



**PROJETO ERGONET: FISIOTERAPIA NA SAÚDE DOS TRABALHADORES EM  
EMPRESA PROVEDORA DE INTERNET**

*PROYECTO ERGONET: FISIOTERAPIA EN LA SALUD DE LOS TRABAJADORES  
DE UNA EMPRESA PROVEEDORA DE INTERNET*

*ERGONET PROJECT: PHYSIOTHERAPY IN THE HEALTH OF WORKERS IN AN  
INTERNET PROVIDER COMPANY*

**Alexandra Mellissa Moura de Farias**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-0561-0278>

Faculdade Adventista da Bahia

E-mail: [alexandramellissafarias@gmail.com](mailto:alexandramellissafarias@gmail.com)

**Katia Ranielly Lins de Gouveia Vasconcelos**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-0497-4562>

E-mail: [katiaraniellylins@gmail.com](mailto:katiaraniellylins@gmail.com)

**Sânzia Bezerra Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8068-2715>

E-mail: [sanziar@gmail.com](mailto:sanziar@gmail.com)

**Eixo temático:** Ciências da saúde.

**RESUMO EXPANDIDO**

**Introdução**

Considerando a importância da saúde e segurança do trabalhador, esta pesquisa se concentra em entender as demandas dos trabalhadores em uma empresa provedora de internet e identificar os riscos a que estão expostos em seu ambiente de trabalho. Sabemos que os distúrbios osteomusculares como LER e DORTs são um problema de saúde pública que demanda atenção e implementação de práticas para garantir o bem-estar dos trabalhadores e prevenir acidentes relacionados ao ambiente de trabalho<sup>1</sup>.

Pelo fato de haver um crescimento do número de trabalhadores ligados ao ramo da tecnologia, várias doenças ocupacionais características deste setor surgem e acabam impactando de forma negativa a produtividade da empresa que estão inseridos e a qualidade de vida destes colaboradores. Sendo a ergonomia uma ferramenta importante para adaptar o ambiente e o posto de trabalho às necessidades e características dos trabalhadores, e o fisioterapeuta do trabalho é responsável por



avaliar, prevenir e tratar distúrbios ou lesões decorrentes das atividades no trabalho. A abordagem da fisioterapia no ambiente de trabalho previne lesões e trata doenças ocupacionais, aumentando a produtividade e aliviando dores corporais<sup>2</sup>.

É importante ressaltar que as lesões ocupacionais e doenças decorrentes da atividade laboral podem levar ao afastamento do trabalhador, sendo a principal causa de indenizações de auxílio-doença e a terceira causa de aposentadoria por invalidez. Por isso, é fundamental a implementação de práticas de prevenção e tratamento de doenças ocupacionais para garantir um ambiente de trabalho saudável e seguro.

Nesse sentido, esta pesquisa visa identificar as principais demandas dos trabalhadores do setor de informática e os riscos a que estão expostos em seu ambiente de trabalho, além de sugerir medidas para minimizar o impacto desses riscos. Com a implementação de práticas de prevenção e tratamento de doenças ocupacionais, acredita-se que seja possível promover a saúde e a segurança dos trabalhadores, garantindo um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

### Objetivo

Realizar uma análise de riscos ocupacionais e psicossociais enfrentados pelos trabalhadores de uma empresa provedora de internet na região do Recôncavo Baiano, com o objetivo de identificar potenciais ameaças à saúde e segurança dos funcionários, bem como sugerir medidas preventivas e corretivas para minimizar ou eliminar esses riscos.

### Método

Para a realização do projeto optou-se por uma pesquisa de campo de caracteres qualitativos através da anamnese ocupacional e do questionário, Escala de Necessidade de Descanso (Brazilian version of Need for Recovery Scale) ENEDE, o instrumento tem como objetivo identificar fatores de risco para ocorrência de acidente de trabalho. A escala é composta por 11 questões de 4 possibilidades de resposta e pontuadas como: nunca = 0; algumas vezes = 1; frequentemente = 2 e sempre = 3. O valor máximo de pontuação é de 33 pontos, todavia a somatória final foi transformada em foi transformada por regra de três simples direta em uma escala de 0 (mínimo) a 100 (máximo), na qual quanto maior a pontuação, maior a quantidade



de sintomas e maior a necessidade de recuperação recuperação<sup>3</sup>. Além de promoção exercícios laborais preparatórios e compensatórios, aferição de pressão arterial, palestras educativas e a participação em feiras de saúde em conjunto com a empresa para a comunidade de Cachoeira-BA, localizada no Recôncavo Baiano.

