

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

Legalidade do Enfermeiro do Trabalho em  
Executar a Ginástica Laboral no Exercício da  
Prática Profissional

**I – FATOS**

Solicitação de parecer técnico em relação a legalidade do Enfermeiro do Trabalho em executar a ginástica laboral no exercício da prática profissional.

**II – FUNDAMENTAÇÃO E ANÁLISE**

A NR-17 regulamenta parâmetros sobre a psicofisiologia dos trabalhadores para garantir conforto no ambiente de trabalho, e muito se fala em ginástica laboral. Apesar de a Norma Regulamentadora-17 estabelecer parâmetros que permitam a adaptação das condições de trabalho às características da psicofisiologia dos trabalhadores, de modo a proporcionar o máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente, há outras normas que abordam, de fato, a prática da ginástica laboral (BRASIL, 2022).

Ginástica Laboral (GL) é a prática de exercícios físicos, realizada coletivamente, durante a jornada de trabalho. Além disso, é prescrito de acordo com a função exercida pelo trabalhador, tendo como finalidade à prevenção de doenças ocupacionais, promovendo o bem-estar individual por intermédio da consciência corporal (LIMA, 2019).

Mota et al (2020) referem que a prática da GL foi introduzida no Brasil em meados dos anos 90, e desde então, pode ser executada no ambiente de trabalho como forma de prevenir doenças ocupacionais, controlar dores musculoesqueléticas, aumentar a disposição para o trabalho e prover a consciência corporal, melhorando a qualidade de vida dos trabalhadores. Além dos benefícios físicos, a prática voluntária da ginástica laboral proporciona ganhos

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE  
PAD DIPRE nº 0481/2023**

psicológicos, diminuição do estresse, aumento no poder de concentração, motivação e moral, aumento da produtividade dos funcionários.

A GL consiste em técnicas de alongamento, fortalecimento e relaxamento, focando-se nas partes do corpo mais exigidas durante o período de trabalho, podendo ser exercida na forma de ginástica propriamente dita, através de alongamento ou até na forma de atividades lúdicas e massagens, desde que reduza consideravelmente o quadro de estresse do profissional e evite futuros problemas de saúde decorrentes desse quadro. Apresenta-se dividida em três etapas, sendo a primeira delas realizada antes do período de trabalho, a segunda durante e a terceira após as atividades laborais, devendo ser aplicada por profissionais qualificados e que atendam às necessidades de cada funcionário (MOTA et al., 2020).

Em relação a qual profissional é autorizado a ministrar a ginástica laboral, há duas normas distintas aplicáveis a este assunto, ambas em vigência, e que são objeto de discussão acirrada entre os profissionais de educação física e os fisioterapeutas. Para o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF), apenas profissionais de educação física podem ministrar a ginástica laboral. E para o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), os fisioterapeutas também o podem. Reforçamos que essas normas são pareceres dos Conselhos supracitados, inexistindo uma lei que torne a GL atividade privativa destas categorias.

No tocante ao papel do Enfermeiro, a orientação fundamentada do COREN/SP nº 068 de 2016, refere que o Enfermeiro poderá realizar a prática de ginástica laboral aos colaboradores desde que não tenha como finalidade um tratamento ou que faça parte de um programa de condicionamento físico. Enfatiza ainda a necessidade de que o profissional seja qualificado e que a assistência de Enfermagem não seja comprometida.

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE  
PAD DIPRE nº 0481/2023**

Os pareceres técnicos nº 012/2019 do COREN/SC e nº 002/2021 do COREN-DF concluíram que o Enfermeiro especialista na área de saúde ocupacional possui um papel primordial no processo de saúde do trabalhador no que diz respeito a promoção, prevenção, reabilitação e tratamento. De acordo com as definições e classificações da GL, compreende-se que esta não se restringe tão somente a atividades físicas e de condicionamento físico, mas também envolve atividades relacionadas aos aspectos de pausa com cunho de relaxamento e demais atividades no sentido social. Desta forma, o Enfermeiro especialista na área de saúde ocupacional pode atuar na GL desde que busque conhecimento técnico e científico para tal, bem como complementar as suas técnicas de atendimento se valendo das especialidades previstas na Resolução COFEN no 581 de 2018.

