



Evento: III Seminário Acadêmico da Graduação UNIJUÍ

INTERVENÇÃO EM SAÚDE PARA MOTORISTAS DA SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE IJUÍ VINCULADOS AO APOIO DO CEREST¹

Alessandra Giebelmeier Silveira², Cassiane Tiecher Sonza², Luana Barcellos², Ricardo Antônio Stecca Pedrolo², Sâmia Aline Moreira Cardoso², Patrícia Felden Torma³, Luciane Sarturi Antes³, Eliane Roseli Winkelmann⁴

¹ Trabalho desenvolvido no Componente Curricular Disciplinar de Projeto Integrador Avaliação, Diagnóstico e Recursos Terapêuticos em Fisioterapia da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ

² Estudante do curso de Fisioterapia

³ Mentoras do projeto e profissionais do CEREST. Mestrandas do Programa de Pós Graduação Mestrado e Doutorado em Atenção Integral à Saúde - PPGAIS.

⁴ Professora orientadora da disciplina de Projeto Integrador: Avaliação, diagnóstico e recursos terapêuticos em Fisioterapia, do quinto semestre do Curso de Graduação em Fisioterapia da Unijui. Fisioterapeuta Doutora em Cardiologia: Ciências Cardiovasculares. Líder Grupo de Pesquisa Estudos Epidemiológicos e Clínicos - GPEEC. Professora do Núcleo da Saúde da Unijui e Programa de Pós Graduação Mestrado e Doutorado em Atenção Integral à Saúde - PPGAIS.

Introdução/Objetivos: Motoristas da saúde enfrentam rotinas extensas, com longos períodos dirigindo e pouco tempo para o autocuidado, o que pode gerar dores musculoesqueléticas e estresse. Este projeto teve como objetivo propor uma intervenção fisioterapêutica preventiva, com práticas simples de alongamento e orientações de saúde que pudessem ser integradas à rotina de trabalho. **Metodologia:** A abordagem foi qualitativa e quantitativa. Foram realizadas visitas ao CEREST e à Secretaria de Saúde de Ijuí, com rodas de conversa e aplicação de questionário aos motoristas para identificar suas principais queixas. A partir dos dados, foi elaborado um protocolo de alongamentos e materiais educativos (folder e banner), seguido de um momento prático de devolutiva com demonstração dos exercícios e orientação presencial. **Resultados e Discussão:** Os motoristas relataram dores frequentes, cansaço e ausência de pausas. A participação nas atividades e o interesse demonstrado mostraram que intervenções simples e bem direcionadas podem gerar alívio físico, acolhimento emocional e valorização profissional. A literatura respalda essa estratégia como eficaz na prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. **Conclusão:** A ação demonstrou que práticas acessíveis como alongamentos e pausas ativas são eficazes para melhorar a saúde e o bem-estar dos motoristas. O projeto valorizou esses profissionais, incentivou o autocuidado e mostrou que pequenas mudanças podem ter grande impacto na qualidade de vida no trabalho.

Palavras-chave: Fisioterapia do trabalho; Saúde do trabalhador; Motoristas da saúde; Prevenção de lesões; Intervenção fisioterapêutica.