



SAÚDE DO TRABALHADOR DE SAÚDE: UMA PERSPECTIVA DE MELHORAR O RENDIMENTO PROFISSIONAL ATRAVÉS DA PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA NO MUNICÍPIO DE UIRAÚNA – PB

Werena de Oliveira Barbosa¹
FAFIC – werena19@hotmail.com

Werona de Oliveira Barbosa Fernandes²
UFERSA – werona.oliveira@hotmail.com

Lucas Andrade de Morais³
UFCG – lucasmorais7@gmail.com

Juliana Alves de Sá⁴
FAFIC – juliana.julaya@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Na vida moderna o homem dispõe de diversas formas de comodidade, quais sejam automóveis, controle remoto, internet, entre outras, que se caracterizam como ações menos ativas. Segundo Vaz e Gutierrez (2008), “essa mudança no estilo de vida tem aumentado o número de casos das doenças hipocinéticas”. A discussão sobre qualidade de vida, assim como a sua apropriação a diferentes esferas de atuação do ser humano, vem apresentando uma nova forma de perceber a questão do bem estar e da satisfação das pessoas.

E para se falar de qualidade de vida faz-se necessário aludir o significado da palavra saúde e enfatizar a importância dos profissionais que atuam nessa área, assim, a Organização Mundial de Saúde (OMS) define a saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades” (SEGRE, 1997, p. 1). Logo, a saúde deixou de ser entendida apenas

¹ Especialista em Gestão do Trabalho e Educação na Saúde (UFRN). Pós-graduanda em Educação em Direitos Humanos (UFPB). Assistente Social (FAFIC/Cajazeiras – PB).

² Mestranda em Ciência Animal (UFERSA). Especialista em Gestão do Trabalho e Educação na Saúde (UFRN). Médica Veterinária (UFCG).

³ Pós-graduando em Direito Administrativo e Gestão Pública (FIP/Sousa – PB). Pós-graduando em Educação em Direitos Humanos (UFPB). Curso de Aperfeiçoamento em Gestão do Trabalho e Educação na Saúde (UFRN). Bacharel em Administração Pública (UFRN). Graduando em Ciências Jurídicas (UFCG).

⁴ Curso de Aperfeiçoamento em Gestão do Trabalho e Educação na Saúde (UFRN). Graduanda em Serviço Social (FAFIC/Cajazeiras – PB).



como a relação de estar (ou não) doente, bem como deixou de ser um valor individual e passou a ter um caráter coletivo, legalmente constituído como um direito fundamental da pessoa humana, preconizado pela Constituição Federal de 1988 (CF/88).

A questão da saúde tem em seus profissionais seu principal ator, pois estes visam a prevenção e a promoção da saúde junto a sociedade, entretanto, esquecem-se do cuidado com a sua própria saúde. Este profissional realiza um trabalho que exige um bom condicionamento físico/mental, tendo em vista que o mesmo insere-se em um ambiente de alto grau de tensão que apresenta diversos fatores que afetam sua capacidade física e psicológica, como por exemplo, o contato direto com pessoas de humores variados (tristeza, dor, angústia, etc.); a constante presença de cenas de morte; o trabalho em ambientes com sons intermitentes; e o enfrentamento de longas jornadas de trabalho, afetando diretamente a sua saúde e prejudicando o seu rendimento profissional.

Portanto, esta questão torna-se primordial, no que concerne a discussão de alternativas e sugestões direcionadas a qualidade de vida e saúde dentro do âmbito do trabalho na saúde, com isso, esta pesquisa tem como objetivo compreender como a prática da atividade física contribui para o bem-estar dos profissionais da saúde do município de Uiraúna – PB, de forma a colaborar para as ações de saúde direcionadas as essas categorias.

METODOLOGIA

A Secretaria Municipal de Saúde (SMS) de Uiraúna – PB é responsável pela gestão do Sistema Único de Saúde (SUS) no município, gerenciando as ações assistenciais, da promoção da saúde e da prevenção das doenças no contexto da saúde local, além disso, esta promove o acesso, dos profissionais da saúde que atuam na SMS, no NASF, no SAMU, na Vigilância Sanitária e no Centro de Reabilitação, à prática da atividade física semanal de forma sistematizada, que vem mostrando resultados positivos para a eficácia da prestação dos serviços.



A metodologia utilizada nesta pesquisa possui natureza aplicada, com forma de abordagem qualitativa e quantitativa. Esta, ainda, caracterizou-se como pesquisa exploratória e foi classificada quanto aos procedimentos técnicos como pesquisa descritiva, portanto, foram entrevistados 48 profissionais da saúde, através da utilização de questionário semi-estruturado, que visou apreender questões mais específicas, de acordo com os objetivos da pesquisa. Os dados foram agrupados e analisados qualitativamente através dos relatos das participantes da pesquisa por meio do método dialético.

