

PRÁTICAS DE CINESIOTERAPIA E SEUS BENEFÍCIOS: PROJETO “UNIFANOR SAUDÁVEL”

KINESIOTHERAPY PRACTICES AND THEIR BENEFITS: “UNIFANOR SAUDÁVEL” PROJECT

Lenismar Sá Cavalcante ¹

1 Introdução

A cinesioterapia é definida como a terapia através do movimento ou exercício terapêutico. A Fisioterapia, por meio dos conhecimentos de anatomia, cinesiologia, cinemática e biomecânica, utiliza o movimento terapêutico para a recuperação funcional do indivíduo, sempre pensando no tratamento integral e não apenas na sequela apresentada. O seu objetivo é proporcionar ao indivíduo a melhora, potencialização ou recuperação da funcionalidade; a prevenção ou tratamento dos comprometimentos funcionais e motores; a redução ou prevenção de fatores de risco ligados à saúde, e otimização do estado de saúde geral, sensação de bem-estar e seu preparo físico.

Além disso, a prática da cinesioterapia se torna também uma boa oportunidade de integração social e promoção da saúde, gerando um impacto positivo na saúde da comunidade de uma maneira geral.

A extensão ainda oferece aos acadêmicos envolvidos, a oportunidade de desenvolverem competências essenciais para a prática profissional, tais como a identificação de problemas, planejamento, comunicação, execução de projetos e responsabilidade social. O aluno ainda tem a oportunidade de realizar a conexão da teoria com a prática e de sistematizar o conhecimento, além do desenvolvimento de uma relação de comprometimento com a sociedade, sempre respeitando os valores da população-alvo, e com impacto positivo na formação do estudante e na

¹  Fisioterapeuta graduada pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR), Pós-graduada em Fisioterapia Cardio-Respiratória em UTI pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR), Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). Tem experiência na área de Fisioterapia, com ênfase em Fisioterapia Hospitalar, atuando principalmente nos seguintes temas: pneumologia, cardiologia e terapia intensiva. Possui experiência na área de Fisioterapia Cardiofuncional e Terapia Intensiva, atuando na Reabilitação Cardíaca (Fase I e II). Docente na área de fisioterapia no Centro Universitário UNIFANOR WYDEN, em destaque nas disciplinas de Fisioterapia Cardiofuncional, Fisioterapia Pneumofuncional, Fisioterapia Neurofuncional, Fisioterapia Intensivista e Fisioterapia na Saúde do Trabalhador.

comunidade.

Dessa forma, a prática extensionista é uma valiosa ferramenta de divulgação do serviço gratuito de cinesioterapia oferecido pelo Núcleo Integrado de Saúde - NIS, permitindo a comunicação de saberes que atende as demandas dessa população abordada. Os alunos foram incentivados e orientados a detectarem possíveis problemas da comunidade que podem ser tratados ou amenizados com as práticas de extensão, desenvolvendo ações educativas de orientação para usuários do NIS na sala de espera.

Foi identificada pelos discentes a necessidade de instruções acerca das posturas usadas no dia a dia da população em sala de espera, diante da observação de pacientes e seus familiares que estavam esperando pelo atendimento neste local, que adotavam posturas viciosas, buscando uma postura mais confortável, porém que poderiam causar prejuízos futuros na utilização de tais posturas.

Os discentes discutiram previamente à intervenção problemas peculiares ao cotidiano da população como uso incorreto de smartphone, transporte de cargas, realização de afazeres domésticos, dentre outros. Diante da avaliação das consequências negativas destes na vida das pessoas, após alinhamento juntamente com a professora da disciplina, decidiram realizar a intervenção como uma conversa dialogada, mimetização de situações do cotidiano e a orientação da forma correta.

