Aplicativos de transcrição de áudio auxiliam na prevenção das LER/DORT

Aplicativos de transcrição de áudio para celular e computador podem ser aliados na prevenção das Lesões por Esforço Repetitivo e Doenças Osteomuscular Relacionada ao Trabalho (LER/DORT).

As LER/DORT são causadas principalmente pela repetitividade de movimentos recorrentes de atividades laborais. Um dos sintomas da doença é a dor localizada.

No caso do esforço causado pela digitação e manuseio do computador por longas horas, pode-se afirmar que a utilização de artifícios para a prevenção do desenvolvimento da LER/DORT é imprescindível. Dessa forma, a própria tecnologia pode ser uma aliada nesse processo, através de aplicativos de transcrição de áudio que podem diminuir o tempo digitação.

Mais sobre causas e sintomas da LER/DORT em: < http://www10.trf2.jus.br/saudenotrabalho/fevereiro-mes-de-combate-a-lerdort/ >

O que são?

Os aplicativos são gratuitos e oferecem o serviço de gravação de áudio e transcrição em tempo real, e alguns deles, inclusive, podem captar gravações já salvas no aparelho de celular ou no computador.

Quais são os aplicativos e como utilizá-los?

Levando em consideração os diferentes sistemas operacionais de celulares e de computador, escolhemos três aplicativos para indicação como descrito abaixo:

App para Iphone:

Speech to Text Dictate Message 

- **Disponível na na AppStore da Apple**

App para android:

Speech to Text Notepad ou "fala em texto notas" 

- ***Disponível na PlayStore do Google***

App para computador/google chrome:

Chrome VoiceNote 

- **Disponível para instalação no endereço *https://voicenote.in/***

No entanto, nas lojas de aplicativos e por pesquisa na internet, podem ser encontrados muitos outros aplicativos que exercem a mesma função.

Quanto à forma de utilização dos aplicativos, é simples: todos os eles funcionam a partir da sua autorização para gravação de áudio via microfone do aparelho celular ou do computador. A partir disso, basta procurar o ícone de gravação – geralmente simbolizado por um microfone – acionar e começar a falar o que deseja que seja transcrito.

Importante mencionar que estes aplicativos precisam estar em modo de escuta e digitação para o Português brasileiro, para que a transcrição seja a mais fiel possível com o áudio gravado. Caso o aplicativo não solicite de pronto a opção de escolha de idioma de áudio e transcrição, busque a opção que corresponde a esta ação para atualizá-lo.

Fique atento ao uso da pontuação nos aplicativos, eles geralmente conseguem pontuar frases caso capture durante a gravação do áudio palavras correspondentes, por exemplo: *“ponto final”*, *“ponto de exclamação”*, *“vírgula”* entre outros.