

EFEITOS DA CINESIOTERAPIA NA REDUÇÃO DE QUEIXAS OSTEOMUSCULARES EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA

ANDRIÉLEN LACTIANE CORONEL CORDEIRO¹
RENIELLE ARAUJO DA SILVA²
EVELIN TRINDADE RIGUE³
MÔNICA ROSA ZENI⁴

Na saúde do trabalhador os distúrbios do sistema musculoesquelético tem despertado a atenção de pesquisadores preocupados com questões relativas à saúde e ao trabalho, devido aos custos gerados em virtude do afastamento do trabalhador e o impacto na qualidade de vida dos mesmos. O papel do fisioterapeuta na saúde do trabalhador atua com o foco de prevenção, sendo a cinesioterapia uma das formas de intervenção. O presente estudo teve por objetivo verificar a frequência dos sintomas osteomusculares e o efeito de um programa de cinesioterapia em trabalhadores metalúrgicos da rede de uma empresa na zona urbana de Santa Maria - RS. A presente pesquisa caracterizou-se como um estudo do tipo de corte transversal. Participaram deste estudo 14 metalúrgicos de uma empresa de Santa Maria -RS. Os dados foram coletados utilizando o Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares- QNSO- modificado e adaptado. A cinesioterapia aconteceu 1vez na semana durante 2 meses. Os resultados mostraram uma elevada frequência de queixas osteomusculares no período avaliado. Nos últimos doze meses as queixas relatadas foram de 43% para 86% nos últimos sete dias. Com prevalência nos últimos sete dias nas regiões: ombros (71%), parte superior das costas (86%), parte inferior das costas (86%), cotovelos (29%), cabeça/ cervical (43%) e joelhos, tornozelos e pé (14%). Sendo que as regiões da cabeça (50%), parte superior das costas (71%) e ombros (86%) são as mais prevalentes nos últimos 12 meses. Ao serem questionados 86% relataram que as queixas aumentam durante a jornada de trabalho, todos relataram que suas queixas reduzem durante as horas de repouso, 71% relataram que suas queixas podem estar relacionadas com o trabalho. Depois da intervenção observou-se que houve uma redução de queixas principalmente na região dos ombros (43%), parte superior e inferior das costas (57%). Outros resultados satisfatórios como melhora na disposição, motivação, bem estar e relaxamento. Com a realização deste estudo foi observada que há uma alta prevalência de sintomas osteomusculares nos trabalhadores desta empresa, destacando que os ombros e a coluna vertebral - parte inferior e superior das costas apresentam-se como os segmentos corporais mais afetados. Após a intervenção da cinesioterapia laboral foi percebido que ela reduziu as queixas dos trabalhadores, sendo uma medida eficaz, promovendo o bem estar entre eles.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia. ULBRA campus Santa Maria, RS.

² Acadêmica do Curso de Fisioterapia. ULBRA campus Santa Maria, RS.

³ Acadêmica do Curso de Fisioterapia. ULBRA campus Santa Maria, RS.

⁴ Docente do Curso de Fisioterapia. ULBRA campus Santa Maria, RS.