Essas posturas incorretas adotadas ao longo do tempo podem acarretar disfunções e dores em regiões do corpo por sobrecarga. Aos alunos do curso de fisioterapia não competem somente o processo de reabilitar e tratar patologias já instaladas, já existentes, caracterizadas no processo curativo, mas também orientar às pessoas o uso correto da postura com fins de prevenir complicações, atuando como educador em saúde. Educação em saúde ainda proporciona ao usuário a prática do que é orientado, bem como o processo de retirar dúvidas que porventura surjam, e ainda servir como propagador deste conhecimento para outros integrantes do seu convívio social.

2 Apresentação do local

O público-alvo deste projeto de extensão foram as pessoas, pacientes ou acompanhantes, que estavam na sala de espera do Núcleo Integrado de Saúde – NIS, perfazendo o perfil com homens, mulheres, crianças e idosos, todos pertencentes à comunidade do bairro Dunas, Cidade 2000, Vicente Pinzón e intermediações. Estes pacientes buscam atendimento para serviços de Fisioterapia, Psicologia, Nutrição e Enfermagem, encaminhados por unidades hospitalares, postos de saúde ou unidades de pronto-atendimento.

A definição deste público se dá pelo fato da cidade de Fortaleza ser dividida em regionais, e o Centro Universitário Unifanor Wyden, local onde se encontra o Núcleo

Integrado de Saúde – NIS, estar contido na Regional 2, atendendo assim o público pertencente a esta regional.

A Regional 2 contempla os territórios 7,8,9 e 10, sendo o território 9 a área que o Núcleo Integrado de Saúde faz parte, englobando os bairros Vicente Pinzón, Cais do Porto e Mucuripe. No início de 2021, Fortaleza passou por uma redefinição das zonas administrativas da cidade, passando de sete para doze Secretarias Regionais com a promessa de agilizar a prestação de serviços às comunidades. Com a mudança, os bairros passam a pertencer a outra área da gestão municipal. O objetivo é agregar nos territórios e regionais, bairros de condições socioeconômicas parecidas. A Prefeitura de Fortaleza recomenda que a população busque serviços como escola pública e postos de saúde dentro da sua própria regional. A estrutura da cidade é dividida proporcionalmente entre as áreas. As regiões mais populosas, por exemplo, têm mais unidades de saúde.

A Secretaria Executiva Regional 2 tem como finalidade executar as políticas públicas municipais, operacionalizando serviços urbanos que impactam diretamente na qualidade de vida dos cidadãos, cujos resultados exigem prontidão e eficácia. Cabe ao órgão identificar e articular o atendimento às necessidades e demandas da população e promover o desenvolvimento urbano, ambiental e social.

3 Justificativa sobre o projeto/ong/ação social/instituição escolhido

O Núcleo Integrado de Saúde (NIS) do Centro Universitário UniFanor representa o apoio à comunidade local e desenvolvimento profissional do aluno. Localizado no campus Dunas, o NIS realiza atendimentos para o público de forma gratuita, oferecendo atendimentos em fisioterapia, hidroterapia, prevenção do câncer com a enfermagem, psicoterapia, além da avaliação física e nutricional.

Os atendimentos ao público são realizados pelos alunos que estão cumprindo as disciplinas práticas de estágio mediante acompanhamento dos orientadores. A iniciativa permite que os universitários aperfeiçoem as habilidades em diferentes áreas ambulatoriais. Os alunos/estagiários no NIS experimentam de forma ética e com qualidade as atividades profissionais de Fisioterapia nas diversas áreas ambulatoriais: Traumatologia, Ortopedia, Pediatria, Respiratória, Neurológica, e Terapia aquática, frente aos pacientes, sendo supervisionados pelos professores ou preceptores do Centro Universitário Fanor Wyden. No NIS são realizadas consultas, avaliações e reavaliações dos pacientes com o objetivo de promover saúde, melhorar a qualidade de vida, reconhecer as disfunções e tratá-las, beneficiando a comunidade no entorno do campus Dunas.

