

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE SERVIDORES 20ª CORDENADORIA DA REGIONAL DE SAÚDE DE CRATO

Luciana Nunes de Sousa¹, Maria do Socorro Costa², Ana Beatriz Calixto Alves³, Lizziane Pinho Bezerra⁴, João Agostinho Neto⁵, Cícero Erlandio Isidio de Almeida⁶, Cicera Luana de Lima Teixeira⁷, Vera Lúcia Soares e Silva⁸

Introdução: A vida adulta é uma consequência da soma de experiências adquiridas em anos anteriores. Dentre estas, os hábitos de vida se destacam como determinantes importantes para a qualidade de vida dos sujeitos.

Objetivo: Descrever o perfil do estilo de vida dos servidores efetivos da 20ª Coordenadoria Regional de Saúde (CRES) do município de Crato-CE.

METODOLOGIA: A pesquisa foi realizada no mês de outubro de 2019 pelos Residentes em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri (URCA) juntamente com o setor de Educação Permanente em Saúde. Na ocasião foi aplicado o “Polígono do Bem-Estar” para os servidores, o qual conta com perguntas que abordam questão sobre o comportamento do estilo de vida que afeta o bem estar dos servidores, incluindo oito fatores que reflete os aspectos do estilo de vida individual, tais como: alimentação, prática de atividade física, relacionamento social, autoimagem, controle de estresse, finanças, comportamento preventivo e sono restaurador. A pesquisa foi realizada com 31 servidores, com idade que variaram de 40 a 65 anos, média de 56 anos de ambos os sexos, sendo a maioria do sexo masculino (n= 20). Os dados obtidos foram tabulados no Microsoft Office Excel versão 2010. **RESULTADOS:** Com a média aritmética de cada componente do instrumento se construiu uma representação pictórica do polígono para o coletivo, ficando evidente que os componentes atividade física e alimentação são os mais deficientes, apresentando os piores índices (média de 1,06 e 1,72, respectivamente) e os componentes comportamento preventivo e relacionamento social os que mais pontuaram (média 2,19, ambos). **CONCLUSÃO:** Em ocasião oportuna os resultados foram apresentados para os participantes e elencadas estratégias que poderia ser trabalhadas para melhorar a qualidade de vida destes, destacando-se a criação de grupos para práticas corporais, educação em saúde com foco na alimentação e atividade física e oferta de ginástica laboral pela instituição. As propostas foram encaminhadas à coordenação para análise e futura implantação das estratégias. Este trabalho permitiu ainda uma melhor autorreflexão sobre o estilo de vida de cada servidor participante da investigação.

Palavras-chave: Estilo de vida. Promoção da Saúde. Servidores.

Agradecimentos:

20ª Coordenadoria Regional de Saúde do Crato/SESA CE; Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva/URCA, Secretaria de Saúde de Crato/Setor de Educação Permanente.