

APLICAÇÃO DE TÉCNICAS DE QUICK MASSAGE LABORAL PARA OS TÉCNICOS DOS LABORATÓRIOS DO DEFISIO/UFC

XXXVIII Encontro de Iniciação Científica

Beatriz Soares de Almeida, Thayná Larissa Rodrigues Silveira, Renata Bessa Pontes

Introdução: O estresse laboral pode gerar repercussões negativas no bem estar físico e psíquico dos trabalhadores, afetando a produção no trabalho. A quick massage consiste de uma técnica de massoterapia específica para o ambiente laboral. **Objetivos:** aplicar as técnicas de quick massage laboral para os técnicos dos laboratórios do DEFISIO/UFC. **Método:** Tratou-se de uma pesquisa do tipo relato de caso e intervencionista, realizada de fevereiro a outubro de 2019 no Departamento de Fisioterapia (DEFISIO/UFC). Foi aplicada nas duas técnicas dos laboratórios nas regiões de pescoço, ombros, braços e costas durante 20 minutos, enfatizando as regiões mais dolorosas relatadas. Para avaliar o limiar de dor antes e após a aplicação da técnica, foi utilizado um algômetro de pressão e aplicada a Escala Numérica da Dor (END) em relação à região mais dolorosa relatada pelas técnicas de laboratório. **Resultados:** Houve diminuição das tensões musculares e relaxamento global do corpo. Em uma das pacientes, a dor à palpação na região de trapézio superior direito reduziu de 8 (antes da quick massage) para 0 (após); na mesma, observou-se ainda um aumento do limiar de dor de 26,8N para 39,2N de pressão. A segunda paciente relatou ter dor nível 2 na extensão da cervical, chegando a 0 na END, também na extensão de cervical, após a aplicação da técnica; houve também aumento do limiar de dor medido pelo algômetro, de 24N para 27,2N de pressão. **Conclusões:** A quick massage promoveu sensação de bem estar imediato e diminuição da dor provocada pela presença de pontos de tensão contribuindo diretamente no aumento da qualidade de vida no ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Fisioterapia. Ergonomia. Estresse Ocupacional. Mialgia.