

PROMOVENDO O BEM-ESTAR DOS FUNCIONÁRIOS NA EMPRESA CAPRICÓRNIO COFFES

PROMOTING EMPLOYEE WELL-BEING AT CAPRICÓRNIO COFFES

¹HUNGARO, CAROLINA; ²DA CUNHA, Fernanda Gabriel; ³MARTINS, Fernanda Batista; ⁴TOMAZ, Julia Zambrano Alves; ⁵DE ALMEIDA, Maria Clara Quadri; ⁶MÜZEL, Maria Eduarda Pinheiro Cardoso; ⁷DE PAULA, Melissa Aparecida Walter; DE PAULA, Vanessa Cristina Godoi

^{1e2}Departamento de Fisioterapia – Centro Universitário das Faculdades Integradas de Ourinhos-Unifio/ FEMM

RESUMO

A fisioterapia no ambiente de trabalho foi instituída em 2003, mas somente em 2007 foi aprovada uma lei que a incorporou à Norma Regulamentadora nº 4. Desde então, tornou-se prática comum nas empresas melhorar a qualidade de vida e promover conforto aos trabalhadores. A principal função da fisioterapia é ajudar a resolver pequenas dificuldades de produção causadas por dores, desconfortos físicos e outras sensações desagradáveis. A fisioterapia contribui com a demanda pela ergonomia, visando aumentar o conforto, a saúde e a segurança dos trabalhadores. Envolve proteger, contentar, melhorar a vida e o bem-estar de todos os membros de uma equipe específica, independentemente do seu tamanho. Promover educações essenciais para trabalhadores da empresa Capricórnio Coffes, orientando hábitos saudáveis, corrigir postura e ergonomia, e atendimento fisioterapêutico para avém desconfortos e dores do trabalho. Promover o bem-estar dos colaboradores é crucial para aumentar a produtividade, reduzir a rotatividade e criar um ambiente de trabalho positivo, incluindo ambientes de trabalho saudáveis, equilíbrio profissional/pessoal, benefícios, remuneração, comunicação aberta e envolvimento. Promover o bem-estar dos colaboradores é fundamental para que a Capricórnio Coffes alcance um ambiente de trabalho saudável, produtivo e motivador por meio de diversas ações e estratégias.

Palavras-chave: Bem Estar; Ergonomia; Fisioterapia; Qualidade de Vida; Trabalhadores.

ABSTRACT

Physiotherapy in the workplace was established in 2003, but it was only in 2007 that a law was passed that incorporated it into Regulatory Standard No. 4. Since then, it has become a common practice in companies to improve the quality of life and promote comfort for workers. The main function of physiotherapy is to help resolve minor production difficulties caused by pain, physical discomfort and other unpleasant sensations. Physiotherapy contributes to the demand for ergonomics, aiming to increase the comfort, health and safety of workers. It involves protecting, contenting, improving the lives and well-being of all members of a specific team, regardless of their size. Promote essential education for workers at the company Capricórnio Coffes, guiding healthy habits, correcting posture and ergonomics, and physiotherapeutic care for discomfort and pain caused by work. Promoting employee well-being is crucial to increasing productivity, reducing turnover and creating a positive work environment, including healthy work environments, work/life balance, benefits, compensation, open communication and engagement. Promoting the well-being of employees is essential for Capricórnio Coffes to achieve a healthy, productive and motivating work environment through various actions and strategies.

Keywords: Well-being; Ergonomics; Physiotherapy; Quality of Life; Workers.

INTRODUÇÃO

A especialização em fisioterapia do trabalho foi permanentemente decretada em 18 de dezembro de 2003, por meio da RESOLUÇÃO Nº 259 – COFFITO, porém somente em 2007 criaram um projeto de lei para a incorporação do fisioterapeuta na Norma Regulamentadora No. 4 (NR-4), (PREMIER SAUDE, 2022).

A partir do século XXI, a fisioterapia nas empresas tem se tornado uma prática cada vez mais comum, com o objetivo de buscar a melhora da qualidade de vida e promover o conforto de todos os trabalhadores, independentemente da função que exerce. Logo, a principal função da fisioterapia no ambiente laboral é oferecer as melhores formas de solucionar dificuldades de pequena produtividade originado pelas dores, desconforto físico e diversas outras sensações desagradáveis no local de trabalho (Lima; Ferreira, 2023).

