

Mostra de trabalhos acadêmicos reúne produção científica de residentes



O INCA realizou a 11ª Mostra de Trabalhos Acadêmicos da Residência Multiprofissional e de Física Médica, na modalidade remota, nos dias 21 e 24 de fevereiro. Promovida anualmente, a iniciativa tem como objetivo divulgar a produção científica de residentes e orientadores dos programas de Residência Multiprofissional em Oncologia e de Residência em Física Médica, para o público interno e externo.

Participaram residentes de diferentes categorias profissionais, que ingressaram no Instituto em 2020. “Foram apresentadas 26 pesquisas desenvolvidas como trabalhos de conclusão de residência”, explicou Fernando Lopes Tavares de Lima, da Coordenação de Ensino, que elencou, entre as temáticas mais relevantes e atuais, as

apresentações sobre o impacto da pandemia de Covid-19 no cuidado oncológico, além das diferentes abordagens no tratamento das mulheres com câncer de mama e do colo do útero para melhorar a qualidade de vida.

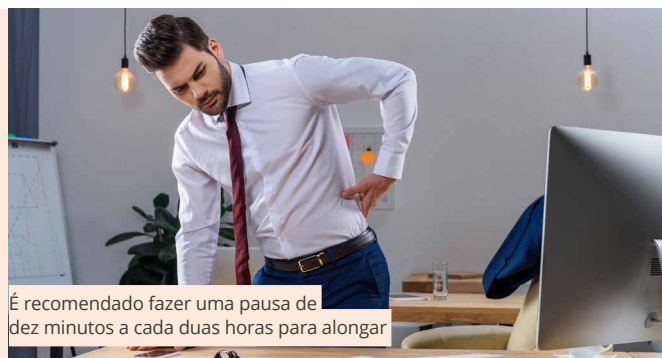
A fisioterapeuta Kajena Nascimento Seriano, aluna da Residência Multiprofissional, apresentou o tema “Uso da bandagem compressiva na dor aguda pós-mastectomia” e elogiou a experiência. “O trabalho de conclusão de residência é minuciosamente detalhado para ser mais do que uma exigência acadêmica, mas sim para somar às evidências científicas e ajudar na qualidade do tratamento dos pacientes oncológicos. A mostra nos dá visibilidade e permite que os frutos da nossa pesquisa alcancem mais pessoas”, observou.

SERVIÇO

Pausa para alongamento e postura adequada previnem dores

Responsável pela Fisioterapia da Divisão de Saúde do Trabalhador (DISAT), a fisioterapeuta Fátima Bussinger alerta para a importância da prevenção das enfermidades ocupacionais, especialmente por meio da realização de alongamentos e da adoção de posturas adequadas. Atualmente, as Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (Dort) e as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) são as principais causas de afastamento das atividades no Brasil. Levantamento do Ministério da Saúde realizado em 2019 mostra que, em 10 anos, as duas enfermidades representam 67.599 casos entre os trabalhadores do país, com aumento de 184% no período.

Segundo Fátima, a LER ocorre por esforço repetitivo, enquanto a Dort tem como causas as posturas incorretas e as estáticas prolongadas, o mobiliário inadequado, os fatores psicológicos, a exposição ocupacional e a sobrecarga física. Além disso, o sexo feminino tem maior tendência a desenvolvê-las. “A ausência de pausas para alongamentos é



outro fator determinante. Os principais sintomas das LER/Dort são cansaço no membro afetado, dor, dormência ou formigamento. E o início é de forma lenta. Se não tratadas precocemente e corretamente, as doenças podem levar à incapacidade funcional e trazer consequências para a vida das pessoas também fora do trabalho”, adverte Fátima, que ressalta a importância de procurar um médico logo no surgimento dos primeiros sinais. “O tratamento deve ser seguido rigorosamente, e o repouso da área afetada é essencial para resolução do quadro inflamatório”.

A fisioterapeuta afirma que a prevenção das LER/Dort exige a consciência dos trabalhadores quanto à própria postura durante as atividades. “É fundamental a pausa para alongamentos. Somente o alongamento consegue interromper o processo inflamatório que ocorre durante os movimentos repetitivos e a contração estática dos músculos”, diz Fátima. O recomendado é fazer uma pausa de dez minutos a cada duas horas para alongar.