



Projeto de Extensão em Saúde Do Trabalhador: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Bruno Oliveira Silva¹
Nathália Fernandes Da Silva¹
Pedro Paulo Oliveira Mota¹
Ruan Kaique De Oliveira¹
Mariana Moreira Rosa¹
Erika Veiga Araújo¹
Ilana de Freitas Pinheiro²
Filipi Augusto Matos Ferreira³
Viviane Lemos Silva Fernandes²
Wesley dos Santos Costa²

Resumo

Objetivo: Relatar a experiência ocorrida durante o estágio: Saúde do trabalhador, que oferece conhecimento sobre tipos de tratamentos fisioterapêuticos utilizados em disfunções musculoesqueléticas de funcionários da Unievangélica, bem como a contribuição na formação acadêmica. **Metodologia:** As atividades ocorreram no primeiro semestre de 2019, envolvendo 6 acadêmicos da Liga Acadêmica de Ortopedia, Ortotrauma e Desportiva - LOORD do curso de Fisioterapia. Teve iniciação conjunta com a Monitoria de Extensão, docentes do curso de Fisioterapia da UniEvangélica e um Fisioterapeuta especialista em ergonomia, sendo realizadas as terças e quintas feiras das 17:00 às 18:00 horas. Foram abordados: conceitos e técnicas de avaliação, desenvolvimento de raciocínio clínico, análises ergonômicas, diagnósticos cinéticos funcionais e métodos como ventosa, dry needling, técnicas para tratamentos de lesões osteomusculares como eletroterapia e terapias manuais, sob a orientação de um professor do referido curso. **Resultados:** foram realizados 20 encontros abordando diferentes temáticas em cada um deles. O estágio realizado permitiu o enriquecimento acerca dos tipos de tratamentos fisioterapêuticos utilizados em disfunções musculoesqueléticas relacionadas à saúde do trabalhador bem como a contribuição na formação acadêmica. **Conclusão:** Por fim, os acadêmicos tiveram a oportunidade de desenvolver o conhecimento de técnicas para o tratamento de disfunções músculo esqueléticas e assim abranger as mais variadas técnicas, compreendendo funções, parâmetros e métodos de uso e pensamento crítico a respeito do diagnóstico e tratamento de pacientes. Além de permitir o enriquecimento acerca dos tipos de tratamentos fisioterapêuticos relacionadas à saúde do trabalhador bem como a contribuição na formação acadêmica.

Palavras-Chave: Saúde do trabalhador. Fisioterapia. Ergonomia.

Abstract

Objective: To describe the experience during the internship: Worker 's health, which offers knowledge about the types of physiotherapeutic treatments used in musculoskeletal dysfunctions of Unievangélica employees, as well as the contribution in academic training. **Methodology:** The activities took place in the first semester of 2019, involving 6 Academicians of the Academic League of Orthopedics, Orthotics, Rheumatology and Sports - LOORD of the Physiotherapy course. He had a joint initiation with the Extension Monitoring, professors of the

1 – Acadêmico (a) do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica – Anápolis GO, Brasil.

2 – Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica – Anápolis GO, Brasil.

3 – Fisioterapeuta formado no Centro Universitário de Anápolis - UniEvangélica – Anápolis GO, Brasil.

E-mail: weslev.costa@docente.unievangelica.edu.br



UniEvangélica Physical Therapy course and a Physical Therapist specialized in ergonomics, being held on Tuesdays and Thursdays from 5:00 p.m. to 6:00 p.m. Methods and concepts of evaluation, development of clinical reasoning, ergonomic analysis, functional kinetic diagnoses and methods such as suction cup, dry needling, techniques for the treatment of musculoskeletal injuries such as electrotherapy and manual therapies, under the guidance of a teacher of this course, were discussed. **Results:** 20 meetings were held addressing different topics in each of them. The work accomplished allows the enrichment about the types of physiotherapeutic treatments used in musculoskeletal dysfunctions related to worker health as well as the contribution in the academic formation. **Conclusion:** Finally, academics had the opportunity to develop the knowledge of techniques for the treatment of musculoskeletal disorders and thus cover the most varied techniques, including functions, parameters and methods of use and critical thinking regarding the diagnosis and treatment of patients. In addition to allowing the enrichment about the types of physiotherapeutic treatments related to the health of the worker as well as the contribution in the academic formation.

Keywords(ou Palavras-Chave): Occupational Health. Physiotherapy. Ergonomics.

1. Introdução:

Atualmente, os maiores desafios para a saúde do trabalhador são os problemas de saúde ocupacional, ligados por exemplo, com as novas tecnologias de informação e automação, exigindo movimentos repetitivos, que na maioria das vezes são feitos de forma errada. Esta é de grande importância, não somente para garantir a saúde dos trabalhadores, mas também para contribuir positivamente para a produtividade, qualidade dos produtos, motivação e satisfação do trabalho. Sendo assim, a fisioterapia e a ergonomia caminham juntas na intervenção da saúde do trabalhador. A fisioterapia dispõe de vários recursos para o tratamento de lesões osteomusculares, como por exemplo, a eletroterapia, terapia manual, mobilização articular, fortalecimento e alongamento muscular, aplicação de calor ou frio. E a ergonomia atua sobre a perspectiva de aperfeiçoamentos do ambiente de trabalho onde a maioria dos movimentos e esforços são repetitivos, juntamente com má postura, trazendo riscos de desenvolver lesões musculares. Um dos seus aspectos mais importantes é que o posto de trabalho, seus utensílios e elementos estejam de acordo com as dimensões do ocupante do posto de trabalho.

