

Intervenções fisioterapêuticas para a prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho

Alex Tolentino da Silva¹, Lucas Carlos Batista¹, Natália Malavasi Vallejo³

¹Acadêmicos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná – JPR, Ji-Paraná-RO. E-mail: hidrowalex@gmail.com.

²Professora orientadora, Doutora em Ciências pela IPEN/USP (2013), Mestre em Ciências pela IPEN/USP (2008). Docente no Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná, RO, Brasil. Email: natalia.vallejo@saolucasjiparana.edu.br

*Autor Correspondente: Alex Tolentino da Silva, acadêmico do Curso de Fisioterapia 10º período. Centro Universitário São Lucas/Afya, Ji-Paraná, 2023. E-mail: hidrowalex@gmail.com.

Recebido: 05/12/2023 Aceito: 11/04/2024.

Resumo

Trabalhadores de diversos ramos de atividades produtivas estão expostos a riscos de adoecimento por lesão por esforços repetitivos/ distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho - LER/DORT. A LER/DORT representa um grupo de doenças que acomete estruturas musculares, tendíneas, de nervos periféricos, de evolução insidiosa e tendo como principal sintoma dor osteomuscular. Este trabalho tem como objetivo analisar a saúde juntamente com a qualidade ergonômica dos trabalhadores de uma escola estadual da cidade de Ouro Preto do Oeste – RO. O estudo enquadra-se no modelo de delineamento de pesquisa de levantamento de dados. Caracteriza-se pela investigação direta com servidores que atuam em diferentes cargos e funções e obteve aprovação do Comitê de Ética. Como resultado notou-se que a predominância é do sexo masculino, com um valor de 68,18%, e 31,81% do sexo feminino. 54,54% dos colaboradores relataram que há incômodos com ruídos no seu meio, já em relação a imobiliária, 22,72% dos funcionários da escola apontam que seus assentos entregam condições inadequadas para o trabalho diário, com isso relataram sentir mais dores e desconfortos nos membros superiores. Por fim, 68,18% consideram seu trabalho dinâmico e criativo, sendo fatores que beneficiam a qualidade de vida dos trabalhadores.

Palavras-chave: DORT. Intervenção Fisioterapêutica. Reumatologia.

Abstract

Workers from various branches of productive activities are exposed to the risk of illness due to repetitive strain injuries/work-related musculoskeletal disorders (RSI/WRMD). RSI/WRMD represents a group of diseases that affect muscular, tendinous, and peripheral nerve structures, with insidious progression and the main symptom being musculoskeletal pain. This study aims to analyze the health along with the ergonomic quality of workers in a state school in the city of Ouro Preto do Oeste, RO. The study fits into the survey data research design model. It involves direct investigation with employees in different positions and functions and obtained approval from the Ethics Committee. As a result, it was noted that the majority is male, with a value of 68.18%, and 31.81% are female. 54.54% of the collaborators reported discomfort with noise in their environment. Regarding the furniture, 22.72% of the school's employees point out that their seats provide inadequate conditions for daily work, leading to more pain and discomfort in the upper limbs. Finally, 68.18% consider their work dynamic and creative, factors that benefit the quality of life of the workers.

Key words: DORT. Physiotherapeutic Intervention. Rheumatology.

1. Introdução

Trabalhadores de diversos ramos de atividades produtivas estão expostos a riscos de adoecimento por lesão por esforços repetitivos/ distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho - LER/DORT. A LER/DORT representa um grupo de doenças que acomete estruturas musculares, tendíneas, de nervos periféricos, de evolução insidiosa e

tendo como principal sintoma dor osteomuscular, geralmente em membros superiores (HOUVET; OBERT, 2013). Essas lesões podem ser incapacitantes, levando os trabalhadores ao afastamento do trabalho, o qual causa ruptura dos laços e das relações sociais que servem de suportes no cotidiano (RAMOS et al., 2010). Ainda, os trabalhadores afastados por LER/DORT

convivem com dores crônicas e apresentam um sentimento de incapacidade para o desempenho de atividades básicas e cotidianas (ALENCAR; OTA, 2011). Para Dale, Dias (2018), o presenteísmo (trabalhar doente) corresponde a corpos que se sujeitam devido a necessidade de um salário, a falta de oportunidades em outras áreas, o sentimento de responsabilidade e de ter que cumprir bem sua atividade e a naturalização das más condições de trabalho.

