

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardia

Trabalho 296 - 1/5

**“MAIS SAÚDE NO TRABALHO” ESTRATÉGIA DE ENFERMAGEM
PARA UM PROGRAMA DE PROMOÇÃO À SAÚDE DO
TRABALHADOR**¹¹ VILARINHO, Rosa Maria Fernandes¹¹ LISBOA, Marcia Tereza Luz

INTRODUÇÃO: Trata-se de resumo da tese de doutorado em enfermagem concluída em 2008. Neste estudo defendeu-se a tese de que o planejamento e a execução de um programa de promoção à saúde do trabalhador, baseado em três elementos básicos: a criação de um ambiente de suporte, a implementação de uma programação educativa, com foco em orientações práticas e objetivos realísticos e o desenvolvimento de recursos de incentivo de natureza motivacional, desenvolvidos no próprio local de trabalho, oferece condições para os trabalhadores refletirem e interagirem de forma a oportunizar a construção de possibilidades para um viver mais saudável. **OBJETIVOS:** O trabalho de pesquisa se propôs a apresentar, implementar e avaliar uma proposta de programa de promoção à saúde dirigido ao trabalhador da instituição hospitalar, de forma a propiciar uma oportunidade para a adesão de práticas de saúde compreendidas como favoráveis à saúde. **DESENVOLVIMENTO:** Para a fundamentação teórica foram selecionados autores que tratavam dos conceitos

¹¹ Enfermeira do Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia Luiz Capriglione (IEDE/RJ) - Doutoranda em Enfermagem pela Escola de Enfermagem Anna Nery / Universidade Federal do Rio de Janeiro. Endereço: Rua Maria Vargas nº30 apt102 – Piedade. CEP: 21380370. Rio de Janeiro - RJ. E-mail: rvilarinho@ig.com.br

¹¹ Doutora em Enfermagem. Professora Associada do Departamento de Enfermagem Fundamental da Escola de Enfermagem Anna Nery / Universidade Federal do Rio de Janeiro. Endereço: Rua Humaitá nº12 apto 401 – Humaitá. CEP: 22261-001. Rio de Janeiro - RJ. E-mail: marcialis@terra.com.br

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 296 - 2/5

de promoção à saúde, englobando documentos apresentados em conferências de saúde, diretrizes e consensos (BRASIL, 2004, 2003, 2002). Postulou-se que no planejamento de uma proposta de intervenção dessa natureza, seria necessário um esforço de planejamento para o atendimento a três elementos considerados fundamentais: O primeiro elemento foi representado pela viabilização de um ambiente de suporte. Este ambiente foi constituído através da formação dos grupos de convergência, forma de agrupamento que reúne características de grupo de convivência e grupo focal, o que tende a promover o intercâmbio entre os participantes. Nesta experiência foi perceptível a espontaneidade com que se davam a partilha de experiências, fosse entre as “duplas de parceria”, ou entre essas e o grupo na sua totalidade. O segundo elemento, neste trabalho, foi caracterizado pela implementação de uma prática educativa. Esta foi estabelecida a através do planejamento de conteúdo temático que abordou questões relativas a promoção da saúde e estilo de vida saudável, com um enfoque na prevenção de doenças crônicas. Este conteúdo foi organizado sob a forma de um manual destinado a distribuição aos participantes da pesquisa. A apresentação dos temas se dava durante os encontros em grupo, através do recurso de palestra expositiva. Ao final da apresentação expositiva seguia-se a distribuição do respectivo módulo, sendo esta dispensação feita sob a forma de fascículos. Complementando esta prática educativa, fazia-se ainda a proposição do “desafio” da semana. Os desafios apresentados eram constituídos por práticas de saúde consideradas pela literatura consultada como favoráveis à manutenção da saúde. O terceiro elemento, a ser considerado nesta proposta de intervenção se configura pela utilização de recursos de incentivo de natureza motivacional. Os recursos desenvolvidos para este trabalho de pesquisa foram planejados com