Dentre os objetivos da disciplina de cinesioterapia, destaca-se permitir ao discente eleger os recursos cinesioterapêuticos, baseando-se nas alterações físico-funcionais apresentados pelos pacientes, para aplicar adequadamente as técnicas da cinesioterapia. Diante das alterações posturais observadas nos pacientes da sala de

espera, avaliação feita pelos discentes, observou-se que o público escolhido seria adequado para a realização da prática de técnicas de alongamento, aliadas à orientações para o cotidiano. O alongamento é um recurso utilizado na cinesioterapia com objetivo de tratar e prevenir lesões.

O comportamento cada vez mais cômodo, passando horas sentado, seja trabalhando, dirigindo, estudando, em frente à TV, ou mesmo numa sala de espera, faz com que a má postura se torne confortável, fazendo que o corpo se adapte e descompense certas musculaturas. Atualmente, deve-se estimular a conscientização do que seja uma boa postura e um bom equilíbrio para o corpo.

4 Problemática identificada

A partir da existência de um programa de extensão da IES denominado UNIFANOR SAUDÁVEL, que aborda a temática Fisioterapia no Trabalho e Ergonomia, possuindo relação direta com a área da cinesioterapia, percebeu-se que a prática e a propagação de estratégias de educação em saúde em sala de espera proporcionariam aos discentes aliar a teoria à prática diante da aplicação de estratégias de promoção em saúde.

Além disso, a sala de espera foi eleita como local de intervenções por muitos pesquisadores devido as pessoas neste local estarem no aguardo do atendimento, possuindo assim o tempo muitas vezes ocioso, favorecendo a dispersão, e podendo então ser direcionado para atividades de informação e orientação. Estes indivíduos puderam receber informações e orientações que irão contribuir para uma melhoria no estilo de vida e saúde, prevenindo doenças e promovendo uma melhor qualidade de vida, motivando a busca por equipes multiprofissionais além de conhecimentos e informações.

Os estudos etiológicos de diversas patologias presentes no contexto do atendimento fisioterapêutico são provenientes muitas vezes de alterações posturais viciosas, decorrentes da não orientação destes indivíduos, bem como práticas corretas em seu cotidiano.

5 Diagnóstico

A disciplina extensionista de cinesioterapia aliou os conhecimentos e práticas à disciplina de Fisioterapia na Saúde do Trabalhador que tem como princípio, utilizar exercícios discutidos na cinesioterapia como intervenções na prevenção e tratamento de disfunções adquiridas no trabalho, utilizando princípios da ergonomia.

A Ergonomia não se limita apenas às atividades laborais, podendo contribuir para a sociedade com seus benefícios para a saúde de forma geral. Sua abordagem envolve lazer, atividades domésticas, riscos de quedas e acidentes com crianças e idosos. Estas temáticas fazem parte de fatores causais de disfunções apresentadas pelos pacientes em seu cotidiano. Por isso a adequação do relacionamento direto da Ergonomia na

questão educacional, juntamente com a cinesioterapia, que utiliza os exercícios como forma preventiva ou terapêutica.

Diante de pontos positivos destas ações, destaca-se o fato de que os alunos tiveram a oportunidade de ver os pacientes em atendimento e compreender este outro lado que ainda vivenciarão no seu percurso acadêmico, podendo já visualizar na prática a disfunção instalada em alguns pacientes em tratamento, e a oportunidade de realizarem a orientação em educação em saúde como estratégia preventiva.

Pelo local de intervenção se tratar de uma clínica-escola, os discentes do projeto interagiram com outros alunos que estavam em atendimento, onde ambos puderam trocar experiências e conhecimento, levando assim a um crescimento mútuo de aprendizagem. O ambiente da clínica escola permite ao discente uma atmosfera familiar por ser localizada na região do Campus Dunas, facilitando o processo de aprendizagem, deixando-o confortável em criar e promover ações junto a seus pares e professores.