Hoje já sabe que a utilização das siglas (LER, e depois DORT) não é necessária para a representatividade de várias doenças, com os avanços muitos especialistas passaram a evidenciar que fatores como sociais, familiares, econômicos, estresse e insatisfação no trabalho podem apresentar os mesmos sintomas (HOUVET; OBERT, 2013). O que se pede hoje é que haja uma melhor identificação, análise e tratamento dos sintomas que correspondem a LER/DORT, sabendo que LER não é uma doença, mas uma “Lesão por Esforço Repetitivo” que representa um grupo de afecções do sistema musculoesquelético e DORT “Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho” sendo a sigla que foi introduzida para substituir LER e que será apresentado no contexto desta pesquisa, quais são as causas, os sintomas e o tipo de tratamento que os técnicos educacionais agente de Alimentação que atuam na área da cozinha de uma Escola do Ensino Médio no Município de Estancia Turística de Ouro Preto do Oeste que apresentam movimentos repetitivos contínuos em quanto trabalham.

A fisioterapia oferece uma abordagem abrangente para prevenir e tratar os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho, visando promover a saúde e o bem-estar dos trabalhadores, sendo integradas a um

programa abrangente de saúde ocupacional, envolvendo a participação ativa da empresa.

Observou-se que os entrevistados, sendo a predominância do sexo masculino, envolvendo cargos que exijam um esforço físico maior, através do questionário a ergonomia do local não favorece a saúde e o bem-estar dos mesmos, os ruídos e a circulação de ar são os fatores que mais incomodam os colaboradores, como também, seus assentos em comparação as mesas utilizadas são os que menos entregam condições adequadas. Informam sentir mais dores e desconfortos nos membros superiores, devido às demandas físicas e posturais associadas às suas atividades diárias. Fora questionado também a respeito de suas percepções em relação ao trabalho serem monótono, criativo e dinâmico, esses elementos combinados podem impulsionar a produtividade, a motivação e a satisfação dos funcionários.

Os Distúrbios Osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) são uma preocupação significativa para a saúde ocupacional em todo o mundo. Uma das intervenções importantes é a ergonomia, que se concentra no ajuste do ambiente de trabalho para melhorar a postura e minimizar as tensões musculoesqueléticas, como também, o treinamento postural, exercícios de fortalecimento e alongamento, técnicas de relaxamento e as orientações de prevenção. Relacionados ao trabalho requer uma abordagem multidisciplinar, com a colaboração entre fisioterapeutas, médicos, ergonomistas e outros profissionais de saúde. Dessa forma criam condições ideais no local de trabalho, promovendo a saúde e o bem-estar dos funcionários, aumentando a satisfação no serviço e amplificando a eficiência e a segurança (OLIVEIRA, 2021).

O trabalho foca em desenvolver com esses funcionários a exposição das possíveis causas da DORT/LER, tendo em vista que muitos não apresentam todos os sintomas ou nenhum. Sabendo que em um ambiente escolar existem vários setores parte administrativas, pedagógicas e professores em sala de aula também são acometidos por este mesmo prognóstico. DORT hoje se configura um problema de saúde quando direcionado para a área da educação, é notório funcionários em situações insalubres, com baixa remuneração e outras doenças que agravas ainda mais os sintomas já existente. Para Hoefel, Walsh (2004) dentro desse contexto, observa-se um aumento significativo dos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT), que se configura atualmente como importante problema de saúde pública.

Este artigo tem por objetivo geral analisar um questionário voltado na área da ergonomia dos trabalhadores de uma escola estadual, situada na cidade de Ouro Preto do Oeste-RO e identificar possíveis melhorias no âmbito da ergonomia em um ambiente de profissionais escolares.

E os objetivos específicos: demonstrar/estudar as DORTS (doenças osteomusculares relacionada ao trabalho); analisar o ambiente de trabalho do ponto de vista ergonômico; analisar as possíveis alterações e ou melhorias no ambiente e propor junto a direção possíveis alterações no ambiente e ou na execução da atividade de trabalho. Foi aplicado um questionário com 45 questões para 22 funcionários da escola em diferentes setores, a fim de analisar a ergonomia do local de trabalho.

