www.revistaft.com.br

Revista FT | ISSN 1678-0817 | v. 30, n. 164, 2026 | DOI: 10.69849/ak66hh07

Impactos da atuação da fisioterapia na qualidade de vida dos trabalhadores no setor industrial: revisão integrativa

Impacts of physiotherapy interventions on the quality of life of workers in the industrial sector: an integrative review

Ana Clara Figueiredo Passos[1]
Débora de Freitas Montanho[2]
Ingrid da Silva dos Santos[3]
Fabiano Sousa Barbosa[4]

RESUMO

Introdução: Dentre esses agravos, as LER/DORT se destacam pelo número de notificações e pelo impacto econômico e social, gerando dor, incapacidades, sofrimento e afastamentos do trabalho. **Objetivo:** analisar os impactos da fisioterapia na qualidade de vida dos trabalhadores, dando ênfase na redução de prevalência de LER/DORT. **Metodologia:** O trabalho trata-se de uma revisão integrativa, foram utilizadas as seguintes bases de dados: PubMed e SciELO. **Resultados:** Ao todo foram identificados 653 artigos sobre o tema, utilizando as bases de dados PubMed e SciELO. Posteriormente foram excluídos 218 trabalhos passaram pela triagem de títulos e resumo, através dos métodos de busca foram identificados 24 estudos elegíveis. **Conclusão:** A fisioterapia e a sua atuação são parte de um cuidado

[1] Graduanda em Fisioterapia pelo Centro Universitário do Norte - UNINORTE - Manaus – AM. E-mail: clara.fp24@gmail.com.
[2] Graduanda em Fisioterapia pelo Centro Universitário do Norte (UNINORTE) - Manaus – AM. E-mail: deboramontanho@gmail.com.
[3] Graduanda em Fisioterapia pelo Centro Universitário do Norte (UNINORTE) - Manaus – AM. E-mail: idsds001307@gmail.com.
[4] Mestre em Biologia Celular e Estrutural pela Universidade Federal de Viçosa (UFV) - Manaus – AM. E-mail: fabianososa05@gmail.com.

abrangente à saúde do trabalhador, articulando avaliação das demandas ocupacionais.
Palavras-chave: LER/DORT. Trabalhador. Qualidade de vida. Fisioterapia.

ABSTRACT

Introduction: Among these health issues, repetitive strain injuries/musculoskeletal disorders (RSI/MSD) stand out due to the number of reported cases and their significant economic and social impact, leading to pain, disability, suffering, and time off work. **Objective:** To analyze the impact of physical therapy on workers' quality of life, with an emphasis on reducing the prevalence of RSI/MSD. **Methodology:** This study is an integrative review, utilizing the PubMed and SciELO databases. **Results:** A total of 653 articles on the subject were identified through the PubMed and SciELO databases. Following a screening process of titles and abstracts, 218 papers were excluded, leaving 24 studies that met the eligibility criteria. **Conclusion:** Physical therapy and its practice are integral to comprehensive occupational health care, incorporating the assessment of occupational demands.
Keywords: RSI/WRULD (Repetitive Strain Injury/Work-Related Upper Limb Disorder). Worker. Quality of life. Physical therapy.

INTRODUÇÃO

Uma análise recente dos dados do Estudo Global da Carga de Doenças (GBD) de 2019 mostrou que aproximadamente 1,71 bilhão de pessoas em todo o mundo convivem com doenças músculo esqueléticas, incluindo dor lombar, dor cervical, fraturas, outras lesões, osteoartrite, amputação e artrite reumatoide Cieza *et al*., (2022).

Os agravos relacionados ao trabalho, com o desenvolvimento das atividades econômicas industriais, apresentam-se como uma queixa decorrente de um desequilíbrio entre as exigências das tarefas relacionadas ao trabalho e as capacidades funcionais dos indivíduos. Dentre esses agravos, as Lesões por Esforço Repetitivo e Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (LER/DORT) se destacam pelo número de notificações e pelo impacto econômico e social, gerando dor, incapacidades, sofrimento e afastamentos do trabalho Santos *et al.,* (2023).

Tarefas laborais que demandam longos períodos na posição sentada ou reclinada com baixo gasto energético são cada vez mais habituais Assunção (2024).

Dessa maneira este estudo tem como objetivo de analisar os impactos da fisioterapia na Qualidade de vida dos trabalhadores, dando ênfase na redução de prevalência de Lesões por Esforço Repetitivo e Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (LER/DORT).

METODOLOGIA

A pesquisa trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada durante os meses de agosto a outubro de 2026, na qual foram coletados artigos científicos publicados nos últimos dez anos (2016 a 2026), nos idiomas português e inglês, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PubMed). Foram definidos como descritores: (physiotherapy OR physical therapy) AND (occupational health OR industrial workers) AND (quality of life) AND (Brazil).

