

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE CIÊNCIAS, TECNOLOGIAS E SAÚDE DO CAMPUS ARARANGUÁ  
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**Wagner Inácio da Silva**

**Condições de saúde auto-referidas de estudantes, TAEs e docentes da UFSC Campus  
Araranguá**

**ARARANGUÁ**

**2023**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE CIÊNCIAS, TECNOLOGIAS E SAÚDE DO CAMPUS ARARANGUÁ  
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**Wagner Inácio da Silva**

**Condições de saúde auto-referidas de estudantes, TAEs e docentes da UFSC Campus  
Araranguá**

Projeto de Pesquisa apresentado ao Curso de Graduação em Fisioterapia, da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito parcial da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientadora: Profa. Gisele Agustini Lovatel

**ARARANGUÁ**

**2023**

## RESUMO

Este estudo analisa a saúde dos colaboradores, fundamental para o seu bem-estar no ambiente de trabalho, tomando como exemplo o campus Araranguá da Universidade Federal de Santa Catarina. O objetivo é avaliar o estado de saúde autorrelatado de alunos, administradores e professores para apoiar projetos de expansão. Este estudo segue uma abordagem transversal com coleta de dados por meio de questionário administrado virtualmente.

Os 61 participantes tinham idades entre 18 e 62 anos, com predomínio de jovens entre 20 e 25 anos. Esta análise mostra que as pessoas inquiridas enfrentam desafios relacionados com a sua saúde física e mental. Embora o número de participantes no estudo tenha sido baixo, é consistente com estudos semelhantes e destaca potenciais desafios relacionados com os formatos digitais e a falta de interesse.

As queixas mais comuns incluem dores nas costas, tensão muscular e má postura. Este estudo destaca a importância da avaliação fisioterapêutica individual e destaca a necessidade de intervenções musculoesqueléticas. A prevalência de estilos de vida sedentários nas populações estudadas destaca os riscos associados aos problemas de saúde e destaca a necessidade de estratégias institucionais para promover hábitos saudáveis.

Os resultados indicam a necessidade de cuidados devido a problemas de saúde específicos e destacam a importância de programas de reabilitação individualizados. .

Por fim, este estudo destaca a vulnerabilidade das comunidades universitárias a problemas de saúde mental e física e destaca a importância de projetos de extensão que promovam a educação em saúde, prevenção e reabilitação.

Palavras-chave: Estudantes, Professores, servidores, saúde.

## ABSTRACT

This study analyzes the health of employees, fundamental to their well-being in the workplace, taking as an example the Araranguá campus of the Federal University of Santa Catarina. The goal is to assess the self-reported health status of students, administrators and teachers to support expansion projects. This study follows a cross-sectional approach with data collection through a virtually administered questionnaire.

The 61 participants were aged between 18 and 62 years old, with a predominance of young people between 20 and 25 years old. This analysis shows that the people surveyed face challenges related to their physical and mental health. Although the number of participants in the study was low, it is consistent with similar studies and highlights potential challenges related to digital formats and lack of interest.

The most common complaints include back pain, muscle tension and poor posture. This study highlights the importance of individual physiotherapeutic assessment and highlights the need for musculoskeletal interventions. The prevalence of sedentary lifestyles in the populations studied highlights the risks associated with health problems and highlights the need for institutional strategies to promote healthy habits.

The results indicate the need for care due to specific health problems and highlight the importance of individualized rehabilitation programs. .

Finally, this study highlights the vulnerability of university communities to mental and physical health problems and highlights the importance of extension projects that promote health education, prevention and rehabilitation.

Keywords: Students, Teachers, employees, health.

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

COFFITO - Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional

DCNs - Diretrizes Curriculares Nacionais

SUS - Sistema Único de Saúde

UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina

TAE - Técnico Administrativo em Educação

NAFi - Núcleo de Atendimento Fisioterapêutico

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	7
2. OBJETIVOS .....	8
3. METODOLOGIA .....	8
3.1 Tipo de Estudo. ....	8
3.2. Local do estudo. ....	8
3.3. Sujeitos da Pesquisa. ....	8
3.4. Critérios de Inclusão e Exclusão. ....	9
3.5. Coleta de Dados. ....	9
3.6. Análise de Dados. ....	9
3.7. Considerações Éticas da Pesquisa. ....	9
4. RESULTADOS. ....	9
5. DISCUSSÃO. ....	12
6. CONCLUSÃO. ....	14
7. REFERÊNCIAS. ....	14
8. ANEXOS. ....	16

## 1. INTRODUÇÃO

A saúde do trabalhador é uma questão fundamental para garantir o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas no ambiente de trabalho. Compreender e promover a saúde do trabalhador envolve diversas dimensões, como a prevenção de acidentes e doenças ocupacionais, a promoção de condições de trabalho seguras e saudáveis e a valorização do equilíbrio entre vida profissional e pessoal (Mendes et al., 2015).

