



Ministério da Saúde

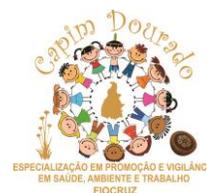
FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz

Brasília

Escola Fiocruz de Governo

SECRETARIA
DA SAÚDE

TOCANTINS
GOVERNO DO ESTADO



INTERVENÇÃO – PROJETO MENTE E VIDA SAUDÁVEL

Nome: Charles Wilton Haro - 606norte@gmail.com

Orientadora: Sandra Mara Rettemann - sandrarettemannsud@yahoo.com.br

Introdução

A vigilância em saúde do trabalhador está prevista na Portaria GM/MS nº 1.823/ 2012, onde são definidos os princípios, as diretrizes e as estratégias nas três esferas de gestão do Sistema Único de Saúde (SUS) – federal, estadual e municipal, para o desenvolvimento de ações de atenção integral à saúde do trabalhador, do setor público e privado, com ênfase na vigilância, visando a promoção e a proteção da saúde dos trabalhadores, e a redução da morbimortalidade decorrente dos modelos de desenvolvimento e dos processos produtivos. Os fatores motivacionais para manter uma qualidade de vida adequada, dependem dos valores substantivos, do que é prioridade na vida, quais são os objetivos e qual a percepção que o indivíduo tem de si, dos outros e do ambiente em que vive e trabalha. Há uma necessidade de equilíbrio entre trabalho, lazer e o tempo para outras atividades de relaxamento da mente e do corpo. Uma nutrição adequada, atividade física, tipos de comportamentos e relacionamentos tem impacto direto sobre o nível de estresse e outras formas de adoecimento.

Justificativa

Após a avaliação sobre as condições de Qualidade de vida no Trabalho (QVT), da equipe estadual de vigilância em saúde do trabalhador do Tocantins, foram propostas ações de intervenção. Os problemas encontrados foram discutidos, e as propostas de intervenção foram construídas coletivamente pela equipe, o que permite aos trabalhadores maior capacidade de percepção da realidade e reconhecimento da própria situação e condição de trabalho, possibilitando propor ações de promoção e proteção à saúde. Considerando o diagnóstico situacional da equipe estadual de vigilância em saúde do trabalhador do Tocantins, e analisando cautelosamente, à luz do referencial teórico, ficou evidente a necessidade preeminente de ações de intervenção para a melhoria da qualidade de vida no trabalho.

Objetivos

Identificar as condições de trabalho e os fatores determinantes de saúde dos trabalhadores que atuam diretamente na equipe estadual de Vigilância em Saúde do Trabalhador do Tocantins, e de acordo com os resultados, recomendar ações interdisciplinares nos ambientes de trabalho, propondo metodologias de intervenção e de transferência de tecnologias educativas na área de atividade física, alimentação saudável e equilíbrio emocional para promoção da saúde física e mental.

Metodologia



A metodologia da pesquisa-ação norteia todo o processo, “**conhecer para intervir**”. Para avaliar a Qualidade de Vida dos Trabalhadores (QVT), da equipe estadual de vigilância em saúde do trabalhador do Tocantins, foi

utilizado o QLWQ-78 (Quality of Working Life Questionnaire) como instrumento de investigação, considerando 78 indicadores e condicionantes de saúde, tendo um conceito amplo que abrange a complexidade do construto e inter-relaciona o ambiente de trabalho com aspectos físicos, psicológicos, nível de independência, relações sociais e crenças pessoais. Na avaliação sobre a Qualidade de Vida no Trabalho utilizou-se a classificação de Siviero, que contempla 3 níveis de classificação – insatisfatório (0 a 24,99%), intermediário (25 a 74,99%) e satisfatório (75 a 100%). O autor afirma que o nível adequado de satisfação deve ser igual ou maior que 75%. Desta forma, dos 78 indicadores e condicionantes de saúde avaliados pelos trabalhadores, somente 8 atingiram esse nível, evidenciando a necessidade preeminente de intervenção. No processo de intervenção, o Plano de Ação, construído coletivamente, foi utilizado como instrumento de trabalho - “dialética do pensamento-conhecimento-práxis”, o que funde teoria e ação (Ações, estratégias, parcerias, responsáveis, período, recursos e resultados pretendidos).

Resultados



O Plano de Ação materializou-se no Projeto Vida e Mente Saudável que foi uma iniciativa dos técnicos da equipe de vigilância em saúde do trabalhador, visando atividades e hábitos que proporcionem cuidados à saúde física e mental, resultando em maior qualidade de vida pessoal e no trabalho. O cuidado, principalmente com a saúde mental, denota a relevância do projeto considerando o número de afastamentos do trabalho devido a distúrbios mentais e outros adoecimento relacionados ao trabalho. Em médio e longo prazo, a meta é aumentar progressivamente o nível de satisfação dos trabalhadores, em torno de 10 a 20% , passando o percentual médio da QVT de 50,30% para 60,30 ou mais, ao final de cada ano, buscando atingir o ideal, que é, no mínimo 75%, de acordo com Siviero.

Referências

1. Nahas, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 2. ed. Londrina: Midiograf, 2001.
2. Siviero, I. M. P. S. Saúde mental e qualidade de vida de enfartados. 2003. 111f. Tese (Doutorado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, USP, São Paulo.
3. Tamayo, A. Prioridades axiológicas, atividade física e estresse ocupacional. Revista de Administração Contemporânea, v. 5, n. 3, p. 127-147, set./dez. 2001.
4. Limongi-França, A. C.; Zaima, G. Gestão da qualidade de vida no trabalho – GQVT. In: Manual de gestão de pessoas e equipes: estratégias e tendências. São Paulo: Gente, 2002.
5. Pinto, João Bosco Guedes. Pesquisa-Ação: Detalhamento de sua sequência metodológica. Recife, 1989, Mimeo.
6. Limongi-França, A. C; Rodrigues, A. V. Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática. São Paulo; Atlas, 2007.