A relação inter discente se deu não apenas com o curso de fisioterapia, mas com outras especialidades que o NIS oferece como nutrição, enfermagem e psicologia, desvendando assim para os alunos a necessidade do trabalho multiprofissional, da necessidade da maioria dos casos de se manter a assistência entre os profissionais, discutindo *in loco* os casos em acompanhamento sobre diferentes olhares, promovendo ainda para o paciente que utilize tais serviços em um só lugar, facilitando o processo de tratamento dos mesmos.

Diante de pontos que não foram favoráveis à execução do projeto, a maioria relatada pelos discentes, refere-se a uma questão mais operacional e logística da disciplina, destacando-se primeiramente a questão do tempo de intervenção, por se tratar de uma disciplina de perfil “Estudo Dirigido”, que apresenta uma carga horária menor ao ser comparada com outros perfis.

A limitação da quantidade de vezes de intervenção durante o semestre, que ocorreu uma vez a cada quinze dias, impactou na continuidade de intervenção, acompanhamento, evolução e resultados das ações.

Outro ponto a ser destacado refere-se ao tempo da intervenção em si, pelo fato dos alunos destinarem o tempo em campo para receber as orientações da professora da disciplina, discutir a estratégia e por fim, realizar a intervenção.

Além disso, os pacientes e acompanhantes estavam na sala de espera no aguardo de atendimentos agendados previamente, onde por vezes, o tempo de intervenção com alguns participantes era limitado por terem que se dirigir ao seu atendimento com o profissional que buscava atendimento agendado. Ressalta-se ainda a dificuldade em manter um tempo maior a intervenção propriamente dita, pois faz-se importante o momento de troca com a equipe, com esclarecimentos de dúvidas pessoais, ou mesmo relatos de situações pessoais vivenciadas.

6 Referencial teórico

A Educação Permanente em Saúde (EPS) busca incorporar os princípios e valores do SUS através da renovação do modelo de atenção, intensificando a promoção e prevenção de saúde por meio dos processos educativos e produtivos (BRASIL, 2004).

Diante do levantamento das situações-problemas enfrentadas pela comunidade podem ser observados temas que necessitem de uma abordagem multidisciplinar, enriquecendo a abordagem da promoção em saúde. Cabe aos profissionais de saúde, além das suas habilidades e competências, dentro da educação em saúde, saber abordar o paciente, comunicar-se, trabalhar em equipe, ter iniciativa, ter uma organização pessoal e profissional e utilizar com fluência a tecnologia disponível (SALUM; PRADO 2014).

Uma das principais ferramentas utilizada é a comunicação, e essa tem sido um fator favorável no que se refere à promoção e educação em saúde (NUTBEAM, 2000). Os materiais instrucionais têm sido utilizados como ferramenta importante no que se refere a comunicação em saúde. Estes produtos são importantes para auxiliar os profissionais de saúde no treinamento e tratamento de pacientes, buscando a mudança de comportamento na área da saúde (KINZIE, 2005).

Além de materiais instrucionais físicos como folders, cartazes, cartilhas, e aplicativos, outra ferramenta utilizada na promoção a saúde são atividades lúdicas, como paródias e teatro. O lúdico como ferramenta motiva o aprendizado melhorando a saúde física, mental e o intelectual. Na educação em saúde, muitos profissionais têm feito uso de recursos visuais com cartazes, folhetos, panfletos, cartilhas, outros tem feito o uso da tecnologia ao seu favor na criação de vídeos na internet, mídias sociais, aplicativos, e muitos também tem utilizado espaços públicos para propagar a promoção da saúde. (SANCHES, 2013).

Educar para a saúde, portanto, significa priorizar as intervenções preventivas e promocionais. As práticas educativas podem ser formais, desenvolvidas nos espaços convencionais dos serviços, por meio de palestras, cartilhas e folhetos, e informais, desenvolvidas nas ações de saúde cotidianas (ALVES, 2004).