Para promover a saúde do trabalhador, é essencial adotar medidas que visem à prevenção de doenças ocupacionais, e à promoção de hábitos saudáveis. Isso inclui a implementação de programas de saúde e segurança no trabalho, a oferta de treinamentos e capacitações sobre segurança no ambiente laboral, a adoção de medidas para reduzir os riscos de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho e também ações que visem à saúde mental do trabalhador. Além disso, é importante garantir que os trabalhadores tenham acesso a condições de trabalho dignas, com jornadas adequadas, pausas regulares, ambiente ergonômico e suporte emocional. Ao priorizar a saúde do trabalhador, estamos investindo em um futuro mais saudável e sustentável para todos (Mendes et al., 2015).

No âmbito universitário, a saúde de estudantes, técnicos administrativos e professores deve receber atenção pois o ambiente acadêmico pode gerar desafios e estresse, impactando diretamente na qualidade de vida e desempenho acadêmico. A pressão por notas, a carga horária de estudos, sobrecarga de trabalho, longas jornadas de trabalho e desempenho em funções distintas. Nesse sentido, é fundamental que sejam implementadas ações e políticas que visem a promoção e prevenção da saúde, com o objetivo de garantir um ambiente saudável e propício ao desenvolvimento pessoal e acadêmico (Ferreira et al., 2016; Cruz de Oliveira et al., 2014).

A saúde dos servidores e estudantes, no âmbito do ensino superior, é um fator crucial para o um melhor desempenho acadêmico e para a formação de cidadãos saudáveis e ativos. A adoção de hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada, a prática de atividades físicas e o sono adequado, são essenciais para garantir o bem-estar físico e mental dos estudantes. Desta forma, é necessário que sejam desenvolvidas ações que visem à prevenção de problemas de saúde mental, como a depressão e a ansiedade, que podem afetar diretamente o desempenho acadêmico e à qualidade de vida tanto dos servidores quanto dos estudantes (Cruz de Oliveira et al., 2014). Desta forma, a identificação dos problemas de saúde mental e possíveis agravos é fundamental para elaborar estratégias de intervenção que possam levar à promoção de saúde destas pessoas.

Desenvolver um programa de promoção de saúde no âmbito universitário é de suma importância para garantir o bem-estar e a qualidade de vida dos estudantes e servidores. A vida universitária muitas vezes está associada a altos níveis de estresse, pressão acadêmica e mudanças significativas no estilo de vida. Um programa de promoção de saúde pode oferecer recursos e apoio necessários para lidar com esses desafios, incluindo ações de conscientização sobre saúde mental, prática de exercícios físicos e programas de prevenção de doenças. Ao promover a saúde dos estudantes, a universidade não apenas contribui para o sucesso acadêmico, mas também para o desenvolvimento global dos indivíduos, capacitando-os a alcançar seu potencial máximo (Ferreira et al. 2016).

Além disso, um programa de educação, promoção e prevenção de saúde no âmbito universitário também desempenha um papel fundamental na prevenção de problemas de saúde a longo prazo. Essa abordagem preventiva pode ajudar a reduzir a incidência de doenças crônicas, de sofrimento psíquico e promover uma cultura de cuidado com o corpo e a mente para os estudantes e servidores que levarão esses conhecimentos para suas vidas pessoais e profissionais (Ferreira, et al., 2016).

Considerando a importância de identificar e melhorar a condição de saúde da comunidade universitária, no Campus Araranguá ainda não há nenhum programa que vise o cuidado da saúde dos servidores e dos estudantes.

Desta forma o presente estudo buscou avaliar as condições de saúde autorreferido de estudantes, técnicos administrativos e professores da UFSC - Campus Araranguá, para subsidiar um projeto de extensão que desenvolva atividades de educação, prevenção, promoção e reabilitação de estudantes e servidores do Campus Araranguá.

