

# **ERGONOMIA E GINÁSTICA LABORAL NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO TRABALHADOR EM EMPRESAS**

III Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 3<sup>a</sup> edição, de 16/11/2022 a 18/11/2022

ISBN dos Anais: 978-65-5465-006-9

DOI: 10.54265/CNTE4814

**FREITAS; Matheus Blank Manhães Freitas<sup>1</sup>, SOUZA; Lara Luiza Campos de<sup>2</sup>**

## **RESUMO**

### **INTRODUÇÃO**

A regulamentação do Fisioterapeuta na área de Ergonomia e Ginástica Laboral possui uma importância singular, devido ser um membro da equipe de saúde com sólida formação científica que atua no desenvolvimento de técnicas de prevenção, avaliação, tratamento e reabilitação, que utilizando programas de orientações e promoção em saúde. Atua nos três níveis de atenção. Mediante a esta informação, em 1990 foi regulamentado pela Lei Orgânica da Saúde, dispositivos constitucionais sobre este especialista. Lei esta criada com a finalidade de redução dos acidentes e doenças relacionadas ao trabalho (MAIA, 2014).

Carvalho Neto (2022) afirma que em meados de 1998, um primeiro grupo de fisioterapeutas atuantes na saúde do trabalhador se mobilizou para criar a Associação Nacional de Fisioterapia do Trabalho, cujo intuito era organizar e normatizar essa área que apresentava crescimento no Brasil. O Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO) publicou, em 2003, a Resolução 259/03 que reconhecia a área de atuação da Fisioterapia do Trabalho, com foco nos procedimentos em Saúde do Trabalhador do profissional fisioterapeuta. Gradualmente, outros grupos foram se reunindo e, em 2006, coincidindo com o II Congresso Brasileiro de Fisioterapia do Trabalho (Fisiotrab), realizado em Curitiba/PR, houve a criação da Associação Brasileira de Fisioterapia do Trabalho (ABRAFIT).

A Fisioterapia do Trabalho é uma área que vem tendo um crescimento expansivo não apenas no Brasil, como no mundo, sendo uma realidade diferente das outras áreas da fisioterapia, pois este profissional necessita de uma visão empresarial, legislação trabalhista e previdenciária, além do conhecimento de ergonomia, biomecânica ocupacional, e de todas as habilidades conquistadas na graduação. A análise de programas preventivos e intervencionistas inseridos nos setores empresariais e com o estudo de alguns projetos implantados em empresas de médio e grande porte evidenciaram uma tendência ao estabelecimento de objetivos que tem como referência: redução da dor e fadiga; melhora da capacidade física para o trabalho; redução do absenteísmo; diminuição de gastos com tratamentos de saúde e aumento da produtividade (WALSH; BERTONCELO, 2019).

Contribuindo na prevenção e redução das LER/DORT, a fisioterapia na saúde do trabalhador e a ginástica laboral visam a promoção e a melhora nas condições de trabalho, além de melhorar relacionamentos interpessoais, redução de acidentes de trabalho e consequentemente aumentar a produtividade, gerando um maior retorno para a empresa, pois é fato que existem inúmeros trabalhadores com queixas de dor atribuídas às suas funções. O ônus gerado ao governo, às indústrias e aos trabalhadores leva os meios médicos a realizar estudos e discussões que possam contribuir para uma melhor compreensão dessa patologia, já considerada como epidemia (OLIVEIRA, 2007).

### **MATERIAIS E MÉTODOS**

A metodologia deste estudo é do tipo exploratório, com grande empenho na pesquisa bibliográfica e busca de citações relevantes, ou seja, que facilitem o entendimento do assunto, para que se concretize a revisão bibliográfica. As bases de pesquisa utilizadas foram Google Acadêmico, SciElo e Pubmed para identificação de estudos sobre ergonomia e ginástica laboral na promoção da saúde do trabalhador em empresas.

entre os anos de 2004 a 2022.

As palavras chave utilizadas para a pesquisa foram: Ginástica Laboral, Ergonomia e Fisioterapia. Foram selecionados para esta revisão bibliográfica, estudos de textos completos que contemplam os objetivos do estudo.