O território da sala de espera é o lugar onde os clientes aguardam o atendimento dos profissionais de saúde. É um território dinâmico, onde ocorre mobilização de diferentes pessoas à espera de um atendimento de saúde. Pode assumir um espaço para a educação não formal, por ser um espaço onde é possível agregar pacientes com problemas de saúde semelhantes ou não, onde os mesmos enquanto aguardam por atendimento ocupando seu tempo assistindo televisão, lendo jornais, fazendo uso de smartphone, e conversam entre si (TEIXEIRA, VELOSO, 2006).

A importância da utilização desse espaço em instituições de saúde para a promoção de orientação foi contemplada em alguns estudos, onde os mesmos referem que a sala de espera pode ser capaz de amenizar o desgaste físico e emocional associado à expectativa pelo atendimento, o que propicia a diminuição da ansiedade, da angústia e da tensão diante dos procedimentos de saúde inerentes. A sala de espera

pode ser abordada como um meio que garante um cuidado humanizado utilizando práticas de educação, prevenção de doenças e promoção de saúde (GOMES, 2018).

Segundo RODRIGUES et al. (2009), o processo de educação em saúde precisa estimular as pessoas para a responsabilidade do autocuidado, a fim de compreender que certas situações podem ser prevenidas sem ter a necessidade de buscar um atendimento especializado. Diante disso observamos que são abordados temas referentes a prevenção e cuidados com DST's, câncer de mama, câncer de próstata, doenças cardiovasculares, qualidade do sono, diabetes melitus. Porém, poucas informações são encontradas na promoção e educação em saúde na temática de Ergonomia.

A ergonomia possui um papel importante ao que se refere a saúde do ser humano de modo geral, e contribui de forma positiva para a saúde do trabalhador e saúde do idoso, prevenindo lesões e doenças que podem interferir diretamente na saúde de uma pessoa. Na saúde do trabalhador, a ergonomia vem com o objetivo de reduzir as doenças ocupacionais, fadiga muscular, situações de riscos e acidentes, proporcionando uma redução nas perdas, danos e custos à empresa e um melhor conforto, produtividade e desempenho do trabalhador (RIBEIRO, 2005).

Atualmente a ergonomia é definida como o estudo da adaptação do trabalho às características fisiológicas e psicológicas do ser humano, tendo como principal função estabelecer normas e desenvolver leis para melhor poder formular as regras durante o trabalho segundo a Associação Brasileira de Ergonomia (ABERGO, 2019).

A Ergonomia não limita apenas as atividades laborais ela pode contribuir para a sociedade, seus benefícios para a saúde de forma geral. Sua abordagem envolve lazer, atividades domésticas, riscos de quedas e acidentes com crianças e idosos (REBELO, 2004).

7 Descrição da ação de extensão

A intervenção realizada na sala de espera do Núcleo Integrado de Saúde – NIS teve como um dos focos a orientação dos pacientes e acompanhantes sobre o uso anatômico adequado de smartphones, instruções de alongamentos simples e adaptáveis para o cotidiano, visando prevenir problemas articulares decorrentes do uso excessivo desses dispositivos. Foram abordados os impactos negativos da má postura e do uso prolongado dos dispositivos, notando uma atenção significativa por parte do público presente, que se identificou com esses problemas.

Além do uso dos smartphones, foram abordadas posturas adotadas em tarefas do cotidiano, como transporte de cargas, realização de tarefas domésticas, como varrer, limpar a casa, apanhar objetos no chão, dentre outras tarefas pertencentes às tarefas diárias do público participante. Os discentes relatavam as problemáticas, e após mimetizarem situações do cotidiano, solicitavam que os participantes realizassem como eles faziam em seus hábitos diários. Diante da execução, eram detectados os pontos

certos e errados pelos alunos e participantes, e se discutia o que poderia ocorrer em decorrência dos erros cometidos em relação ao surgimento de dores e desconfortos. Em seguida, era feita a orientação dos hábitos corretos, estimulando inclusive a propagação destas informações para outras pessoas do convívio