## **2. OBJETIVO**

Avaliar as condições de saúde autorreferido de estudantes, técnicos administrativos e professores - Campus Araranguá.

## **3. METODOLOGIA**

### **3.1 Tipo do estudo**

Trata-se de um estudo descritivo do tipo transversal, conforme a Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) (MALTA *et al.*, 2010).

### **3.2 Local do estudo**

O local de coleta dos questionários foi na Universidade Federal de Santa Catarina - Campus Araranguá, bairro Jardim das Avenidas.

### **3.3 Sujeitos da pesquisa**

Este estudo foi realizado com estudantes, TAEs e docentes da UFSC Campus Araranguá. Toda a comunidade da UFSC foi convidada a participar da pesquisa através de e-mail, contato telefônico e redes sociais. Os contatos dos participantes foram obtidos na Secretaria Acadêmica de Graduação (SIG) e da Secretaria Integrada de Departamento (SID) e Secretaria da Direção do Campus Araranguá da UFSC e no site institucional da universidade.



### **3.4 Critérios de inclusão e exclusão**

Foram incluídos todos os estudantes regularmente matriculados e servidores em exercício profissional da UFSC Campus Araranguá. Foram excluídos da amostra os servidores em período de férias e afastamentos e estudantes com matrícula trancada e cancelada. Também foram excluídos os participantes que não responderam na íntegra o questionário e que não assinaram o TCLE.

### **3.5 Coleta de dados**

Os dados foram coletados através de um questionário elaborado por meio da ferramenta Google Drive Forms, contendo 9 questões objetivas e subjetivas sobre a percepção das condições de saúde auto-referidas de estudantes, TAEs e docentes da UFSC Campus Araranguá. P

### **3.6 Análise dos dados**

Todas as questões respondidas de forma integral foram digitalizadas em um banco de dados, os resultados das 9 questões objetivas foram apresentados na forma de gráficos e tabelas e descritos através de porcentagens.

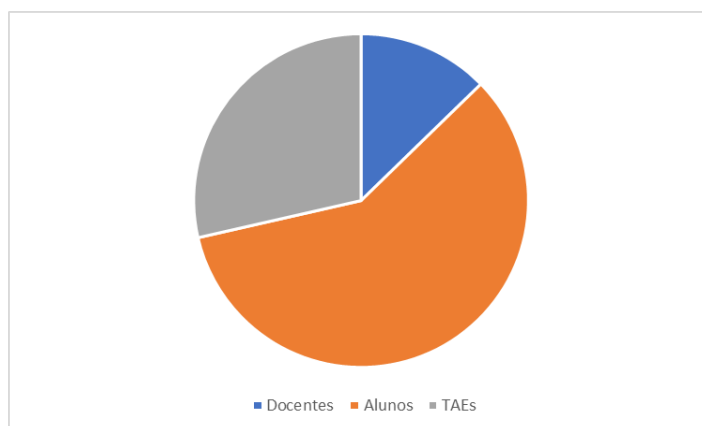
### **3.7 Considerações éticas da pesquisa**

Este trabalho foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH-UFSC), sendo respeitados todos os critérios exigidos pela resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde que normatiza pesquisas em seres humanos.

Os participantes receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE contendo todas as informações sobre a pesquisa. Os pesquisadores ficaram à disposição para qualquer dúvida. Os questionários foram enviados apenas para os participantes que assinaram o TCLE.

## **4. RESULTADOS**

Foram respondidos 61 questionários. A faixa etária variou de 18 anos a 62 anos. Entre os questionários respondidos, 37 (60,7%) foram de alunos; 8 respostas (13,1%) foram de professores; e 16 (26,2%) dos técnicos administrativos do total.



Com o objetivo de identificar as principais demandas dos participantes da pesquisa, foram analisadas as respostas da seguinte pergunta do questionário: “Seu interesse pelo atendimento é por qual motivo?”. A maioria respondeu ter algum tipo de problema de saúde e que gostaria de promover hábitos saudáveis.

Seu interesse pelo atendimento é por qual motivo?

---

Tenho algum tipo de problema de saúde	40 (65,6%)
Não tenho problema de saúde	12 (19,7%)
Gostaria de promover hábitos saudáveis na minha vida	38 (45,9%)

A abordagem investigativa considerando as especificidades das condições clínicas foi feita através da seguinte pergunta: “Você apresenta alguma(s) das queixas abaixo?”. As respostas variaram o que permitiu identificar com mais precisão as necessidades das pessoas. As queixas mais prevalentes foram má postura (60%), dor lombar (57,4%) e tensão muscular (40,2%).

