

COMISSÃO DE SAÚDE

PROJETO DE LEI Nº 6.213, DE 2005

Apensado: PL nº 317/2007

Institui a ginástica laboral como prática obrigatória em todas as empresas que desenvolvam atividades que gerem esforço físico repetitivo.

Autor: Deputado FERNANDO DE FABINHO

Relator: Deputado AUGUSTO PUPPIO

I - RELATÓRIO

O Projeto de Lei nº 6.213, de 2005, propõe instituir a ginástica laboral como prática obrigatória em todas as empresas que desenvolvam atividades que gerem esforço físico repetitivo

A justificativa do projeto se fundamenta na necessidade de dar cumprimento ao inciso XXII do artigo 7º da Constituição Federal, que prevê a “redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança”.

Apensado encontra-se o PL nº 317/2007, de autoria do Sr. FÁBIO SOUTO, que acrescenta artigo à Consolidação das Leis do Trabalho para dispor sobre a ginástica laboral nas empresas.

Trata-se de proposição sujeita à apreciação conclusiva pelas comissões; despachado à Comissão de Saúde (CSAÚDE); à Comissão de Trabalho (CTRAB); e à Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania (art. 54, I, do RICD).

Tramita em regime ordinário (art. 151, III, do RICD).

Na Comissão de Trabalho, de Administração e Serviço Público (CTASP), em 31/01/2023, foi apresentado ao PL 4.347/1998, ao qual se



encontrava apensado, parecer do Relator, Dep. Eudes Xavier (PT-CE), pela aprovação deste, dos PL 1.897/99, 3.319/00, 6.213/05, e 317/07, apensados, com substitutivo, sendo considerado válido para o PL 6.213/2005, nos termos do § 2º do art. 105 do RICD, porém não apreciado.

Nesta Comissão de Saúde, findo o prazo regimental, não foram apresentadas emendas.

É o relatório.

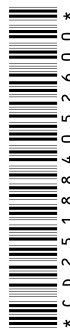
II - VOTO DO RELATOR

Cabe a esta Comissão se manifestar sobre o mérito da proposição em relação à saúde, nos termos do inc. XVII, do art. 32, do Regimento Interno da Câmara dos Deputados.

Inicialmente, gostaria de cumprimentar os nobres Deputados FERNANDO DE FABINHO e FÁBIO SOUTO pela preocupação em relação às Lesões por Esforços Repetitivos e aos Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/DORT).

A ginástica laboral é de suma importância para a saúde e bem-estar dos trabalhadores, principalmente em ambientes onde há repetição de movimentos, posturas inadequadas e longas horas de trabalho sedentário. Ela ajuda a prevenir lesões musculoesqueléticas, como traumas agudos e LER, além de outras condições relacionadas ao trabalho. Adicionalmente, a ginástica laboral promove conscientização sobre a importância da postura correta durante o trabalho e reforça a cultura de cumprimento de todas as normas de saúde e segurança no trabalho.

Os exercícios de ginástica laboral também têm um impacto positivo no bem-estar psicológico dos trabalhadores, ajudando a reduzir o estresse e contribuindo para a melhoria do ambiente laboral. Desta forma, os trabalhadores que participam regularmente de sessões de ginástica laboral tendem a ter melhor desempenho no trabalho.



Portanto, realizamos ajustes dentro da competência desta Comissão de Saúde para aprimorar as proposições apresentadas, deixando para as Comissões subsequentes os aspectos trabalhistas e previdenciários.

É importante notar que a ginástica laboral deve ser adaptada para cada situação específica. O termo “distensionamento” se refere à ginástica compensatória (ou de pausa); mas há ainda a ginástica de aquecimento (ou preparatória) e a ginástica de relaxamento (ou de final de expediente), que podem ser implementadas conforme recomendação do serviço de medicina do trabalho de cada empresa conforme a atividade realizada pelo trabalhador.

Além disso, o período de 10 minutos a cada 2 horas é bastante razoável na grande maioria dos casos. Contudo, já há regulamentação de situações específicas que precisam ser observadas. No caso de atividade de teleatendimento/telemarketing, por exemplo, a Norma Regulamentadora nº 17 (NR 17), sobre ergonomia do trabalho, estabelece 02 (dois) períodos de 10 (dez) minutos contínuos, após os primeiros e antes dos últimos 60 (sessenta) minutos de trabalho.

Quanto à necessidade de estagiário para auxiliar o profissional de educação física na supervisão da prática de ginástica laboral, embora não haja especificação legal sobre o tema, o Conselho Regional Federal de Educação Física da 1ª Região (CREF1 – Rio de Janeiro e Espírito Santo) publicou a Resolução 106/2019, estabelecendo o limite máximo de 50 alunos por professor para atividades de ginástica. Assim, essa obrigação ocorre apenas se durante cada atividade de ginástica houver mais de 50 trabalhadores, demandando o auxílio de outra pessoa. Se houver, por exemplo 60 trabalhadores realizando atividades em grupos de 10 pessoas a cada 10 minutos, o professor de educação física conseguiria prestar a orientação adequada a todos sem necessidade de auxílio.

