

# A PERCEPÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS DE UMA EMPRESA PÚBLICA NA CIDADE DE FORTALEZA SOBRE A REALIZAÇÃO DE GINÁSTICA LABORAL

XXV Encontro de Extensão

Karina Soriano Lima, Thamiris Silva Nazareno, Patrícia Moreira Collares, Lidiany da Silva Venâncio, Iásly Costa Lima, Rodrigo Fragoso de Andrade

Introdução: O projeto de extensão Fisioterapia na Promoção da Saúde do Trabalhador (PROERGON) da UFC visa promover a saúde funcional e a qualidade de vida de trabalhadores de diversas áreas. Como alternativa para diminuir o risco de lesões de Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORTs), a ginástica laboral (GL) utiliza-se de alongamentos para diminuir a tensão ou preparar as partes do corpo que são sobrecarregadas durante a jornada de trabalho. Essas atividades visam estimular o aprendizado e promover um estímulo à prática da ginástica laboral diariamente, tornando-os autossuficientes e protagonistas do aprendizado nos dias em que os acadêmicos de fisioterapia (extensionistas) não estejam presentes para realização da GL. Objetivo: avaliar a percepção dos funcionários sobre a importância da realização da ginástica laboral durante a jornada de trabalho. Metodologia: Será realizada uma sondagem, oral e escrita, através de um questionário estruturado pelos próprios integrantes do projeto de extensão acerca da aceitação e do aprendizado dos exercícios propostos e utilizados na GL, bem como da atuação do projeto no que se refere a níveis de absenteísmo e qualidade de vida dos funcionários que realizam a ginástica laboral, no setor administrativo de uma empresa pública localizada na cidade de Fortaleza - CE. Resultados esperados: partindo do pressuposto de que, por meio de educação em saúde haja uma melhor consciência postural dos trabalhadores, acredita-se na diminuição dos riscos de lesões e com isso, a diminuição do absenteísmo nos postos de trabalho e melhora na qualidade de vida dos funcionários. Espera-se que a sondagem realizada promova um aperfeiçoamento das ações realizadas no projeto de extensão e também um maior empoderamento dos trabalhadores no processo de educação em saúde.

Palavras-chave: DOENÇAS OCUPACIONAIS. GINASTICA LABORAL. SAÚDE DO TRABALHADOR