O atendimento fisioterapêutico no trabalho contribui na demanda da ergonomia, tal prática tem o propósito de aumentar o conforto, a saúde e a segurança do trabalhador, empenhando-se a executar a perfeita integração entre as capacidades e limitações do funcionário; efetua supervisão profissional para acompanhar as lesões por esforços repetitivos (LER) e os distúrbios osteomusculares relacionado ao trabalho (DORT); sempre informando os trabalhadores sobre as doenças ocupacionais do trabalho, essa enfermidade é uma consequência de variáveis razões (movimentos repetitivos, exposição a produtos perigosos, ruídos excessivos, sobrecarga de trabalho, entre tantas outros fatores); entre tantas outras funções. Alguns fisioterapeutas observam o paciente uma vez por semana no local de trabalho, já outros reduzem essa frequência.

A fisioterapia pode ser compreendida como uma forma de ajustar a atividade laboral para atender às necessidades humanas. Isso engloba aspectos como proteção, contentamento, melhoria da vida e bem-estar de todos os membros de uma equipe específica, independentemente do seu tamanho – pequeno, médio ou grande – levando em conta as particularidades de cada ambiente em que o profissional atua.

Diante da relevância da atuação fisioterapêutica nas empresas, este trabalho tem como objetivo de apontar as principais vantagens da ergonomia, explicar os

conceitos do trabalho do fisioterapeuta nas empresas e analisar as reações corporais dos colaboradores diante das condições do ambiente de trabalho.

METODOLOGIA

Esta revisão de literatura foi conduzida por meio de uma busca nas principais bases de dados, como SciELO, PubMed e Cochrane, lilacs utilizando as palavras-chave: "bem estar", "ergonomia", "fisioterapia", "qualidade de vida", "trabalhadores". Foram selecionados estudos publicados entre 2008 e 2024, que avaliaram intervenções fisioterapêuticas em pacientes com problemas de postura, LER e DORT, levando em consideração os impactos físicos, psicológicos e sociais.

DESENVOLVIMENTO

Promover o bem-estar dos funcionários é fundamental para a Capricórnio Coffes alcançar um ambiente de trabalho saudável, produtivo e motivador. Para isso, é necessário implementar uma série de ações e estratégias que envolvem diferentes aspectos da vida profissional e pessoal dos colaboradores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto aplicado na Capricórnio Coffes tem como objetivo melhorar o bem-estar dos colaboradores por meio da implementação de ginástica laboral e orientações ergonômicas. O acompanhamento proporciona melhorias na postura, alívio de dores e desconfortos físicos, resultando em maior produtividade e motivação dos funcionários. O projeto demonstra que a fisioterapia no ambiente de trabalho é uma estratégia eficaz para prevenir lesões, aumentar a qualidade de vida e promover um ambiente de trabalho mais saudável e eficaz. Assim, a Capricórnio Coffes não só atende às normas regulamentadoras, mas também promove o bem-estar integral de seus colaboradores, o que reflete diretamente na eficiência e nos resultados da empresa.

REFERÊNCIAS

ADM – CNX. “Doença Ocupacional: o que é, tipos e como prevenir”; Conexa, 2021. Disponível em: <https://www.conexasaude.com.br/blog/doenca-ocupacional/>. Acesso em: 15 de abril de 2024.

ADM-Premier. “Exercícios laborais: veja dicas para se exercitar no trabalho”; **Premier saúde ocupacional**, 2023. Disponível em: <https://premierocupacional.com.br/exercicios-laborais/>. Acesso em: 18 de abril de 2024.

ADM-Premier. “Fisioterapia do trabalho: Qual sua importância? – Premier Saúde”; **Premier**, 2022. Disponível em: <https://premierocupacional.com.br/fisioterapia-do-trabalho-qual-sua-importancia/>. Acesso em: 16 de abril de 2024.

AFONSO, Lucas. “Ginástica laboral”; **Brasil Escola**. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/ginastica-laboral.htm>. Acesso em: 11 de abril de 2024.

BUENO, Fabio Frau; VIANA, Helena Brandão. “Ginástica Laboral: avaliação de dores localizadas nos colaboradores de uma empresa de teleatendimento”; **Efdeportes.com**, 2010. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd150/ginastica-laboral-avaliacao-de-dores-localizadas.htm>. Acesso em: 17 de abril de 2024.

