

## COMPARAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA COM OS DISTÚRBIOS OSTEOMUSCULARES EM FUNCIONÁRIOS ADMINISTRATIVOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

*T. A. Oliveira, V. P. S. Oliveira, L. F. A. Castro, A. S. Carvalho, L. C. Balieiro, A. P. N. T. Trindade*

Os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho têm demonstrado características epidêmicas, apresentando principalmente incapacidade para o trabalho e limitando também as atividades sociais. O objetivo deste trabalho foi comparar o nível de atividade física com as alterações osteomusculares nos funcionários da Fundação Cultural de Araxá. A pesquisa foi aprovada pelo CEP - UNIARAXA (Protocolo N°44000/40). Trata-se de uma pesquisa descritiva, transversal e quantitativa. Utilizamos o Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares e atividade física. Foi empregado o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), e um Questionário Sócio Demográfico. Foi calculada a média, o desvio padrão, porcentagem do maior e menor valor para as variáveis obtidas no questionário sócio-demográfico, nórdico e no IPAQ. A amostra final foi de 15 questionários. Obteve-se a idade média de 26,3± anos, predomínio do sexo feminino (86,7%) e tempo de função laboral média de 2,5 anos e 46,7% dos entrevistados foram considerados moderadamente ativos pelo IPAQ. Pelos dados coletados no Questionário Nórdico, a maioria das incidências nos últimos 7 dias foi na região do pescoço, e nos últimos 12 meses, a maior prevalência foi na região dos punhos, mãos e dedos (66,7%). Os resultados encontrados sugerem que a realização de um programa composto de estratégias de exercícios físicos e alongamento muscular acarretará positivamente na qualidade de vida do trabalhador, diminuindo as queixas de DORT e LER. Com isto, sugere-se a necessidade de implantação de políticas de promoção à saúde na empresa como, por exemplo, a Ginástica Laboral.