A Ergonomia conta como parâmetro a nr 17, uma Norma Regulamentadora que foi criada a partir da lei N° 6.514 de 1977. Estabelece parâmetros a serem seguidos pelas empresas ou qualquer outra instituição que tenha funcionários ao seu serviço,



com objetivo de melhoria das condições de trabalho que incluem aspectos relacionados ao levantamento, transporte e descarga de materiais, ao mobiliário, aos equipamentos e às condições ambientais do posto de trabalho e à própria organização do trabalho.

Esta Norma Regulamentadora visa estabelecer parâmetros que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar um máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente. Sendo assim, cabe ao empregador realizar a análise ergonômica do trabalho, devendo o mesmo, abordar no mínimo, as condições de trabalho, conforme estabelecido nesta Norma Regulamentadora. O objetivo do presente estudo foi relatar a experiência ocorrida durante o estágio: Saúde do trabalhador, que oferece conhecimento sobre tipos de tratamentos fisioterapêuticos utilizados em disfunções musculoesqueléticas de funcionários da Unievangélica, bem como a contribuição na formação acadêmica.

Metodologia

As atividades extensionistas ocorreram no primeiro semestre de 2019. Foram realizadas semanalmente, às terças-feira e quintas-feiras das 17:00 às 18:00 horas, possuindo uma carga horária de duas horas semanais. As atividades foram oferecida pela Liga Acadêmica de Ortopedia, Ortotrauma, Reumatologia e Desportiva - LOORD da UniEVANGÉLICA. Foi realizada na Clínica Escola UniFISIO do curso de Fisioterapia e denominada “Estágio- Saúde do Trabalhador”. Participaram das atividades 6 acadêmicos da LOORD do curso de Fisioterapia, sendo as temáticas das atividades diferente em cada semana. Os conteúdos foram abordados de acordo com as prevalências de lesões nos trabalhadores como: conceitos e técnicas de avaliação, desenvolvimento de raciocínio clínico, análises ergonômicas, diagnósticos cinéticos funcionais e métodos como ventosa, dry needling, técnicas para tratamentos de lesões osteomusculares como eletroterapia e terapias manuais, sob a orientação de um professor do referido curso. Utilizou-se ficha de avaliação, equipamentos de eletroestimulação, de dry needling e ventosaterapia.

Relato de experiência



O estágio deu-se início no mês de março do ano de 2019 juntamente com a Monitoria de Extensão, docentes do curso de Fisioterapia da UniEvangélica e um Fisioterapeuta especialista em ergonomia. O tempo proposto pela coordenação para a realização das atividades foi de uma hora. A cada semana, eram feitos 2 encontros.

A forma de como seria ministrado o conteúdo foi selecionado após avaliação de dados referentes à incidência de afastamentos no trabalho e também estudos de artigos científicos, e do repasse de experiências advindas do professor orientador e de eventos científicos. Ao final, concluiu-se que seria necessário um conhecimento aprofundado sobre os métodos utilizados para tais disfunções bem como de anatomia e fisiologia do corpo humano e também sobre ergonomia. Diante do exposto, ministrou-se as aulas com equipamentos fisioterapêuticos e houve um diálogo aberto entre os alunos, na tentativa de sanar as dúvidas sobre as intervenções.

Os assuntos abordados no semestre de 2019/1 foram respectivamente sistema esquelético, muscular e a norma regulamentadora nr17, e para finalizar, após ter abordado todos os temas, foram feitos treinamentos a partir dos próprios estagiários. O tema das aulas foi abordado em três divisões: anamnese, intervenção e tratamento.

Durante dos encontros foi realizado o aprimoramento referente a algumas práticas terapêuticas, como por exemplo, ventosaterapia, dry needling, eletroterapia e práticas que proporcionam auxílio nos tratamentos. Em relação à eletroterapia foi dito que esta é um recurso fisioterápico utilizado na reabilitação dos mais diversos tipos de patologias. Sua técnica consiste em utilizar correntes elétricas de baixa intensidade através de eletrodos aplicados diretamente na pele. Englobou como as principais: ultrassom, laser e Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea (TENS). Além disso, os alunos foram orientados sobre todos o parâmetros de usos, indicações e contra indicações.

Em relação à ventosa, foi descrita como um tratamento de origem chinesa que juntamente ao dry needling trata dores musculares. A mesma cria um efeito a vácuo que suga a pele resultando em um aumento do diâmetro dos vasos sanguíneos no local e com isso aumenta a oxigenação dos tecidos, liberando toxinas. Diferente da ventosa o dry needling é um agulhamento a seco feito diretamente no ponto de dor (ponto gatilho) similar a acupuntura conhecido como estimulação intramuscular. O aprendizado



referente aos temas foi de suma importância para o aprimoramento dos acadêmicos agregando aprendizado nas possibilidades de tratamento.