DE MENEZES, Ruy Gallart; CUNHA, Célia Rodrigues. “RESOLUÇÃO Nº 259 DE 18 DE DEZEMBRO DE 2003 – Dispõe sobre a Fisioterapia do Trabalho e dá outras providências (D.O.U Nº32 – DE 16/02/2004, Seção I, Pág. 66)”; **COFFITO**, 2014. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3017>. Acesso em: 15 de abril de 2024.

DE SOUSA, Ariane Santana.; DE JESUS, Josilene Araujo.; OLIVEIRA, Juliana Santos.; MIRANDA, Karen de Oliveira.; DOS SANTOS, Lais Santana Telles.; SOUZA, Witny Nascimento.; BATISTA Maique dos Santos Bezerra.; WILTSHIRE, Flávia Michelle Silva. A Fisioterapia no Cuidado com a Saúde do Trabalhador. Even3 Publicações – ParipirangaBA: **UniAGES**, 2021. DOI:10.29327/538442.

DIAS, Mariana. “6 exercícios de ginástica laboral para serem aplicados no ambiente de trabalho”; **VOLL TV**, 2023. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?c=zeXxFzI5Vio>. Acesso em: 11 de abril de 2024.

FERREIRA, Ana Paula. “10 exercícios de aquecimento que melhoram desempenho e evitam lesões”; **Terra**, 2024. Disponível em: <https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/saude/10-exercicios-de-aquecimento-que-melhoram-desempenho-e-evitam-lesoes,f866d17b85bfe619e072f33029eld404audmhzse.html>. Acesso em: 17 de abril de 2024.

LIMA, Daine Pereira; STIES, Sabrina Weiss; GONZÁLES, Ana Inês; BUNDCHEN, Daiana C.; AQUINO, Isabela Gomes; DE CARVALHO, Tales; NETO, Almir Schmitt; FONTES, Yolanda Gonçalves da Silva. “Questionário para avaliação da dor

musculoesquelética em praticantes de exercícios (Q-ADOM)”; **Scielo**, 2016.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbme/a/jZ7vgFD7c3PrvWyShXKzzkp/?lang=pt&format=pdf>.

Acesso em: 18 de abril de 2024.

LIMA, Ercules Pereira; FERREIRA, Tairo Vieira. “A importância da fisioterapia nas empresas e suas atribuições – ISSN 1678-0817 Qualis B2”; **Revistaft**, 2023.

Disponível em: <https://revistaft.com.br/a-importancia-da-fisioterapia-nas-empresas-e-suas-atribuicoes/#:~:text=A%20do%20trabalho%20otornou,e%20na%20produtividade%20no%20trabalho>.

Acesso em: 15 de abril de 2024.

MACIEL, Victor. “LER e DORT são as doenças que mais acometem os trabalhadores, aponta estudo”; **Ministério da Saúde**, 2022. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2019/abril/ler-e-dort-sao-as-doencas-que-mais-acometem-os-trabalhadores-aponta-estudo>.

Acesso em: 11 de abril de 2024.

OLIVEIRA, Ana Flávia. “Ergonomia: conceito, tipo e benefícios no trabalho”;

BEECORP, 2023. Disponível em: <https://beecorp.com.br/ergonomia/#primeiro>.

Acesso em: 11 de abril de 2024.

REIS, Janaina Aline Pinheiro; DA COSTA, Greyce Kellen Araujo. “A inclusão do fisioterapeuta do trabalho na NR 04, na equipe do SESMT”; **Efedepportes.com**,

2015. Disponível em: <https://www.eefdeportes.com/efd205/a-inclusao-do-fisioterapeuta-do-trabalho.htm>.

Acesso em: 14 de abril de 2024.

SOTTILE, Marcela. “Importância de exercícios unilaterais para corredores”; **Ativo**,

2023. Disponível em: <https://www.ativo.com/corrída-de-rua/importancia-de-exercicios-unilaterais-para-corredores/#:~:text=Exerc%C3%ADcios%20unilaterais%20s%C3%A3o%20aqueles%20que,por%20utilizar%20e%20sobrecarregar%20mais>.

Acesso em: 18 de abril de 2024.