



---

## POSICIONAMENTO DO CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ESTADO DE SÃO PAULO – CREF4/SP EM RELAÇÃO À GINÁSTICA LABORAL

Dada a importância e a disseminação da atividade conhecida como **Ginástica Laboral**, o **Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo – CREF4/SP**, vem através do presente apresentar alguns esclarecimentos com o objetivo de garantir que a legislação vigente seja cumprida, resultando em um melhor serviço prestado aos trabalhadores paulistas.

A Ginástica Laboral foi desenvolvida para atender de forma adequada as necessidades dos trabalhadores, no sentido da sua preparação física, postural, comportamental e sociocultural frente aos desafios dos modernos ambientes de trabalho. Surgida originariamente como “ginástica de pausa”, **a Ginástica Laboral é hoje conceituada como um programa de exercícios aplicados durante a jornada de trabalho, com o objetivo de compensar o esforço exigido pela atividade laboral e de desenvolver as condições para que as estruturas corporais mantenham o equilíbrio necessário para a manutenção da saúde.** Esta intervenção deve ser condizente com um programa de saúde do trabalhador que proporcione bem-estar no trabalho, contribua para a ***prevenção de lesões, acidentes e o surgimento de patologias decorrentes da atividade ocupacional.***

Se por um lado a implantação de um programa de Ginástica Laboral traz benefícios para o trabalhador, melhorando sua qualidade de vida, por outro também tem efeitos positivos para a empresa. Estudos apresentam indícios de que a Ginástica Laboral colabora para a diminuição do absenteísmo, do afastamento do trabalho, para a diminuição do stress e para a redução dos gastos em tratamento de saúde do trabalhador. Além disso, a legislação recentemente aprovada prevê benefícios fiscais e previdenciários para as empresas que comprovarem investimentos em programas de qualidade de vida no trabalho.

Um dos pontos que tem suscitado dúvidas nas empresas é quanto ao profissional responsável pela aplicação dos trabalhos de Ginástica Laboral. A posição do CREF4/SP é de que um programa de saúde do trabalhador deva ter uma abordagem multidisciplinar, envolvendo as várias profissões da área da Saúde. Neste programa, no entanto, devem ser respeitados os limites e competências de cada profissão envolvida.

No Brasil, as profissões são regulamentadas por campos de trabalho. Cada profissão tem definido o seu papel na sociedade, seu campo de atuação, mesmo porque existem para atender às necessidades e interesses da população. Desta forma, de acordo com a legislação



regulamentadora, o exercício profissional deve ser praticado exclusivamente por profissional legalmente habilitado.

Desses profissionais, ***é o de Educação Física quem tem formação, competência e amparo legal para atuar no planejamento, na prescrição e na dinamização das atividades físicas.*** É importante que a implementação da Ginástica Laboral considere não apenas os aspectos cinesiológicos e fisiológicos, mas também os pedagógicos, psicológicos e socioculturais envolvidos. Este grupo de conhecimento é fundamental para que haja a necessária atuação sobre a mudança de hábitos relacionados à prática da atividade física.

A profissão de Educação Física, regulamentada na área da saúde, é aquela que utiliza os conhecimentos sobre o movimento humano nas dimensões biodinâmicas, comportamentais e socioculturais, para atender a todas as necessidades da sociedade em relação às atividades físicas e esportivas (Art. 2º da Lei 9696/98). A Lei 9696/98 estabeleceu como **prerrogativa e competência** do Profissional de Educação Física, **a orientação, elaboração e implementação de programas, a dinamização, direção e prestação de consultoria na área da atividade física.** A regulamentação da Profissão de Educação Física significa o reconhecimento, pela sociedade e autoridades governamentais, da importância desse serviço para o bem-estar da população.

Tradicionalmente, a prescrição, orientação e dinamização da ginástica e do exercício físico, aí incluída a Ginástica Laboral, nas suas diversas formas, manifestações e objetivos, são atividades próprias do Profissional de Educação Física, conforme a Resolução do **CONFEP** (Conselho Federal de Educação Física) nº 73/2004, publicada no Diário Oficial da União em 18 de maio de 2004 - Seção 1 - pág. 78 e 79, que dispõe sobre a Ginástica Laboral e dá outras providências. Destacamos o texto do artigo primeiro desta resolução: “*É prerrogativa privativa do Profissional de Educação Física planejar, organizar, dirigir, desenvolver, ministrar e avaliar programas de atividades físicas, particularmente, na forma de Ginástica Laboral e de programas de exercícios físicos, esporte, recreação e lazer, independente do local e do tipo de empresa e trabalho.*” Porém, como a regulamentação da Profissão de Educação física é bastante recente, alguns setores da sociedade ainda desconhecem as atribuições e competências desse profissional.

