



UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS – UFAL
FACULDADE DE MEDICINA – FAMED
NÚCLEO DE SAÚDE PÚBLICA – NUSP
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO DO TRABALHO E DA EDUCAÇÃO
EM SAÚDE

ALBACELLY DE ARAÚJO BARROS MELO

**IMPLANTAÇÃO DE PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL COMO
FERRAMENTA DE GESTÃO PARA REDUÇÃO DO ABSENTEÍSMO NA
UNIDADE DE APOIO ASSISTENCIAL 24 HORAS DR. JOÃO FIREMAN**

**MACEIÓ-AL
2017**



UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS – UFAL
FACULDADE DE MEDICINA – FAMED
NÚCLEO DE SAÚDE PÚBLICA – NUSP
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO DO TRABALHO E DA EDUCAÇÃO
EM SAÚDE

ALBACELLY DE ARAÚJO BARROS MELO

Trabalho apresentado para obtenção de grau de especialista do curso de Especialização em Gestão do Trabalho e da Educação em Saúde, sob a supervisão da prof.^a Sandra Lopes Cavalcanti, pela Universidade Federal de Alagoas – UFAL.

MACEIÓ-AL
2017

Catlogação na fonte
Universidade Federal de Alagoas
Biblioteca Central

Bibliotecário Responsável: Valter dos Santos Andrade

M528i Melo, Albacelly de Araújo Barros.

Implantação de programa de ginástica laboral como ferramenta de gestão para redução do absenteísmo na Unidade de Apoio Assistencial 24 horas Dr. João Fireman / Albacelly de Araújo Barros Melo. – 2017.
18 f.: il.

Orientadora: Sandra Lopes Cavalcanti.

Monografia (Especialização em Gestão do Trabalho e da Educação em Saúde) – Universidade Federal de Alagoas. Faculdade de Medicina. Núcleo de Saúde Pública. Maceió, 2017.

Bibliografia: f. 18.

1. Ginástica laboral. 2. Gestão. 3. Absenteísmo. I. Título.

CDU: 614.253 :613.71



UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS – UFAL
FACULDADE DE MEDICINA – FAMED
NÚCLEO DE SAÚDE PÚBLICA – NUSP
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO DO TRABALHO E DA EDUCAÇÃO
EM SAÚDE

Coordenadora do Curso de Pós Graduação: Prof.^a Dra. Divanise Suruagy Correia

**IMPLANTAÇÃO DE PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL COMO
FERRAMENTA DE GESTÃO PARA REDUÇÃO DO ABSENTEÍSMO NA
UNIDADE DE APOIO ASSISTENCIAL 24 HORAS DR. JOÃO FIREMAN**

Banca Examinadora

Presidente da Banca: Divanise Suruagy Correia

Orientadora: Sandra Lopes Cavalcanti

1º Avaliador: Divanise Suruagy Correia

2º Avaliador: Maria Quitéria de Moraes Barros

RESUMO

O presente projeto de intervenção tem por objetivo implantar um programa de ginástica laboral para redução do absenteísmo na Unidade de Apoio Assistencial 24 Horas Dr. João Fireman. Foi realizado um levantamento dos dados referentes ao absenteísmo por doença na referida unidade de saúde, onde foi observado que o maior número de dias de afastamento do trabalho está relacionado às doenças classificadas como do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo. O projeto se dará pela execução do programa de ginástica laboral, devendo ocorrer duas vezes por semana, sob a supervisão de fisioterapeuta e orientado aos participantes para prática diária. Após seis meses deverá ocorrer a avaliação dos resultados, através das informações sobre o número de dias de afastamento e as doenças apresentadas nos atestados médicos dos servidores. Espera-se contribuir de forma significativa para diminuição dos dias de afastamento do trabalho por motivo de doença na unidade, tendo como propósito maior a efetividade e a eficiência do SUS.

Palavras – chaves: Ginástica laboral; Absenteísmo; Doença.

ABSTRACT

The purpose of this intervention project is to establish a work-related gymnastics program to reduce absenteeism at the Dr. João Fireman 24-Hour Support Unit. A survey of the data on absenteeism due to illness at the referred health unit was carried out, where it was observed that the greatest number of days away from work is related to diseases classified as osteomuscular and connective tissue. The project will take place for the execution of the workout program, which must occur twice a week, under the supervision of physiotherapist and directed to the participants for daily practice. After six months, the results should be evaluated through the information on the number of days of leave and the diseases presented in the medical certificates of the servers. It is hoped to contribute significantly to decrease the days of leaving the work due to illness in the unit, with the greater purpose of the effectiveness and efficiency of SUS.

Key - words: Labor gymnastics; Absenteeism; Disease.

LISTA DE QUADROS

QUADRO 01 – Grupo de Doenças/CID 10, Frequência Apresentada, Dias Afastados	11
QUADRO 02 – Cronograma do Projeto de Intervenção	13
QUADRO 03 – Orçamento	14
QUADRO 04 – Resumo do Plano de Intervenção	14

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CID 10	10ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças
GES	Gestão de Educação em Saúde
GEVP	Gerência Executiva de Valorização de Pessoas
GTES	Gestão do Trabalho e da Educação em Saúde
GTS	Gestão do Trabalho em Saúde
OIT	Organização Internacional do Trabalho
PGL	Programa de Ginástica Laboral
SESAU/AL	Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas
SGTES	Secretaria da Gestão do Trabalho e da Educação em Saúde
SUS	Sistema Único de Saúde
UAAJF	Unidade de Apoio Assistencial 24 horas Dr. João Fireman

SUMÁRIO

1 IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO	07
2 INTRODUÇÃO	08
2.1 Fundamentação Teórica	
2.2 Justificativa	
2.3 Oportunidade Percebida	
3 DIAGNÓSTICO SITUACIONAL	10
3.1 Descrição do Campo Empírico	
3.2 Estrutura Física do Local	
3.3 Perfil da Comunidade Atendida	
3.4 Dados Norteadores da Pesquisa	
4 OBJETIVOS	12
4.1 Geral	
4.2 Específicos	
5 MÉTODO	12
6 QUADRO RESUMO	14
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	14
REFERÊNCIAS	16

1 IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

1.1 Título do Projeto

Implantação de programa de ginástica laboral como ferramenta de gestão para redução do absenteísmo por doença

1.2 Unidade Organizacional

Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas

Unidade de Apoio Assistencial 24 Horas Dr. João Fireman

1.3 Autor do Projeto e Respectivo Cargo

Albacelly de Araújo Barros Melo, autora do projeto e orientanda. Fisioterapeuta e assistente de administração. Atua como técnica de recursos humanos no setor de gestão de pessoas da Unidade de Apoio Assistencial 24 horas Dr. João Fireman, pertencente à Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas.

1.4 Contato (e-mail e telefone)

Albacelly de Araújo Barros Melo; albacellyfisio@hotmail.com; [\(82\) 9 9332-4444](tel:(82)99332-4444);

1.5 Área de Atuação

Tema: Gestão do Trabalho;

Linha de Pesquisa: Estruturação da área de Gestão do Trabalho em Saúde

2 INTRODUÇÃO

2.1 Fundamentação Teórica

A Gestão do Trabalho, no que tange a saúde do trabalhador, possui, dentro de suas políticas e práticas, um amplo universo a ser explorado, visto a importância da qualidade de vida dos trabalhadores, o que implica no bom andamento do sistema de saúde do Brasil (CONASS, 2011).

As mudanças no processo produtivo, prevenção e qualidade de vida são parte integrante das propostas aprovadas pela 4ª Conferência Nacional de Saúde do Trabalhador e Trabalhadora. O relatório final desta conferência propõe ainda a criação e implementação de estratégias de educação em saúde a partir da investigação e identificação das doenças ocupacionais (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

As referidas propostas corroboram com as recomendações da Organização Internacional do Trabalho (OIT) que, em sua convenção nº161, trata da importância da informação sobre fator suspeito do ambiente de trabalho que possa interferir na saúde do trabalhador e das faltas por doença (OIT, 1985).