Em relação a obrigatoriedade da prática da GL, não há uma definição exata de ginástica laboral prevista em normas legais de Saúde e Segurança Ocupacional (SSO). Portanto, a orientação é verificar se há alguma exigência prevista em Convenção Coletiva (CC) ou Acordo Coletivo (ACT) quanto ao profissional competente para implementar o programa de alongamento. Caso não tenha nenhuma exigência em CCT ou ACT, recomenda-se que a empresa implemente o programa de alongamento com a orientação de um educador físico ou fisioterapeuta conforme normas já informadas.

Isso porque várias pessoas não possuem consciência corporal e precisam de instrução para que façam o movimento correto sem risco de lesão. E, se fizerem errado, possam ser corrigidos pelo profissional competente.

Salienta-se que a Enfermagem é uma profissão regulamentada por Lei, composta por profissionais de diferentes níveis de formação, com atribuições diferentes, que atuam na atenção integral ao ser humano, utilizando-se de conhecimentos, competências, habilidades técnicas e humanas, por meio de um processo sistematizado de assistência (GAIDZINSKI, 2015).

É cediço que a Lei Federal nº 7.498 de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre a regulamentação do exercício da Enfermagem e dá outras providências, que é

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

regulamentada pelo Decreto nº 94.406 de 08 de junho de 1987, tratam de proposições diretamente ligadas ao tema em questão, a saber:

Lei Federal nº 7.498/1986

*[...] omissis*

Art. 11. O Enfermeiro exerce todas as atividades de enfermagem, cabendo-lhe:

I – privativamente:

*[...] omissis*

- i) consulta de enfermagem;
  - j) prescrição da assistência de enfermagem;
  - l) cuidados diretos de enfermagem a pacientes graves com risco de vida;
  - m) cuidados de enfermagem de maior complexidade técnica e que exijam conhecimentos de base científica e capacidade de tomar decisões imediatas.
- II – como integrante da equipe de saúde:

*[...] omissis*

f) prevenção e controle sistemático de danos que possam ser causados à clientela durante à assistência de enfermagem;

*[...] omissis*

Art.12 – O Técnico de Enfermagem exerce atividade de nível médio, envolvendo orientação e acompanhamento do trabalho de Enfermagem em grau auxiliar, e participação no planejamento da assistência de Enfermagem...

*[...] omissis*

Art. 13 – O Auxiliar de Enfermagem exerce atividades de nível médio, de natureza repetitiva, envolvendo serviços auxiliares de Enfermagem sob supervisão, bem como a participação em nível de execução simples, em processos de tratamento.

*[...] omissis*

Decreto nº 94.406/1987

*[...] omissis*

Art. 8º – Ao enfermeiro incube:

I – privativamente:

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

[...] *omissis*

- e) consulta de enfermagem;
- f) prescrição da assistência de enfermagem;
- g) cuidados diretos de enfermagem a pacientes graves com risco de vida;
- h) cuidados de Enfermagem de maior complexidade técnica e que exijam conhecimentos científicos adequados e capacidade de tomar decisões imediatas.

II – como integrante da equipe de saúde

[...] *omissis*

- f) participação na elaboração de medidas de prevenção e controle sistemático de danos que possam ser causados aos pacientes durante assistência de Enfermagem;

[...] *omissis*

Art. 10 – O Técnico de Enfermagem exerce as atividades auxiliares, de nível médio técnico, atribuídas à equipe de Enfermagem, cabendo-lhe:

I – assistir ao Enfermeiro:

- a) no planejamento, programação, orientação e supervisão das atividades de assistência de Enfermagem;
- b) na prestação de cuidados diretos de Enfermagem a pacientes em estado grave;

[...] *omissis*

- e) na prevenção e controle sistemático de danos físicos que possam ser causados a pacientes durante a assistência de saúde.

[...] *omissis*

II – executar atividades de assistência de Enfermagem, excetuadas as privativas do Enfermeiro e as referidas no art. 9º deste Decreto.

[...] *omissis*

Art. 11 – O Auxiliar de Enfermagem executa as atividades auxiliares, de nível médio atribuídas à equipe de Enfermagem, cabendo-lhe:

I – preparar o paciente para consultas, exames e tratamentos;

II – observar, reconhecer e descrever sinais e sintomas, ao nível de sua qualificação;

III – executar tratamentos especificamente prescritos, ou de rotina, além de outras atividades de Enfermagem...

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

[...][...] *omissis*

VI – Participar de atividades de educação em saúde, inclusive:

- a) Orientar os pacientes na pós consulta, quanto ao cumprimento das prescrições de Enfermagem e Médica.

