

Docente da USCS destaca a importância da Fisioterapia na Saúde do Trabalhador

Nesta sexta-feira, 28 de fevereiro, é comemorado o Dia Internacional de Prevenção às Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e aos Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), que tem como objetivo conscientizar trabalhadores e a sociedade sobre os impactos dessas disfunções, que afetam milhares de pessoas e representam uma das principais causas de afastamento do trabalho.

As LER/DORT englobam um conjunto de síndromes que acometem músculos, nervos e tendões, resultantes de esforços repetitivos, posturas inadequadas e sobrecarga corporal. São condições comuns em profissões que incluem movimentos repetitivos. Entre os principais sintomas estão vermelhidão, alteração de temperatura, inchaço, sensação de peso no membro afetado e, em médio e longo prazo, destacam-se dor crônica, fadiga muscular, formigamento, perda de força e limitação do movimento.

A prevenção dessas lesões começa com um olhar atento para a ergonomia, hábitos diários no ambiente de trabalho e as relações interpessoais. O fisioterapeuta desempenha um papel essencial nesse contexto, promovendo orientação ergonômica, treinamento postural, exercícios de fortalecimento e alongamento muscular e ginástica laboral. “É importante que a fisioterapia atue como aliada na promoção do bem-estar e na manutenção da capacidade laboral dos trabalhadores, pois as LER/DORT não afetam apenas os trabalhadores individualmente, mas também impactam a produtividade das empresas e os custos com saúde ocupacional. Por isso, é essencial que os funcionários e gestores promovam um ambiente de trabalho saudável” explica a docente Carla Dellabarba Petricelli, docente da disciplina de Fisioterapia na Saúde do Trabalhador da Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS).

No curso de Fisioterapia da USCS, os alunos, ao cursar a disciplina Fisioterapia na Saúde do Trabalhador, entram em contato com todas as possibilidades de atuação do Fisioterapeuta do Trabalho, na parte preventiva como promoção de saúde, com o intuito de desenvolver uma cultura de qualidade de vida em ambientes corporativos, com foco na parte física, mental e social. Esses alunos também têm acesso a toda a parte de intervenção que engloba a adaptação do trabalho ao homem, entendendo a importância da antropometria e ergonomia.

Além disso, por meio de um projeto piloto, desenvolvido no ano passado, os alunos têm vivenciado essa atuação na prática: Supervisionados pela Profa. Carla Dellabarba Petricelli, realizam estágio na disciplina Fisioterapia em Saúde Coletiva, em um trabalho preventivo com funcionários do campus Conceição da Universidade, abordando temas sobre saúde, qualidade de vida, além de um período de práticas corporais. Os principais temas abordados variam desde mudanças de hábitos de vida, como ingestão hídrica, qualidade de sono, alívio de estresse, prática de exercícios físicos, relacionamento pessoal e interpessoal, até assuntos acerca da melhora na postura durante o trabalho, saúde mental e prevenção de doenças crônicas. Tudo isso associado a exercícios de alongamento, mobilidade articular, força muscular, equilíbrio, controle motor e

respiração. “Essa atividade permite que alunos e alunas do 7º e 8º semestres do curso de fisioterapia realmente vivenciem na prática o que aprenderam durante a teoria”.

Até o momento, o projeto já teve a participação de mais de 800 pessoas, entre funcionários da área administrativa, manutenção, colégio (ensino médio), graduação e pós-graduação, além das áreas terceirizadas de limpeza e segurança. “Dentre os resultados desse trabalho, podemos destacar a melhora na interação entre os participantes, o estímulo para prática de exercícios em grupo fora expediente de trabalho, a maior ingestão hídrica e um ambiente mais leve e saudável”, comemora a docente. Observando os resultados positivos e o impacto na qualidade de vida dos funcionários, as atividades devem continuar neste ano.

A USCS oferece o curso de graduação em Fisioterapia no campus Centro (Rua Santo Antônio, 50. Centro, São Caetano do Sul). A profissão abrange diversas áreas de atuação: neurologia, ortopedia/traumatologia, reumatologia, pneumologia, cardiologia, ginecologia/obstetrícia, dermatofuncional, geriatria, pediatria, neonatologia, fisioterapia desportiva, dentre outras. O fisioterapeuta formado pela USCS é preparado ao longo do curso para dirigir, gerenciar e orientar serviços de fisioterapia, bem como o exercício de atividades educacionais e de pesquisa. Mais informações sobre o curso de Fisioterapia da USCS podem ser acessadas em <https://www.uscs.edu.br/cursos-de-graduacao/saude/fisioterapia>.

Ana Paula Lazari (MTb 46.964)

27/2/25

FOTOS: Divulgação USCS.



Universidade Municipal de São Caetano do Sul

Assessoria de Imprensa

Telefone: 4233-3233

E-mail: imprensa@online.uscs.edu.br

Mais notícias: www.uscs.edu.br

www.facebook.com/uscsocial

www.instagram.com/uscsocial