



CUIDANDO DE QUEM CUIDA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Virna Lima e Silva¹

Tamires Mendes Silva²

Deivyson Bruno Leite da Cunha³

Keila Formiga de Castro⁴

RESUMO: INTRODUÇÃO: A assistência à saúde dos trabalhadores (ST) no Brasil teve início na década de 80. Com o passar dos anos, a ST começou a ganhar força política e em 2012 foi criada a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT), onde houve a implementação de ações de saúde voltadas ao público trabalhador em todos os níveis de atenção do SUS, definindo seus princípios, diretrizes e estratégias de funcionamento. A saúde do trabalhador tem como principal objetivo observar e compreender as relações entre o trabalho e o processo saúde-doença, conceituando o trabalhador como todo aquele que desempenha atividade produtiva, seja como terceirizado ou dono do próprio comércio. Visando aumentar o número de ações voltadas para os profissionais de saúde, a equipe de profissionais residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri, que estão inseridos no serviço criou o grupo “Cuidando de quem cuida”.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, elaborado por uma equipe de residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri - URCA, em parceria com a equipe de estratégia de saúde da família (ESF) do Baixo das Palmeiras, situado na zona rural do município do Crato, no interior do Ceará. As ações ocorreram em dois momentos, no primeiro foi realizada uma roda de conversa sobre o abril verde, no segundo momento foi realizada uma prática de mobilidade corporal com o telefone sem fio. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Essas atividades realizadas em consonância com a Vigilância da Saúde do Trabalhador, são consideradas como atividades de educação permanente em saúde, onde acontece o compartilhamento das responsabilidades no processo de cuidar de cada um dos trabalhadores da rede e consequentemente aumentando a sua autonomia. Para tanto, é imprescindível que os profissionais de saúde conheçam as atividades que os trabalhadores e usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) realizam durante o dia para poder prestar assistência adequada voltada para a promoção da saúde e prevenção de danos. **CONCLUSÃO:** Através dessa atividade os



profissionais da ESF conseguiram visualizar a importância de manter uma boa comunicação entre os membros da equipe, proporcionando um ambiente de trabalho saudável e agradável.

PALAVRAS-CHAVE: Vigilância em Saúde do Trabalhador, Política de Saúde do Trabalhador, Educação Continuada.

Apoio/Auxílio Financeiro: Ministério da Saúde

¹ Graduação em Nutrição - Residente em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. E-mail: viimals97@gmail.com

² Graduação em Educação Física - Residente em saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. E-mail: ttamires24@gmail.com

³ Graduação em Ciências Biológicas - Residente em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. E-mail: brwunnoh@gmail.com

⁴Keila Formiga Castro – Mestre em Saúde da Família da Universidade Regional do Cariri. E-mail: keilaformigacastro@gmail.com

INTRODUÇÃO

A assistência à saúde dos trabalhadores (ST) no Brasil teve início na década de 80, anteriormente essa atribuição era responsabilidade da Previdência Social e só quem contribuía tinha o direito a esse cuidado. Com o passar dos anos, a ST começou a ganhar força política e em 2012 foi criada a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT), onde houve a implementação de ações de saúde voltadas ao público trabalhador em todos os níveis de atenção do SUS, definindo seus princípios, diretrizes e estratégias de funcionamento (BRASIL, 2012).

A saúde do trabalhador tem como principal objetivo observar e compreender as relações entre o trabalho e o processo saúde-doença, conceituando o trabalhador como todo aquele que desempenha atividade produtiva, seja como terceirizado ou dono do próprio comércio (BRASIL, 2018).

De acordo com Gonçalves et al., (2022) estima-se que a classe trabalhadora passa cerca de um terço do seu dia realizando atividades relacionadas ao trabalho. Os profissionais da área da saúde, estão por muitas vezes imersos em jornadas de trabalho além do necessário, serviços com infraestrutura falha, falta de insumos para realização de suas atribuições, falta de recursos humanos e sem o reconhecimento financeiro e profissional. Essas e outras situações provocam riscos à saúde dos profissionais.



Um estudo desenvolvido por SCHERER (2016) mostrou que as ESF e principalmente os agentes comunitários de saúde estão cada vez mais sendo acometidos por doenças decorrentes do trabalho, como estresse, ansiedade, depressão.