2. Metodologia

O estudo enquadra-se no modelo de delineamento de pesquisa de levantamento de

dados. Caracteriza-se pela investigação direta com servidores que atuam em diferentes cargos e funções em uma escola estadual na cidade de Ouro Preto do Oeste em Rondônia. O trabalho obteve aprovação do Comitê de Ética do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná/RO, com número de registro CAEE 73990123.4.0000.5297.

A amostra foi composta exclusivamente por técnicos administrativos educacionais atuantes na referida escola para fins de análise, sendo homens e mulheres de 25 a 55 anos, que atuam em diversas áreas e funções em períodos diários de 6 (seis) horas corridas de trabalho. Como critérios de inclusão, foram incluídos servidores do Estado e que estavam atuando ativamente na área técnica administrativa da escola, que incluiu setores como a cozinha, limpeza em geral e serviços gerais na portaria e pequenos reparos. E como critérios de exclusão, estar afastado de suas funções por licenças, sejam elas: prêmio, médicas, ou para atuar com cargos públicos.

Realizado a abordagem dos colaboradores na escola para uma reunião e explicação do projeto e seu objetivo, apresentado os documentos necessários para serem assinados antes de responderem o questionário de 45 questões. Após o preenchimento do questionário será feita uma análise dos relatos dos servidores.

3. Resultados e Discussões

Foram abordados 22 participantes, dos quais todos aceitaram participar da pesquisa. Dentre os colaboradores entrevistados, a predominância é do sexo masculino, com um valor de 68,18%, e 31,81% do sexo feminino. Em relação ao tipo de contrato a grande maioria, 81,81% possui contrato efetivo (concurso público) e 18,18% como contratos temporários, como é descrito na figura 1.

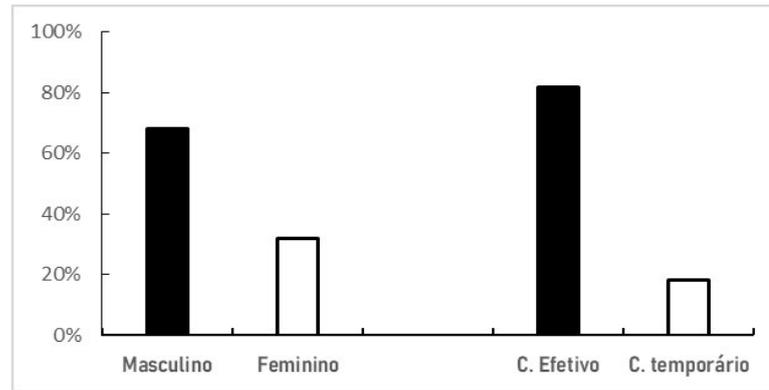


Figura 1. Porcentagem dos participantes da pesquisa em relação ao sexo e ao tipo de contrato.

O trabalho dos homens envolve jardinagem, manutenção, porteiros, inspetores de pátio, bibliotecários, sendo assim cargos que exijam um esforço físico maior. Já os das mulheres são nas áreas da cozinha, secretaria e limpeza. O trabalho temporário é aquele em que existe a prestação de determinado serviço por parte de uma pessoa física, mas que necessariamente é contratada por tempo determinado. Já o contrato efetivo é por meio de concurso público que acontece por um tempo indefinido, onde o mesmo é por tempo indeterminado. Normalmente os temporários são chamados para cobrir a falta de demanda

em certas áreas do ambiente de trabalho, podendo ter o seu contrato renovado ou não quando prazo expedir (PONTOTEL, 2022).

Os fatores ambientais de desconforto relacionados a temperatura, ruído, iluminação, vibrações e circulação de ar, foram avaliados e estão descritos na figura 2. Dentre os resultados obtidos pode-se observar que 54,54% dos colaboradores relataram que há incômodos com ruídos no seu meio, 36,36% estão relacionados a circulação de ar, 27,27% relatam possuir vibração em equipamentos de trabalho e 9% citam sobre a iluminação.