A amostra do estudo foi composta por 21 funcionários da empresa. Baseado nos resultados encontrados, houve o planejamento das intervenções que aconteceram 2 vezes por semana, nos dias de terça-feira com os colaboradores de call center durante o expediente, as quintas-feiras antes do expediente, juntamente com os técnicos de campo/rede e motoristas, durante 10 semanas (entre os meses de agosto e novembro de 2022). As mesmas intervenções que eram feitas aos técnicos de campo/rede, serviços gerais e motoristas se aplicavam aos colaboradores do setor call center, mudando somente o tipo de ginastica laboral aplicada e recomendações ergonômicas.

## Resultados

A partir dos dados obtidos por meio da Anamnese ocupacional foi possível identificar a análise da faixa etária dos colaboradores indicou que a maioria tem entre 30 a 40 anos de idade, enquanto a minoria tem entre 41 a 50 anos. Em relação às funções desempenhadas pelos colaboradores, a maior parte é composta por técnicos de campo/rede, seguidos por atendentes. Motoristas e serviços gerais são as funções com menor número de colaboradores.

Número de funcionários	Sexo masculino	Sexo feminino	Faixa etária
21	16	5	30-40 anos (47,6%) e 41-50 anos (23,8%)

**Tabela 1** – Caracterização da amostra.

A análise da Tabela 2 revela que a maioria dos colaboradores apresenta algum tipo de condição de saúde, sendo a dor lombar o problema mais recorrente, seguido por dor nas articulações, e dor sem especificação do local.

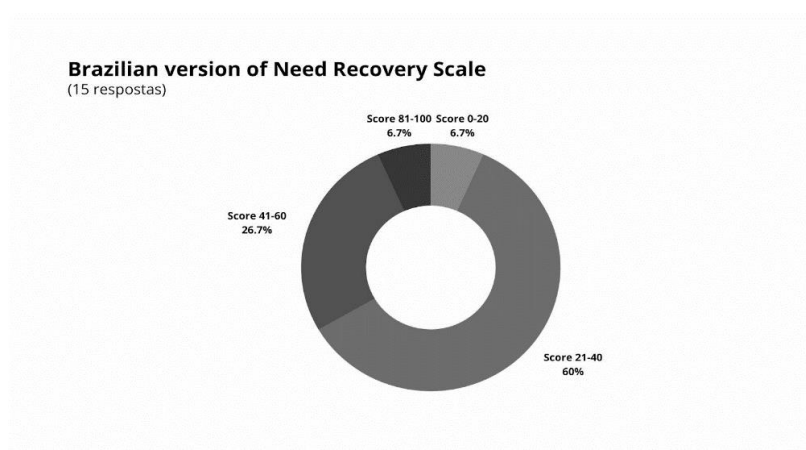
CONDIÇÕES DE SAÚDE DOS COLABORADORES	
Condição de saúde	Nº de Colaboradores
Dor sem especificação	3
Dor na lombar	5



Dor na mão	1
Tendinopatia no quadril	1
Rinite alérgica	2
Artrose	1
Dor nas articulações	4
Ansiedade	2
Dor no ouvido	1
Inflamação no joelho	1

**Tabela 2-** Presença de Condição de Saúde dos colaboradores da empresa provedora de internet na região do Recôncavo Baiano.

Em relação aos resultados obtidos da escala utilizada, *Brazilian version of need Recovery Scale (ENEDE)* a 16 colaboradores, sendo que 1 questionário foi excluído dos resultados por não haver respondido a escala corretamente.



**O gráfico 1** - aponta a faixa dos valores de Score para *Brazilian version of need Recovery Scale (ENEDE)*.

O gráfico 1 demonstra que, a maior parte da pontuação obtida através da aplicação da escala foi entre 21 e 40 pontos, sendo essa a classificação de 60% dos colaboradores. Os valores acima de 80 pontos, apesar de representar uma menor parte dos colaboradores (6,7%) são indicativos de uma grande chance de risco para ocorrência de acidente de trabalho.