Visando aumentar o número de ações voltadas para os profissionais de saúde, a equipe de profissionais residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri, que estão inseridos no serviço criou o grupo “Cuidando de quem cuida”, que tem como prioridade prestar assistência à saúde dos profissionais da ESF, bem como desenvolver momentos de educação permanente. Dito isto, o presente estudo tem como objetivo discorrer sobre a ação com os trabalhadores da ESF Baixio das Palmeiras.

DESCRIÇÃO DO RELATO

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, elaborado por uma equipe de residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri - URCA, em parceria com a equipe de estratégia de saúde da família (ESF) do Baixio das Palmeiras, situado na zona rural do município do Crato, no interior do Ceará.

O presente relato expõe sobre a realização de ações voltadas à saúde do trabalhador com o grupo “Cuidando de quem cuida”, que é composto pelos profissionais da ESF.

As ações aconteceram no dia 18 de abril de 2023 na unidade básica de saúde (UBS) do Baixio das Palmeiras, e foram conduzidas pelos residentes em saúde coletiva da URCA. Além dos residentes estavam presentes também a enfermeira, técnico em enfermagem, administradora, dentista, auxiliar de dentista, agentes comunitários de saúde, segurança e a auxiliar de farmácia da UBS.

Os residentes das categorias profissionais de nutrição, profissional de educação física e biólogo elaboraram previamente em conjunto com a enfermeira da ESF um cronograma de ações e o roteiro para a realização da mesma. Para a execução das ações foi escolhido o dia em que a agenda de atendimento estava mais flexível, dessa forma foi possível obter a participação de todos os profissionais.

As ações ocorreram em dois momentos, no primeiro foi realizada uma roda de conversa sobre o abril verde, que conforme a Organização Internacional do Trabalho (OIT) o mês de abril de cada ano é dedicado para a Ergonomia como o ‘Abril Verde’, escolhendo o dia 28 de Abril como o Dia Mundial da Segurança e Saúde do Trabalho (GUGLIELMETTO, 2022).



Nesse sentido, a temática foi discutida através de uma roda de conversa, onde também foi abordado sobre o Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) que tem por objetivo prestar assistência especializada aos trabalhadores acometidos por doenças e/ou agravos relacionados ao trabalho (BRASIL, 2018). Na ocasião foi apresentado aos profissionais os direitos deles enquanto trabalhadores frente a um acidente de trabalho e quem procurar quando preciso.

No segundo momento foi realizada uma prática de mobilidade corporal com o telefone sem fio. Todos os profissionais foram convidados a realizar, primeiramente, uma série de exercícios de alongamento corporal e de respiração proposto e supervisionado pela profissional de educação física. Logo em seguida todos os profissionais ficaram em fila indiana de modo que o último da fila era o primeiro a realizar um movimento e esse movimento teria que ser repassado por cada profissional, à sua maneira, até chegar ao primeiro da fila.

Com o intuito de finalização e realização de feedback por parte dos profissionais, eles permaneceram em fila de indiana e realizaram uma massagem no colega a sua frente e fizeram a devolutiva do momento proposto.

RESULTADOS E APRENDIZADOS COMPARTILHADOS

É válido ressaltar que as Unidades Básicas de Saúde (UBS) são a porta de entrada preferencial do Sistema Único de Saúde (SUS). Assim sendo, o objetivo desses postos é atender até 80% dos problemas de saúde da população. Dessa forma os profissionais atuantes na AB devem planejar ações que perpassem todos os níveis de atenção à saúde: promoção, proteção e recuperação, para atender a população e proteger-se sempre que necessário (BRASIL, 2016).

Em uma pesquisa desenvolvida por Souza e Bernardo (2019) que tinha como objetivo estudar aspectos de prevenção de adoecimento mental em profissionais do SUS, quando questionados sobre atividades terapêuticas em grupo a maioria dos entrevistados acreditam que os grupos ajudam os trabalhadores a compreender as condições do trabalho e saúde, além de evitar o isolamento, proporciona o compartilhamento de experiências e potencializa o enfrentamento das dificuldades encontradas na realidade social e de trabalho.