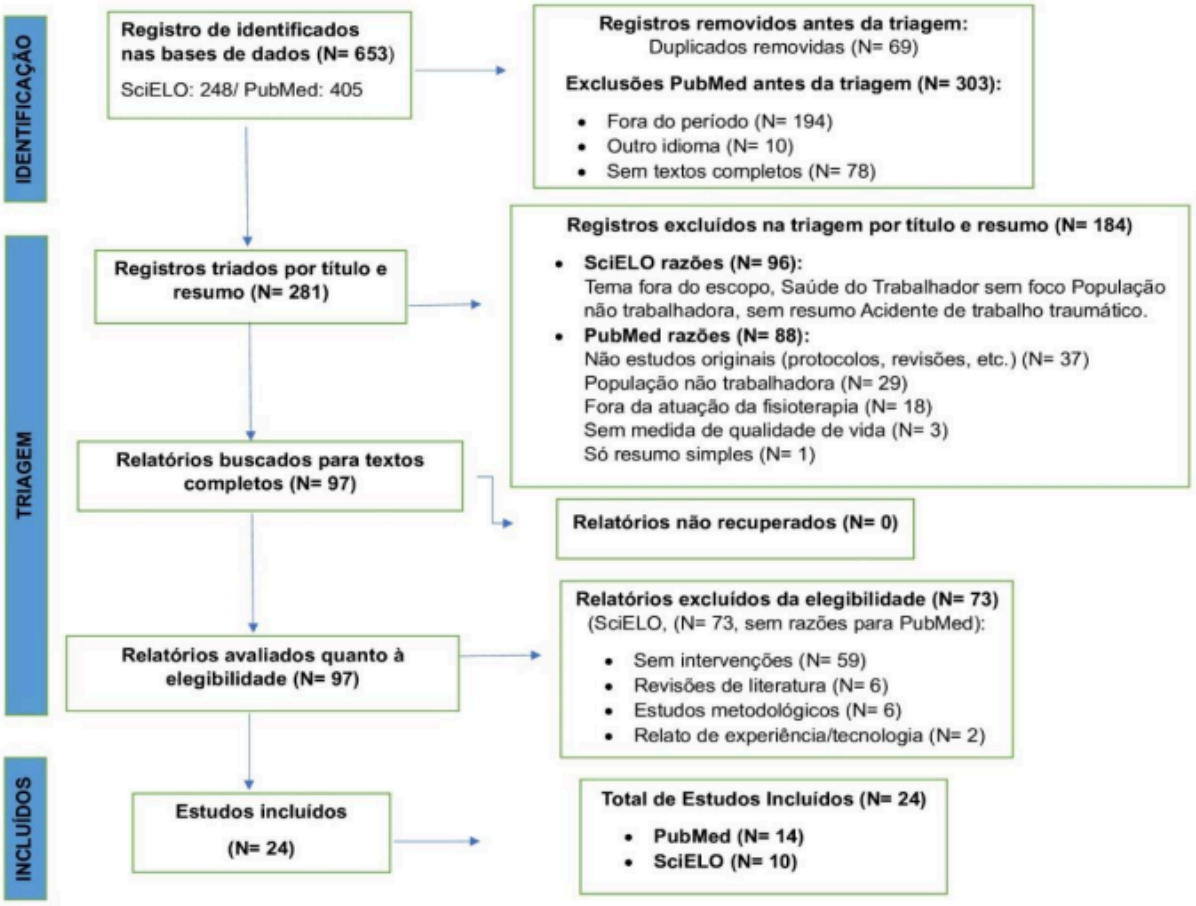
Foi utilizada a estratégia PICo, sendo P – População: trabalhadores adultos, de ambos os sexos, inseridos em diferentes setores ocupacionais; I – Interesse: atuação da fisioterapia na saúde do trabalhador; Co – Contexto: ambientes de trabalho, considerando a percepção, as vivências e as experiências dos trabalhadores em relação à atuação da fisioterapia e seus impactos na qualidade de vida.

Os critérios de inclusão foram: estudos originais e estudos transversais, publicados em periódicos científicos, nos idiomas português ou inglês, entre os anos de 2016 e 2026, indexados nas bases de dados SciELO e PubMed, disponíveis na íntegra e que abordassem diretamente a atuação da fisioterapia na saúde do trabalhador e seus impactos na qualidade de vida, contemplando trabalhadores adultos de ambos os sexos, pertencentes ao setor industrial ou a outros setores ocupacionais.

Para os critérios de exclusão, foram estabelecidos: artigos duplicados nas bases de dados; documentos como editoriais, cartas ao leitor, resumos simples e manuais técnicos; estudos não disponíveis na íntegra; artigos sem relação com a temática proposta; pesquisas que apresentassem desfechos diferentes dos objetivos desta revisão; estudos com população diferente da delimitada para a pesquisa; e aqueles

que não abordassem a atuação da fisioterapia na saúde do trabalhador ou não apresentassem resultados relacionados à qualidade de vida.