As dúvidas relacionadas à pertinência da atuação do Fisioterapeuta na Ginástica Laboral podem ser facilmente sanadas com a leitura da legislação regulamentadora da Fisioterapia. A tipificação da atuação do fisioterapeuta reside na especificidade do uso de técnicas e procedimentos fisioterápicos com a finalidade de “restaurar, desenvolver e conservar a capacidade física do **paciente**” (grifo nosso), conforme estabelece o Art. 3º do Decreto Lei nº 938/69. E, **paciente**,



segundo o dicionário Aurélio da língua Portuguesa, é a “**pessoa que padece, doente, que está sob cuidados médicos**”. No nosso entendimento, seria necessário caracterizar esta situação através de um diagnóstico médico, para considerar um trabalhador como um paciente em tratamento.

Desta forma, resta claro a este Conselho que **a atividade física no local de trabalho será caracterizada como Ginástica Laboral, devendo legalmente ser planejada, orientada e conduzida por um Profissional de Educação Física devidamente registrado no Sistema CONFEF/CREFs**, exceto quando se tratar de indivíduos diagnosticados como portadores de um quadro patológico e formalmente definidos como **PACIENTES em tratamento**. Este tratamento não pode ser confundido com a atividade da Ginástica Laboral.

Mesmo quando atende um indivíduo com algum quadro patológico, o Profissional de Educação Física não oferece a “cura” para esta doença. Atua para que o seu cliente melhore sua condição orgânica, o que pode até colaborar para uma evolução positiva do quadro patológico. Em outras palavras, o Profissional de Educação Física atua sobre o indivíduo e não sobre a doença.

Reconhece-se, no entanto a importância da atuação do fisioterapeuta no tratamento de trabalhadores que desenvolveram quadros de LER ou DORT. Sabe-se que o tratamento fisioterapêutico é hoje muito freqüente, tendo em vista a diversificação e, ao mesmo tempo, a especificidade dos gestos exigidos dos trabalhadores no desempenho de suas funções nas modernas empresas. O tratamento das doenças relacionadas ao trabalho é da mais alta relevância e o profissional Fisioterapeuta tem um significativo papel.

É importante salientar também, que a figura do “multiplicador” não pode ser aceita, por se tratar de uma pessoa não habilitada para orientar a atividade, o que acarretaria no seu enquadramento em exercício ilegal de profissão, que é uma espécie de contravenção penal. Da mesma forma, a atuação do estagiário somente é permitida na presença, no mesmo ambiente, de um Profissional de Educação Física devidamente habilitado para assumir o controle e a responsabilidade pela atividade. Caso contrário, não estará caracterizado o estágio e o acadêmico também estará enquadrado no exercício ilegal.

Ao apresentar estas considerações e esclarecimentos a V.S<sup>a</sup>., o CREF4/SP, no desenvolvimento de suas finalidades estatutárias, espera que todo programa de saúde ocupacional inclua a Ginástica Laboral e que a mesma seja de responsabilidade de um Profissional de Educação Física, devidamente preparado e legalmente habilitado para o atendimento das necessidades e interesses dos trabalhadores com relação ao exercício físico.



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 4ª REGIÃO – CREF4/SP**

Rua Líbero Badaró, 377 - 3º andar - Centro - São Paulo/SP - CEP: 01009-000

Fone/fax: (11) 3292-1700 - crefsp@crefsp.org.br - www.crefsp.org.br

---

Resumindo, três pontos devem estar bastante claros, segundo o entendimento do CREF4/SP, baseado na legislação e nas resoluções do Conselho Federal de Educação Física:

1. A atividade física orientada desenvolvida no ambiente de trabalho nos intervalos de pausa, conhecida como Ginástica Laboral, deve ser ministrada por Profissionais de Educação Física devidamente registrados no Sistema CONFEF/CREFs . A confirmação deste registro se dá pela apresentação da Cédula de Identidade Profissional.
2. A responsabilidade por esta atividade não pode ser repassada a terceiros, como estagiários ou multiplicadores, sob pena destes estarem incorrendo na contravenção penal de exercício ilegal da profissão.
3. As empresas que oferecem serviços de Ginástica Laboral terceirizados devem estar devidamente registradas neste conselho, para que possam ser responsabilizadas perante este órgão pela qualidade dos serviços por elas prestados.

O CREF4/SP vem desenvolvendo ações de esclarecimento, orientação e fiscalização para assegurar que as determinações da Lei 9696/98 sejam atendidas em todo o Estado de São Paulo, na certeza de estar assegurando à população, e em particular aos trabalhadores paulistas, o atendimento de seus direitos constitucionais.

Colocamo-nos à disposição para quaisquer esclarecimentos que sejam necessários.

Documento elaborado pelo Grupo de Estudos Técnicos em Ginástica Laboral  
do Conselho Regional de Educação Física da 4ª Região – CREF4/SP.

Ana Lúcia Aquilas Rodrigues (CREF 050946-G/SP)

Cynara Cristina Pereira (CREF 068042-G)

Márcio Tadashi Ishizaki (CREF 001739-G/SP)

Valquíria de Lima (CREF 000089-G/SP)

Waldir Zampronha Filho (CREF 013772-G/SP)