Você apresenta alguma das queixas abaixo?

---

Dor no ombro	19 (31,1%)
Dor no cotovelo	0 (0%)
Dor no punho	9 (14,8%)
Dor nas costas	20 (32,8%)
Dor na lombar	35 (57,4%)
Dor no joelho	14 (23%)
Dor no tornozelo	5 (8,2%)
Dor de cabeça	8 (13,1%)
Tensão muscular	30 (49,2%)
Contratura muscular	14 (23%)
Encurtamento muscular	13 (21,3%)
Má postura	37 (60,7%)
Fraqueza muscular	12 (19,7%)
Problemas na coluna	20 (32,8%)
Problemas cardiorrespiratórios	3 (4,9%)
Sedentarismo	15 (24,6%)
Fadiga	9 (14,8%)
Falta de ar aos mínimos esforços	3 (4,9%)

Quando questionados se havia a existência de diagnóstico médico, 33 participantes responderam que não receberam nenhum diagnóstico até o momento.

---

Possui diagnóstico?	Contagem (porcentagem)
Sim	33 (54,1%)
Não	28 (45,9%)

Ao avaliar a duração das queixas, a maioria dos participantes revelou ter os sintomas há mais de um ano. Alguns participantes referiram o desconforto em um período mais recente, entre algumas semanas a um mês, o que revela situações mais agudas.

---

Há quanto tempo você se lesionou ou sente desconforto?	Contagem (porcentagem)
1 semana	2 (3,3%)
2-4 semanas	1 (1,6%)
1-3 meses	9 (14,8%)
3-6 meses	6 (9,8%)
6-12 meses	7 (11,5%)
Mais do que 1 ano	36 (59%)
Total	61 (100%)

A fim de promover maior adesão ao tratamento, buscou-se identificar os melhores horários de atendimento para os participantes da pesquisa. A maioria dos participantes manifestou interesse em sessões no final do dia, entre as 17:00 e 18:00 horas (45,9%), indicando que esse período se alinha melhor às suas rotinas e o horário do meio dia, por volta das 12:00 e 13:30 (45,9%).

Você se interessaria em realizar  
atendimento fisioterapêutico em qual  
horário?

---

Turno da manhã	17 (27,9%)
Horário do meio dia	28 (45,9 %)
Turno da tarde	17 (27,9%)
Final do dia (após 17:00)	28 (45,9%)
Turno da noite	17 (27,9%)
No turno da noite	

## 5. DISCUSSÃO

O presente estudo analisou as condições de saúde auto-referidas de estudantes, TAEs e docentes da UFSC Campus Araranguá. Apenas 61 alunos e servidores responderam o questionário. Esta baixa adesão à participação da pesquisa também tem sido observada em outros estudos que utilizaram este mesmo tipo de metodologia. Os participantes que responderam o questionário apresentaram uma faixa etária que varia de 18 a 62 anos, sendo mais prevalente a população jovem entre 20 a 25 anos (Gomes-Neto, et al, 2016).

A população estudada apresentou queixas relacionadas à saúde física e mental. Autores descreveram que a população universitária é vulnerável ao desenvolvimento de alguns transtornos mentais, como por exemplo, a depressão, a ansiedade e o stress (Almeida, 2014; Bohry, 2007; Bayram & Bilgel, 2008; Eisenberg et al., 2007). Os estudos vêm apontando uma prevalência elevada destes transtornos dentre universitários, sendo previsto que cerca de 15 a 25% dos universitários irão apresentar algum transtorno mental durante sua formação (et. al., 2015; Vasconcelos et al., 2015; Victoria et. al., 2013).

Embora haja muitos relatos de desmotivação, problemas de saúde, descontentamento com o trabalho e com as aulas, os resultados revelaram uma baixa adesão da participação neste estudo. O questionário foi voltado para à saúde física e mental, foi virtual e com poucas perguntas para facilitar a participação. Apenas 62 pessoas responderam o questionário. Este resultado corroboram com outros estudos que também utilizaram questionários para avaliação e tiveram baixa adesão. O estudo de Medeiros e colaboradores, (2009) mostrou uma taxa de 64% de respostas. Outro estudo, realizado por Silva e colaboradores (2018), avaliou o perfil dos egressos em uma população de 453 egressos, sendo que apenas 33% participaram do estudo. Estes autores sugerem alguns fatores que podem estar relacionados como por

exemplo o tempo despendido para responder o questionário, falta de interesse no tema e o formato digital.