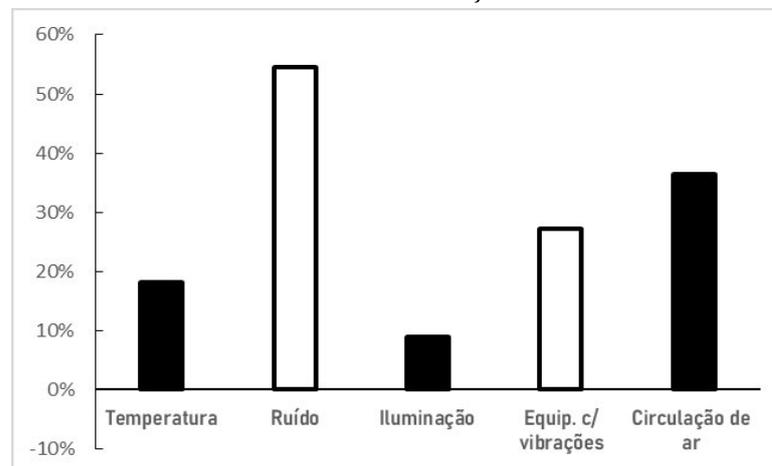


Figura 2. Porcentagem de indivíduos que apontaram sobre algum tipo de desconforto em relação a temperatura, ruído, iluminação, equipamentos com vibrações e circulação de ar.

Por se tratar de uma escola, os ruídos e circulação de ar são os fatores que mais

incomodam os colaboradores. E sem a circulação de ar ideal pode vir a acontecer o aumento da temperatura do local, principalmente se a área for a cozinha. Boa iluminação, circulação de ar adequada, ausência de ruídos e vibrações externas e temperaturas controladas são componentes importantes de um ambiente de trabalho saudável e produtivo. Ao criar condições ideais no local de trabalho, os empregadores podem promover a saúde e o bem-estar dos funcionários, aumentar a satisfação no serviço e amplificar a eficiência e a segurança (OLIVEIRA,2021). A adequada iluminação no local de trabalho desempenha um papel vital no bem-estar físico e mental dos colaboradores, ao mesmo tempo em que é crucial para impulsionar a produtividade e a eficácia. Além de possibilitar a execução mais segura e precisa das tarefas, a iluminação apropriada tem um impacto positivo no ânimo, na concentração e na saúde geral dos funcionários. Um ambiente de trabalho bem iluminado promove maior conforto visual, reduzindo a fadiga ocular e minimizando a probabilidade de erros e incidentes. Adicionalmente, a combinação de luz natural e iluminação artificial adequada pode elevar o espírito, a qualidade do sono e o bem-estar geral dos trabalhadores, resultando em um ambiente de trabalho mais saudável e

produtivo (BRIEF, 2022). O ruído excessivo no ambiente de trabalho escolar pode ter um impacto significativo na saúde e no bem-estar dos funcionários, além de prejudicar a comunicação efetiva e interferir na aprendizagem dos alunos. A exposição constante a níveis elevados de ruído pode levar a problemas de saúde, como estresse, fadiga, perda de concentração e problemas de sono. Além disso, o ruído excessivo pode afetar negativamente a comunicação verbal entre professores, funcionários e alunos, dificultando a transmissão de informações e o desenvolvimento de um ambiente de aprendizagem tranquilo e produtivo. Portanto, é essencial implementar medidas de controle de ruído e promover um ambiente de trabalho escolar mais silencioso e propício ao bem-estar de todos os envolvidos (LIE, SKOGSTAD, 2016).

É demonstrado na figura 3 em relação a imobiliária, 22,72% dos funcionários da escola apontam que seus assentos em comparação as mesas utilizadas são os que menos entregam condições adequadas para a realização das atividades diárias, já as mesas somente 9% relatam esse problema. Referente ao espaço, 13,63% acreditam que é pouco para se obter uma condição boa de trabalho. Como é descrito na figura 3:

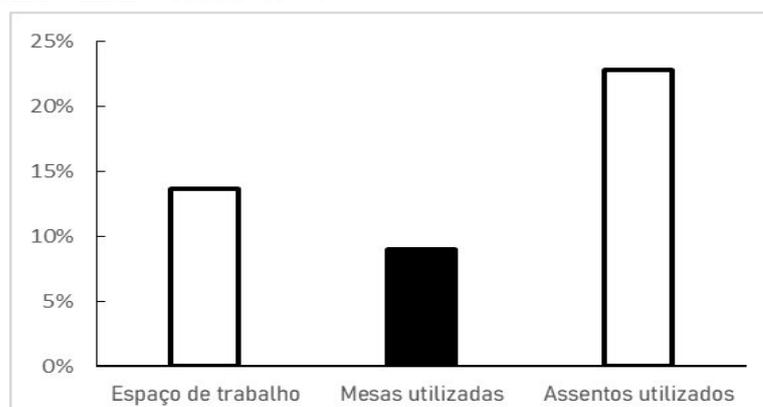


Figura 3. Porcentagem de trabalhadores que relatam ter pouco espaço de trabalho e inadequação nas mesas e cadeiras utilizadas.

