

**1008 - PROJETO “GINÁSTICA LABORAL APLICADA AO CIRURGIÃO-DENTISTA”:** UMA EXPERIÊNCIA DE 4 ANOS

- Danielle Fernanda Bassi (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Jéssica Lobo Barbosa (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Ana Carolina Da Graça Fagundes Freire (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Renato Moreira Arcieri (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Artênio José Isper Garbin (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Cléa Adas Saliba Garbin (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Tânia Adas Saliba Rovida (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Diogo Reatto (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba), Valdevez Freitas Rosa (Faculdade de Odontologia, Unesp, Araçatuba) - daniellebassi@hotmail.com.

**Introdução:** A Ginástica Laboral pode ser conceituada como um conjunto de práticas físicas elaboradas com base na atividade profissional exercida durante a jornada de trabalho, visando compensar as estruturas corpóreas mais utilizadas, relaxando-as e tonificando-as; podendo assim, ser utilizado como método auxiliar na prevenção das Lesões por Esforço Repetitivo (LER) e Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (DORT). **Objetivos:** Este projeto tem a finalidade de verificar se os profissionais da odontologia trabalham de forma ergonômica, alertá-los sobre doenças ocupacionais, e falar da ginástica como uma forma alternativa amenizar dores e prevenir doenças ocupacionais. O projeto foi iniciado no ano de 2007 e vem sendo realizado até hoje com muito sucesso. **Métodos:** Foram realizadas visitas observacionais nas UBSs do município de Araçatuba/SP com intuito de observar se o cirurgião-dentista apresenta algum tipo de dor relacionada às posturas adotadas durante a jornada de trabalho. Foi confeccionado um manual com informações sobre doenças ocupacionais (LER/DORT) e sugestões de alongamentos para serem realizados antes, durante ou depois dos atendimentos e conscientizar esses profissionais da importância da prevenção das LER/DORT. No ano de 2010 foram feitas novas visitas nas UBSs do município de Araçatuba/SP para distribuição do manual “ Ginástica Laboral – como forma de prevenção à lesões por esforços repetitivos ” visando propiciar aos cirurgiões-dentistas informações sobre ergonomia, doenças ocupacionais e formas de alongamento que podem ser feitas durante os intervalos da jornada de trabalho. Em 2011, o trabalho continua direcionado a profissionais do serviço público e juntamente a isso foi iniciado com os alunos da faculdade de Odontologia de Araçatuba/SP, visando levar informações para que já no começo da profissão trabalhem de forma correta e no futuro não sofram com doenças como LER/DORT. **Resultados:** Portanto, todo o trabalho realizado durante esses 4 anos tem por finalidade conscientizar os cirurgiões-dentistas e os estudantes de odontologia da importância em se trabalhar de forma ergonômica e o quanto à ginástica laboral pode ajudá-los, prevenindo ou amenizando as LER/DORT. A experiência de integração entre os alunos participantes do projeto, os profissionais que trabalham nas UBSs e os demais alunos da faculdade tem demonstrado resultados muito positivos, pois proporciona um ganho significativo de conhecimento para todos, e com esse conhecimento uma melhor qualidade de vida.