A realização de uma sessão de alongamentos para todos se revelou uma estratégia eficaz para promover o relaxamento muscular, apesar de algumas dificuldades encontradas por alguns participantes. Esse comprometimento evidencia a disposição do público em aprender e aprimorar sua saúde postural, conscientizando a população do NIS sobre práticas posturais saudáveis ao utilizar dispositivos móveis e ao sentar-se. Isso inclui enfatizar a importância de uma postura ergonômica para prevenir problemas associados ao uso inadequado do celular. A abordagem para atingir esse objetivo envolverá a implementação de campanhas educativas e informativas, fornecendo orientações práticas para melhorar a postura e evitar desconfortos.

É de extrema importância que aconteça a interação entre paciente e profissional da saúde durante a intervenção educativa, para que ambos fortaleçam o vínculo entre fisioterapeuta e paciente. Quando ocorre a interação entre ambas as partes envolvidas durante a intervenção educativa, é comum que o paciente sinta-se à vontade para realizar questionamentos relacionados ao que está sendo transmitido, e até mesmo faça colocações sobre suas experiências, portanto, é preciso que o fisioterapeuta enquanto educador em saúde seja hábil e consciente em suas ações, sendo facilitador e desenvolva estratégias que fortalecem a interatividade entre ambas as partes, cooperando e intervindo de modo participativo e reflexivo.

8 Resultados alcançados

Diante de tantos ganhos observados nas ações realizadas, a considerada mais relevante sem dúvida foi o acesso à informação que os participantes na sala de espera obtiveram. O acesso à informação muitas vezes nos parece acessível e compreensível diante da avalanche tecnológica e redes de relacionamento que todos são envolvidos hoje. Porém, a qualidade de informação, além da relação direta da fonte com o público-alvo permite a todos o que mais se tem perdido diante dos acessos virtuais: a socialização. Foi extremamente benéfico para o público ser surpreendido em um momento inusitado, em um lugar pouco provável de receber algo, como o que acontece normalmente numa sala de espera, onde normalmente se entrega a atenção a algo não tão relevante, ou mesmo a passatempos, que em suma não agregariam conhecimentos que poderiam mudar o contexto dos seus atos diários pessoais, e até mesmo de familiares.

Aos discentes, além da oportunidade da também socialização com o público que vai se deparar no seu cotidiano profissional como fisioterapeuta, permitiu a estes entender que o seu papel transcende o reabilitar, mas na mudança de vidas, concepções e atitudes, conceito este que a Educação em Saúde se firma, pois muitos que estavam ali naquela sala de espera não tinham acesso às informações posturais.

Foi percebido pelos participantes ainda, a sede, o interesse em realizar os alongamentos propostos com demonstrações de alegria e agradecimento aos alunos, que se mostraram preocupados em proporcionar melhor qualidade de vida a estes indivíduos.

Alongamentos para alívio de dores na cervical após o uso prolongado do celular, a forma correta de abaixar e levantar, a forma como se posicionar ao sentar-se, foram informações muito válidas relatadas por eles, e que nunca tinham se percebido realizar de forma errada e nem tão pouco ser a causa de muitos desconfortos relatados. Ao todo, participaram das atividades 10 discentes, contribuindo para 30 participantes em média que estavam na sala de espera.

Ao final, foi proposto pelo grupo uma cartilha educativa com orientações posturais que abordavam o que foi falado durante as ações, além de outras informações do cotidiano a ser aplicada em outro momento após aprimoramento e revisão.



FONTE: Dados da prática extensionista, 2023.

Considerações finais

As ações da disciplina extensionista de Cinesioterapia do curso de graduação em Fisioterapia permitiram que alunos presenciassem o momento de pacientes em atendimento, além de compreender outro lado que ainda vivenciarão no seu percurso acadêmico, podendo já visualizar na prática, a disfunção instalada em alguns pacientes em tratamento, e a oportunidade de realizar a orientação em educação em saúde como estratégia preventiva.