Figura 1 – Fluxograma da pesquisa



Fonte: Elaborado pela autora, 2026.

RESULTADO E DISCUSSÃO

No Quadro 1, estão apresentadas as características dos estudos incluídos nesta revisão integrativa, contemplando os seguintes aspectos: ano de publicação, autores, título, base de dados e principais resultados. Ao todo, foram selecionados 24 estudos, sendo 14 provenientes da base de dados PubMed e 10 da SciELO, que abordam a temática proposta nesta pesquisa.

Quadro 1 – Resultados da pesquisa.

Ano	Autor	Título	Bases de Dados	Principais Resultados
2026	NIELSEN, *et al.*	Viabilidade e efeitos do exercício físico durante o horário de trabalho em funcionários de hospitais de cuidados agudos - Um ensaio clínico controlado não randomizado.	PubMed	A prática de exercícios físicos durante o horário de trabalho em uma equipe hospitalar de cuidados intensivos mostrou-se viável, mas estratégias para aumentar a aceitação e a adesão são necessárias para uma implementação bem-sucedida. Apesar da baixa adesão, a intervenção foi associada a melhorias na saúde física e mental.

2026	GOMES, *et al.*	Fisioterapia do trabalho na prevenção de doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho: uma revisão integrativa de literatura.	SciELO	Os movimentos repetitivos e as posturas inadequadas são os principais fatores de risco para o desenvolvimento das LRE/DORT, seguidos pela sobrecarga física e ausência de pausas durante a jornada de trabalho, a ginástica laboral destaca-se como estratégias mais utilizada, seguido das intervenções ergonômicas, pausas ativas e programas de alongamento, evidenciando a atuação preventiva da fisioterapia no ambiente ocupacional.

2025	VIEIRA; SOUTO; STEFANE	Qualidade de vida e distúrbios osteomusculares crônicos: um estudo multifatorial dos impactos na saúde do trabalhador de escritório	SciELO	A mediana de idade foi 39 anos, maioria feminina (66,3%), casada (62,3%) e com ensino superior completo (98%). Do total, 186 (72,6%) referiram distúrbios osteomusculares crônicos, principalmente nas regiões do pescoço e parte inferior das costas. Os distúrbios no punho-mão se relacionaram com pior escore de qualidade de vida global e nos domínios físico e ambiental; e os da região lombar, com pior no domínio social.

2025	MARINS *et al.*	Eficácia de um programa de exercícios de autogestão, disponibilizado por aplicativo, em profissionais de segurança pública com dor lombar crônica: um ensaio clínico randomizado controlado.	PubMed	O programa de exercícios associado à educação em saúde, disponibilizado por aplicativo, mostrou-se eficaz na redução da dor lombar crônica e na melhora da funcionalidade dos profissionais de segurança pública.
2024	COSTA, *et al.*	Ginástica laboral em profissionais de saúde: uma revisão sistemática	SciELO	A ginástica laboral demonstrou eficácia na redução das dores musculoesqueléticas, do estresse e dos afastamentos do trabalho, contribuindo para a saúde física e mental dos profissionais de saúde.
2024	ASSUNÇÃO A.	Características das intervenções efetivas de	SciELO	Houve um ro53 estudos de

		exercícios físicos conduzidas no ambiente de trabalho: uma revisão de escopo.		intervenções de exercício físico no local de trabalho (treinamento de força, aeróbico e combinado – práticas frequentemente conduzidas ou orientadas por fisioterapeutas no contexto de ginástica laboral). Relatou benefícios em redução de dor musculoesquelética, melhora da capacidade de trabalho, saúde mental e qualidade de vida. Destaca que intervenções curtas e progressivas são viáveis e efetivas no ambiente laboral.

2024	TORMEM, *et al.*	Impacto da ginástica no local de trabalho na qualidade de vida de auxiliares de serviços gerais em uma instituição hospitalar.	PubMed	A ginástica laboral melhorou significativamente a qualidade de vida nos aspectos físicos, psicológicos e sociais, além de reduzir as dores nas
				regiões do pescoço e joelho das trabalhadoras.

