



CURSO DE ATUALIZAÇÃO

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

ESPAÇO DE HUMANIZAÇÃO DO SERVIDOR, JOÃO CÂMARA/RN

Joselita Batista dos Santos

João Câmara, RN

Agosto, 2012

1. PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

“O ser humano nasceu para desfrutar, criar e irradiar felicidade. Todo indivíduo deve ser uma alegria para si mesmo, para a família e para a sociedade”.

Maharish Mahesh Yogui

O ser humano tem buscado como regra simples, maneiras para obter uma vida mais satisfatória. Um exemplo desse anseio é a busca pela qualidade de vida, pelo bem estar e o equilíbrio físico, psíquico e social, principalmente no trabalho, onde o indivíduo passa a maior parte do tempo.

A promoção de ações que busquem a qualidade de vida no trabalho torna-se, a cada dia, a forma pela qual é possível desenvolver e manter a motivação e o comprometimento dos trabalhadores e espera-se como resultado diversos benefícios, como diminuição do absenteísmo, melhora da produtividade e eficiência, bem como da situação de saúde do servidor (BRASIL, 2008)

Segundo Rodrigues (1994, p.76), *“a qualidade de vida no trabalho tem sido uma preocupação do homem desde o início de sua existência com outros títulos em outros contextos, mas sempre voltada para facilitar ou trazer satisfação e bem estar ao trabalhador na execução de sua tarefa”.*

Neste contexto e baseando-se na observação e escuta aos servidores do Hospital Regional Josefa Alves Godeiro, em João Câmara/RN, surge a ideia da criação de um espaço de humanização do servidor. Em seus relatos, os trabalhadores dizem da insatisfação com o ambiente de trabalho, com a falta de humanização e acolhimento por vezes dos próprios colegas, o que gera dificuldade nos relacionamentos interpessoais, entre outros aspectos. Esse espaço será criado com o objetivo de reduzir o estresse do servidor durante sua jornada de trabalho, além da oportunidade de um espaço para orientações e apoio psicossocial, nutricional e enfermagem referentes à sua saúde física, mental e social.

2. OBJETIVOS

- Fornecer informações aos trabalhadores sobre formas de melhorar sua condição de saúde e prevenir doenças, incentivando mudanças no estilo de vida e adoção de hábitos saudáveis;
- Promover a qualidade de vida no trabalho, através de momentos de bem-estar e relaxamento;
- Aumento da autoestima;
- Contribuir para o aumento da produtividade e diminuição do absenteísmo; e;
- Incluir atendimento continuado com a equipe multidisciplinar.

3. PLANO DE AÇÃO

O plano de ação tem como ponto inicial a sensibilização, ou seja, apresentação do projeto aos gestores para explanação do mesmo; além de escolha do espaço a ser destinado para uso contínuo. Em seguida, pretende-se montar a equipe multidisciplinar com psicóloga, assistentes sociais, nutricionistas, médicos e enfermeiros, e quem mais puder e quiser contribuir.

Dando continuidade, será apresentado aos servidores da unidade e planejada as atividades do projeto. Feito todo esse processo introdutório será dado início efetivo às atividades, como campanhas através de palestras, folders e outras estratégias, para prevenção de doenças, controle do álcool e drogas, antitabagismo, orientações sobre alimentação saudável e estilo de vida, orientação psicossocial, relaxamento antiestresse, entre outras atividades que busquem a qualidade de vida física e mental no trabalho.

Em princípio serão desenvolvidas as seguintes atividades, dentre outras: palestras e oficinas com diferentes temas voltados para a saúde integral do servidor; distribuição de folder informativos referentes aos temas discutidos; trabalhos corporais (massagens relaxantes com aparelho elétrico); orientação nutricional e grupo de controle da obesidade; escuta psicológica e orientação psicossocial.

