



CURSO DE ATUALIZAÇÃO

**Gestão das Condições de Trabalho e Saúde
dos Trabalhadores da Saúde**

**PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DOS INTEGRANTES DA EQUIPE
MULTIPROFISSIONAL DO CEREST DE GOVERNADOR VALADARES**

Nívia de Oliveira Lima Camillo

Governador Valadares/Minas Gerais

Agosto de 2012

1. PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

O Centro de Referência em Saúde do Trabalhador - CEREST promove ações para melhoria das condições laborativas e da qualidade de vida do trabalhador por meio da prevenção do adoecimento, todavia no afã de alcançar esses objetivos, os profissionais que compõem a equipe multiprofissional do CEREST de Governador Valadares olvidam-se da própria saúde.

Refletir sobre a qualidade de vida desses profissionais é de suma importância para compreender as relações entre o trabalho e suas implicações na saúde desses trabalhadores. É necessário que os integrantes da equipe multiprofissional do CEREST de Governador Valadares trabalhem como co-gestores de seu processo de trabalho, haja vista que a qualidade de vida permite o desenvolvimento a contento das atividades desses profissionais no CEREST.

Uma das apostas do Humaniza SUS se traduz em inovações na saúde com a valorização dos diferentes sujeitos implicados no processo de produção de saúde e um desses sujeitos é o trabalhador da saúde. A proposta é de um SUS mais acolhedor, mais ágil e mais resolutivo e o trabalhador da saúde é peça chave nesse processo de humanização.

Observa-se em diálogos com esses profissionais queixas relacionadas a dores na coluna, sobrepeso, problemas relacionados a LER/DORT, transtornos de ansiedade, problemas de relacionamentos interpessoais e dificuldades de comunicação.

Sabe-se que os males citados tendem a dificultar o trabalho em equipe e a relação desta com o usuário do programa. Assim, torna-se necessário uma intervenção junto a essa equipe multiprofissional visando minimizar o adoecimento.

2. OBJETIVOS

Sabe-se que a qualidade do cuidado com o cliente depende da *“maneira pela qual o sistema de saúde encara as necessidades e as subjetividades dos trabalhadores no exercício de suas tarefas”* (caderno de texto, p. 06). Baseado nessa afirmação o presente trabalho pretende chamar a atenção dos integrantes da equipe multiprofissional do CEREST de Governador Valadares, da Gestão, da Gerência e da coordenação deste programa de que os profissionais também adoecem.

E pra que isso ocorra é necessário conscientizar os profissionais da equipe que o cuidado com o próprio corpo é de fundamental importância. Isso trará benefício a todos, inclusive às pessoas que eles têm mais proximidade como parentes e amigos. Esclarecer que todos se beneficiarão de uma equipe mais coesa, que tem para si, objetivos bem delineados para se alcançar qualquer meta.

Conscientizar a Gestão da importância da qualidade de vida de uma equipe multiprofissional dentro de um programa de saúde; mostrar que a qualidade de vida do profissional reflete positivamente no trato dele com o seu cliente.

Para se alcançar esses objetivos é necessária a atuação de coadjuvantes; através de parcerias e negociações com outros profissionais para trabalharem essa equipe multiprofissional através de orientações repassadas por meio de palestras. Serão esses os profissionais: Psicólogos, Fisioterapeutas, Fonoaudiólogos, Nutricionistas e Enfermeiros.

3. PLANO DE AÇÃO

Para efetivação desse projeto, realizar-se-ão reuniões mensais com a equipe multiprofissional do CEREST de Governador Valadares no auditório disponibilizado pela Policlínica da mesma cidade no período de fevereiro a novembro de 2013 com avaliações bimestrais da própria equipe. Pelo fato de haver muitos profissionais em férias no mês de julho e por se tratar de férias escolares, neste mês não haverá nenhuma atividade.

Serão realizadas nove reuniões; todas conduzidas por uma equipe de três psicólogos atuantes no setor da saúde da Prefeitura Municipal de Governador Valadares com a finalidade de realizar oficinas terapêuticas, dinâmicas de grupo e palestras com temas sobre o trabalho em equipe, relacionamento interpessoal, motivação, estresse no ambiente de trabalho, dentre outros temas para fomentar maior integração entre o grupo e coesão dentro da equipe multiprofissional.

