**MODELO DE TRABALHO IDENTIFICADO**

**Eixo temático: II AMOSTRA DE EXTENSÃO**

**PERCEPÇÃO DOS ACADÊMICOS SOBRE AS LER NOS DOCENTES DA FACULDADE UNINTA ITAPIPOCA: RELATO DE EXPERIENCIA**

**Michele Soares da Silva**

Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Inta-Uninta Campus Itapipoca

Itapipoca- Ceara, Email: Michelesoares.910@gmail.com

**Ana Lia Moura Aguiar**

Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Inta-Uninta Campus Itapipoca

Itapipoca- Ceara, Email: analiamoura1509@gmail.com

**M.a Clara Wirginia de Queiroz Moura**

Docente do Centro Universitario Inta-Uninta Campus Itapipoca

Itapipoca- Ceara, Email: clara.wirginia@uninta.edu.br

**Introdução:** De acordo com Ferrari (2024) Os educadores são frequentemente afetados por Lesões por Esforços Repetitivos (LER) ou Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), principalmente devido à carga excessiva de trabalho, longas horas em pé e movimentos repetitivos. As reclamações mais comuns incluem dor lombar, no pescoço e nos ombros. Técnicas manuais de fisioterapia alivia dores e melhora a mobilidade, promovendo a recuperação funcional. Sousa, et. Al. (2022) relata que a massagem terapêutica aumenta o fluxo sanguíneo e de oxigênio para as áreas massageadas, promovendo o aquecimento e aliviando a dor, além de reduzir contraturas musculares. Além desses efeitos diretos, ela também indiretamente reduz o estresse, melhora a ansiedade e a depressão, promovendo relaxamento. **Objetivo:** Relatar sobre a percepção dos acadêmicos nas tensões musculoesquelética dos docentes da Faculdade Uninta Itapipoca. **Metodologia:** Trate-se de um relato de experiencia realizada na Faculdade Uninta Itapipoca no dia 08 de março de 2024 promovido pelos os integrantes do Grupo de Extensão Movimentar. Foi realizado um momento de relaxamento para os docentes com as técnicas liberação miofascial, ventosaterapia e mobilizações articulares com objetivo de aliviar as tensões e algias musculares. **Resultados:** Ficou evidente que os docentes apresentam por consequência de suas longas jornada de trabalho bastante tensões musculoesqueleticas, sendo assim queixam-se de algias nas principais regiões: região lombar, região cervical e região de punho causando impactos na funcionalidade pois afeta as suas capacidades de desempenhar as atividades de vida diária prejudicando assim no ambiente de trabalho e qualidade de vida. Além disso, é perceptível que os mesmos não tem adotado as medidas preventivas que são abordados na ergonomia do trabalho. **Conclusão:** Portanto, podemos concluir que os maus hábitos no ambiente de trabalho têm causado prejuízos nos indivíduos, pois os mesmos veem desenvolvendo patologias relacionadas a este ambiente. Dessa forma, é necessário a implementação de ações sobre a conscientização da ergonomia no ambiente de trabalho com intuito de prevenimos a evolução das lesões por esforço repetitivo evitando complicações futuras.

**Descritores: Condições de trabalho; Docentes; Transtornos traumáticos cumulativos.**

**Referências**

FCCRC, Ferrari. Dores musculosesqueleticas e fatores associados em professores. Centro UniversitárioAcademia – Campus**. Seminário Santo Antônio Instituição educacional em Juiz de Fora, Minas Gerais, 2024.**

PEREIRA , A. E. de A. .; MONTEIRO, F. T. .; SILVA NETO, J. M. da .; SANTOS, J. M. L. dos .; FERRO, T. N. de L. . The benefits of the myofascial release technique in the treatment of chronic low back pain: a review study**. Research, Society and Development,** [S. l.], v. 12, n. 7, p. e8212742418, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i7.42418. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/42418. Acesso em: 19 apr. 2024.

Sousa, M.E.M. Almeida, M.C.M, et.al**.** FISIOTERAPIA MUSCULAR-ESQUELÉTICA: massagem terapêutica. **Revista Cathedral (ISSV 1808-2289), v. 4, n. 1, ano 2022**

<http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral>