



## “PIT-STOP” SOBRE SAÚDE DO TRABALHADOR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

### “PIT-STOP” ON OCCUPATIONAL HEALTH: AN EXPERIENCE REPORT

### “PIT-STOP” SOBRE SALUD DEL TRABAJADOR: UN RELATO DE EXPERIENCIA

Paloma de Sousa Pinho Freitas<sup>1</sup>, Luciana Cunha Paixão<sup>2</sup>, Anderson Alves Lima Santos<sup>3</sup>, Carolina Madeiro Meira<sup>4</sup>, Cíntia Maria Moraes Carneiro<sup>5</sup>

#### RESUMO

**Objetivo:** apresentar a experiência vivenciada por graduandos de enfermagem em projeto de intervenção voltado à saúde do trabalhador em uma Unidade de Saúde da Família no interior da Bahia. **Método:** 82 profissionais participaram. Desenvolveu-se, em 3 momentos, a apresentação de conceitos e doenças relacionadas à Saúde do Trabalhador; a administração de vacinas; o controle glicêmico e de pressão arterial (P.A.); e atividades de orientação à saúde. **Resultados:** foram visitados 10 ambientes de trabalho na área com a identificação de pessoas acometidas pelas doenças. Realizou-se a vacinação e controle glicêmico e de P.A. em 37 profissionais e 15 participantes receberam orientação nutricional e de ergonomia. **Conclusão:** é necessário reconhecer que as más condições de trabalho favorecem o adoecimento dos profissionais, as quais geram incapacidades funcionais. **Descritores:** Saúde do Trabalhador; Unidade de Saúde da Família; Projeto de Intervenção.

#### ABSTRACT

**Objective:** to present an experience of nursing students in an intervention project aimed at occupational health in a Family Health Unit in Bahia. **Method:** participants were 82 professionals. It was developed in three moments, the presentation of concepts and diseases related to Occupational Health; administration of vaccines; glycemic and blood pressure (BP) control; and activities of guidance to health. **Results:** we visited 10 workplaces in that area with the identification of people affected by the diseases. It was held vaccination and glycemic and BP control in 37 professionals, and 15 participants received nutritional ergonomics guidance and. **Conclusion:** it must be recognized that poor working conditions favor the illness of professionals and generate functional disabilities. **Descriptors:** Occupational Health; Family Health Unit; Intervention Project.

#### RESUMEN

**Objetivo:** presentar la experiencia vivida por graduandos de enfermería en proyecto de intervención dirigido a la salud del trabajador en una Unidad de Salud de la Familia en el interior de Bahia. **Método:** 82 profesionales participaron. Se desarrolló, en 3 momentos, la presentación de conceptos y enfermedades relacionadas a la Salud del Trabajador; la administración de vacunas; el control glicémico y de presión arterial (P.A.); y actividades de orientación a la salud. **Resultados:** fueron visitados 10 ambientes de trabajo en el área con la identificación de personas afectados por las enfermedades. Se realizó la vacunación y control glicémico y de P.A. en 37 profesionales y 15 participantes recibieron orientación nutricional y de ergonomía. **Conclusión:** es necesario reconocer que las malas condiciones de trabajo favorecen las enfermedades de los profesionales, las cuales generan incapacidades funcionales. **Palabras clave:** Salud del Trabajador; Unidad de Salud de la Familia; Proyecto de Intervención.

<sup>1</sup>Estudante, Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia/UFRB. Santo Antonio de Jesus (BA), Brasil. E-mail: [anderson.ufrb@gmail.com](mailto:anderson.ufrb@gmail.com); <sup>2</sup>Estudante, Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia/UFRB. Santo Antonio de Jesus (BA), Brasil. E-mail: [carolina.mmeira@hotmail.com](mailto:carolina.mmeira@hotmail.com); <sup>3</sup>Estudante, Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia/UFRB. Santo Antonio de Jesus (BA), Brasil. E-mail: [lu\\_cpaixao@hotmail.com](mailto:lu_cpaixao@hotmail.com); <sup>4</sup>Enfermeira, Pós-graduanda em Saúde Coletiva com ênfase no Sanitarismo. Cruz das Almas (BA), Brasil. E-mail: [cintia.moraes@hotmail.com](mailto:cintia.moraes@hotmail.com); <sup>5</sup>Enfermeira, Professora Mestre em Saúde Coletiva, Doutoranda, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. Santo Antonio de Jesus (BA), Brasil. E-mail: [palomapinho@yahoo.com.br](mailto:palomapinho@yahoo.com.br).

