

**Título: Influência de um programa de fisioterapia laboral sobre a qualidade de vida de trabalhadores de uma indústria metalúrgica**

**Autor(es)** Jhoseph Ferreira Iavecchia Villardo; Anneliese Simões de Mendonça; Suélen Alves do Couto; Fernando Campbell Bordiak\*

**E-mail para contato:** drcampbell@ig.com.br

**IES:** UNESA / Rio de Janeiro

**Palavra(s) Chave(s):** fisioterapia; trabalhadores; engenharia humana

### **RESUMO**

A ergonomia se aplica à qualidade na relação entre a máquina, o homem e o ambiente, a fim de proporcionar aumento da produtividade. A cinesioterapia é um recurso que utiliza o movimento como tratamento, proporcionando ao indivíduo prevenção, cura e reabilitação. Ações de ergonomia e cinesioterapia são aplicadas em atitude de fisioterapia laboral (FL). A FL consiste em atividades físicas de curta duração, sendo aplicada durante o expediente, a fim de relaxar e tonificar as estruturas mais requisitadas e ativar as menos solicitadas. O Core Training (CT) é um programa de exercícios que utiliza a contração isométrica para fins de estabilização, tratamento e prevenção de distúrbios da coluna vertebral, atuando principalmente sobre as musculaturas do centro do corpo humano. Tendo em vista a possibilidade de intervenção fisioterapêutica positiva sobre a atividade laboral, este estudo tem como objetivo investigar a influência da FL e do CT associados a orientações ergonômicas, sobre a qualidade de vida em trabalhadores de uma empresa metalúrgica. Foi realizado um estudo de caso sobre 125 trabalhadores, sendo abordado FL e CT, com orientações ergonômicas sobre adaptação ao maquinário utilizado. Foram realizadas 10 sessões, com duração aproximada de 30 minutos em um intervalo de 5 semanas. Para avaliação da melhoria na qualidade de vida, foi aplicado o SF-36 antes e ao término da intervenção, com análise de variância estatística (ANOVA). 75% dos funcionários obtiveram melhora da capacidade funcional pelo SF-36, sem resultados significativos para outros domínios do mesmo questionário. Quando efetuada ANOVA, para análise de resultados intergrupos, esta significância não ocorreu para nenhum dos domínios avaliados. Embora existam diversos estudos comprovando resultados positivos e significativos quanto à influência de ações preventivas e terapêuticas no ambiente de trabalho, assim como tenha sido observada melhora funcional mediante leitura dos dados do SF-36, o presente estudo não confirmou diferença significativa estatisticamente antes e após a execução do programa de FL.