As pesquisas exploratórias têm como principal finalidade “desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista, a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores” (GIL, 1994, p. 43), já a pesquisa descritiva caracteriza-se de forma que “observa, registra, analisa e correlaciona fatos ou fenômenos (variáveis) sem manipulá-los. Procura descobrir com precisão possível, a frequência com que um fenômeno ocorre, sua relação e conexão com outros, sua natureza e características” (CERVO, 2002, p. 66).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados obtidos nessa pesquisa apontam que a promoção da prática da atividade física voltada para os profissionais da saúde contribuem consideravelmente de maneira eficaz para melhorar o condicionamento físico/mental dos mesmos e conseqüentemente melhorar o rendimento profissional para a execução dos serviços prestados à sociedade.

De acordo com o questionário aplicado, os participantes alegaram que as práticas de atividades físicas amenizam o desconforto provocado por dores musculares, causadas por tensão e estresse no trabalho; proporcionam o conhecimento sobre posturas adequadas para as diversas tarefas do dia a dia; diagnostica potencialidades e limitações dos trabalhadores; incentiva um estilo de vida mais saudável, minimizando o sedentarismo; e promove a melhoria da autoestima.



Nesse sentido, Vaz e Gutierrez (2008) assinalam que cada vez mais a prática de atividade física regular tem sido apontada pelos pesquisadores como um remédio cientificamente comprovado, sejam nas corporações ou em outros segmentos da sociedade, que quando devidamente prescrito, pode propiciar um aumento da reserva funcional em várias condições patológicas manifestas, com evidentes benefícios sobre a qualidade de vida e a longevidade.

A discussão da prática de atividade física está inserida na área da saúde do trabalhador, em que esta, por sua vez, tem ocupado vários espaços, tornando-se alvo de grandes debates no âmbito acadêmico e social.

O modelo proposto para a saúde do trabalhador encontra-se definido e normalizado em textos legais, devendo seguir os princípios da universalidade, equidade e integralidade, tendo como perspectiva o controle social das políticas e dos serviços de atenção à saúde dentro do Sistema Único de Saúde (SUS), porém, este ainda vem enfrentando a resistência dos setores hegemônicos da Medicina do Trabalho e da Saúde Ocupacional (NARDI, 1997). Esses segmentos estão enraizados nos serviços médicos das empresas e nas associações profissionais, assim como dentro de setores do Ministério do Trabalho (FADEL DE VASCONCELLOS, 1994 *apud* NARDI, 1997).

Na atualidade a prática da atividade física se expressa como um dos componentes que vem a ser agregado ao processo de capacitação, tornando os trabalhadores mais aptos a enfrentarem o dia-a-dia no ambiente de trabalho, numa visão de saúde integral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nardi (1997) afirma que o conceito de saúde do trabalhador remete-se ao conjunto de conhecimentos oriundos de diversas disciplinas da saúde aliado ao conhecimento do trabalhador sobre seu ambiente de trabalho, incluindo suas vivências, produção e reprodução do trabalho, sejam elas desgastantes ou não, que tem como característica principal a compreensão das relações entre saúde e



trabalho propondo uma nova prática de atenção à saúde dos trabalhadores e intervenção nos ambientes de trabalho, através da orientação às ações na área da atenção à saúde dos trabalhadores, incluindo desde a promoção, prevenção, cura e reabilitação.

Portanto, esta abordagem sugere uma nova prática de atenção à saúde dos trabalhadores, considerando a importância do cuidado com o cuidador, isto é, realizando uma intervenção que possibilita o estímulo e o bem-estar dos profissionais da saúde, através de práticas que proporcionarão uma melhor condição física e mental, favorecendo assim, seu melhor desempenho.

REFERÊNCIAS

CERVO, A. L.; BERVIAN, P. A. **Metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2002.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas da pesquisa social**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1994.

NARDI, H. C. Saúde do Trabalhador. In: CATTANI, A. D. (org.) (1997) **Trabalho e tecnologia, dicionário crítico**. Petrópolis: Editora Vozes. Porto Alegre: Ed. Universidade. p. 219-224.

SEGRE, M.; FERRAZ, F. C.. **O conceito de saúde**. Rev. Saúde Pública [online]. 1997, vol.31, n.5, pp. 538-542. ISSN 0034-8910.

VAZ, L.; GUTIERREZ, G. L. Atividade Física e Aptidão Física: Intervenção Dirigida à Saúde do Trabalhador. In: VILARTA, R.; GUTIERREZ, G. L. (orgs.). **Qualidade de vida no ambiente corporativo**. Campinas, SP: IPES Editorial, 2008. p. 191-199.