A importância de um bom espaço de trabalho e de mesas e cadeiras ergonômicas no ambiente de trabalho são cruciais para prevenir Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORTs). As mesas e cadeiras ergonômicas são fundamentais para a saúde e o bem-estar dos trabalhadores, pois dá suporte de postura adequado, redução de desconforto, aumenta a produtividade e entre outros. Cuidar da ergonomia do local de trabalho é uma preocupação tanto do ponto de vista da saúde como do ponto de vista da eficiência (McKeever,2023). De acordo com a Biblioteca virtual de saúde (BVS) cita que a cadeira deve ser do tipo ajustável para sua altura em relação à mesa de trabalho, e seu encosto deve prover suporte integral para suas costas. O assento da cadeira deve se ajustar a você e nunca deverá tocar a parte interna de seus joelhos, pois se isto ocorrer poderá afetar a circulação do sangue em suas pernas. O apoio de braços para cadeira é ergonomicamente questionável, no entanto recomenda-se que não estejam muito próximos ou muito afastados; muito baixos ou muito altos. A cadeira é uma das peças mais importantes na prevenção de lesões, portanto não justifica economizar algum dinheiro e adquirir algo deficientemente projetado.

Um bom ambiente de trabalho é fundamental para o bem-estar dos

funcionários e para o sucesso de uma organização. Um espaço de trabalho adequado proporciona conforto físico, estimula a criatividade, promove a colaboração e contribui para a produtividade. Ter um ambiente de trabalho bem organizado, limpo e com boa ventilação pode melhorar a saúde e a segurança dos funcionários, reduzindo o estresse, a fadiga e os riscos de acidentes. Além disso, um espaço de trabalho bem projetado e equipado com mobiliário ergonômico pode melhorar a postura e o conforto durante as horas de trabalho. Investir em um bom ambiente de trabalho é investir no bem-estar e no desempenho dos funcionários, resultando em maior satisfação, engajamento e eficiência no trabalho (SEPPALA, 2015).

Em uma das sessões do instrumento avaliativo foi abordado o tema sobre desconforto e em específico a algumas partes do corpo. É demonstrado na figura 4 que 31,81 % relatam que sentem dores ou desconfortos no trabalho e 36,36 % responderam que o membro mais afetado são os braços. Vale observar que as regiões predominantes de quadros álgicos são as superiores, sendo: os braços, mãos e cabeça (13,63%) e os ombros (31,81%). O quadril foi relatado em 13,63% dos participantes e o pé obteve somente 4,54% de respostas para dor e desconforto.

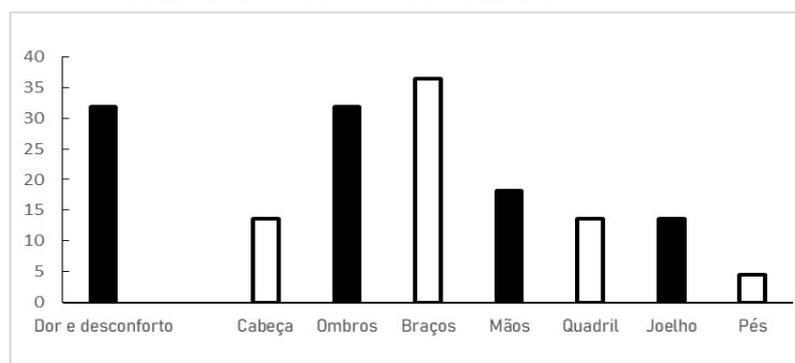


Figura 4. Porcentagem de indivíduos que responderam sentir desconforto no trabalho e sentir desconforto nos membros do corpo específicos.

Os colaboradores relataram sentir mais dores e desconfortos nos membros superiores, já que por tratar de uma escola a demanda para escrever, digitar e carregar livros/pastas são maiores e também as cozinheiras que precisam mexer panelas e cortar alimentos diariamente.

