IDENTIFICAÇÃO DE DISTÚRBIOS OSTEOMIOARTICULARES EM SERVIDORES DE UMA REPARTIÇÃO PÚBLICA DE BELÉM-PA COMO SUBSÍDIO DO PLANEJAMENTO DE ATIVIDADES DA FISIOTERAPIA NO MÓDULO DE SAÚDE DO TRABALHADOR: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Karen Lorena Nunes Baia¹; Leny Silene de Freitas Castro²; Gustavo Henrique Sousa Carvalho³; Márcio Helder Lima de Oliveira⁴

¹Graduando, Universidade do Estado do Pará (UEPA);
²Doutorado em Doenças Tropicais pelo Núcleo de Medicina Tropical da Universidade Federal do Pará (UFPA), UFPA;

³Graduando, UEPA;

⁴Graduando, UEPA

karenlorenanb@hotmail.com

Introdução: A utilização intensiva de tecnologia, a maior exigência de produtividade dos trabalhadores, as extensas jornadas de trabalho aliados à inadequação dos instrumentos de trabalho ao homem, resultaram em maior exploração do trabalho e piora gradativa da qualidade de vida dos trabalhadores. Atualmente, as doenças ocupacionais, destacam-se como uma das principais causas de afastamento do trabalho e no Brasil estes distúrbios ocupam a segunda posição nas causas de afastamento¹. Assim, as condições de trabalho da população estão sendo reconhecidas e incluídas pelas políticas públicas de saúde do Brasil desde a década de 1980, com a reforma sanitária, a Constituição Federal de 1988 e a implantação do Sistema Único de Saúde (SUS) como fatores determinantes do processo saúde-doença. A alta incidência dos distúrbios osteomioarticulares nas organizações empresariais e os prejuízos sociais e financeiros causados aos trabalhadores, levaram a estas empresas buscarem intervenções como formas de prevenção². A Fisioterapia do Trabalho foi criada e regulamentada como a especialidade responsável pela prevenção e promoção à saúde do trabalhador. O profissional fisioterapeuta tem papel fundamental sobre essa classe, avaliando a prevalência dos distúrbios e o ambiente ocupacional, intervindo com os princípios ergonômicos e mecânicos, na adequação postural e reabilitação funcional, promovendo a melhora da qualidade de vida, desempenho e produção dos trabalhadores e prevenindo a incidência de fatores de risco que contribuem para o surgimento de doenças relacionadas ao trabalho³. A ginástica laboral, sessões educativas, aconselhamentos em grupo são exemplos de intervenções que competem ao fisioterapeuta do trabalho. Dentro do grande espectro que é a saúde do trabalhador, destaca-se a ginástica laboral como modalidade inovadora de atividade física praticada dentro da empresa. Seu objetivo maior é criar um espaço para a melhoria do condicionamento físico dos trabalhadores, rompendo o ritmo das tarefas repetitivas e da monotonia e, primordialmente, prevenindo o surgimento de doenças ocupacionais¹. O Questionário Nórdico é também uma das ferramenta possíveis, que pode ser utilizada pelo fisioterapeuta para diagnóstico de doenças nos ambientes e em posto de trabalhos, para identificação de distúrbios osteomioarticulares⁴. **Objetivos:** Identificar os principais distúrbios osteomioarticulares em servidores de uma repartição pública para subsidiar o planejamento das atividades da Fisioterapia no módulo de Saúde do Trabalhador; planejar e aplicar um grupo de atividades laborais com trabalhadores de uma repartição pública. **Descrição da Experiência:** Durante o módulo de Saúde do Trabalhador, disciplina do 5º ano do curso de graduação em Fisioterapia, os alunos da subturma F, do 9º semestre participaram de atividades que incluíram desenvolver um programa de atividades laborais com os servidores do Instituto de Gestão Previdenciária do Estado do Pará (IGEPREV) e de pesquisa. As sessões de ginástica laboral foram realizadas em