Por fim, entendemos que se a ginástica laboral realmente ajuda a prevenir as LER/DORT, ela não deve ser considerada opcional para os trabalhadores expostos ao risco dessas doenças. É obrigação inafastável do



empregador cumprir e fiscalizar o cumprimento por seus trabalhadores de todas as normas relacionadas à saúde e segurança do trabalho.

Assim, dentro do que cabe a esta Comissão se manifestar nos termos regimentais, entendo que tanto a proposição principal quanto a apensada são meritórias.

Em face do exposto, voto pela APROVAÇÃO do PL nº 6.213, de 2005, e do apensado PL nº 317, de 2007, na forma do SUBSTITUTIVO anexo.

Sala da Comissão, em de de 2024.

Deputado AUGUSTO PUPPIO
Relator

2024-10535



COMISSÃO DE SAÚDE**SUBSTITUTIVO AO PROJETO DE LEI Nº 6.213, DE 2005**

Apensado: PL nº 317/2007

Altera a Consolidação das Leis do Trabalho, para prever a ginástica laboral obrigatória.

O Congresso Nacional decreta:

Art. 1º Esta lei altera o Decreto-lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, Consolidação das Leis do Trabalho, para prever a ginástica laboral obrigatória.

Art. 2º O Decreto-lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, passa a vigorar acrescido do seguinte artigo:

“Art. 199-A. O empregador deve implantar um programa de ginástica laboral para todas as pessoas cujas atividades exijam movimentos repetitivos, posturas incorretas ou ausência de movimentos.

§ 1º Para os efeitos desta lei, ginástica laboral é a sequência de exercícios físicos planejados de acordo com as características de cada atividade laboral, para compensar movimentos repetitivos, posturas incorretas ou ausência de movimentos durante o trabalho, visando assim a diminuição do risco de desenvolvimento de lesões por esforços repetitivos e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (LER/DORT).

§ 2º As pausas nas atividades laborais para ginástica laboral ocorrerão, salvo regulamentação específica ou determinação do serviço de medicina do trabalho, no máximo a cada duas horas de trabalho realizado, com duração de dez minutos, realizadas fora do posto de trabalho, preferencialmente em grupos.

§ 3º As pausas não serão acrescidas no final da jornada de trabalho, sendo consideradas como período efetivamente trabalhado.

§ 4º A ginástica laboral deverá ser ministrada por profissional graduado em Educação Física, devidamente



habilitado para aplicar e supervisionar os exercícios de alongamento das estruturas corpóreas exigidas nas ações inerentes ao trabalho desenvolvida no âmbito do local de trabalho.

§ 5º Para cada grupo de cinquenta pessoas cujas atividades exijam movimentos repetitivos, posturas incorretas ou ausência de movimentos, que estejam realizando simultaneamente a ginástica laboral, deverá ser contratado um estudante do curso de graduação em Educação física, em sua terça fase final, na condição de estagiário, sem vinculação empregatícia formal, desde que comprove pertencer ao corpo discente de estabelecimento de ensino superior credenciado pelo Ministério da Educação.

§ 6º Os demais funcionários que não realizem atividades que exijam movimentos repetitivos, posturas incorretas ou ausência de movimentos poderão, a critério da direção da empresa, participar das atividades de ginástica laboral, como forma de integração e estímulo para o aumento da produtividade.

§ 7º Os empregadores que tiverem trabalhadores que realizem atividades exijam movimentos repetitivos, posturas incorretas ou ausência de movimentos deverão manter nos registros individuais de seus funcionários o controle de frequência às atividades de ginástica laboral oferecidas pela empresa.

§ 8º A Comissão Interna de Prevenção de Acidentes – CIPA realizará o controle da qualidade e da frequência das sessões de ginástica laboral.

§ 9º Nas empresas onde não houver Comissão Interna de Prevenção de Acidentes – CIPA, comissão formada por representantes de empregados e empregadores realizará o controle da qualidade e da frequência das sessões de ginástica laboral.

§ 10 O programa de ginástica laboral, de que trata este artigo, deverá ser acompanhado de ações de conscientização dos trabalhadores sobre a importância de manter postura correta durante o trabalho e observar todas as normas de saúde e segurança no trabalho.

§ 11 Presume-se o nexo causal entre a atividade laboral que exija movimentos repetitivos, posturas incorretas ou ausência de movimentos e a existência de lesões por esforços repetitivos e aos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (LER/DORT) quando não comprovada a realização da ginastica laboral.

Art. 3º Esta lei entra em vigor 120 dias após a sua publicação.



Sala da Comissão, em de de 2024.

Deputado AUGUSTO PUPPIO
Relator

2024-10535

Apresentação: 02/07/2025 17:20:23.517 - CSAUDE
PRL 1 CSAUDE => PL 6213/2005
PRL n.1