Ocorrências de dores nos membros superiores são comuns entre os trabalhadores de escolas, devido às demandas físicas e posturais associadas às suas atividades diárias. Essas dores podem afetar negativamente o bem-estar dos funcionários, sua qualidade de vida e desempenho profissional. É fundamental que sejam implementadas medidas preventivas e ergonômicas no ambiente de trabalho escolar, visando reduzir as lesões e desconfortos relacionados aos membros superiores. Isso inclui a adoção de posturas corretas durante a realização de tarefas, o uso de mobiliário adequado, a realização de pausas regulares para descanso e alongamento, além da conscientização sobre a importância da saúde e segurança ocupacional. Ao promover um ambiente de trabalho que priorize o cuidado com os membros superiores dos funcionários, é possível contribuir para sua saúde física e mental, aumentando sua satisfação e eficiência no trabalho (ALTHOMALI, 2021).

A posição dominante do corpo do funcionário, durante suas horas de serviço, tem repercussões em sua estrutura anatômica. Durante o trabalho, certos grupos musculares são solicitados para a execução dos movimentos, enquanto outros permanecem completamente sem função, relaxados. Este

fato ocasiona um desequilíbrio da tonicidade muscular, aumentando o tônus dos músculos mais exigidos ou mantendo-os no mesmo nível e diminuindo o daqueles que se encontram sem atividade, surgindo defeitos posturais. As articulações vão sofrendo uma diminuição em sua mobilidade, refletindo em pouca flexibilidade do corpo e por fim causando quadro algico nos membros do corpo humano. Com base nisso, vale ressaltar a necessidade da mobiliária ser ergonômica para um melhor desempenho nas atividades diárias para que assim não ocorram desconfortos com um determinado tempo durante o dia e também a conscientização dos colaboradores em relação ao carregar excesso de carga no seu âmbito de trabalho (KALINOWSKI, 2020).

Os participantes da pesquisa foram questionados sobre suas percepções em relação ao trabalho ser monótono, criativo e dinâmico, as respostas estão demonstradas na figura 5.

Em relação ao trabalho ser monótono, apenas 4,55% dos colaboradores responderam que acham o trabalho monótono, o que indica que a maioria dos participantes não considera o trabalho como algo monótono. No que diz respeito ao trabalho ser criativo e dinâmico, 68,18% dos colaboradores responderam afirmativamente, o que demonstra que a maioria dos participantes enxerga o trabalho como algo que oferece variedade, possibilidade de usar a criatividade e mudanças constantes, sem que haja monotonia.

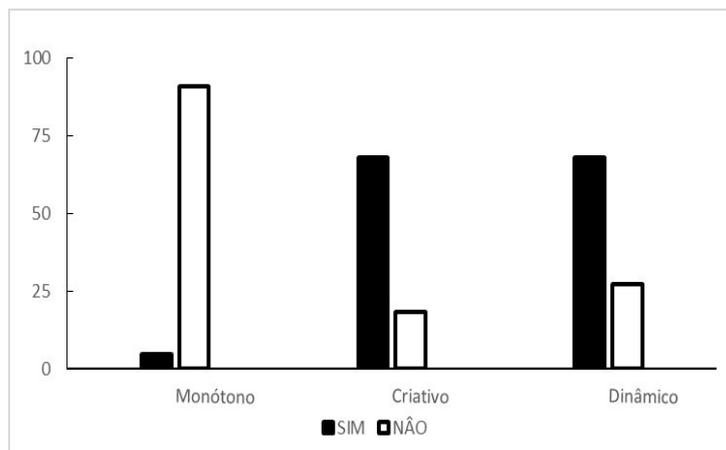


Figura 5. Porcentagem dos contribuintes em relação sobre como consideram a rotina de trabalho sendo sim ou não para: monótono, criativo e dinâmico.

Um ambiente de trabalho dinâmico e criativo é essencial para o crescimento e sucesso de uma organização. Ao proporcionar um espaço onde a imaginação e a inovação são valorizadas, as empresas podem estimular a geração de novas ideias, soluções e produtos. Um ambiente criativo inspira os colaboradores a pensar de forma diferente, a questionar o status quo e a buscar novas abordagens para os desafios. Além disso, um ambiente de trabalho que encoraja a criatividade também promove a colaboração, o trabalho em equipe e a diversidade de perspectivas. Esses elementos combinados podem impulsionar a produtividade, a motivação e a satisfação dos funcionários. Investir na criação de um ambiente de trabalho criativo é investir no potencial inovador da equipe e na capacidade da organização de se adaptar e se destacar em um mundo em constante mudança (FELBER, 2020).