## INTRODUÇÃO

O termo Saúde do Trabalhador refere-se a um campo do saber que visa compreender as relações entre o trabalho e o processo saúde/doença. Para este campo temático, trabalhador é toda pessoa que exerça uma atividade de trabalho, independentemente de estar inserido no mercado formal ou informal de trabalho, inclusive na forma de trabalho familiar e/ou doméstico. Ressalte-se que o mercado informal no Brasil tem crescido acentuadamente nos últimos anos.<sup>1</sup>

As ações de saúde do trabalhador são contempladas na perspectiva da Vigilância à (em) Saúde considerando-se os processos de saúde e doença como resultados das relações sociais e produtivas da humanidade.

A atuação em Vigilância à (em) Saúde é parte integrante da Atenção Básica de Saúde alicerçada na Estratégia de Saúde da Família e de Agentes Comunitários de Saúde. Tal atuação engloba a identificação de riscos, danos, necessidades, condições de vida e de trabalho<sup>1:8</sup>, além do levantamento de aspectos demográficos, culturais, políticos, socioeconômicos, epidemiológicos e sanitários que possibilitem o reconhecimento das necessidades e priorização de problemas do grupo populacional de determinada localidade.

Em relação aos trabalhadores, há de se considerar os diversos riscos ambientais e organizacionais aos quais estão expostos em função de sua inserção nos processos de trabalho. Assim, as ações de saúde do trabalhador devem ser incluídas formalmente na agenda da rede básica de atenção à saúde. Dessa forma, amplia-se a assistência já ofertada aos trabalhadores, na medida em que passa a olhá-los como sujeitos a um adoecimento específico que exige estratégias - também específicas - de promoção, proteção e recuperação da saúde.<sup>1</sup>

Entendendo a importância de uma abordagem diferenciada em decorrência das especificidades próprias à saúde do trabalhador como pressuposto do SUS, pelo seu caráter de assistir o usuário em sua singularidade e integralidade, há de se abordar questões inerentes desse grupo particular.

Diante das considerações supracitadas, o presente trabalho tem como objetivo:

♦ Apresentar a experiência vivenciada por graduandos de enfermagem em projeto de intervenção voltado à saúde do trabalhador em uma Unidade de Saúde da Família no interior da Bahia.

## MÉTODO

Este projeto sobre a Saúde do Trabalhador foi idealizado pelos discentes do 8º semestre de enfermagem da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia como uma atividade de intervenção do componente curricular Estágio Supervisionado I. Inicialmente, foi realizado um levantamento com os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) da Unidade de Saúde da Família (USF) Viriato Lobo quanto ao número de trabalhadores que atuam na área de abrangência, sendo um quantitativo de, aproximadamente, 100 profissionais, os quais constituem o público-alvo desta atividade.

O desenvolvimento deste estudo foi realizado com os profissionais que atuam na área, em seu próprio ambiente de trabalho, o que denominamos de “pit stop”, de forma itinerante cuja execução ocorreu em três momentos.

No primeiro momento, ocorreu a apresentação dos conceitos de Saúde do Trabalhador, Lesões por Esforço Repetitivo e Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (LER/DORT) e sobre o Centro de Referência à Saúde do Trabalhador (CEREST) do município de Santo Antonio de Jesus-BA. Neste contexto, utilizou-se exposição de imagens, fluxogramas explicativos e conceitos-chave relacionados às profissões desses trabalhadores. Aproveitando a oportunidade, foi distribuído um “Kit Saúde do Trabalhador” para cada participante, contendo *folders* informativos, insumos de prevenção e calendário de vacinação do adulto.

No segundo momento, optamos pela ida do trabalhador à USF, onde foram realizadas algumas intervenções, como administração de imunobiológicos, o controle glicêmico e de pressão arterial, além de distribuição de *folders* explicativos sobre as doenças pertencentes ao calendário de vacinação do adulto e conceitos sobre Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus. No terceiro e último momento, foram realizadas algumas atividades na USF objetivando abarcar o maior número de trabalhadores que atuam na área em parceria com nutricionista e fisioterapeuta do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) que atuam nessa USF cujo intuito era direcionar orientações de promoção à saúde e prevenção de agravos à saúde do trabalhador.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na primeira etapa do projeto, os discentes e um membro da USF foram ao encontro de alguns profissionais que atuam na área, em seu ambiente de trabalho, para a realização

Freitas PSP, Paixão LC, Santos AAL et al.

