



Análise da efetividade do Programa de Ginástica Laboral no processo álgico em funcionários de um hospital

Analysis of the effectiveness of the Labor Gymnastics Program in the pain process in a hospital

Bruna Teotônio Rodrigues¹
Paulo Henrique Silva Richard²
Rodrigo Gontijo Cunha³

Instituto Metodista Izabela Hendrix

Introdução: Hoje em dia os profissionais estão sendo submetidos constantemente a uma pressão para excelência do trabalho, se expondo cada vez mais a níveis elevados de tensão e estresse, comprometendo sua saúde e qualidade de vida. A necessidade de promover o bem-estar e a qualidade de vida no trabalho adequando o ambiente ocupacional tem sido cada vez mais procurada pelas empresas com destaque para o Programa de Ginástica Laboral (PGL). **Objetivo:** Identificar os efeitos de um Programa de Ginástica Laboral relativos ao processo álgico em funcionários de um hospital através do questionário SF-36. **Metodologia:** Trata-se de um estudo experimental longitudinal, com indivíduos atuantes nos setores de RH, Departamento Pessoal, TI, Faturamento, Marketing, Financeiro, Contabilidade, Arquivo, SND e Nutrição do Hospital Luxemburgo/ Instituto Mário Penna, submetidos à intervenção fisioterapêutica de Ginástica Laboral (GL) com análise quantitativa e comparativa dos dados do variável processo álgico através do questionário SF-36. Este estudo foi submetido à Plataforma Brasil e aprovado pela Comissão Nacional de Ética em pesquisa – CEP Instituto Mário Penna nº 1.583.785 e CEP Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix nº 1.570.670. **Resultados:** Na primeira aplicação do questionário foi obtido um score médio de processo álgico de 0,64 (64%) com desvio padrão 0,21 e após a intervenção obtivemos um score médio de 0,78 (78%) com desvio padrão 0,15. Diante destes resultados percebe-se uma melhora de 0,14 (14%) no score relativo ao processo álgico. **Conclusão:** Após a intervenção da GL podemos observar que os funcionários do Hospital Luxemburgo apresentaram uma melhora no processo álgico, indicando a efetividade do programa.

Palavras-chave: Ginástica Laboral; Dor; Qualidade de Vida; Trabalhador.

¹ Acadêmica do 10º período do curso de Graduação em Fisioterapia do Instituto Metodista Izabela Hendrix, campus Praça da Liberdade. E-mail: bruna.teotonio2@gmail.com

² Acadêmico do 10º período do curso de Graduação em Fisioterapia do Instituto Metodista Izabela Hendrix, campus Praça da Liberdade. E-mail: paulohsrichard@gmail.com

³ Doutor em Neurociências, Docente do Curso de Graduação em Fisioterapia do Instituto Metodista Izabela Hendrix, campus Praça da Liberdade. E-mail: rodrigo.cunha@izabelahendrix.edu.br