A monotonia no ambiente de trabalho pode ter um impacto significativo na motivação, produtividade e bem-estar dos funcionários. Um ambiente de trabalho monótono tende a resultar em tarefas repetitivas e rotineiras, o que pode levar à falta de engajamento e interesse por parte dos colaboradores. Por outro lado, um ambiente de trabalho dinâmico e estimulante, que

oferece variedade de tarefas e desafios, pode despertar a criatividade, a curiosidade e a motivação dos funcionários. Além disso, a introdução de elementos não monótonos, como espaços de convivência, eventos sociais e oportunidades de aprendizagem, pode contribuir para um clima positivo e inspirador no ambiente de trabalho. Portanto, é essencial que as organizações reconheçam a importância de evitar a monotonia e promover um ambiente de trabalho estimulante, que incentive o crescimento pessoal e profissional dos funcionários (SHARMA, 2022).

4. Conclusões

A LER/DORT é uma síndrome que afeta milhares de trabalhadores em todo o mundo, sendo causada principalmente por fatores relacionados ao ambiente de trabalho. Essas condições afetam os sistemas musculoesquelético e neuromuscular e podem ter um impacto significativo na qualidade de vida dos trabalhadores. Uma das intervenções mais importantes é a ergonomia, que se concentra no ajuste do ambiente de trabalho para melhorar a postura e minimizar as tensões musculoesqueléticas.

É importante adotar medidas de prevenção primária, que envolvem a identificação dos riscos ocupacionais, a implementação de medidas de controle de

risco, a capacitação dos trabalhadores e a criação de um ambiente de trabalho saudável e seguro. Além disso, a prevenção secundária também é importante e envolve o diagnóstico precoce e o tratamento imediato das LER/DORT, a fim de evitar a progressão da lesão e a incapacidade funcional do paciente. Após a análise dos questionários conclui-se que o ambiente necessita de uma adaptação/melhoria na ergonomia. Visando reduzir as lesões e desconfortos relacionados aos membros superiores e a participação das atividades diárias.

5. Referências

- ALMEIDA N., Percepção dos Familiares de Pacientes Internados em Unidade de Terapia Intensiva em Relação à Atuação da Fisioterapia e à Identificação de suas Necessidades. *Fisioterapia e Pesquisa* [online], 2012.
- AUGUSTO V. Um olhar sobre as LER/DORT no contexto clínico do fisioterapeuta. *Rev Bras Fisioter*, 2008.
- BARBOSA MSA. A vida do trabalhador antes e após a Lesão por Esforço Repetitivo (LER) e Doença Osteomuscular Relacionada ao Trabalho (DORT). *Rev. Bras. Enferm.*, 2007.
- CANDOTTI C. et al. Efeitos da ginástica laboral na dor nas costas e nos hábitos posturais adotados no ambiente de trabalho. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*, Florianópolis, 2011.
- DALE, A. P.; DIAS, M. D. A. A “extravagância” de trabalhar doente: o corpo no trabalho em indivíduos com diagnóstico de LER/DORT. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, 2018.
- HOEFEL M. Uma proposta em Saúde do Trabalhador com portadores de LER/DORT: grupos de ação solidária. *Cad Psicol Soc Trab*, 2004.
- IKARI T. et al. Tratamento de LER/DORT: intervenções fisioterápicas. *Rev Ciênc Méd*. 2007.
- MINAYO, M. C. S. Quantitativo- Qualitativo: oposição ou complementaridade? *Caderno de Saúde Pública*, 1993.
- MONTEIRO, M. S. Prevalência de Dor Osteomuscular em Professores Universitários. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, 2017.
- RUMAQUELLA, M., SANTOS FILHO, A. Postura de Trabalho Relacionada com as Dores na Coluna Vertebral em Trabalhadores de uma Indústria de Alimentos: Estudo de Caso. *Educação Gráfica*, 2010.
- SILVA, G. Avaliação do risco de desenvolvimento de LER/DORT em trabalhadores de uma empresa de montagem de equipamentos elétricos. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2018.
- ZAVARIZZIA, C. D. P; CARVALHOB, R. M. M. D; ALENCARA, M. D. C. B. D. Grupos de trabalhadores acometidos por LER/DORT: relato de experiência. *Terapia Ocupacional*, São Paulo, v. 27, n. 3, p. 663-670, jul./2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/rWRhLpQkX8QKxFwDmcV3wwH/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 6 nov. 2023.