Visando a promoção da qualidade de vida dos trabalhadores, bem como a diminuição das despesas pelo afastamento temporário ou permanente destes, o incentivo a prática de atividade física no ambiente laboral é bem-vindo (ROSSATO et al., 2013).

Um estudo realizado para analisar se um programa de ginástica laboral (PGL) influenciou na redução da quantidade de atestados de uma empresa de tratamento de resíduos industriais da cidade de Chapecó, no estado de Santa Catarina, obteve como resultado a redução no número total de atestados em 51,52%, sendo observada a diminuição em 43,48% dos atestados relacionados às doenças sistêmicas e 55,56% dos relacionados às doenças osteomusculares. Concluindo-se, também que houve melhora da saúde e da qualidade de vida dos participantes (CUNHA LAUX et al., 2016).

Outro estudo realizado com 26 trabalhadores dos setores de almoxarifado e administrativo observou o efeito de um programa de ginástica laboral (PGL) na flexibilidade, força e sintomas osteomusculares. De acordo com o resultado apresentado, houve melhora da flexibilidade e queixas osteomusculares nas regiões corporais com maiores índices de lesões relacionadas ao trabalho (MARTINS; ZICOLAU; CURY-BOAVENTURA, 2015).

2.2 Justificativa

A necessidade de se buscar estratégias para enfrentar o problema do absenteísmo por motivo de doença é assunto que cada vez mais vem sendo discutido no cenário internacional e nacional através de conferências e políticas relacionadas à Gestão do Trabalho e Educação em Saúde (GTES). No estado, as ações neste sentido foram fortalecidas através da Portaria nº 306, de 27 de outubro de 2015 onde foi instituída a Política de Gestão do Trabalho e Educação em Saúde de Alagoas. O tema além de atual demonstra-se relevante por possuir escolpo na realidade da instituição, envolvendo gestão e trabalhadores em busca de transformar, melhorar o produto final ofertado, o serviço prestado aos usuários do SUS.

2.3 Oportunidade Percebida

No âmbito da Secretaria de Estado da Saúde de Alagoas (SESAU/AL), as ações de saúde do trabalhador também vêm crescendo nos últimos anos através da Gerência Executiva de Valorização de Pessoas (GEVP) e consequentemente nas unidades de saúde ligadas a ela. A Unidade de Apoio Assistencial 24 horas Dr. João Fireman (UAAJF) implantou a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes no ano de 2013, a qual, juntamente com apoio da gestão tem desenvolvido esporadicamente, atividades de ginástica laboral. Apesar do *feedback* dos trabalhadores e da administração ter sido positivo, ainda não existem ações contínuas nesse sentido, bem como não há discussão sobre a relação entre a promoção da saúde do trabalhador e os afastamentos por motivo de doença.

O setor de gestão de pessoas da UAAJF é responsável por receber os atestados e licenças médicas dos servidores, bem como por buscar soluções, juntamente com as coordenações, para administrar as ausências de pessoal fazendo com que seja atenuado o impacto no serviço prestado à população.

O contato com as informações sobre essas dificuldades e o conhecimento da fisioterapia foi fundamental para identificar a oportunidade de trabalho.

Desta forma surge a questão: Como criar uma estratégia de gestão para reduzir o absenteísmo?

3 DIAGNÓSTICO SITUACIONAL

3.1 Descrição do Campo Empírico

A Unidade de Apoio Assistencial 24 Horas Dr. João Fireman faz parte da rede de assistência pré hospitalar da SESAU/AL, sendo desta forma, uma unidade pertencente ao sistema público de saúde brasileiro.

A instituição possui 150 trabalhadores efetivos que estão distribuídos em 18 cargos, nos três níveis de escolaridade. Os horários de trabalho são organizados de duas formas, regime de plantão e diaristas. Quando estes necessitam se afastar das atividades laborais por motivo de doença, apresentam como forma de justificativa, atestados médicos.