## Discussão

Após serem aplicados os questionários, pode se notar que alguns disseram sentir algum tipo de dor. Dentre os 21 colaboradores respondentes, três disseram sentir dor, sem especificar onde era, cinco relataram sentir dor lombar, uma na mão,



uma disse ter tendinopatia no quadril, uma dentre os 21, disse possuir rinite alérgica, outra ter artrose, quatro ter dor nas articulações, uma sente ansiedade, uma sente dor de ouvido e por último, uma sente dor no joelho. Diante das respostas descritas, podemos ver uma prevalência para a dor, destacando principalmente a dor lombar e nas articulações. Podemos salientar esta alta, primeiro porque a maioria trabalha no campo, estão mais expostas as intempéries do ofício, além de pegar mais peso, diante deste quadro, as intervenções neste sentido se fazem necessário.

Na escala Brazilian version of need Recovery scale, que mede as chances que um colaborador tem de se acidentar no trabalho, cerca de 60% ficaram entre 21 e 40 pontos, onde indica baixo risco de acidentes. Dentre os colaboradores, 6,7% tiraram acima de 80 pontos na escala, que significa um alto risco de acidentes no trabalho. Os dois pontos mais relevantes para se classificar, são descanso e concentração, quando estes são negligenciados, o risco de acidentes se eleva muito.

### Conclusões

Em suma, o projeto realizado com a empresa provedora de internet foi fundamental para investigar e prevenir possíveis riscos relacionados à saúde dos trabalhadores. Através da aplicação de testes com escalas padrões, foram identificadas demandas que precisavam de atenção e orientação por parte da empresa. Além disso, as atividades desenvolvidas não só beneficiaram a empresa e seus colaboradores, mas também a comunidade em que a empresa está inserida. Embora o objetivo tenha sido alcançado, houve limitações encontradas como falta de colaboradores nos dias de intervenção, feriados e um tempo pequeno para as intervenções, ainda há muito a ser feito visando promover a saúde e a segurança dos trabalhadores e garantir um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo para a empresa.

**Descritores:** Occupational Health; Ergonomics; Occupational Risks.



## Referências

1. MELO, Bruna Ferreira et al. Atuação do fisioterapeuta nos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador: indicadores das notificações dos Dort. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 24, p. 137-142, 2017.
  2. CRISTINA, Doriléia; RIBEIRO, Amaral. A importância da fisioterapia juntamente com a ergonomia no ambiente de trabalho: revisão bibliográfica. *FACULDADE FASERRA Pós-Graduação em Ergonomia*, 2017, p. 0-13.
  3. Moriguchi C. Adaptação cultural e avaliação dos parâmetros psicométricos da versão brasileira da Need for Recovery Scale [Internet]. São Carlos: UFSCar; 2009 [citado em 18 de Nov. de 2022]. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/5242/2265.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- TCC, 2022, Porto alegre. Qualidade de vida no trabalho em duas empresas prestadora de serviço de internet na região de Caxias do Sul [...]. Porto alegre: [s. n.], 2022. p.53-54, 2002
- Gama LN, Tavares CM de M. DEVELOPMENT AND EVALUATION OF MOBILE APPLICATION FOR THE PREVENTION OF MUSCULOSKELETAL RISKS IN NURSING WORK. Texto contexto - enferm [Internet]. 2019;28:e20180214. Available from: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0214>
- Lancman S, Bruni MT, Giannini R, Sales VB, Barros J de O. O trabalhar nas intervenções em saúde e segurança no trabalho: reflexões sobre a construção de uma política integrada. *Ciênc saúde coletiva* [Internet]. 2022Nov;27(11):4265–76. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232022711.06272022>
- Brito M, Almeida ACC de, Cavalcante F, Mise YF. Completeness of notifications of accidents involving venomous animals in the Information System for Notifiable Diseases: a descriptive study, Brazil, 2007-2019. *Epidemiol Serv Saúde* [Internet]. 2023;32(1):e2022666. Available from: <https://doi.org/10.1590/S2237-96222023000100002>
- Malta DC, Bernal RTI, Vasconcelos NM de, Ribeiro AP, Vasconcelos LLC de, Machado EL. Commuting and work-related accidents among employed Brazilians, National Survey of Health 2013 and 2019. *Rev bras epidemiol* [Internet]. 2023;26:e230006. Available from: <https://doi.org/10.1590/1980-549720230006.supl.1>