

ERGONOMIA APLICADA AO CAMPO: EVIDÊNCIAS SOBRE RISCOS OCUPACIONAIS E INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS EM TRABALHADORES RURAIS

ODS 3

Ana Clara Marques Reis (Universidade de Taubaté)
Danielle Araujo Rodrigues (Universidade de Taubaté)
Geovanna Umbelina Do Prado (Universidade de Taubaté)
João Victor Vieira dos Santos (Universidade de Taubaté)
Luiza Hoyer Maciel (Universidade de Taubaté)
Glauce Gonzaga Silva (Universidade de Taubaté)

O trabalho agrícola expõe o produtor rural a longas jornadas, esforços repetitivos e posturas inadequadas, favorecendo o surgimento de dores musculoesqueléticas e lesões ocupacionais. Nesse contexto, a fisioterapia aplicada à ergonomia atua na prevenção e no manejo dessas condições, por meio de ajustes no ambiente, adaptação de ferramentas e reorganização das tarefas, promovendo melhor funcionalidade e qualidade de vida no campo. O presente estudo teve por objetivo analisar as posições ergonômicas que acometem os agricultores e as intervenções fisioterapêuticas utilizadas nas disfunções decorrentes dessa profissão. A pesquisa foi conduzida a partir de uma revisão bibliográfica sistemática nas bases PubMed, NIH e SciELO, utilizando descritores relacionados à fisioterapia do trabalho, ergonomia e trabalhadores rurais. Foram incluídos artigos que abordaram fatores de risco ergonômicos, prevalência de distúrbios musculoesqueléticos e estratégias de intervenção aplicadas ao contexto agrícola. A análise crítica possibilitou identificar riscos ocupacionais recorrentes e práticas de prevenção eficazes, além de propor adaptações ergonômicas específicas para agricultores, agrônomos e demais profissionais do meio rural. Os estudos analisados demonstram que a prevalência de distúrbios musculoesqueléticos entre trabalhadores rurais é extremamente elevada, atingindo praticamente todos os avaliados, com maior acometimento de mãos, ombros, pescoço e região lombar. Os principais fatores de risco estão associados a posturas forçadas, levantamento manual de cargas, uso de ferramentas inadequadas e movimentos repetitivos. Intervenções ergonômicas, desde ajustes simples em instrumentos, como cestos de colheita com alças rotativas, até programas participativos com envolvimento dos próprios trabalhadores, mostraram redução de escores de risco ergonômico e do desconforto relatado, embora nem sempre tenham levado à diminuição imediata da dor. Evidências obtidas por métodos objetivos (como eletromiografia e avaliações posturais) e subjetivos (questionários de desconforto e dor) convergem ao indicar que ajustes ergonômicos reduzem a sobrecarga física, ainda que em alguns casos apenas redistribuam o esforço para outros grupos musculares. Além disso, destaca-se que a efetividade dessas mudanças depende da análise das condições reais do campo, da viabilidade econômica e da participação ativa dos agricultores. De forma integrada, os achados apontam que a ergonomia

aplicada ao trabalho rural tem potencial concreto para reduzir riscos, prevenir lesões e melhorar o bem-estar, mas sua efetividade depende de ações contínuas, contextualizadas e participativas, com foco no diagnóstico, na educação em saúde e no engajamento dos trabalhadores, garantindo um ambiente agrícola mais seguro, saudável e sustentável.

Palavras-chave: Ergonomia; Fisioterapia do Trabalho; Trabalhador rural; Distúrbios Musculoesqueléticos.