Atuação fisioterapêutica em tempos de pandemia : um olhar à saúde do colaborador

Bruna Rita Barbosa Parreira - Coauto Leandro Pereira

UBS São Jorge

Introdução

Diante do cenário mundial trazido pela pandemia covid-19, muitos seguimentos em saúde foram atingidos e modificados, inclusive na forma de atendimento. Colaboradores dos serviços de saúde precisaram se adaptar e suas atividades rotineiras tiveram que sair para dar lugar e suporte ao momento pandêmico. As Unidades Básicas de Saúde, desenvolveram papel fundamental de acolhimento aos pacientes com sintomas da covid-19, no qual, dentro do serviço, os pacientes eram triados, examinados e acompanhados através de monitoramento via teleatendimentos diários, o que fez com que a sobrecarga das regiões da coluna cervical, lombar e membros superiores fossem intensificadas, devido alta demanda tanto de ligações e acompanhamentos, como de atendimentos. Os pacientes foram acompanhados com resultados positivos ou não para as patologias e inflamações ortopédicas durante período estabelecido via protocolo. Houve sobrecarga mental e física em todos os setores, favorecendo assim, o surgimento de lesões por esforços repetitivos dos colaboradores em todos os setores: recepção, administração, farmácia e as equipes (médicas, enfermagem e odontologia) devido atendimentos multiplicados e intensificados.

Justificativa

Mediante tais circunstâncias, para diminuir probabilidade inflamatória e, atenuar de quem as já possuem, foram realizados atendimentos de fisioterapia aos colaboradores.

Objetivo

Diminuir quadro álgico e inflamatório dos colaboradores através de atendimentos semanais de fisioterapia dentro da Unidade Básica de Saúde intensificados devido pandemia covid-19.

Relato de Vivência

Os atendimentos fisioterapêuticos ocorreram semanalmente, com duração média de trinta minutos, uma vez por semana. Os recursos utilizados foram: Ultrassom terapêutico, massageador elétrico e alongamentos nas regiões de maior incomodo referidas pelos colaboradores (membros superiores, coluna cervical e lombar). Os atendimentos foram protocolados da seguinte forma: Coluna cervical ênfase em musculatura de trapézio – 15 minutos de Ultrassom terapêutico modalidade contínuo, 1MHZ e frequência variada de acordo com cada colaborador , 5 minutos de massageador elétrico e 10 minutos de alongamentos para as regiões cervical e membros superiores. Coluna lombar – ênfase em musculatura de quadrado lombar – 15 minutos de Ultrassom terapêutico modalidade contínuo, 1MHZ e frequência variada de acordo com cada colaborador, 5 minutos de massageador elétrico e 10 minutos de alongamentos para as regiões lombar e membros inferiores. Participaram das sessões semanais apenas colaboradores que não possuíam contraindicações.

Contribuições

O gradiente positivo foi colhido através de avaliação postural da região tratada no qual foi observado pós sessão : coluna cervical e lombar (musculatura trapézio e quadrado lombar) – aumento da amplitude de movimento (ADM), diminuição da tensão muscular, aumento da circulação sanguínea local e diminuição do quadro álgico. Alguns colaboradores relatam ainda que, pós sessão, houve diminuição do cansaço muscular em membros inferiores. O alívio das faculdades mentais também foi referido pois, umas vez que as dores físicas diminuem, ocorre proporcionalmente alívio mental. Ressalta-se ainda a redução de atestados e afastamentos devido os colaboradores realizarem seus atendimentos no local de trabalho, evitando assim, saídas e aumento da produtividade. Os atendimentos direcionados a saúde do colaborador possuem impacto direto e proporcional ao desempenho nas atividades laborais, uma vez que, em processo de dor suas potências laborais físicas e psíquicas são reduzidas. Quando oferecido um atendimento de saúde dentro do local de trabalho, ocorre acolhimento e bem estar, físico e psíquico, melhorando o desempenho nas atividades e aumento da produtividade.

Conclusão

O desenvolvimento deste trabalho permitiu constatar que há a necessidade de ter dentro das Unidades Básicas de Saúde, um espaço e um período dentro do horário de trabalho, no qual possam ser realizados atendimentos fisioterapêuticos com protocolos que visem diminuir quadro álgico, inflamatório e consequentemente, alívio mental. Os movimentos repetitivos desenvolvidos na prática laboral, quando tratados com exercícios específicos, previnem lesões de quem ainda não os tem e trata de quem os possui, contribuindo diretamente, para diminuição dos afastamentos, atestados e trazendo qualidade de vida durante o período de trabalho.