2024	DEUS, *et al.*	Benefícios do exercício físico na dor e na capacidade funcional em trabalhadores com distúrbios osteomusculares relacionadas ao trabalho: revisão sistemática	SciELO	O exercício físico reduz a dor musculoesquelética e aumenta a capacidade funcional de trabalhadores com distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho que apresentaram dor cervical, lombalgia, osteoartrite e dor crônica no pescoço, membros superiores e lombar, favorecendo o esforço físico percebido e reduzindo a fadiga.
2023	SANTOS, *et al.*	Indicadores de acidentes do trabalho entre segurados da Previdência Social: tendência temporal e magnitude no Brasil e regiões, 2009-2019.	SciELO	De acordo com a pesquisa houve 7.253.923 acidentes do trabalho no período. A incidência média de acidentes foi 16,3 por mil vínculos de trabalho, com

				tendência decrescente (VPA = 4,3%; IC95% -5,63; -3,26). observou-se maior severidade dos sintomas na região dos ombros e cervical, e baixas médias de QV em todos os domínios, com relação significativa entre sexo e sintomatologia nos membros superiores, e entre componentes mentais e físicos da QV e a sintomatologia em ombros e punhos.

2023	SANTOS, *et al.*	Riscos ocupacionais e queixas musculoesqueléticas entre trabalhadores da indústria: um estudo transversal	PubMed	A amostra foi majoritariamente masculina (66,7%) e do setor industrial. A queixa mais relacionada foi a dor (100%) nos ombros (43,8%) e região lombar da coluna (22%), e as alterações mais encontradas foram tendinopatias e

				transtornos nos discos vertebrais. Alguns fatores de risco identificados foram: jornada de trabalho de 8 horas (80%); realizar gestos repetitivos (86,7%); torções (58,3%); deslocamentos (61,7%); adotar a posição bípede (ortostática) do corpo (66,7%); trabalho manual (96,7%); transporte de peso entre 10 e 30 kg (35%).

2023	KUPTNIRATSAIKUL, *et al.*	Redução da dor, desempenho físico e estado psicológico comparados entre Hatha Yoga e exercícios de alongamento para tratar trabalhadores de escritório sedentários com dor leve/moderada no pescoço/ombro: um ensaio clínico randomizado controlado de não inferioridade.	PubMed	O Hatha Yoga apresentou eficácia semelhante aos exercícios de alongamento, demonstrando que ambas as práticas podem contribuir para o alívio da dor e a melhora da saúde dos trabalhadores.
2022	CIEZA, *et al.*	Estimativas globais da	PubMed	A reabilitação

		necessidade de reabilitação com base no estudo Global Burden of Disease 2019: uma análise sistemática para o estudo Global Burden of Disease		muitas vezes não é uma prioridade política nos países e, portanto, continua a receber recursos insuficientes. Como resultado, as necessidades de reabilitação dos indivíduos continuam sem ser atendidas, levando ao agravamento de suas condições, consequências para toda a vida e desigualdades nos resultados de saúde

2021	REMMEN	Distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho em pescadores profissionais: uma revisão Sistemática da literatura	SciELO	De acordo com os dados deste estudo foram identificados 292 artigos, 16 artigos, compreendendo 13 estudos, foram considerados adequados para inclusão. A prevalência geral de DORT varia de 15% a 93%. O único fator de risco consistente relacionado ao trabalho foi
				"trabalhar em tempo parcial", enquanto outros fatores de risco, como tipo de embarcação e tipo de trabalho, apresentaram resultados conflitantes.

2021	PÉREZ-BILBAO	Efeitos de um programa de treinamento concorrente de oito semanas com diferentes características de esforço sobre a aptidão física, qualidade de vida relacionada à saúde e perfil lipídico em trabalhadores hospitalares: resultados preliminares.	PubMed	O treinamento concorrente de oito semanas promoveu melhora significativa na força muscular e na mobilidade funcional dos trabalhadores, além de alterações positivas em alguns indicadores do perfil lipídico.
2020	ANDERSEN, *et al.*	Agravos relacionados ao trabalho em servidores de uma universidade federal do sul do Brasil.	PubMed	Estudo baseou-se em 166 CAT/SP emitidas entre 2015 e 2017 pela unidade SIASS-UFSM para conhecer o perfil do servidor público acometido por agravo relacionado ao trabalho notificado e então relacionar esse
				perfil com o diagnóstico apresentado na CAT/SP.

2020	FORSBRAND *et al.*	Efeitos a longo prazo na função, qualidade de vida relacionada à saúde e capacidade de trabalho após fisioterapia estruturada, incluindo intervenção no local de trabalho. Uma análise secundária de um ensaio clínico randomizado (WorkUp) em cuidados primários para pacientes com dor no pescoço e/ou nas costas.	PubMed.	A fisioterapia estruturada contribuiu para a melhora dos pacientes com dores cervicais e lombares. Entretanto, a intervenção adicional no ambiente de trabalho não apresentou benefícios extras nos resultados clínicos avaliados.
2020	RODRÍGUEZ-FUENTES, *et al.*	A terapia de liberação miofascial é custo-efetiva quando comparada à terapia manual para tratar dores cervicais mecânicas em trabalhadores?	PubMed	A liberação miofascial apresentou maior melhora na mobilidade cervical e custos aproximadamente 20% menores em comparação à terapia manual, embora a diferença de custos não tenha sido