Ademais, o compromisso ético dos profissionais de Enfermagem, pautado na Resolução Cofen nº 564/2017 que “Aprova o novo Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem”, deve ser condição *sine qua non* para a prática do exercício da Enfermagem, onde se destacam os artigos que seguem:

**CAPÍTULO II – DOS DEVERES**

[...] *omissis*

Art. 26 – Conhecer, cumprir e fazer cumprir o Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem e demais normativos do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem.

[...] *omissis*

Art. 35 – Apor nome completo e/ou nome social, ambos legíveis, número e categoria de inscrição no Conselho Regional de Enfermagem, assinatura ou rubrica nos documentos, quando no exercício profissional.

[...] *omissis*

Art. 36 – Registrar no prontuário e em outros documentos as informações inerentes e indispensáveis ao processo de cuidar de forma clara, objetiva, cronológica, legível, completa e sem rasuras.

Art. 37 – Documentar formalmente as etapas do processo de Enfermagem, em consonância com sua competência legal.

[...] *omissis*

Art.45 – Prestar assistência de Enfermagem livre de danos decorrentes de imperícia, negligência ou imprudência.

[...] *omissis*

**CAPÍTULO III – DAS PROIBIÇÕES**

[...] *omissis*

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

Art.62- Executar atividades que não sejam de sua competência técnica, científica, ética e legal ou que não ofereçam segurança ao profissional, à pessoa, à família e à coletividade.

[...] *omissis*

Art.81 Prestar serviços que, por sua natureza, competem a outro profissional, exceto em caso de emergência, ou que estiverem expressamente autorizados na legislação vigente.

[...] *omissis*

Não se pode olvidar do ínsito nos incisos II e XIII, do artigo 5º, da Lei Mater:

Constituição Federal

[...] *omissis*

Art. 5º. Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, nos termos seguintes:

[...] *omissis*

[...] *omissis*

II – ninguém será obrigado a fazer ou deixar de fazer alguma coisa senão em virtude de lei.

[...] *omissis*

XIII – é livre o exercício de qualquer trabalho, ofício ou profissão, atendidas as qualificações profissionais que a lei estabelecer.

[...] *omissis*

### **III – CONCLUSÕES**

Após análise da solicitação do parecer técnico, baseado em evidências científicas, entende-se que de acordo com a Lei nº 7.498/1986 e seu Decreto regulamentador nº 94.406/1987, e segundo a Resolução COFEN nº 564/2017, e da orientação fundamentada do do COREN-SP nº 068/2016, e pareceres técnicos do COREN-SC nº 012/2019 e do COREN-DF nº 002/2021, entendemos que legalmente

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE  
PAD DIPRE nº 0481/2023**

o Enfermeiro especialista na área de Saúde Ocupacional poderá realizar a prática de ginástica laboral aos trabalhadores, desde que possua conhecimento técnico, específico e científico para tal, de forma que complemente as suas técnicas de atendimento, se valendo das especialidades previstas na Resolução COFEN nº 625/2020. Corroboramos ainda com a orientação de que esta atividade não seja realizada como finalidade de tratamento ou que faça parte de um programa de condicionamento físico, assim como as demais atividades de Enfermagem não sejam comprometidas.

É o parecer salvo melhor juízo.

Recife, 13 de julho de 2023.

**Prof. Fernando Ramos Gonçalves, Msc  
Coren-PE nº 77561-ENF  
Coordenador da Câmara Técnica de Assistência de Enfermagem-COREN-PE**

**Parecer Elaborado por:** Dr. Fernando Ramos Gonçalves- COREN-PE:77561-ENF;  
Dra. Maria de Fatima Barbosa COREN-PE nº 110.698 - ENF; Dr. Fernando Inácio de Jesus COREN-PE nº 9.134 - ENF; Dra. Aloísia Pimentel Barros COREN-PE nº 72.588 - ENF. Dra. Andreyne Javorski Rodrigues COREN-PE nº 317.275- ENF.

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

**REFERÊNCIAS**

BRASIL. Lei no. 7.498, de 25 de junho de 1986. **Dispõe sobre a regulamentação do exercício da enfermagem, e dá outras providências.** Brasília, DF, 1986.

Disponível em:

[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l7498.htm#:~:text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20regulamenta%C3%A7%C3%A3o%20do,observadas%20as%20disposi%C3%A7%C3%B5es%20desta%20lei.](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7498.htm#:~:text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20regulamenta%C3%A7%C3%A3o%20do,observadas%20as%20disposi%C3%A7%C3%B5es%20desta%20lei.)

Acesso em 13 de julho de 2023.