“Pit-stop” sobre saúde do trabalhador...

da explanação teórica acerca das LER/DORT's que mais acometem estes trabalhadores. Os temas abordados foram: Tendinite, Artrite, Bursite, além de fenômenos como amputação traumática, critérios diagnósticos e possibilidades terapêuticas.

Considerando as diretrizes do Sistema Único de Saúde, as ações de educação em saúde não devem se limitar ao espaço físico da Unidade, é de extrema importância a realização de atividades educativas na área de abrangência, seja no domicílio, em espaços comunitários, e até mesmo no seu local de trabalho, uma vez que estas ações contribuem para o fortalecimento do vínculo com a comunidade.

Nessa ocasião, foram visitados 10 ambientes de trabalho, em sua maioria, estabelecimentos comerciais, a saber: farmácia, lojas de conveniência, salões de beleza, oficinas, além de secretaria de órgão público. Participaram dessa atividade 30 trabalhadores, tais como balconistas, manicures, cabeleireiros, operadores de caixa de supermercados, técnicos administrativos, mecânicos, dentre outros.

Durante a execução da atividade, foi possível perceber que estes profissionais apresentavam um conhecimento prévio sobre as LER/DORT's e reconheceram alguns sinais e sintomas que podem sugerir o aparecimento dessas doenças. Por exemplo, uma participante (cabeleireira) referiu sentir fortes dores no ombro quando desempenhava suas atividades laborais, a qual passou a delegar essas funções a outra funcionária. Verifica-se, no entanto, o surgimento de uma incapacidade funcional proveniente do trabalho.

Por se tratar de uma doença multifatorial, o desenvolvimento das lesões está relacionado com a existência de certos fatores de risco no ambiente de trabalho que interagem entre si. Deve-se levar em consideração a região anatômica exposta aos fatores de risco, o tempo de exposição a estes fatores e a intensidade dos mesmos, além da organização temporal da atividade, ou seja, a duração do ciclo de trabalho, a distribuição das pausas ou a estrutura de horários.<sup>2</sup>

Convém considerar como fatores de risco a pessoa que tem por obrigação manter um ritmo de trabalho acelerado devido a incentivos salariais por maiores produtividades; aquela que exerce um trabalho repetitivo sem períodos de pausas para descansos; trabalhos realizados com posturas inadequadas; a carga osteomuscular exigida pelo membro afetado; a carga estática mantida pelo mesmo; a monotonia fisiológica

e/ou psicológica na realização da tarefa; o trabalho rigidamente hierarquizado, exercido sob pressões explícita ou implícita das chefias; o número insuficiente de funcionários; jornadas prolongadas de trabalho com frequente realização de horas extras; e a realização de trabalho em ambientes frios, ruidosos e mal ventilados.<sup>3</sup>

Acrescenta-se a isso a reflexão sobre os direitos trabalhistas, se os empregadores estão agindo em conformidade com a lei a fim de garantir tais benefícios, bem como o grau de conhecimento desses direitos por parte dos trabalhadores, uma vez que estes fatores podem ocasionar insatisfação no trabalho e ser desencadeadores de doenças.

Pensar na saúde do trabalhador não se restringe apenas a medidas de prevenção dos agentes etiológicos das doenças, é necessário reconhecer que as condições de trabalho as quais está inserido constituem os fatores que favorecem o adoecimento desses profissionais, sendo um dos principais geradores de incapacidades funcionais.

A segunda etapa do Projeto, nomeada como “Pit-Stop Saúde do Trabalhador”, teve o intuito principal de rastrear a saúde dos trabalhadores da área de abrangência da USF na própria unidade e foi realizado em um momento oportuno. Para tal, os discentes explanaram a importância para a saúde desse rastreamento e, em seguida, foi realizada medição de pressão arterial, glicemia e orientações acerca do calendário vacinal do adulto e do trabalhador e a relevância do mesmo.

Durante esse processo foi obtido alguns dados que possibilitam a análise dos mesmos. Participaram do pit stop 37 trabalhadores, dos quais a maioria foi do sexo feminino, o que remete a pensar que o serviço de saúde é mais frequentado por mulheres.