				estatisticamente significativa.
2019	PAULA; AMARAL.	Atuação interdisciplinar em grupos de qualidade de vida para paciente com Lesões por esforços repetitivos/Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho – LER/DORT.	SciELO	A atuação conjunta da Fisioterapia e da Psicologia favoreceu a melhora da funcionalidade, da qualidade do sono, do autocontrole da dor, da autoestima e da qualidade de vida dos trabalhadores com LER/DORT, além de promover maior autonomia e socialização.
2019	LEISS, *et al.*	Efeitos de uma breve consulta centrada no local de trabalho para funcionários com dor musculoesquelética nos resultados de saúde: um estudo de coorte prospectivo.	PubMed	Após 12 meses, houve redução significativa das dores musculoesqueléticas e melhora da qualidade de vida e do bem-estar dos trabalhadores, além de diminuição do uso de anti-inflamatórios.

2018	LONGO, *et al.*	Efeitos de um programa de reabilitação vestibular em trabalhadores no ambiente	SciELO	A reabilitação vestibular promoveu
		de trabalho: estudo piloto		redução significativa dos sintomas de tontura e das limitações físicas, funcionais e emocionais dos trabalhadores, além de melhora na percepção da capacidade para o trabalho.

2018	SENNEHED, *et al.*	O diálogo precoce no ambiente de trabalho em fisioterapia melhorou a capacidade laboral após um ano de acompanhamento - WorkUp, um ensaio clínico randomizado em atenção primária.	PubMed	A inclusão do diálogo precoce entre fisioterapeuta, trabalhador e empregador, associado à fisioterapia convencional, aumentou a capacidade laboral após um ano de acompanhamento. O grupo de intervenção apresentou 85% de capacidade para o trabalho, contra 74% no grupo que recebeu apenas fisioterapia estruturada.
2017	ANDERSEN	Efeitos psicossociais do	PubMed.	O exercício físico no

	et al.	exercício físico no local de trabalho em trabalhadores com dor crônica.		local de trabalho, realizado em conjunto com os colegas, melhora o clima social e a vitalidade, com efeitos de magnitude moderada entre trabalhadores com dor musculoesquelética crônica. Os índices de saúde mental permaneceram inalterados.

2017	HEMBECKER *et al.*	Investigação de sintomas musculoesqueléticos em uma empresa manufatureira no Brasil: um estudo transversal	PubMed.	Entre os trabalhadores do setor industrial, os membros superiores foram as regiões do corpo mais frequentemente afetadas: ombro (24,8%), cotovelo e/ou antebraço (15,5%) e punho e/ou mão (19,0%). A análise de regressão logística ajustada mostrou que o tempo de serviço na empresa (p = 0,02), a

				presença de distúrbios do sono (p = 0,00), o estado geral de saúde autodeclarado (p = 0,00) e a realização de pausas no trabalho (p = 0,00) foram fatores de risco significativos para o desenvolvimento de distúrbios musculoesqueléticos.

2017	CARDOSO, *et al.*	Associação do diagnóstico clínico com a situação ocupacional de usuários de um serviço de fisioterapia	SciELO	Analisou a associação entre diagnósticos clínicos e situação ocupacional de 656 usuários de um serviço de fisioterapia. Identificou riscos específicos (ex.: construção civil associada a algias na coluna; serviços domésticos a lesões de membros superiores). Destaca o papel do fisioterapeuta na compreensão do
				nexo causal, orientações ergonômicas e conduta terapêutica, com impacto potencial na qualidade de vida e reinserção laboral dos trabalhadores.

DISCUSSÃO:

Os achados desta revisão integrativa evidenciam que a atuação da fisioterapia no contexto ocupacional apresenta impactos positivos sobre a qualidade de vida dos

trabalhadores, tanto no setor industrial quanto em outros setores produtivos. De maneira geral, os estudos incluídos apontam que intervenções como ginástica laboral, exercícios físicos no ambiente de trabalho, terapia manual e programas de reabilitação contribuem para a redução da dor musculoesquelética, a melhora da capacidade funcional e a promoção do bem-estar físico e psicossocial do trabalhador.

Santos *et al.,* (2023). Abordam que os distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho (DORT) resultam do uso excessivo do sistema musculoesquelético e do tempo insuficiente para a recuperação das estruturas. Geralmente, caracterizam-se por dor crônica, parestesia, sensação de peso e fadiga, especialmente nos membros superiores, concomitantemente ou não, com início insidioso. Segundo Gomes *et al.,* (2020) os principais fatores de risco para o desenvolvimento dessas lesões são os movimentos repetitivos, posturas inadequadas, sobrecarga física, pressão por produtividade e ambiente de trabalho inadequado. Tais condições são agravadas por fatores organizacionais, como jornadas prolongadas, ausência de pausas e clima organizacional desfavorável.