\_\_\_\_\_. Decreto nº 94.406 de 08 de junho de 1987. Regulamenta a Lei nº 7.498 de 25 de junho de 1986. **Dispõe sobre o Exercício profissional da Enfermagem, e dá outras providências.** Disponível em:

[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto/1980-1989/d94406.htm#:~:text=DECRETO%20No%2094.406%2C%20DE,enfermagem%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAscias.](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1980-1989/d94406.htm#:~:text=DECRETO%20No%2094.406%2C%20DE,enfermagem%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAscias.)

Acesso em 13 de julho de 2023.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. NR-17. Disponível em:

<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/aceso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-17-atualizada-2022.pdf>

Acesso em 13 de julho de 2023.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução COFEN nº 358, de 15 de outubro de 2009. **Dispõe sobre a Sistematização da Assistência de Enfermagem e a implementação do Processo de Enfermagem em ambientes, públicos ou privados, em que ocorre o cuidado profissional de Enfermagem, e dá outras providências.** Disponível em: [http://www.cofen.gov.br/resoluco-cofen-3582009\\_4384.html#:~:text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20Sistematiza%C3%A7%C3%A3o%20da,Enfermagem%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAscias.](http://www.cofen.gov.br/resoluco-cofen-3582009_4384.html#:~:text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20Sistematiza%C3%A7%C3%A3o%20da,Enfermagem%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAscias.)

Acesso em 13 de julho de 2023.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução COFEN nº 564 de 06 de novembro de 2017. **Aprova o novo Código de Ética de Enfermagem;** Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2017/12/Resolu%C3%A7%C3%A3o-564-17.pdf>

Acesso em 13 de julho de 2023.

**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução COFEN nº 625 de 19 de fevereiro de 2020. **Altera a Resolução Cofen nº 581, de 11 de julho de 2018, que atualiza, no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem, os procedimentos para Registro de Títulos de Pós – Graduação Lato e Stricto Sensu concedido a Enfermeiros e aprova a lista das especialidades.** Disponível em : [http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-625-2020\\_77687.html](http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-625-2020_77687.html)

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE SÃO PAULO. Orientação Fundamentada nº 068/2016. **Dispõe sobre a competência do Enfermeiro para a realização de ginástica laboral aos colaboradores.** Disponível em: [https://portal.coren-sp.gov.br/wp-content/uploads/2016/07/Orienta%C3%A7%C3%A3o%20Fundamentada%20-%20068\\_1.pdf](https://portal.coren-sp.gov.br/wp-content/uploads/2016/07/Orienta%C3%A7%C3%A3o%20Fundamentada%20-%20068_1.pdf)

Acesso em 13 de julho de 2023.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE SANTA CATARINA. Parecer técnico nº 012/2019. **Dispõe sobre a realização de ginástica laboral pelo Enfermeiro do Trabalho.** Disponível em: <https://www.corensc.gov.br/wp-content/uploads/2019/08/PT-012-2019-Realiza%C3%A7%C3%A3o-de-gin%C3%A1stica-laboral-pelo-Enfermeiro-do-Trabalho.pdf>

Acesso em 13 de julho de 2023.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DO DISTRITO FEDERAL. Parecer técnico nº 002/2021. **Dispõe sobre a atuação do Enfermeiro na ginástica laboral em empresas com intuito preventivo de doenças laborais e papel do Enfermeiro na reabilitação funcional.** Disponível em <https://coren-df.gov.br/site/wp-content/uploads/2021/04/pt022021.pdf>

Acesso em 13 de julho de 2023.

GAIKZINSKI, R. R. Instrumento de medida de carga de trabalho dos profissionais de Saúde na Atenção Primária: desenvolvimento e validação. **Revista de Escola de Enfermagem da USP**, v. 49, n. esp. 2, p. 25-34, 2015.

Acesso em 13 de julho de 2023.

LIMA, V. **Ginástica laboral e saúde do trabalhador: saúde , capacitação e orientação ao profissional de educação física.** CREF-SP, 2019. Disponível em: <https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/70c8da64129f8612ce633de28f24afc.pdf>

Acesso em 13 de julho de 2023.

MOTA, A.C.F. et al. Benefícios da ginástica laboral em ambiente hospitalar: uma revisão integrativa . São Paulo: **Revista Recien**. 2020; 10(29):3-12. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/236>



**Parecer Técnico/Coren-PE nº 0025/2023 - CTAE**  
**PAD DIPRE nº 0481/2023**

Acesso em 13 de julho de 2023.