**A importância da Fisioterapia do Trabalho na Prevenção da Síndrome do Túnel do carpo**

Rosemary Da Silva Felipe¹\*; Sanívia Giovana Teófilo Lima¹; Maria Graziele da Conceição¹; Vanessa Barbosa Virginio¹; Nicole Soares Oliver Cruz¹.

1 Faculdade Internacional Da Paraíba – Curso de Fisioterapia – Paraíba – PB

\*Autor correspondente: [Rosemarydasilvafelipe@gmail.com](mailto:Rosemarydasilvafelipe@gmail.com)

**Introdução:** A Síndrome do Túnel do carpo (STC) apresenta-se com sinais clínicos de dormência e formigamento, classificada como uma neuropatia, tendo em vista que o mecanismo fisiopatológico é decorrente de uma compressão do nervo mediano, motivo esse, que evidencia o surgimento de irradiação da dor e/ou dormência para as regiões proximais. A STC é um dos principais distúrbios osteomusculares relacionado ao trabalho (DORT), principalmente quando a atividade desempenhada pelo trabalhador é seguida de movimentos repetitivos e contínuos. A Fisioterapia do Trabalho tem como objetivos principais a orientação e adaptação do posto de trabalho ao empregado. Sendo esses objetivos cruciais para a prevenção da STC, tendo em vista, que a orientação acerca de posicionamentos, alongamentos e exercícios funcionais é uma abordagem eficaz e importante no ambiente de trabalho. **Objetivos:** Discutir sobre a importância da fisioterapia do trabalho na prevenção da Síndrome do Túnel do carpo. **Métodos:**  O presente estudo trata-se uma de revisão integrativa da literatura, realizada por meio da pesquisa de artigos científicos, nas bases de dados: Google acadêmicos, SciELO e PubMEd, com os descritores Fisioterapia do trabalho, Síndrome do Túnel do carpo, onde foram encontrados 16 artigos correlacionado com a temática proposta. Como critério de inclusão, foram considerados artigos que tratassem a Fisioterapia do trabalho na STC. Foram descartados os estudos que abordava a STC em outras circunstâncias. **Resultados:** Foi possível observar que a STC é mais comum entre mulheres, atingindo o pico de prevalência entre 45-54 anos. Alguns estudos e casos clínicos afirmam que a STC é decorrente do trabalho, sendo ela, a causa de 50% da incidência das DORT. Resultados confirmam que atividades nas quais os funcionários tendem a desempenhar movimentos repetitivos e contínuos sem descanso, postura inadequada decorrente da atividade do trabalho contribui para o surgimento e/ou agravamento da STC. A Fisioterapia do trabalho pode atuar como medida preventiva com a ginástica laboral que tem como objetivos reduções das tensões musculares, correção dos vícios posturais e relaxamento das musculaturas após o trabalho. A Ginástica laboral apresenta-se como um período de desconcentração ao trabalhador, seguidas de uma série de exercícios voltados ao alongamento e ao fortalecimento muscular tendo como finalidade preparar o trabalhador para as suas atividades do dia a dia. **Conclusão:** Conclui-se através dos resultados provenientes dos estudos da atuação da fisioterapia do trabalho como medida preventiva eficaz e importante para STC. Contudo, é necessário que outros estudos sejam realizados para que assim comprovem através das evidências científicas a importância da fisioterapia do trabalho em um programa de prevenção aos DORT, especialmente a síndrome do túnel do carpo.

**Palavras-chave:** Fisioterapia do trabalho; síndrome do túnel do carpo; DORT.

**REFERÊNCIAS**

1.OLIVEIRA, JOSÉ TEOTONIO DE. **Síndrome do túnel do carpo: controvérsias a respeito de diagnóstico clínico e eletrofisiológico e a relação com o trabalho**.Arq. Neuro-Psiquiatr**.**, São Paulo, v. 58, n. 4, p. 1142-1148, dezembro de 2000.Disponível em:<<https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0004282X2000000600027&script=sci_arttext>>. Acesso em: 07 de setembro de 2020.

2. JÚNIOR, LUIZ CARLOS ANGELINI. **Síndrome do túnel do carpo nos trabalhadores do porto.** Revista Educação, Meio Ambiente e Saúde, Vol.7 N. 4, p.119-138, ISSN 1983-0173, OUT/DEZ de 2017. Disponível em:< <http://faculdadedofuturo.edu.br/revista1/index.php/remas/article/view/163/265>>. Acesso em: 07 de setembro de 2020.

MELO, WILLIAM OLIVEIRA SILVA DE. **Uma abordagem atualizada sobre ginastica laboral como forma de prevenção da Síndrome do túnel do carpo.** Revista UNINGÁ Review, Vol.18, n.1, p.29-32, Abr/Jun de 2014. Disponível em:<<http://revista.uninga.br/index.php/uningareviews/article/view/1498/1113>>. Acesso em: 07 de setembro de 2020.