Embora não tenha sido avaliada a situação de trabalhos dos participantes, podemos sugerir, de acordo com a literatura, que um dos fatores que pode contribuir para o desenvolvimento de queixas relacionadas a saúde física e mental, é à sobrecarga de trabalho, à diversidade de tarefas exigidas pela instituição, relações interpessoais e insatisfação e desmotivação com a função do trabalho. Isso gera tensão, estresse, desmotivação para realizar atividade física, fadiga entre outros, podendo levar ao desenvolvimento de doenças como ansiedade e depressão (Mendes et al., 2015).

Na população estudada, observou-se a predominância de respondentes que buscam atendimento por terem problemas de saúde específicos. Isso salienta a importância de avaliação fisioterapêutica para determinar as necessidades individuais. Um número significativo de queixas de dores nas costas (cervical e lombar), tensão muscular, fadiga, má postura e fraqueza muscular sugerem uma necessidade de intervenção musculoesquelética. Atendimento fisioterapêutica através de programa de reabilitação individualizada, educação em saúde e prevenção de agravos são fundamentais para garantir a melhora da condição física e mental da comunidade universitária (Paula et al., 2020).

O estilo de vida sedentário, que foi relatado por uma parcela significativa dos participantes, pode contribuir para muitos problemas de saúde. Entre eles podemos destacar dores musculoesqueléticas, fadiga, fraqueza muscular, dores na coluna (cervical e lombar) entre outras. Além disso, o sedentarismo pode estar relacionado ao aumento dos riscos cardiovasculares. A inatividade física tem relação com o desenvolvimento de hipertensão, obesidade e aumento do colesterol, que podem aumentar a probabilidade de eventos cardiovasculares adversos. (Lourenço et al., 2016).

Para um programa de reabilitação ter uma boa adesão dos participantes é importante identificar os horários que as pessoas têm disponibilidade e preferência. Caso o horário não seja prático e adaptado às suas necessidades, o número de desistências é maior. Em relação ao horário, os participantes da pesquisa relataram preferir o atendimento em horários de pausa do almoço e após o turno de trabalho. A instituição ainda não possui políticas para garantir que os servidores possam ser atendidos em seus horários de trabalho. Medidas institucionais visando promover e incentivar à busca de cuidados à saúde de seus servidores são fundamentais para fortalecer o vínculo profissional, melhorar as condições de saúde e a qualidade de vida (Gomes-Neto et al., 2016).

A fisioterapia desempenha um importante papel na qualidade de vida das pessoas. A abordagem fisioterapêutica pode ser norteada pela educação em saúde, pela prevenção de doenças e agravos e pela reabilitação. O exercício físico é uma das estratégias terapêuticas utilizadas na fisioterapia. Estudos mostram que o exercício físico tem um efeito significativo na melhoria da qualidade do sono individual, comparada a pessoas sedentárias. Além disso, a prática de atividade física melhora sintomas relacionados ao stress, depressão e ansiedade em estudantes universitários.

A educação em saúde e a prevenção de doenças é um fator importante no cuidado da saúde. Assim como a reabilitação promove diminuição de dores, melhora a funcionalidade, melhora a qualidade do sono, contribui para reduzir os sintomas de stress e ansiedade. Desta forma é importante criar estratégias institucionais para promover a saúde no Campus. O Projeto Núcleo de Atendimento Fisioterapêutico - NAFi é um projeto de extensão que foi criado para promover o bem estar do estudante. Adotando hábitos durante a vida universitária, os estudantes e os servidores se preparam para uma vida profissional mais saudável. São realizadas atividades de educação em saúde, com temas variados e que são de necessidades específicas do público alvo. Atividades de prevenção de doenças e de agravos, uma vez que a prevenção é a melhor estratégia para o cuidado. Atividades de reabilitação promovendo alívio de dores e melhora da qualidade de vida das pessoas.

