

GINÁSTICA LABORAL: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO A SER IMPLANTADA NO MUNICÍPIO DE PALMAS – TOCANTINS.



Revista
Desafios

LABORAL GYMNASTICS: AN INTERVENTION PROPOSAL TO BE IMPLEMENTED IN THE MUNICIPALITY OF PALMAS – TOCANTINS.

GIMNASIA LABORAL: UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA SER IMPLEMENTADA EN EL MUNICIPIO DE PALMAS – TOCANTINS.

Artigo Original
Original Article
Artículo Original

Thaís Sales Carvalho Oliveira^{*1}; Silvely Tiemi Kojo Sousa²

¹ Fisioterapeuta, Residente em Saúde da Família e Comunidade, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA), Palmas - Tocantins, Brasil.

² Fisioterapeuta, Mestre em Ciências da Saúde, Analista em Saúde da Secretaria Municipal de Saúde de Palmas, Palmas - Tocantins, Brasil.

*Correspondência: Thaís Sales Carvalho Oliveira, Quadra 504 Norte, Alameda 13, Lote 19, Palmas, Tocantins, Brasil. CEP: 77.006-608. e-mail: thaissales-gta@hotmail.com.

Artigo recebido em --/--/---- aprovado em --/--/---- publicado em --/--/----.

RESUMO

A Saúde do Trabalhador possui relação com diversos fatores: sociais, econômicos, ambientais, biológicos, tecnológicos, os quais podem repercutir em incapacidades nas suas atividades laborais, podendo acarretar limitações físicas como dor e incapacidades, bem como problemas sociais, tais como incredibilidade por meio de seus empregadores, desrespeito familiar, entre outros. O objetivo principal desta pesquisa é elaborar um protocolo de Ginástica Laboral a ser implantado na rede municipal de saúde de Palmas – TO. Para realizar o protocolo de ginástica laboral realizou-se uma revisão integrativa partindo-se nas bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e o Google Acadêmico (Scholar). Durante a pesquisa nem todos os artigos trouxeram definidos quais os exercícios que seriam utilizados, apenas quais as abordagens gerais que seriam utilizadas, o elo comum de todos foi a realização do alongamento como proposta base para todos os estudos. Com a realização deste estudo pode-se perceber que diversas empresas, por variados municípios do país estão visando a saúde física, psicológica e ergonômica de seus funcionários. Os estudos mostram-se comuns na efetividade da ginástica laboral como redutor de algias e níveis de estresse.

Palavras-chave: Ginástica Laboral; Saúde do trabalhador;

ABSTRACT

Occupational Health is related to several factors: social, economic, environmental, biological, technological, which can have an impact on disabilities in their work activities, which can lead to physical limitations such as pain and disabilities, as well as social problems, such as employers, family disrespect, among others. The main objective of this research is to elaborate a Labor Gymnastics protocol to be implemented in the municipal health network of Palmas - TO. To carry out the labor gymnastics protocol, an integrative review was carried out, starting from the databases: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) and Google Scholar (Scholar). During the research, not all articles had