

eP2412

Saúde, segurança, atividade física e qualidade de vida em trabalhadores da seção de processamento de roupas de um hospital universitário

Otávio Azevedo Bertoletti, Rodrigo Escobar da Silva, Deniza Grivot Cabral - HCPA

Introdução: Desde a antiguidade é registrada a relação entre o trabalho, a saúde e a doença. Trabalhadores em hospitais são frequentemente responsáveis por atender a uma alta demanda em um tempo exíguo. Funcionários que atuam no processamento de roupas (costura) em um hospital universitário estão expostos a movimentos repetitivos e outros riscos ergonômicos que podem comprometer sua saúde e qualidade de vida. Além disso, os intervalos (pausas) oferecidos durante a jornada de trabalho, necessários para o devido repouso, muitas vezes são ocupados pelo funcionário com outros trabalhos manuais e repetitivos. **Objetivo:** promover capacitação, numa perspectiva de ensino-aprendizagem, oportunizando espaço de reflexão de aspectos relacionados à saúde, segurança, atividade física e ergonomia, visando estimular o autocuidado e a qualidade de vida no trabalho. **Métodos:** 15 funcionários da costura de um hospital universitário receberam capacitação composta por 10 encontros de uma hora, de educação em saúde, utilizando metodologias ativas. As atividades teórico-práticas ocorreram, na sua maioria, no próprio ambiente de trabalho, entre setembro e novembro de 2010. **Ergonomia:** da teoria à prática; coluna vertebral: anatomia funcional e principais distúrbios; LER/DORT; alongamentos e postura; legislação em segurança do trabalho; uso correto de dispositivos auxiliares no esforço físico (monta-carga); atividade física, hidratação e saúde foram temas abordados. **Resultados:** (a) percebidos a partir do relato de 10 funcionários mais participativos: melhor consciência e manejo dos fatores de risco ergonômico no trabalho, maior atenção na postura ao carregar pesos e ao sentar, adoção de garrafas d'água para hidratação e redução dos desconfortos no punho e antebraço; (b) percebidos pela equipe: necessidade de um veículo, cujas dimensões possibilitasse circulação nos exíguos espaços da unidade, para transportar os rolos de tecidos. Foi apresentado o desenho de um protótipo o qual foi posteriormente implementado. **Conclusão:** A partir dessa capacitação, com foco na aprendizagem e conscientização, percebemos o início da adoção de comportamentos mais saudáveis, uma maior valorização do cuidado individual e coletivo, bem como um aumento na integração do grupo de funcionários da costura. Além disso, foi possível implementar novo dispositivo para redução do risco ergonômico. Fatores esses essenciais para a melhora na saúde, segurança e qualidade de vida no trabalho. **Palavras-chaves:** saúde do trabalhador, educação em saúde, qualidade de vida