<sup>1</sup> Centro Universitário UniRedentor, matheusbmf05@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário UniRedentor, laraluizacs@gmail.com

Como critério de inclusão para o estudo delimitaram-se artigos que respondem à questão norteadora, com textos completos disponíveis online no idioma português. Para critérios de exclusão não estão inseridos artigos que não refletem sobre a temática em questão.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

No Brasil, em 1970, ocorreu um processo intenso de crescimento no número de trabalhadores industriais, que se organizaram para reivindicar melhores salários e regulamentação da jornada de trabalho, sendo os primeiros movimentos em defesa da saúde pela melhoria das condições de trabalho. O processo saúde-doença tomou novas interpretações com o avançar das pesquisas e das reflexões acerca da Medicina Preventiva, Medicina Social e Saúde Pública, passando a relacionar o trabalho como fator intrínseco a esse processo (WALSH *et al.*, 2018).

Como forma de não somente reabilitar indivíduos adoecidos, mas sim, prevenir agravos à saúde, a saúde do trabalhador configura-se como um campo de práticas e de conhecimentos estratégicos interdisciplinares (técnicos, sociais, políticos, humanos), multiprofissionais e interinstitucionais, voltados para analisar e intervir nas relações de trabalho que provocam doenças (SANTOS; MELO, 2019).

Os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) são considerados um grave problema de saúde pública, de elevada e crescente prevalência, afetando significativamente a qualidade de vida e capacidade funcional do trabalhador, levando cada vez mais indivíduos a deixarem seus empregos por invalidez (FERNANDES; SANTOS, 2019).

## CONCLUSÃO

A implantação da Ergonomia e da Ginástica laboral inclui os meios de administrar os custos humanos relacionados com acidentes, doenças, absenteísmo, assistência, baixa produtividade e qualidade de serviços e produtos, oferecendo qualidade de vida, que é um processo dinâmico e que precisa ser restabelecido sempre. A Ginástica Laboral e Ergonomia, por si só, não terão resultados satisfatórios, se não houver uma política de benefícios sociais, além de estudos ergonômicos e a colaboração de todos os envolvidos neste processo.

Percebe-se que os avanços nesta área vem ocorrendo, mas de forma lenta. Neste sentido, a Fisioterapia pode evoluir muito, sendo que para isto acontecer devem ser realizadas mais pesquisas sobre o assunto.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CARVALHO NETO, M. R. benefícios advindos da ergonomia e da prática da ginástica laboral.**Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**- São Paulo, v.8, n.02, fev., 2022.
- FERNANDES, Ciro Henrique de Araújo; SANTOS, Pedro Vieira Souza. Ergonomia: Uma revisão da literatura acerca da ginástica laboral. **Nucleus**, v. 16, n. 2, p. 211-220, 2019.
- MAIA, F. E. S. Fisioterapia do trabalho, uma conquista para a Fisioterapia e a saúde do trabalhador: uma revisão de literatura. **Revista Urutaguá- acadêmica multidisciplinar**. n. 30, mai./ out. 2014.
- OLIVEIRA, J. G. R. A importância da ginástica laboral na prevenção de doenças ocupacionais**Revista de Educação Física**. Out. 2017
- SANTOS, Guilherme Bueno; MELO, Fabio Xavier. A importância da ginástica laboral no ambiente de trabalho. **Diálogos Interdisciplinares**, v. 8, n. 4, 2019.
- WALSH, I. A. P.; BERTONCELO, D; LIMA, J. C. Fisioterapia e saúde do trabalhador no Brasil.**ResearchGate**. Mai. 2019.
- WALSH, Isabel Aparecida Porcatti et al. Fisioterapia e saúde do trabalhador no Brasil. **Cadernos de educação, saúde e fisioterapia**, v. 5, n. 9, p. 69-80, 2018.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ergonomia; Ginástica Laboral; Fisioterapia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ergonomia; Ginástica Laboral; Fisioterapia