



PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO NA SEFAZ-ES

DESCRIÇÃO**Registro**

400572

Revisão

15/07/2015

Status

Ativo

Título

Programa de qualidade de vida no trabalho na SEFAZ-ES

Data de início

17/06/2013

Previsão de término

30/12/2015

Data de aprovação pelo Órgão Competente

27/06/2013

Órgão Competente

Câmara Departamental

Ano da primeira apresentação

2013

Unidade

Centro de Ciências da Saúde

Departamento

Departamento de Educação Integrada em Saúde

Programa vinculado

SEM VÍNCULO

Principal Área Temática de Extensão

Saúde

Área Temática de Extensão Afim

Trabalho

Linha de Extensão

Saúde e Segurança no Trabalho

Grande Área do Conhecimento

Ciências da Saúde

Bolsa PBEXT

0

Bolsa Externa

0

Desejo vincular ação de extensão à concorrência de bolsa

Não

Palavras-chave

Qualidade de vida; trabalho; sistema musculoesquelético; ergonomia

Apresentação e justificativa



PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO NA SEFAZ-ES

A qualidade de vida no trabalho é um tema atual e vem se tornando uma ferramenta importante para as organizações. Em geral, está associada a fatores como estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, prazer, salário e disposição e pode definir aspectos vitais, status e identidade pessoal (STUMM et al., 2009).

Dessa forma, o trabalho deve ser realizado em condições que promovam a saúde, o equilíbrio físico e psicoemocional, pois, é a partir do bem-estar do indivíduo, em seu ambiente de trabalho, que é possível obter melhores resultados, satisfação e motivação dos funcionários (STUMM et al., 2009).

Os riscos para a saúde relacionados ao trabalho dependem do tipo de atividade profissional e das condições em que a mesma é desempenhada (SILVA; MARZIALE, 2000).

A condição prevalente do sedentarismo, observada na população em geral, associada à exposição ocupacional aos riscos existentes no ambiente, tais como longas jornadas no trabalho, repetitividade, monotonia, ritmo excessivo de trabalho, ansiedade, esforços físicos e posições incômodas representam uma séria ameaça para o organismo, estimulando o surgimento de várias doenças crônicas, dentre elas, as osteomusculares (MAGNAGO et al., 2010; MATSUDO, 2009).

Distúrbios osteomusculares são afecções de músculos, tendões, sinóvias, nervos, fásCIAS e ligamentos, isolados ou combinados, com ou sem a degeneração de tecidos. Caracterizam-se pela ocorrência de sintomas concomitantes ou não como dor, parestesia, sensação de peso e fadiga (FERNANDES; CARVALHO; ASSUNÇÃO, 2011).

Como consequência, os distúrbios osteomusculares podem acarretar alterações na realização das atividades cotidianas, sendo causa comum de dor, afastamento do trabalho e com conseqüências financeiras significativas (MAGNANO; LISBOA; GRIEP, 2008).

Além disso, a dor osteomuscular pode influenciar na incapacidade, dificultando a realização de atividades diárias e ocupacionais e de exercícios físicos, resultando em redução da qualidade da saúde e da qualidade de vida, o que aumenta muito o uso e os custos com a saúde (CUNHA et al., 2008).

Os trabalhadores com distúrbios osteomusculares, em sua grande maioria, exercem atividades de grande esforço e repetitividade, dos diversos campos de atividades ocupacionais. Tarefas repetitivas, força elevada e posturas prolongadas são citadas como os principais fatores de risco, tornando a saúde dos trabalhadores vulnerável às lesões musculoesqueléticas (LACAZ, 1997; SANTOS; SILVA; LOPES, 1999).

Um programa preventivo para as doenças ocupacionais em uma empresa deve ser iniciado pela identificação dos fatores de risco, que incluem aspectos organizacionais do trabalho, psicossociais, ergonômicos, entre outros (PICOLOTO; SILVEIRA, 2008).

Justificativa

Enquanto professora atuante no Curso de Fisioterapia de uma Instituição de Ensino Superior, motivamo-nos a realizar este projeto visando articular as relações entre a teoria gerada pela Universidade e a prática para a sociedade, na tentativa de buscar soluções compartilhadas de melhoria de qualidade de vida no trabalho e possibilitar vivências práticas por parte do aluno.

Objetivos gerais

Capacitar os estudantes do Curso de Fisioterapia a desenvolver ações de prevenção de riscos ergonômicos e promover estratégias de promoção e proteção à saúde, em uma instituição pública.

Objetivos específicos

- Caracterizar os trabalhadores participantes, segundo os aspectos sociodemográficos.
- Identificar os sintomas de dor e desconforto osteomuscular referidos pelos servidores.
- Avaliar o efeito das ações preventivas realizadas pelos alunos do Curso de Fisioterapia na redução de queixas de dor ou desconforto osteomusculares.

Metodologia



PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO NA SEFAZ-ES

Material e Métodos

1 Local

O projeto será realizado no prédio da Secretaria da Fazenda, localizado na Avenida Jerônimo Monteiro, nº 96, Centro, Vitória (ES).

2 População/amostra

A participação dos servidores será voluntária e o público alvo será, em média, 100 trabalhadores vinculados à Secretaria da Fazenda do Espírito Santo (ES) em Vitória.

3 Procedimentos

O projeto consistirá de quatro fases:

1ª fase: Aplicação do questionário sociodemográfico:

O primeiro instrumento a ser aplicado (APÊNDICE A) será um questionário sociodemográfico para caracterizar o perfil dos trabalhadores. Será constituído pelos seguintes aspectos: dados pessoais, ocupacionais, relacionados à saúde e hábitos de vida. Este questionário será enviado pela SEFAZ-ES por email. O servidor responderá e o enviará para a colaboradora do projeto.

