade e manutenção de sua



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"



qualidade de vida.

Com relação aos profissionais foi possível a realização do reforço positivo dos conceitos aprendidos para os profissionais do serviço público. O aumento na produtividade do cirurgião-dentista que atua em serviço público faz com que a Odontologia cumpra seu papel social, levando atendimento gratuito e de qualidade a maior número de pessoas necessitadas possível. A manutenção da qualidade de vida e da saúde ocupacional do cirurgião-dentista diminui o seu absentetismo, o número de afastamentos por licença saúde e também as reclamações trabalhistas.

Conclusões

Pode-se concluir que o Ergonews foi uma forma auxiliar e divertida de se ensinar a ergonomia voltada para a Odontologia, sensibilizando os estudantes e cirurgiões-dentistas, e auxiliares de saúde bucal sobre a importância da aplicação de seus princípios na prática odontológica

Agradecimentos

À Pro-Reitoria de Extensão Universitária da UNESP e à Direção da Faculdade de Odontologia de Araraquara – UNESP.

CORROCHER, P.A.; PRESOTO, C.D.; CAMPOS, J.A.D.B., GARCIA, P.P.N.S. The association between restorative pre-clinical activities and musculoskeletal disorders. **European Journal of Dental Education**, doi: 10.1111/eje.12070, 2013.

GARCIA, P.P.N.S. PINELLI, C.; DERCELI, J.R. CAMPOS, J.A.D.B. Musculoskeletal disorders in upper limbs in dental students: exposure level to risk factors. **Brazilian Journal of Oral Science**, v. 11, n. 2, p. 148-153, 2012a.

GARCIA, P.P.N.S.; MORETTO, C.M.; OLIVEIRA ALBM. Métodos de avaliação de risco de desordens músculo-esqueléticas nos membros superiores voltados para Odontologia. **Revista de Odontologia Universidade Cidade de São Paulo**, v. 24, n. 2, p. 105-13, 2012b.

GARCIA, P.P.N.S.; WAJNGARTEN, D.; GOTTARDELLO, A.C.A.; CAMPOS, J.A.D.B. Occupational ergonomics: work posture among Brazilian dental students. **Occupational Safety and Hygiene**. CRC Press, p.1 – 646, 2013a.

GARCIA, P.P.N.S.; PRESOTO, C.D.; CAMPOS JADB. Perception of Risk of Musculoskeletal Disorders Among Brazilian Dental Students. **Journal of Dental Education**, v. 77, n. 11, p. 1543-1548, 2013b.

GOTTARDELLO, A.C.A. **Postura ergonômica de trabalho em graduandos de Odontologia: associação entre o conhecimento teórico e a auto avaliação prática**. [Trabalho de Conclusão de Curso]. Araraquara: Faculdade de Odontologia da UNESP; 2014.

KAWASE, P.R. **Constrangimento postural ocupacional determinado pelo equipo odontológico: um estudo de caso**. [dissertação mestrado]. Florianópolis: Engenharia de Produção – Universidade Federal de Santa Catarina; 2006.

LINDFORS, P.; THIELE, U.; LUNDBERG, U. Work characteristics and upper extremity disorders in female dental health workers. **Journal Occupational Health**, v. 48, p. 192-7, 2006.

PRESOTO, C.D.; CORROCHER, P.A.; CAMPOS, J.A.D.B.; GARCIA, P.P.N.S. Fatores de Risco de Desordens Osteomusculares Presentes no Posto de Trabalho de Estudantes de Odontologia. **Pesquisa Brasileira de Odontopediatria e Clínica Integrada**, v. 12, n. 4, p. 549-54, 2012.

RINSING, D.W.; BENNETT, B.C.; HURSH, K.; PLESH O. Reports of body pain in a dental student population. **Journal of American Dental Association**, v. 136, p. 81-6, 2005.

SILVA, C.R.C. **Contrangimentos posturais em ergonomia. uma análise da atividade do endodontista a partir de dois métodos de avaliação**. [dissertação de mestrado]. Florianópolis: Engenharia de Produção – Universidade Federal de Santa Catarina; 2001.