No decorrer da atividade de intervenção foi possível se deparar com alguns poucos níveis altos de pressão arterial e glicemia, antes desconhecidos pelo trabalhador, o que pode estar levando em risco a saúde dele. Assim, é possível reafirmar a importância da saúde e a prevenção de agravos, principalmente a esse público-alvo que uma vez adoecido deixa de realizar com êxito suas atividades laborais. A exemplo de um resultado elevado: 140x90mmHg, 140 mg/dL em jejum, no qual o trabalhador foi orientado e encaminhado para consulta médica e de enfermagem para possíveis tratamentos e condutas.

A terceira etapa do projeto, desenvolvida com auxílio de profissionais do NASF atuantes na USF, foi dividida em dois momentos devido

Freitas PSP, Paixão LC, Santos AAL et al.

“Pit-stop” sobre saúde do trabalhador...

à disponibilidade e dias de atendimento dos profissionais na unidade.

Ambos os momentos foram iniciados com apresentação do objetivo do projeto e explanação do assunto com exposição de tópicos e imagens na sala de espera da USF Viriato Lobo. Percebeu-se a participação dos usuários nas discussões sobre o tema LER/DORT com identificação das doenças em conhecidos ou nos próprios usuários e que há um maior conhecimento das LER, no entanto o termo DORT não foi reconhecido em nenhum dos momentos e poucos usuários já haviam ouvido falar sobre o CEREST-SAJ.

O primeiro momento realizado na terça-feira, dia 25 de Março de 2014, foi dedicado a orientações nutricionais mediadas pela nutricionista do NASF, pertinentes à saúde do trabalhador, como alimentos preferenciais e dicas de cardápios que se adequem com a jornada de trabalho, sempre levando em consideração os costumes culturais e disponibilidade aquisitiva visando à manutenção de uma dieta equilibrada com espaçamento adequado entre as refeições, ressaltando-se sempre a ingesta hídrica e o consumo de frutas, verduras e legumes, que pela propriedade de diminuir o tempo de esvaziamento gástrico podem influenciar no bem-estar dos trabalhadores e sua produção. Ao final foram servidas frutas para os ouvintes, que totalizavam 4 pessoas. O dia 26 de março de 2014 contou com 11 participantes e foi agendado para as orientações da fisioterapeuta na perspectiva das intervenções terapêuticas no enfrentamento das LER/DORT e também na prevenção destas, em que após a explanação conceitual foram explicadas modalidades, como a fisioterapia e ergonomia, e como estas auxiliam nos quadros clínicos: manejo da dor, fortalecimento e alongamento muscular, alívio de tensões e adaptação dos ambientes de trabalho para manutenção postural do trabalhador e conservação de sua saúde.

Ao elencar os diferentes tipos de exercícios, a fisioterapeuta apresentou a realização correta dos mesmos, bem como suas funções e quais exercícios poderiam ser aplicados pelos usuários sem necessidade de supervisão profissional. Destacou-se ainda em debate final das questões psicológicas inerentes aos casos de LER/DORT com participação ativa dos usuários, por exemplo, a sensação de incapacidade, a dificuldade em admissão laboral, o reconhecimento da doença por outros e as necessidades de amparo social. *Kits* com informativos sobre CEREST-SAJ, vacinação do adulto e do

trabalhador e doenças ocupacionais foram distribuídos entre os usuários presentes.

## CONCLUSÃO

A realização do projeto Saúde do Trabalhador com intuito de sensibilizar a comunidade usuária da USF Viriato Lobo foi o primeiro passo para a construção desse espaço de debate e possíveis intervenções.

O conhecimento e a identificação com as doenças ocupacionais foram facilitadores no processo de explanação do assunto ao público, favorecendo os debates e compartilhamento de vivências. No entanto, a falta de conhecimento sobre os direitos do trabalhador, a atuação do CEREST-SAJ e a possibilidade de prevenção aos agravos à saúde sugerem que a temática deve ser desenvolvida mais vezes, surtindo melhor efeito no próprio ambiente de trabalho. Em diversos momentos foram citadas a delicada relação entre empregador e empregado, bem como questões sobre amparo do INSS.