2ª fase: Realização de palestra informativa e aplicação do Diagrama de Corlett (DC)

Na semana seguinte, serão ministradas palestras de curta duração (aproximadamente 20 minutos) aos trabalhadores com o intuito de informar os horários, objetivos e a metodologia e apresentar os participantes do projeto.

Um segundo questionário a ser aplicado será o Diagrama de Corlett (DC), construído e validado por Corlett e Bishop (1976) e adaptado por Lida (1990) para sua utilização no Brasil (ANEXO A). Este instrumento avalia a presença, localização e intensidade das queixas de dor/desconforto osteomuscular e é constituído por 27 questões de múltipla escolha. Além disso, os alunos participantes do projeto iniciarão as visitas técnicas para avaliação dos postos de trabalho e verificação de riscos ergonômicos.

3ª Fase: Ações de medidas preventivas

Durante a terceira fase do projeto, os alunos darão continuidade às visitas técnicas e iniciarão um programa de exercícios laborais nos próprios postos de trabalho ou em local específico sugerido pela SEFAZ-ES.

O programa de exercícios laborais será voluntário, terá duração máxima de vinte minutos, será realizado duas vezes por semana (2ª e 4ª feira) e será constituído por exercícios de alongamento e fortalecimento muscular, massagens terapêuticas rápidas e exercícios de relaxamento.

Outra atividade proposta será de realização de blitz postural (orientação individual ao trabalhador em cada posto de trabalho, em relação aos aspectos posturais e mobiliário ou equipamentos utilizados).

Também serão ministradas pelos alunos, palestras educativas relacionadas à ergonomia, prevenção de distúrbios osteomusculares. O projeto de extensão ocorrerá às 2ª e 4ª feiras, no horário das 13:30 às 15:00. Participarão do projeto no mínimo quatro e no máximo seis alunos do curso de fisioterapia, selecionados previamente através de entrevista. A carga horária semanal será de 3 horas.

Forma de avaliação da ação de Extensão

As atividades propostas serão avaliadas na terceira fase do estudo, através da comparação dos resultados obtidos da aplicação dos questionários (antes e após as ações preventivas).

Site

-

Origem do público-alvo

Interno

Caracterização do público-alvo

O público alvo serão os trabalhadores da Secretaria da Fazenda dos setores do Gerenciamento de Desenvolvimento Fazendário (GEDEF), Corregedoria e Agência da Fazenda em Vitória (ARE) com 30, 12 e 33 pessoas respectivamente.

Captação por edital de fomento

Não

Articulado com política pública

Não

Plano de atividades previstas

Serão aplicados questionários, avaliação de postos de trabalho, realização de exercícios laborais, orientações posturais (individuais ou coletivas), realização de palestras.

Plano de acompanhamento e orientação

Os alunos serão orientados quanto à elaboração das aulas de exercícios laborais, palestras e avaliação dos postos de trabalho.

Processo de avaliação

Os alunos serão avaliados por meio de discussões relacionadas à ergonomia e saúde do trabalhador e em relação à pontualidade, ética e trabalho em equipe.

Infra-estrutura física

Prédios da Secretaria da Fazenda da cidade de Vitória

Vínculo com Ensino

Sim

Vínculo com Pesquisa

Sim

Público estimado

100

Informações adicionais



PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO NA SEFAZ-ES

-

EQUIPE

Participação	Nome	Telefone	E-mail	Unidade	Departamento/Curso/Setor
Coordenador	Lisandra Vanessa Martins	27 8143 1455	lisandra.martins@ufes.br lisandra.martins@ufes.br	-	Grupo de Servidores do Departamento de Educação Integrada em Saúde (dis)
Bolsista	Larissa Tomazinho Abreu	27 3084 6227	larissa.abreu@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Beatriz Rezende Correia da Silva	28 9883 0390	beatriz.r.silva@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Walace dos Santos Raimundo	3222 6595	walace.raimundo@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Yan Amaral Passamani	28 3542 1001	yan.passamani@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Priscila Ramos Monteiro		priscila.monteiro@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Ana Luiza Bomjardim Nolasco	27 3071 2963	ana.nolasco@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Leonara Drosdosqui Nascimento	27 3340 7494	leonara.nascimento@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Barbara Vieira Aitken	27 3317 4132	barbara.aitken@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Stevany Falqueto Damasceno	3752 7811	stevany.damasceno@aluno.ufes.br	-	-

PARCERIAS

CNPJ	Nome	Caracterização	Tipo
	SECRETARIA DE ESTADO DA FAZENDA-SUBSAD-GEDEF	Instituição da Administração Pública Direta	Recursos Humanos

FOMENTO

Existe execução financeira?

Não

ABRANGÊNCIAS

Nome	Estado	Município	CEP	Detalhes
Prédio SEFAZ -ES	Espírito Santo	Vitória		Avenida João Baptista Parra, n.600, Enseada do Suá.

AÇÕES VINCULADAS

Tipo	Título da Ação de Extensão

RESULTADOS ESPECÍFICOS

Público atingido

0

RESULTADOS GERAIS

Data	Resultados

PRODUÇÕES

Tipo	Título	Identificação
Outros	Atualidades em fisioterapia do trabalho: saúde e segurança.	Palestrante da mesa redonda no VII Congresso de Fisioterapia da Universidade de Juiz de Fora, em novembro de 2013. Ministrando o tema: "Atualidades em fisioterapia do trabalho: saúde e segurança", correlacionado ao projeto de extensão "Programa de Qualidade de Vida no Trabalho na SEFAZ-ES".