## 6. CONCLUSÃO

Estudantes universitários e servidores estão expostos a diversas situações estressoras ao longo da trajetória acadêmica e das demandas de trabalho e são considerados uma população de risco para o desenvolvimento de estresse, ansiedade, depressão, sedentarismo e dores crônicas. Dessa forma, este trabalho contribuiu para ampliar o conhecimento dessa temática na comunidade científica, bem como chamar a atenção para a saúde geral de estudantes e servidores do Campus Araranguá, e levantar propostas de mudança, consistindo na implementação de um projeto de extensão para promover educação em saúde, prevenção e reabilitação.

## 7. REFERÊNCIAS

FERREIRA, F. M. P. B.; BRITO, I. DA S.; SANTOS, M. R. Health promotion programs in higher education: integrative review of the literature. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 71, n. suppl 4, p. 1714–1723, 2018.

<https://www.scielo.br/j/reben/a/hHwQyZcyKmQ5yNj65kVymJS/?format=pdf&lang=pt>

FONTANA, R. T.; PINHEIRO, D. A. Condições de saúde auto-referidas de professores de uma universidade regional. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 31, p. 270–276, 1 jun. 2010.

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/Q7mybMNzFNYSepVLd8qWfRw/?lang=pt&format=html>

RIBEIRO, S. F. R. et al. Promoção de saúde do servidor em uma universidade pública federal. *Vínculo*, v. 13, n. 1, p. 33–45, 1 jun. 2016.

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-24902016000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902016000100004)

OLIVEIRA, N. R. C. DE; PADOVANI, R. D. C. Saúde do estudante universitário: uma questão para reflexão. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 19, n. 3, p. 995–996, mar. 2014.

<https://www.scielo.br/j/csc/a/bGxY9xJ8T5rhF48dBrkhWQh/>

MENDES, J. M. R. et al. Saúde do trabalhador: desafios na efetivação do direito à saúde. *Argumentum*, v. 7, n. 2, p. 194, 21 dez. 2015.

<https://periodicos.ufes.br/argumentum/article/download/10349/8253/0>

GOMES-NETO, M.; SAMPAIO, G. S.; SANTOS, P. S. FREQUÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS A DORES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, v. 6, n. 1, 2016.

<https://journals.bahiana.edu.br/index.php/fisioterapia/article/view/790>

PONTES, A. G. V.; RIGOTTO, R. M. Saúde do Trabalhador e Saúde Ambiental: potencialidades e desafios da articulação entre universidade, SUS e movimentos sociais. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 39, n. 130, p. 161–174, 2014.

<https://www.scielo.br/rbso/a/mTLWm7z7fLJc8RPcrrSCVfM/?lang=pt>

PAULA, G. M. DE; COTRIM, T. P. A Dor lombar Como indicador DE alteração Na qualidade DE Vida no trabalho DE docentes universitários: Uma revisão Da literatura / the low back pain as an indicator of change in the quality of life at work of professor: A literature review. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 10, p. 74905–74921, 2020.

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17744>

MENDES, J. M. R. et al. Saúde do trabalhador: desafios na efetivação do direito à saúde. *Argumentum*, v. 7, n. 2, p. 194, 2015.

<https://www.redalyc.org/pdf/4755/475547145015.pdf>

DE SOUZA VESPASIANO, C. Bem estar no trabalho, comprometimento e satisfação de servidores técnicos- administrativos com sua atividade: um estudo exploratório. 2016b.

<https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/BUOS-A9VL3E>

LOURENÇO, C. et al. Comportamento sedentário em estudantes Universitários. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 21, n. 1, p. 67, 2016.

<https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/6771>

SILVA, T. M.; RODRIGUES, G. M.; MONTEIRO, E. FISIOTERAPIA TRAUMATO ORTOPÉDICA NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DOR CRÔNICA. *Revista Liberum accessum*, v. 11, n. 1, p. 25–30, 2021.

<http://revista.liberumaccesum.com.br/index.php/RLA/article/view/127>

## 8. ANEXOS

### ANEXO I



## UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você \_\_\_\_\_ está sendo convidado(a) a participar do estudo que tem o objetivo de identificar as condições de saúde auto referidas entre os estudantes, TAEs e docentes da UFSC Campus Araranguá

Esta pesquisa consiste no preenchimento de um questionário sobre o seu contexto de qualidade de vida. O tempo estimado para responder o questionário é de aproximadamente 5 minutos.

Você responderá o questionário sozinho, ou seja, é auto aplicável, sem a interferência de pesquisadores.