4. CRONOGRAMA

2012	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Sensibilização - Apresentação do projeto aos gestores; escolha do espaço										X		
Montar a equipe multidisciplinar											X	
Apresentação do projeto para os servidores da unidade												X
Planejamento das atividades												X
2013	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Início e execução das atividades	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		

5. INVESTIMENTO

Material permanente		
1 computador	R\$1.000,00	R\$1.000,00
1 impressora	R\$400,00	R\$ 400,00
2 aparelhos de massagem elétrico	R\$ 350,00	R\$ 700,00
1 TV 32"	R\$ 1.200,00	R\$ 1.200,00
1 aparelho de DVD	R\$ 150,00	R\$ 150,00
1 aparelho de som	R\$ 350,00	R\$ 700,00
5 puffs tipo saco	R\$ 100,00	R\$ 500,00
20 cadeiras plásticas	R\$ 20,00	R\$ 400,00
1 tapete 1,5 x 3,0 m	R\$ 200,00	R\$ 200,00
10 almofadas 0,50 x 0,50 cm	R\$ 5,00	R\$ 50,00
1 armário multiuso	R\$ 250,00	R\$ 250,00
1 balança	R\$ 200,00	R\$ 200,00
1 mesa para computador	R\$ 300,00	R\$ 300,00
1 cadeira de escritório	R\$ 180,00	R\$ 180,00

Total: R\$ 6.230,00		
Material de consumo		
Papel A4 (05 pcts com 500 folhas)	R\$ 15,00	R\$ 75,00
Cartuchos (20 unidades)	R\$ 40,00	R\$ 80,00
Prancheta (02 unid)	R\$ 5,00	R\$ 10,00
Canetas azuis (1cx com 50 unid)	R\$ 15,00	R\$ 15,00
Pastas plásticas (10 unid)	R\$ 5,00	R\$ 50,00
CD de músicas relaxantes (10 unid)	R\$ 10,00	R\$ 100,00
DVD informativos (20 unid)	R\$ 15,00	R\$ 300,00
Tesoura (01 unid)	R\$ 10,00	R\$ 10,00
Canetas hidrocor coloridas (60 unid)	R\$ 8,00	R\$ 40,00
Grampeador (01 unid)	R\$ 15,00	R\$ 15,00
Grampos (02 cx com 1000 unid)	R\$ 8,00	R\$ 16,00
Clips (5 cx com 100 unid)	R\$ 6,00	R\$ 30,00
Fita adesiva (10 unid)	R\$ 4,00	R\$ 40,00
Luvas (2cx com 100 unid)	R\$ 23,00	R\$ 46,00
Cremes e óleos para massagem (20 unid)	R\$12,00	R\$ 240,00
Total: R\$ 1.097,00		
Total geral: R\$ 7.327,00		

6. AVALIAÇÃO

O trabalho é vital para o ser humano e torná-lo mais participativo, utilizando potencialidades e talentos, fornecendo condições e um ambiente de trabalho adequados, resultará no aumento da saúde mental e física dos trabalhadores. Este resultado é o esperado com a implantação do projeto “Espaço Humanizado do Servidor”, proporcionando de forma integral uma melhor qualidade de vida não só no trabalho, como também no aspecto pessoal dos servidores do Hospital Regional Josefa Alves Godeiro, em João Câmara/RN, que conta hoje com cerca de 300 servidores. Esse bem estar virá em forma de melhora da saúde como um todo, aumento da autoestima e da produtividade, relacionamentos interpessoais mais saudáveis, incentivo a bons hábitos como uma nutrição adequada e adesão a um novo estilo de vida.

7. REFERÊNCIAS

BERGUE, S. T. **Comportamento organizacional**. Florianópolis: Departamento de Ciências da Administração/UFSC; CAPES: UAB, 2010.

BORGES, Livia de Oliveira (Org.). **Os profissionais de saúde e seu trabalho**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

CHIAVENATO, Idalberto. **Recursos Humanos: o capital humano das organizações**. 9. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2009.

FERNANDES, Eda. **Qualidade de Vida no trabalho: Como medir para melhorar**. 3. ed. Salvador: Casa da Qualidade, 1996.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Programa de qualidade de vida e promoção à saúde**. Núcleo Estadual em São Paulo. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

RODRIGUES, M. V. C. **Qualidade de vida no trabalho: Evolução e Análise no nível gerencial**. Rio de Janeiro: Vozes, 1994.

ROSSI, Ana Maria; PERREWÉ, Pamela L.; SAUTER, Steven L. (Orgs.). **Stress e qualidade de vida no trabalho: perspectivas atuais da saúde ocupacional**. 1. ed. São Paulo: Atlas, 2010.