A equipe dos psicólogos iniciará os trabalhos e participará de todos os encontros a serem realizados também com auxílio de outros profissionais, a saber: Fisioterapeutas, Fonoaudiólogos, Nutricionistas e Enfermeiros. Justifica-se a presença da equipe de psicólogos em todas as reuniões porque esse é o profissional mais indicado para tratar os conflitos que emergirão nos encontros. O psicólogo é o profissional capacitado para a análise das relações interpessoais e o

facilitador dos processos de comunicação.

Em virtude das queixas frequentes de dores decorrentes de má postura, considera-se também o convênio com uma clínica de Fisioterapia para realizar atividades de hidroginástica e pilates objetivando auxiliar na melhoria da consciência corporal, assim como contribuir para o alívio de tensões vividas no ambiente de trabalho que não possui a estrutura adequada para que o trabalhador desenvolva seu trabalho a contento. Mobiliários, equipamentos e instalações físicas não são adequadas para receber esses trabalhadores e a organização do ambiente de trabalho reflete diretamente no exercício das atividades laborais. É preciso ter em mente também que a má postura decorre de um ambiente de trabalho desorganizado. É necessário salientar que o CEREST de Governador Valadares está em processo de mudança de endereço. A nova sede será reformada e com toda a estrutura necessária para receber a equipe multiprofissional e seus clientes de acordo com os preceitos da ergonomia.

4. CRONOGRAMA

Ações/ 2013	F	M	A	M	J	A	S	O	N
EQUIPE DE PSICÓLOGOS Realizar oficinas terapêuticas, dinâmicas de grupo e palestras tendo como tema: o trabalho em equipe, inter relacionamento, motivação, stress no ambiente de trabalho, etc	x	x	x	x	x	x	x	x	x
EQUIPE DE ENFERMEIROS Palestras com o objetivo de orientar os participantes acerca do controle dos níveis pressóricos e acompanhamento dos níveis glicêmicos.		x	x						
EQUIPE DE FISIOTERAPEUTAS <ul style="list-style-type: none"> • Realizar exercícios de relaxamento. Fornecer esclarecimentos sobre LER/DORT, problemas de má postura, enfatizando a ergonomia. • Praticar terapias integrativas e complementares como acupuntura e auriculoterapia. • Orientação quanto à implementação de pausas de cinquenta minutos por dez minutos para a realização de ginástica laboral. 				x	x				
EQUIPE DE NUTICIONISTAS Avaliação de IMC. Palestras sobre alimentação						x	x		

saudável e o prejuízo que o sobrepeso acarreta ao trabalhador.									
EQUIPE DE FONOAUDIÓLOGOS • Orientações sobre higiene da voz: aquecimento e desaquecimento da voz • Ensino de técnica de oratória para auxiliar os profissionais da equipe na hora de falar em público, como palestras por exemplo.								X	X

5. AVALIAÇÃO

O monitoramento e avaliação serão possíveis após a realização das capacitações, o cumprimento do cronograma, da programação estabelecida e liberação do orçamento dividido entre as 51 Secretarias Municipais de Saúde, compatível com o que foi estipulado.

A avaliação será iniciada com base na análise da lista de presença. Por meio dela, será possível conferir quantas Referências Técnicas em Saúde do Trabalhador e gestores de saúde dos municípios pertencentes à microrregião de Governador Valadares foram capacitados e assim, poderão ser multiplicadores em seus municípios. O cumprimento das metas propostas será possível mediante a presença de todas as Referências Técnicas em Saúde do Trabalhador dos municípios convocados bem como, a participação de todos os gestores municipais.

O monitoramento e avaliação dos resultados serão realizados após os 24 meses. A diminuição das notificações de acidentes com materiais biológicos dos municípios pertencentes à microrregião de Governador Valadares será avaliada, assim como as dificuldades apresentadas pelos gestores municipais e Referências Técnicas em Saúde do Trabalhador em relação à implantação in loco das ações propostas no projeto. O CEREST/GV/MG será responsável pelo monitoramento e avaliação.

7. REFERÊNCIAS

1. Política Nacional de Humanização, 2003. Disponível em [HTTP://www.portal.saude.gov.br](http://www.portal.saude.gov.br)
2. ASSUNÇÃO, A. A. Gestão das Condições de Trabalho e Saúde dos Trabalhadores da Saúde – Caderno de estudos / Ada Ávila Assunção-- Belo Horizonte: Nescon/UFMG, 2012. 64p.

3. ASSUNÇÃO, A. A; LIMA, C. R. Gestão das Condições de Trabalho e Saúde dos Trabalhadores da Saúde – Caderno de textos/ Ada Ávila Assunção e Cláudia Rejane de Lima -- Belo Horizonte: Nescon/UFMG, 2012. 80p.