Essas atividades realizadas em consonância com a Vigilância da Saúde do Trabalhador, são consideradas como atividades de educação permanente em saúde, onde acontece o compartilhamento das responsabilidades no processo de cuidar de cada um dos trabalhadores



da rede e consequentemente aumentando a sua autonomia. Para tanto, é imprescindível que os profissionais de saúde conheçam as atividades que os trabalhadores e usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) realizam durante o dia para poder prestar assistência adequada voltada para a promoção da saúde e prevenção de danos.

Para realização da educação permanente é importante usar de metodologias ativas para conseguir tornar o momento mais leve e descontraído. A prática de atividade física no ambiente de trabalho é uma forma de educação em saúde e, de acordo com os estudos têm se mostrado eficaz quanto ao aumento da produtividade e da probabilidade de modificar o comportamento do profissional frente a rotina de trabalho diário melhorando a qualidade da assistência (COSTA et al., 2015; HÄFELE e SIQUEIRA 2019).

CONCLUSÃO

Ao finalizar as atividades os profissionais se mostraram bastante agradecidos e ansiosos pelas próximas ações pois através da dinâmica foi proporcionado um momento de descontração e alívio de tensões corporal, algo que é bastante solicitado pelos profissionais da equipe. Dessa forma, foi estabelecido um cronograma fixo de ações com o grupo “cuidando de quem cuida”.

Ademais, através dessa atividade os profissionais da ESF conseguiram visualizar a importância de manter uma boa comunicação entre os membros da equipe, proporcionando um ambiente de trabalho saudável e agradável, além de favorecer a construção de conhecimento coletivo, onde diálogo é feito de forma horizontal e as opiniões, os conceitos, as crenças e as dúvidas vão sendo ditas de forma livre.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Saúde do trabalhador e da trabalhadora. Brasília: Ministério da saúde, 2018. v. 41. E-book. (Cadernos de Atenção básica no41). Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_trabalhador_trabalhadora](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_trabalhador_trabalhadora.pdf) pdf.

BRASIL. **Portaria n.º 1.823, de 23 de agosto de 2012.** Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Brasília: DOU, 24/8/2012.

COSTA E. F, GUERRA P. H, SANTOS T. I, FLORINDO A. A. Systematic review of physical activity promotion by community health workers. **Prev Med** 2015;81:114-121. Doi: 10.1016/j.ypmed.2015.08.007.

GUGLIELMETTO, R. Artigo do Gestor do Programa Trabalho Seguro em Santa Catarina e Desembargador do TRT-12. Precisamos falar sobre Ergonomia. **Justiça do Trabalho**. 2022.



HÄFELE, V.; SIQUEIRA, F. V.. Intervenções com profissionais de saúde da atenção primária sobre aconselhamento à atividade física: Revisão sistemática. **Journal of Physical Education**, v. 30, p. e3021, 2019.

GONÇALVES, A. B.; CIDADE, E. C. .; ARAUJO, A. C. da C. .; SILVA, T. F. da C. e . Saúde do Trabalhador na Atenção Básica: (des)conhecimento, fragilidades e potencialidades segundo profissionais da Atenção Básica no município de Iguatu/CE. **Conjecturas**, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 1051–1073, 2022. Disponível em: <http://www.conjecturas.org/index.php/edicoes/article/view/784>. Acesso em: 19 jul. 2023.

OLIVEIRA, M. F. de *et al.* Roda de conversa em um ambulatório público: o papel da atenção primária na educação popular em saúde. **Research, Society And Development**, [S. l.], v. 10, n. 13, p. 1-8, 20 out. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Unidades Básicas de Saúde - UBS. In: **Unidades Básicas de Saúde - UBS**. Brasil, 2016. Disponível em: <http://dados.gov.br/dataset/unidades-basicas-de-saude-ubs>. Acesso em: 29 out. 2019, 18:20:25.

SCHERER, Magda Duarte dos Anjos,et.al. Aumento das cargas de trabalho em técnicos de enfermagem na atenção primária à saúde noBrasil. **Trabalho, Educação e Saúde**, 14 (Suppl. 1), 2016, 89-104

SOUZA, H. A.; BERNARDO, M. H.. Prevenção de adoecimento mental relacionado ao trabalho: a práxis de profissionais do Sistema Único de Saúde comprometidos com a saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 44, p. e26, 2019.

TONINI, L; M. B. et al. Capacitação de agentes comunitários de saúde: A experiência do PET-Saúde, eixo gestão em saúde. In: **Congresso Internacional em Saúde**. 2023.