

Problemas na coluna afetam mais da metade dos profissionais da beleza

Testes realizados pelo Instituto de Ortopedia do HC revelam que 59% dos cabeleireiros sentem dor na coluna vertebral

Seja por vaidade ou por necessidade, de tempos em tempos todo mundo vai a um salão de beleza. Mas enquanto profissionais dessa área cuidam de seus clientes, acabam descuidando da própria saúde. O estudo feito no Instituto de Ortopedia do Hospital das Clínicas da FMUSP, ligado à Secretaria de Estado da Saúde, revela que 59% dos profissionais testados sofrem com dores na coluna, 47% nos membros superiores e 27% nos membros inferiores.

Horas de pé não sobrecarregam tanto as pernas quanto escovar os cabelos da clientela. Há uma maior incidência de dores na coluna e nos braços do que nos membros infe-

riores, e são as mulheres as que mais se queixam, “talvez por serem maioria na profissão”, diz a fisiatra Júlia Greve.

As dores nas costas e de membros superiores não têm relação com o peso e índice de massa corporal, mas estão relacionadas ao sedentarismo. Os profissionais que praticam alguma atividade física sentem menos dor, em comparação aos indivíduos que não fazem exercício.

O número de horas trabalhadas na semana também influencia nas dores músculo-esqueléticas sentidas por cabeleireiros e manicures. Os que trabalham mais que 50 horas semanais sofrem mais dores. A lombar e

os ombros também sentem o peso dos anos de profissão, os profissionais que estão no mercado a mais de quatro anos se queixam mais que os iniciantes.

“A pesquisa feita com profissionais da área aponta para a ergonomia da atividade (tempo de trabalho e movimentos utilizados e repetitivos) como um fator importante na origem das dores músculo-esqueléticas referidas (coluna e membros superiores) e também a falta de um programa de exercícios adequados às necessidades específicas da profissão, visto que ainda que a atividade física diminua a queixa de dor, não previne completamente”, conclui Júlia