



CURSO DE ATUALIZAÇÃO

Gestão das Condições de Trabalho e Saúde
dos Trabalhadores da Saúde

**MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DOS TRABALHADORES DE
RIO ESPERA/MG**

Natália Milagres Moreira

Rio Espera – MG

Agosto/2012

1. PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

Promover a saúde dos trabalhadores da saúde faz parte das ações para promover a saúde das populações atendidas nos serviços de saúde (ASSUNÇÃO,2012).

Os trabalhadores que mantêm hábitos de vida saudáveis exercem mais facilmente a função de estimular a prática de atividade física e o abandono do hábito de fumar. (Mckenna, *et al.* 1998)

Após levantamento de dados sobre a saúde dos trabalhadores da saúde da Unidade Básica de Saúde de Rio Espera, foram identificados alguns pontos importantes que precisam ser trabalhados pela equipe/gestão. Os resultados indicaram a presença de trabalhadores hipertensos, diabéticos, obesos e fumantes. Sabe-se que a atividade física, foco deste projeto, é uma medida de prevenção e tratamento para uma série de doenças, dentre elas as doenças coronarianas, a hipertensão, o diabetes, a osteoporose, a depressão e a ansiedade.

As medidas para fomentar a prática de atividades físicas entre os trabalhadores da saúde de Rio Espera têm sido preconizadas, principalmente na atenção primária, uma vez que a redução do sedentarismo terá efeitos benéficos sobre as doenças dos trabalhadores.

Os trabalhadores da saúde estão constantemente expostos aos agentes infecciosos e eles mesmos podem ser fonte de infecção para outros trabalhadores da saúde e para os próprios pacientes. (Oliveira *et al.* 2011)

Feitas as observações acima, considera-se de suma importância a criação de um grupo com os próprios profissionais da equipe de saúde da família que terá como objetivo o trabalho de conscientização sobre a importância da prática de atividade física, a fim de promover o bem-estar, o cuidado com a saúde, a prevenção de doenças e a melhoria da qualidade de vida entre os profissionais de saúde em seu ambiente de trabalho.

2. OBJETIVO

Objetivo geral:

Estimular a prática de exercícios físicos entre os trabalhadores da saúde da Unidade básica de saúde de Rio Espera. A fim de melhorar a qualidade de vida no trabalho.

5. INVESTIMENTO

ORÇAMENTO (12MESES)			CUSTO	
ITEM	ESPECIFICAÇÃO	QUANTIDADE	UNITÁRIO	TOTAL
1	Computador	1	R\$ 2000,00	R\$ 2000,00
2	Balança portátil	2	R\$ 150,00	R\$ 300,00
3	Fita métrica	4	R\$ 5,00	R\$ 20,00
4	Folha de papel A4	4	R\$ 10,00	R\$ 40,00
5	Tinta (toner)	2	R\$ 50,00	R\$ 100,00
6	Lanche/mês	20	R\$ 1,00	R\$ 240,00
7	Enfermeiro	3	R\$ 0,00	R\$ 0,00
Total Geral				R\$ 2700,00

Os recursos acima descritos deverão ser providos pela prefeitura municipal da cidade de Rio Espera.

6. AVALIAÇÃO

Com a implementação da proposta de projeto de intervenção espera-se melhoria na qualidade de vida no trabalho dos trabalhadores da saúde do município de Rio Espera, através da pratica de atividades físicas, os resultados serão analisados através de medição da circunferência abdominal, altura e peso, gerando o IMC de cada trabalhador.

7. REFERÊNCIAS

- 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.
- 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.
- ASSUNÇÃO, A. A. Condições de trabalho e saúde dos trabalhadores da saúde. *In: GOMES, C. M.; MACHADO, J. M. H. & PENA, P. G. L. (Orgs.). Saúde do Trabalhador na Sociedade Brasileira Contemporânea.* Rio de Janeiro: Fiocruz, 2011, p. 453-478.
- PORTAL DA SAUDE – MINISTERIO DA SAUDE. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/portalsaude/> Acesso em 31 de julho de 2012.