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardia

Trabalho 296 - 3/5

base nas referências selecionadas, relativas a temática “intervenções motivacionais breves”, tendo-se como base as considerações de Miller e Rollnick (2001). A pesquisa teve aprovação do CEP do local onde foi desenvolvida e foi utilizado TCLE com os sujeitos. Após relacionar os nomes dos interessados em participar da proposta, foi discutido com eles o melhor dia e horário para a realização dos encontros. Os encontros aconteceram às terças-feiras, durante o horário de 10 às 11 h, na sala de Educação em Diabetes do Serviço de Diabetes.

METODOLOGIA: Optou-se para a condução desta pesquisa o método desenvolvido por Trentini & Paim (2004), denominado de Pesquisa Convergente - Assistencial, modalidade de pesquisa onde o pesquisador assume também o papel de provedor do cuidado. Participaram do estudo 18 servidores de diferentes categorias funcionais, sendo formados dois grupos. Um grupo com 10 participantes e outro com 18 participantes. O cenário do estudo foi uma unidade de saúde da Secretaria de Estado e Defesa Civil do Estado do Rio de Janeiro – o Instituto Estadual de Diabetes e Endocrinologia, que se localiza no bairro central da Cidade do Rio de Janeiro. Para a avaliação do impacto da intervenção sobre o nível de adesão as práticas comportamentais sugeridas, foi realizada uma verificação comparativa do tipo “antes” e “depois”, onde os indivíduos foram seu próprio controle. **RESULTADOS:** As metas mais facilmente incorporadas foram o consumo diário de água e de leite, referido por 15 (83%) participantes, seguidas do consumo de frutas e substituição do açúcar, prática relatada por 13 (78%) participantes. Exibiram maior nível de dificuldade a restrição do consumo de alimentos gordurosos, prática alcançada por apenas 4 (22%), seguida pelo esforço de incremento no consumo de vegetais, prática alcançada por 11 (61%) participantes. Em terceira colocação foi identificado o esforço de adesão à prática

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardia

Trabalho 296 - 4/5

de exercícios físicos, meta alcançada por 13 (72%) participantes, mesmo que esta significasse não corresponder à recomendação prevista de 30 minutos ao dia. Foram realizados ao todo 14 encontros, onde os resultados apontaram para o êxito da intervenção, êxito este, definido pela satisfação referida em participar da proposta, pelas referências de acréscimo de informações que se transformaram em práticas, e pelo interesse manifesto em permanecer no programa.

CONCLUSÕES: A proposta propiciou que trabalhadores de uma instituição de saúde repensassem sua condição de “provedor” e de “paciente”. Os resultados apontaram indícios de que mudanças efetivas no estilo de vida destes trabalhadores são factíveis e devem ser oportunizadas. Conclui-se que o desenvolvimento de iniciativas dessa natureza, dentro do próprio local de trabalho, insinua-se como um recurso precioso capaz de produzir efeitos positivos tanto sobre o nível de conscientização do indivíduo quanto pela implementação das medidas protetoras na prática diária.

Palavras-chave: enfermagem, saúde do trabalhador, promoção da saúde.

Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de reorganização da atenção à hipertensão arterial e no Diabetes Mellitus.** Brasília, 2002. 1 CD-ROM.

_____. _____. **Dez Passos para uma alimentação saudável:** Como está sua alimentação - Folheto. Brasília, 2003.

_____. _____. **Guia alimentar para a população brasileira.** Brasília, 2004.

**TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL**

07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardia



Trabalho 296 - 5/5

MILLER, W.R.; ROLNICK, S. **Entrevista motivacional**: preparando as pessoas para as mudanças de comportamentos adictivos. Porto alegre: Artmed, 2001.

TRENTINI, M.; PAIM, L. **Pesquisa convergente-assistencial. Um desenho que une o fazer e o pensar na prática assistencial em saúde-enfermagem**. Florianópolis: Insular, 2004.