Andersen LL *et al.,* (2017), destacam que apesar dos avanços tecnológicos e o desenvolvimento de novas ferramentas de trabalho tenham ocorrido, os distúrbios musculoesqueléticos ainda são prevalentes em ambientes de trabalho no mundo todo, causando altas taxas de absenteísmo e incapacidade. Remmen *et al.,* (2021) afirmaram que as lesões musculoesqueléticas podem ocorrer devido à sobrecarga física excessiva ou quando a capacidade física do trabalhador é reduzida por fatores individuais ou ocupacionais.

Enquanto Hembecker *et al.,* (2017), observaram determinados sintomas musculoesqueléticos relevantes em uma empresa manufatureira brasileira. Resultados reforçam que os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) permanecem como um dos principais agravos à saúde do trabalhador, com impacto direto sobre a qualidade de vida e a capacidade laboral. Costa *et al.,* (2024), destacam que a ginástica laboral, somada a outras iniciativas voltadas à saúde ocupacional, pode melhorar o quadro de saúde dos trabalhadores, e essa melhora tende a refletir na qualidade dos serviços oferecidos aos usuários.

Pérez-Bilbao *et al.* (2021) ampliam essa discussão ao apresentarem um programa de treinamento concorrente de oito semanas em trabalhadores hospitalares, com melhorias de força muscular e mobilidade funcional descritas na síntese desta revisão. Esses resultados dizem respeito a componentes físicos importantes para as atividades cotidianas e laborais. Tormem *et al.,* (2024) Viram benefícios em um programa que melhorar a qualidade de vida podem e devem incluir a ginástica laboral, dados os inúmeros benefícios que proporciona. Independentemente da forma ou método de exercício, as pausas durante o dia de trabalho trazem benefícios em termos de prevenção de sintomas musculoesqueléticos e outros relacionados à qualidade de vida, como a redução de estresse, da tensão mental e da fadiga.

De modo semelhante, Nielsen, *et al.,* (2026), demonstram a visibilidade e os efeitos benefícios dos exercícios durante o horário de trabalho em funcionários hospitalares. Tais evidências sugerem que a inserção da prática de exercícios na rotina laboral favorece assim a adesão dos trabalhadores que garante potencializar os resultados das intervenções fisioterapêuticas. Dessa maneira, Leiss *et al.,* (2019) relataram redução da dor musculoesquelética e melhora da qualidade de vida e do bem-estar no acompanhamento de uma consulta centrada no trabalho.

Na abordagem de terapias manuais e técnicas específicas que se mostraram bastante eficazes Rodriguez-Fuentes *et al.,* (2020), evidenciam que a liberação miofascial é custo-efetiva quando se trava de tratamento de dores e desconforto em cervicais em trabalhadores, e Longo *et al.,* (2018) Observaram os efeitos positivos de um programa de reabilitação conduzido no ambiente de trabalho e na análise dos benefícios não deve se restringir aos componentes físicos. Paula e Amaral (2019) relataram que a atuação conjunta da Fisioterapia e da Psicologia favoreceu a funcionalidade, o sono, o autocontrole da dor, a autoestima e a qualidade de vida de trabalhadores com LER/DORT, além da autonomia e da socialização.

Essa interpretação é qualificada por Forsbrand *et al.,* (2020), que relataram melhora após fisioterapia estruturada, mas não identificaram benefícios adicionais da intervenção no ambiente de trabalho nos desfechos clínicos avaliados. O contraste com os resultados de Sennehed et al. (2018) não deve ser tratado automaticamente como contradição, pois capacidade para o trabalho e resultados clínicos representam desfechos diferentes.

Vale ressaltar outros aspectos identificados nesta revisão no que diz respeito às modalidades de intervenções com base em tecnologias e aplicativos, junto com às práticas corporais. Martin, *et al.,* (2025) constataram eficácia e benefícios através de programa de exercícios de autogestão onde foi disponibilizado por aplicativo em profissionais de segurança pública com queixas de dor lombar crônica.

Enquanto Kuptniratsaikul, *et al.,* (2023), compararam a modalidade de Hatha Yoga e exercícios de alongamento em trabalhadores de escritório (sedentários), com diminuição da dor e melhora do estado psicológico em ambos os grupos. Nota-se que esses achados ampliam para diversas possibilidades da atuação da fisioterapia, indicando que estratégias de custos reduzidas e de fácil acesso garantem bons resultados para a população trabalhadora distinta. No ponto de vista preventivo, as revisões incluídas neste estudo convergem ao afirmar que a fisioterapia do trabalho desempenha um papel fundamental na prevenção de doenças osteomusculares. Silva e Cacique (2026), mostraram evidências na atuação preventiva no contexto ocupacional, e Deus *et al.,* (2024) evidenciando os benefícios do exercício físico sobre a dor e da capacidade funcional de trabalhadores com DORT.