Pelo local de intervenção se tratar de uma clínica-escola, os discentes do projeto interagiram com outros alunos que estavam em atendimento, onde ambos puderam trocar experiências e conhecimento, levando assim a um crescimento mútuo de aprendizagem. O ambiente da clínica escola permite ao discente uma atmosfera familiar, por ser localizada na região do Campus Dunas, facilitando o processo de aprendizagem, deixando-o confortável em criar e promover ações junto a seus pares e professores.

Aponta-se, portanto que houve uma adesão positiva dos pacientes e seus acompanhantes que se voluntariaram para participar da estratégia de educação em saúde mostrando-se receptivo para participar das intervenções propostas. Observou-se ainda a partir das intervenções, o estímulo aos discentes com a continuidade de intervenções educativas que melhorem a saúde, o bem-estar e promovam a qualidade de vida dos pacientes e acompanhantes, reduzindo assim os riscos de possíveis patologias futuras.

Diante disso, é possível perceber a relevância da implantação de grupos de sala de espera não somente no contexto citado como também em diversos serviços de saúde sob um olhar interdisciplinar e multiprofissional, com abordagem em diversas temáticas importantes para a sensibilização e conhecimento da população.

Referências Bibliográficas

ABERGO (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ERGONOMIA) - **Definição Internacional de Ergonomia**. 2017. Disponível em: <<https://www.abergo.org.br/o-que-éergonomia./>> Acesso em: 10 dez. 2023.

ALVES, Vânia Sampaio. A health education model for the Family Health Program: towards comprehensive health care and model reorientation. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 9, n. 16, p. 39-52, 2005.

KINZIE, Mable B. Instructional design strategies for health behavior change. **Patient education and counseling**, v. 56, n. 1, p. 3-15, 2005.

REBELO, Francisco. **Ergonomia no dia a dia**. Lisboa: Editora Silabo, 2004.

RIBEIRO, Sanzia Bezerra; SOUTO, Maria Márcia; ARAÚJO JÚNIOR, Ivan Cavalcante. Análise dos riscos ergonômicos da atividade do gesseiro em um canteiro de obras na Página – 30 REVISTAINSPIRAR • movimento & saúde Edição 38 - Volume 9 - Número 2 - ABR/MAI/JUN – 2016 cidade de João Pessoa/PB através do software Winowas. **Revista Gestão Industrial**. v. 01, n. 04 : pp. 528-535, 2005.

RODRIGUES, A. D.; DALLANORA, C. R.; ROSA, J.; GERMANI, A. R. M. Sala de espera: um ambiente para efetivar a educação em saúde. **Revista Vivências**, v. 5, n. 7, p. 101-106, 2009.

SALUM, Nádia Chiodelli; PRADO, Marta Lenise. **A educação permanente no desenvolvimento de competências dos profissionais de enfermagem**. *Texto & Contexto-Enfermagem*, v. 23, n. 2, p. 301-308, 2014.

SANCHES EO, Paz RCN. **A utilização do lúdico como estratégia na promoção da saúde de sujeitos portadores de deficiência física**. Pombal PB. REBES. 2013; 3(3):9-13.

TEIXEIRA, Enéas Rangel; VELOSO, Raquel Coutinho. O grupo em sala de espera: território de práticas e representações em saúde. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis , v. 15, n. 2, p. 320-325, June 2006 . Available from

Práticas de cinesioterapia e seus benefícios: projeto “UNIFANOR SAUDÁVEL”

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010407072006000200017&lng=en&nrm=iso>. access on 11 Dec. 2023. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072006000200017>

Como citar esse trabalho:

CAVALCANTE, Lenismar Sá. Práticas de cinesioterapia e seus benefícios: projeto “UNIFANOR SAUDÁVEL”. **Duna**: Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 25-36, jan./mar. 2025.