Na parte da terapêutica, o objetivo foi estimular os estagiários a correlacionar as condições clínicas com a atuação da ergonomia juntamente com a fisioterapia sempre mostrando a importância da prevenção, conhecimento dos sinais e sintomas, sempre expondo os riscos das doenças ocupacionais. Por este fato, sempre foi correlacionado a fisioterapia com a ergonomia, as condições clínicas, a prevenção e a terapêutica, pois o entendimento em conjunto destes pode contribuir com a melhoria da saúde do trabalhador, sendo o mesmo capaz de prevenir alguns problemas de saúde advindos da má postura e dos movimentos repetitivos. Os acadêmicos eram instigados a procurar casos diferentes nas aulas para estimular a participação e o aprendizado de diferentes patologias associadas ao trabalho.

Resultados

No decorrer dos encontros, observou-se o interesse dos estagiários através de curiosidade expostas havendo sempre perguntas, comentários e principalmente o desempenho prático, buscando sempre novas experiências que pudessem agregar em conhecimento. O fato do estágio simular um contato direto com o paciente, ocasiona de certa forma uma melhor abordagem clínica, e ainda por cima mais experiências em relação aos pacientes de diferentes biotipos.

E assim todo conteúdo visto, fez com que a interação em grupo fosse enriquecida, pois os assuntos abordados foram vistos em diferentes perspectivas, causando diversas dúvidas, mas ao mesmo tempo solucionando todas elas. Desta maneira, buscando sempre entender formas de tratamento com intuito de melhorar o raciocínio clínico. Foi prezado sempre a união do grupo em solucionar diagnósticos e posteriormente buscar tratamentos com base nos ensinamentos repassados pelo professor.

Foi notório em cada um dos estagiários aprendizado acerca dos conteúdos, podendo vivenciar mais sobre a atuação de um fisioterapeuta. Ao decorrer do estágio foi de suma importância o aprimoramento de técnicas, visitas em setores da universidade, ganho de confiança como profissional e melhorando didáticas de



trabalhos ou apresentações relatadas pelos próprios discentes como também pelo professor responsável pela Liga.

Entre toda essa experiência obteve-se assuntos importantes ministrados sobre ergonomia, já que a maioria dos pacientes estão sendo direcionados ao estágio pela forma e lugar que trabalham. Sendo assim, este conhecimento se torna fundamental na hora de se pensar na consequências que trazem o colaborador até ajuda profissional, de modo que o fisioterapeuta possa dar alívio a sua dor e o estímulo ao mesmo tempo atentar analisar todo o local de trabalho, formando uma visão crítica, dando foco primeiramente em tratar o paciente e ao mesmo tempo buscando soluções econômicas viáveis para reconstituir seu local de trabalho e não trazer futuras doenças ocupacionais.

Conclusão

Através da experiência vivenciada durante o “estágio- saúde do trabalhador”, verificou-se a importância da avaliação dos postos de trabalho, para conhecer os casos mais evidenciados de afastamentos. Com tudo os acadêmicos tiveram a oportunidade de desenvolver o conhecimento para o tratamento de disfunções músculo esqueléticas e assim abranger as mais variadas técnicas, compreendendo funções, parâmetros e métodos de uso e pensamento crítico a respeito do diagnóstico e tratamento de pacientes. Contudo Colaborou positivamente no enriquecimento acerca dos tipos de tratamentos fisioterapêuticos relacionadas à saúde do trabalhador bem como a contribuição na formação acadêmica, proporcionando uma nova visão a respeito da realidade vivenciada pelo fisioterapeuta. Por fim, o trabalho foi de suma importância na introdução dos acadêmicos do estágio no que tange à ergonomia no âmbito laboral.

Referências

BONFATTI R.J., VASCONCELLOS L.C.F., FERREIRA A.P. Ergonomia, desenvolvimento e trabalho sustentável: um olhar para saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalhador**. Rio de Janeiro(RJ), Brasil,15(3):257-66, 2017.

DEIMLING M.F., PESAMOSCA D. Análise Ergonômica do Trabalho (AET) em uma empresa de confecções. **Iberoamerican Journal of Industrial Engineering**. Florianópolis (SC), Brasil, v.6, n.11, p.37-58, 2014.



PEREIRA C.C.P., DEBIASE D.F., FARIAS J.M., MADEIRA K., LONGEN W.C. Análise do risco ergonômico lombar de trabalhadores da construção civil através do Método Niosh. **Revista Produção Online**. Florianópolis (SC), Brasil, v.15, n.3, p.914-924, jul./set. 2015.

PAULA A., HAIDUKE I.F., MARQUES I.A.A. Ergonomia e Gestão: Complementaridade para a redução dos afastamentos e do stress, visando melhoria da qualidade de vida do trabalhador. **Revista Conbrad**. Maringá (PR), Brasil, v.1, n.1, p. 121-136, 2016.