Os procedimentos utilizados neste estudo apresentam possibilidade de riscos bastante reduzidos para você. Consideram-se como possíveis riscos um pouco de constrangimento para responder algumas perguntas. Embora todos os cuidados sejam tomados, um risco baixo de vazamento não intencional dos dados pode ocorrer. Caso isso aconteça você pode interromper a pesquisa imediatamente sem nenhum prejuízo.

Você tem a garantia de poder solicitar esclarecimentos ao pesquisador sempre que desejar (antes e durante sua realização) e de quaisquer dúvidas, incluindo os procedimentos e etapas de desenvolvimento desta pesquisa.

A sua participação trará inúmeros benefícios para o curso de fisioterapia.

A sua identidade será preservada, pois cada indivíduo será identificado por um número.

Em caso de recusa ou desistência você não será penalizado(a) de forma alguma e não haverá prejuízo algum no tratamento que você está recebendo. Não há despesas pessoais para o(a) participante em qualquer fase do estudo, mas os pesquisadores se comprometem a garantir o ressarcimento de eventuais despesas. Também não há compensação financeira para quem



participar da pesquisa. Apesar dos riscos da pesquisa serem mínimos, também nos comprometemos a garantir indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa.

Você poderá se retirar do estudo a qualquer momento.

Solicitamos a sua autorização para o uso de seus dados para a produção de artigos técnicos e científicos. A sua privacidade será mantida através da não-identificação do seu nome.

O presente documento será mantido pela pesquisadora em confidencialidade e você poderá fazer download de uma cópia do mesmo.

Os pesquisadores responsáveis por este estudo declaram que este TCLE está em cumprimento com as exigências contidas na Resolução 466/12.

Agradecemos a sua participação e colaboração.

Você poderá entrar em contato com as pesquisadoras Gisele Agustini Lovatel: telefone 51 993113737 ou poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC pelo endereço: Prédio Reitoria II (Edifício Santa Clara), R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401, Trindade, Florianópolis/SC CEP 88.040-400 - Campus Trindade/Florianópolis, pelo telefone: (48) 3721-6094 ou pelo email: cep.propesq@contato.ufsc.br.

O CEPESH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Dados dos pesquisadores responsáveis pelo projeto de pesquisa:

Contato dos pesquisadores responsáveis

Gisele Agustini Lovatel

Endereço: Rodovia SC 449 – lado ímpar. Bairro Jardim das Avenidas, Araranguá/SC.

e-mail: gisele.lovatel@ufsc.br

e-mail: gisele.lovatel@ufsc.br

Eu, \_\_\_\_\_, após a leitura e compreensão destas informações, entendo que a minha participação é voluntária, e que posso sair a qualquer momento do estudo, sem prejuízo algum. Confirmando que recebi cópia deste

termo de consentimento, e autorizo a execução do trabalho de pesquisa e a divulgação dos dados obtidos neste estudo.

---

Assinatura do Participante da Pesquisa

---

Assinatura Pesquisadora Responsável

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2023.

## ANEXO II



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**

## QUESTIONÁRIO

1. Nome completo:

---

2. Descreva sua idade:

---

3. E-mail ou telefone para contato:

---

4. Qual categoria da comunidade UFSC você faz parte?

- Estudante
- Professor
- Técnico Administrativo

5. Seu interesse pelo atendimento é por qual motivo?

- Tenho algum problema de saúde
- Não tenho problema de saúde específico, mas gostaria de participar de programa de prevenção voltada a saúde do trabalhador
- Gostaria de promover hábitos saudáveis na minha vida

6. Você apresenta alguma das queixas descritas abaixo? (marque quantas achar necessário)

- Dor no ombro
- Dor no cotovelo
- Dor no punho
- Dor nas costas
- Dor na lombar
- Dor no joelho
- Dor no tornozelo
- Dor de cabeça
- Tensão muscular
- Contratura muscular
- Encurtamento muscular
- Má postura
- Fraqueza muscular
- Problemas na coluna
- Problemas cardiorrespiratórios
- Sedentarismo
- Fadiga
- Falta de ar aos mínimos esforços

7. Possui diagnóstico? (Se sim, qual?)

8. Há quanto tempo você se lesionou ou sente esse desconforto?

9. Você se interessaria em realizar atendimento fisioterapêutico em qual horário?

No turno da manhã.

No horário do meio dia (por exemplo das 12:30 às 13:30)

No turno da tarde.

No final do dia (por exemplo das 17:00 às 18:00).

No turno da noite.