Porém, apesar dos resultados favoráveis nestas revisões, ainda se identificam lacunas importantes na literatura. Pois partes dos estudos não apresentam de forma detalhada, características da amostra quanto a classificação de idade e sexo, no que dificulta as análises mais profundas a respeito do perfil dos trabalhadores beneficiados. Vieira, Souto e Stefane (2025), após um estudo multifatorial com trabalhadores de escritórios, foram exceção ao detalhar a amostra, predominantemente feminina, apresentando mediana idade de 39 anos.

Em estudos, Cardoso *et al.,* (2017) identificaram associações entre diagnósticos clínicos e situação ocupacional, incluindo algias na coluna entre trabalhadores da construção civil e lesões de membros superiores entre trabalhadores dos serviços domésticos. Durante este estudo pode se observar certa escassez de estudos conduzidos especificamente no setor industrial brasileiro, sendo assim a maioria das pesquisas realizadas com trabalhadores de escritório, da saúde e de serviços gerais, o que indica uma necessidade de novas investigações no contexto industrial.

RESULTADOS:

Os membros superiores e a coluna vertebral estão entre os segmentos mais acometidos. Prevalência de dor, de acordo com estudos brasileiros em trabalhadores industriais (até 100%), com destaque para ombros (43,8 % e 24,8%), t em região lombar (22%), punho/mão (19%) e cotovelo/antebraço (15,5%), juntamente associados a jornadas de trabalho 8 horas, movimentos repetitivos e postura ortostáticas prolongadas. Os programas de exercícios supervisionados, ginástica laboral e pausas ativas mostram eficácia na prevenção e redução de LER/DORT, resultando na diminuição de queixas dolorosas, melhorias na capacidade funcional e garantindo ganho na qualidade de vida.

CONCLUSÃO:

Concluímos que diante dos aspectos, achamos que a fisioterapia e sua atuação são parte de um cuidado abrangente à saúde do trabalhador, articulando avaliação das demandas ocupacionais, manejo dos sintomas, reabilitação e atenção às dimensões psicossociais. Contudo, a aplicação dessas evidências requer considerar as condições concretas de cada atividade e os limites de extrapolação entre populações.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDERSEN, Cristine Scattolin; LOBATO, Marcos Antônio de Oliveira. Agravos relacionados ao trabalho em servidores de uma universidade federal do sul do Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 1, p. 20–29, 2020. DOI: https://doi.org/10.5327/Z1679443520200481

ANDERSEN, Lars L.; PERSSON, Roger; JAKOBSEN, Markus D.; SUNDSTRUP, Emil. Psychosocial effects of workplace physical exercise among workers with chronic pain: randomized controlled trial. **Medicine**, v. 96, n. 1, e5709, 2017. DOI: https://doi.org/10.1097/MD.0000000000005709

ASSUNÇÃO, A.; HEALTH, R. C. Characteristics of work and employment related to leisure-time physical activity: results of the National Health Survey, Brazil, 2013. **Annals of Work Exposures and Health**, v. 66, n. 1, p. 102–112, 2022. DOI: https://doi.org/10.1093/annweh/wxab061

CARDOSO, Viviane de Freitas; PIZZOL, Renilton José; TAKAMOTO, Patrícia Mayumi; GOBBO, Luís Alberto; ALMEIDA, Ana Lucia de Jesus. Associação do diagnóstico clínico com a situação ocupacional de usuários de um serviço de

fisioterapia. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 24, n. 2, p. 169–175, 2017. DOI: https://doi.org/10.1590/1809-2950/16846124022017

Global estimates of the need for rehabilitation based on the Global Burden of Disease study 2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. **The Lancet**, v. 396, n. 10267, p. 2006–2017, 2020. DOI: https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32340-0

COSTA, Lara Maria Camilato Lima et al. Ginástica laboral em profissionais de saúde: uma revisão sistemática. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 31, e23002324pt, 2024. DOI: https://doi.org/10.1590/18092950/e23002324pt

DEUS, Aparecida Amparo Barros de; SANTOS, Francisco Dimitre Rodrigo Pereira; NASCIMENTOFERREIRA, Marcus Vinicius. Benefícios do exercício físico na dor e na capacidade funcional em trabalhadores com distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho: uma revisão sistemática. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 31, e23000924pt, 2024. DOI: https://doi.org/10.1590/18092950/e23000924pt

FORSBRAND, Malin H. et al. Long-term effects on function, health-related quality of life and work ability after structured physiotherapy including a workplace intervention: a secondary analysis of a randomised controlled trial (WorkUp) in primary care for patients with neck and/or back pain. **Scandinavian Journal of Primary Health Care**, v. 38, n. 1, p. 92–100, 2020. DOI: https://doi.org/10.1080/02813432.2020.1717081

