

Porque o trabalho não deveria doer...

Lesões Musculo-esqueléticas (LME)

As lesões musculoesqueléticas (LME) representam o tipo mais comum de doença relacionada com o trabalho na Europa. Uma lesão musculoesquelética é uma afeção dolorosa dos músculos, tendões, esqueleto, cartilagem, ligamentos e nervos e é causada por tarefas que levam ao stresse ou a lesões. As LME relacionadas com o trabalho podem ser agravadas por circunstâncias específicas, tais como a organização do trabalho e a intensificação do horário de trabalho.

Fatores que

AGRAVAM A SITUAÇÃO

Organização do trabalho
Intensificação do trabalho
Horário de trabalho

**A legislação da UE
concede-lhe o direito
à avaliação de riscos**

**Fale
com o seu**

Representante

de segurança e saúde no trabalho

Principais causas das LME

63%

Movimentos repetitivos mão-braço

59%

Permanecer sentado

56%

Trabalhar com computadores, portáteis, etc

45%

Posições cansativas ou dolorosas

32%

Carregar ou mover cargas pesadas

20%

Vibrações de ferramentas e/ou máquinas

9%

Levantar ou mover pessoas

Fonte: Inquérito Europeu sobre as Condições de Trabalho 2017, Fundação Europeia para a Melhoria das Condições de Vida e de Trabalho

* % de respondentes que indicam o fator apresentado como causa da LME

CONFEDERATION
SYNDICAT
EUROPEAN
TRADE UNION

etui.