23 setores do instituto, durante 15 minutos e incluíram exercícios respiratórios, de alongamento, fortalecimento muscular, relaxamento e orientações gerais. No que se refere a pesquisa, os alunos desenvolveram uma versão online e adaptada do Questionário Nórdico que foi aplicada para 141 servidores do IGEPREV que aceitaram participar de forma voluntária deste levantamento. O questionário online foi composto também de questões acerca da percepção dos voluntários sobre a ginástica laboral. O formulário foi encaminhado por e-mail para os servidores durante o mês de fevereiro de 2017, pela Coordenação de comunicação do próprio instituto. Neste levantamento houve adesão de todos os setores da repartição. Os dados foram coletados e posteriormente tabulados e analisados no Excel 2010. **Resultados:** Os resultados permitiram um diagnóstico situacional em que 61% dos participantes foram do gênero feminino e 39% do gênero masculino. A faixa etária de maior expressividade foi a de 20 a 24 anos (20,6%). Quase 86% dos funcionários pesquisados alegou participar das atividades de ginástica laboral durante o expediente. Dentre esses participantes, 96,7% acreditam que as atividades nas aulas de ginástica laboral melhoram o desempenho funcional, na empresa, em casa e no lazer. O mesmo quantitativo (96,7%) de funcionários também alegou que gostaria de continuar frequentando as atividades de ginástica laboral. Apenas quatro funcionários responderam negativamente acerca das questões “melhoria no desempenho” e “continuidade nas aulas de ginásticas”. Sobre os desconfortos osteomioarticulares referentes ao último ano, 57% afirmaram ter desconfortos na região pescoço, 55% na região da coluna lombar e 52% na região do ombros demonstrando que alguns participantes responderam sim para mais de uma região. Neste mesmo período, 19,2% dos participantes referiram impedimento na realização de alguma atividade de vida diária por causa de queixas na região lombar. No último ano, 88,5% dos participantes não procuraram consultar algum profissional da área da saúde por causa de queixas em uma das regiões pesquisadas e aproximadamente 40% dos participantes afirmaram que na última semana apresentaram queixas na região lombar. **Conclusão ou Considerações Finais:** Os resultados revelaram quadros poliálgicos entre os servidores tendo pescoço, coluna lombar e ombros como as regiões mais acometidas. A vivência revelou ainda que o público que recebeu a ginástica laboral a percebe como benefício à saúde ocupacional e como forma de aliviar a carga de trabalho, a um meio de melhorar a rotina e a interação da equipe. No que tange a experiência educativa, a intervenção fisioterapêutica na saúde do trabalhador se mostrou diferente e inédita para os acadêmicos, por se tratar principalmente de prevenção em pessoas teoricamente saudáveis e no horário de trabalho, situação que contrasta com as experiências vividas previamente na academia. A experiência em grupo também foi benéfica pois permitiu aos acadêmicos desenvolver habilidades como a de relação interpessoal, liderança, adaptabilidade das condutas de acordo com o público e com os recursos disponíveis, além de objetividade e eficiência. No que tange as barreiras que foram encontradas para a aplicação da Fisioterapia a resistência de alguns setores de trabalho, pensamentos equivocados acerca da ginástica laboral, ausências e limitações da participação de alguns setores, por resistência da gerencia.

Descritores: Saúde do Trabalhador, Doenças Ocupacionais.

Referências:

1. Serra M V G B, Pimenta L C, Quemelo P R V. Efeitos na Ginástica Laboral na Saúde do Trabalhador. Revista Pesquisa em Fisioterapia. 2014; 3 (4).

2. Cardoso M C B, Araújo T M. Os Centros de Referências em Saúde do Trabalhador e as ações em saúde mental: um inquérito no Brasil. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. 2016; 41 (7).
3. MAIA F. E. S. Fisioterapia do trabalho, uma conquista para a Fisioterapia a saúde do trabalhador: uma revisão de literatura. *Revista Urutágua*. 2014, 30:124-132.
4. de Oliveira JR. A importância da ginástica laboral na prevenção de doenças ocupacionais. *Revista de Educação Física*. 2007; 139:40-9.