Vale ressaltar que a interdisciplinaridade é indispensável para o assunto dada a sua multicausalidade e consequências que abrangem diversos campos do conhecimento, como enfermagem, psicologia, fisioterapia, nutrição, farmácia, assistência social, medicina, entre outros. Nesta perspectiva, o trabalho em parceria com a visão multiprofissional do NASF propicia maior contemplação da integralidade do sujeito.

A aproximação dos universitários com o tema possibilita o desenvolvimento de habilidades para uma vida profissional futura, reiterando a relevância das atividades voltadas à educação em saúde e promoção da saúde como fortalecedores dos pressupostos do SUS.

Em termos acadêmicos, frisar a necessidade de publicações de enfermagem na área com mais debruçamento nos estudos e estratégias educativo-assistenciais parece fundamental para fomentar as discussões, auxiliar no enfrentamento dos obstáculos e resolução de problemas. A atuação da enfermagem aí abrangente, pela extensão orgânica, humanística e de empoderamento do indivíduo, remete ao papel de educador inserido no perfil do profissional de enfermagem.

## REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Departamento de Atenção Básica. Área Técnica de Saúde do Trabalhador. Cadernos de Atenção Básica Nº 5 - Saúde do Trabalhador. [Internet]. 2001.

Freitas PSP, Paixão LC, Santos AAL et al.

“Pit-stop” sobre saúde do trabalhador...

[cited 2014 Feb 21]. Available from:  
[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd03\\_12.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd03_12.pdf)

[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diag\\_tratamento\\_ler\\_dort.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diag_tratamento_ler_dort.pdf)

2. Couto HA. Ergonomia aplicada ao trabalho - conteúdo básico guia prático. Belo Horizonte: Ergo, 2007.

3. Epiphanyo EB, Vilela JRPX. Perícias médicas - teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.

4. Salim CA. Doenças do trabalho: exclusão, segregação e relações de gênero.

São Paulo em perspectiva [Internet] 2003 [cited 2014 Mar 31]; 17(1):11-24. Available from:

<http://www.scielo.br/pdf/spp/v17n1/v17n1a02.pdf>

5. Orso, PJ, Murofuse NT, Matias LV, Marziale MHP. Reflexões acerca das lesões por esforços repetitivos e a organização do trabalho. Rev. online bibl. prof. Joel Martins [Internet]. 2001 [cited 2014 Mar 31]; 2(2):47-58. Available from:

[www.brapci.ufpr.br/download.php?dd0=12744](http://www.brapci.ufpr.br/download.php?dd0=12744)

6. Gaedke MA, Krug SBF. Quem eu sou? A identidade de trabalhadoras portadoras de LER/DORT. Rev textos & contextos [Internet]. 2008 [cited 2014 Mar 31]; 7(1):120-37. Available from:

<http://www.redalyc.org/pdf/3215/321527162009.pdf>

7. Renner JS. Prevenção de distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. Boletim da saúde [Internet]. 2005 [cited 2014 Mar 31]; 19(1):73-80. Available from:  
[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/boletim\\_saude\\_v19n1.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/boletim_saude_v19n1.pdf)

8. Jacques MG. Tratamentos em LER/DORT: uma abordagem interdisciplinar

II: abordagem psicoterápica grupal. Boletim da saúde [Internet]. 2005 [cited 2014 Mar 31]; 19(1):81-4. Available from:

[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/boletim\\_saude\\_v19n1.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/boletim_saude_v19n1.pdf)

9. Oliveira PAB. Ergonomia e a organização do trabalho: o papel dos espaços

De regulação individual e social na gênese das LER/DORT. Boletim da saúde [Internet]. 2005 [cited 2014 Mar 31]; 19(1):31-8. Available from:

[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/boletim\\_saude\\_v19n1.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/boletim_saude_v19n1.pdf)

10. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Área Técnica de Saúde do Trabalhador. Diagnóstico, tratamento, reabilitação, prevenção e fisiopatologia das LER/ DORT. [Internet]. 2001 [cited 2014 Mar 31]. Available from:

Submissão: 07/04/2014

Aceito: 14/05/2015

Publicado: 01/07/2015

Correspondência

Paloma de Sousa Pinho Freitas.  
Rua Pássaro Vermelho, 185, Lagoa Salgada,  
Condomínio Ville Renaissance, Bloco 4, Ap.  
101  
CEP 44082-400 – Feira de Santana (BA), Brasil