HEMBECKER, Paula K. et al. Investigation of musculoskeletal symptoms in a manufacturing company in Brazil: a cross-sectional study. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 21, n. 3, p. 175–183, 2017. DOI: https://doi.org/10.1016/j.bjpt.2017.03.014

KUPTNIRATSAIKUL, V. et al. Pain reduction, physical performance, and psychological status compared between Hatha yoga and stretching exercise to treat sedentary office workers with mild/moderate neck/shoulder pain: a randomized controlled non-inferiority trial. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 79, 102996, 2023. DOI: https://doi.org/10.1016/j.ctim.2023.102996

LEISS, Harald et al. Effects of a brief workplace-centered consultation for employees with musculoskeletal pain on health outcomes: a prospective cohort study. **Scientific Reports**, v. 9, 5867, 2019. DOI: https://doi.org/10.1038/s41598-019-42387-4

LONGO, Isadora Altero et al. Efeitos de um programa de reabilitação vestibular em trabalhadores no ambiente de trabalho: estudo piloto. **Revista CEFAC**, v. 20, n. 3, p. 304–312, 2018. DOI: https://doi.org/10.1590/1982-0216201820320117

MARINS, Eduardo Frio et al. Effectiveness of an app-delivered, self-management exercise program in public safety workers with chronic low back pain: a randomized controlled trial. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 29, n. 5, 101232, 2025. DOI: https://doi.org/10.1016/j.bjpt.2025.101232

NIELSEN, S. G. et al. Feasibility and effects of exercise during working hours in acute hospital staff: a non-randomized controlled trial. **Journal of Occupational**

Rehabilitation, v. 36, p. 407–415, 2026. DOI: https://doi.org/10.1007/s10926-025-10275-6

PAULA, Elaine Antonia de; AMARAL, Rosa Maria Monteiro Ferreira do. Atuação interdisciplinar em grupos de qualidade de vida para pacientes com lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho – LER/DORT. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 44, e5, 2019. DOI: https://doi.org/10.1590/2317-6369000013119

PÉREZ-BILBAO, Txomin et al. Effects of an eight-week concurrent training program with different effort character over physical fitness, health-related quality of life, and lipid profile among hospital workers: preliminary results. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 17, 9328, 2021. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph18179328

REMMEN, Line Nørgaard et al. Work-related musculoskeletal disorders among occupational fishermen: a systematic literature review. **Occupational and Environmental Medicine**, v. 78, n. 7, p. 522–529, 2021. DOI: https://doi.org/10.1136/oemed-2020-106675

RODRÍGUEZ-FUENTES, Iván et al. Is myofascial release therapy cost-effective when compared with manual therapy to treat workers' mechanical neck pains? **Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics**, v. 43, n. 7, p. 683–690, 2020. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jmpt.2018.11.037

SANTOS, Iraneide Nascimento dos et al. Riscos ocupacionais e queixas osteomusculares em trabalhadores do setor industrial: estudo transversal. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 21, n. 2, e2022878, 2023. DOI: https://doi.org/10.47626/1679-4435-2022-878

SANTOS JÚNIOR, Claudio José dos et al. Indicadores de acidentes do trabalho entre segurados da Previdência Social: tendência temporal e magnitude no Brasil e regiões, 2009–2019. **Epidemiologia e Serviços de Saúde,** Brasília, v. 32, n. 3, e2023466, 2023. DOI: https://doi.org/10.1590/S2237962220230003000013.pt

SENNEHED, Charlotte P. et al. Early workplace dialogue in physiotherapy practice improved work ability at 1-year follow-up—WorkUp, a randomised controlled trial in primary care. **Pain**, v. 159, n. 8, p. 1456–1464, 2018. DOI: https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001216

SILVA, Gizele da Conceição; SANTOS, Izabel Cristina Rodrigues dos; CACIQUE DE NEW YORK, Milena Abdalla Rodrigues. Fisioterapia do trabalho na prevenção de doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho: uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 8, n. 5, p. 242–261, 2026. DOI: https://doi.org/10.36557/26748169.2026v8n5p242-261

TORMEM, Fabio et al. Impacto da ginástica laboral na qualidade de vida de auxiliares de serviços gerais de uma instituição hospitalar. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 22, n. 2, e20221034, 2024. DOI: https://doi.org/10.47626/1679-4435-2022-1034

VIEIRA, Beatriz Oliveira; SOUTO, Bernardino Geraldo Alves; STEFANE, Claudia Aparecida. Qualidade de vida e distúrbios osteomusculares crônicos: um estudo multifatorial dos impactos na saúde do trabalhador de escritório. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 23, n. 4, e20251396, 2025. DOI: https://doi.org/10.47626/1679-4435-2025-1396