3.2 Estrutura Física do Local

As instalações físicas pertencem à SESAU/AL composta por três consultórios médicos, uma sala de procedimentos, uma sala de sutura, uma sala de parada, uma sala de medicação, um consultório odontológico, uma farmácia satélite, uma mini CAF, um depósito de material de limpeza, uma sala de vacina, uma sala de nebulização, um posto de enfermagem, uma observação masculina com banheiro, uma observação feminina com banheiro, uma observação pediátrica com banheiro, um necrotério, uma sala de esterilização, quatro banheiros para funcionários, um quarto de descanso para nível superior feminino com banheiro, um quarto de descanso masculino para nível superior com banheiro, um quarto de descanso para motorista, dois quartos de descanso feminino para nível elementar e médio, um quart de descanso masculino para nível elementar e médio, uma cozinha, um refeitório, um consultório de psicologia, uma sala de estatística, uma sala de assistência social, uma sala de gestão de pessoas, uma sala da direção, uma sala de coordenações, sala de descanso para policial militar, uma sala de telefone, uma recepção, espaço interno onde ocorrem confraternizações, na área externa possui depósito para lixo e lavanderia.

3.3 Perfil da Comunidade Atendida

Os serviços ofertados são destinados aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS), não apenas da comunidade do bairro do Jacintinho, mas de qualquer localidade. A demanda é espontânea e todos que buscam o serviço devem ser atendidos, pois trata-se de uma unidade de “portas abertas”.

3.4 Dados Norteadores da Pesquisa

Diante deste contexto o presente projeto buscou levantar dados a cerca do absenteísmo por doença na UAAJF, identificando qual o grupo de patologias que mais acometeu os trabalhadores da instituição e qual representou um maior número de dias de afastamento das atividades laborais. Como estratégia de gestão para reduzir esse tipo de absenteísmo foi apresentado um programa de ginástica laboral a ser desenvolvido com os trabalhadores da unidade.

Os dados foram coletados através dos atestados médicos entregues pelos servidores entre os meses de agosto e novembro do ano de 2016. Foram observados o número de dias de afastamento e o código da doença de acordo com a 10ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-10).As características e o perfil dos servidores que apresentaram justificativa médica para as faltas ao trabalho não foram levantadas.

Alguns atestados apresentados continham mais de um código CID 10, nem sempre sendo do mesmo grupo de doenças, por este motivo,os números de dias de afastamento destes atestados aparecem repetidos nas somas dos diferentes agrupamentos, porém no somatório do total de dias de afastamento ocorridos eles foram contabilizados apenas uma vez.

O quadro a seguir, mostra os dados obtidos.

Quadro 01: Grupo de Doenças/CID 10, Frequência Apresentada, Dias Afastados

*GRUPO DE DOENÇAS/CID10	**FREQUÊNCIA APRESENTADA	**DIAS AFASTADOS
Algumas Doenças Infecciosas e Parasitárias A00 – B99	15	62
Neoplasias [tumores] (C00-D48)	1	1
Doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas (E00-E90)	3	3
Transtornos mentais e comportamentais (F00-F99)	3	55
Doenças do sistema nervoso (G00-G99)	3	181
Doenças do aparelho circulatório (I00-I99)	2	181
Doenças do aparelho respiratório (J00-J99)	8	11
Doenças do aparelho digestivo (K00-K93)	5	11
Doenças da pele e do tecido subcutâneo (L00-L99)	1	30
Doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo (M00-M99)	32	330

Doenças do aparelho geniturinário (N00-N99)	5	74
Sintomas, sinais e achados anormais de exames clínicos e de laboratório, não classificados em outra parte (R00-R99)	1	1
Lesões, envenenamento e algumas outras consequências de causas externas (S00-T98)	2	5
TOTAL DE DIAS DE AFASTAMENTO		707

Fontes: *CID 10; ** Atestados médicos apresentados/ Setor de Gestão de Pessoas/ UAAJF

Os dados coletados mostram que o maior número de dias de afastamento do trabalho está relacionado às doenças classificadas como do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo (M00-M99), que representaram 330 dias de afastamento quando somados.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

- Implantar programa de ginástica laboral para redução do absenteísmo.

4.2 Específicos

- Sensibilizar a gestão da unidade, as coordenações e os servidores;
- Executar o programa de ginástica laboral;
- Promover educação em saúde do trabalhador.
- Avaliar o impacto da implantação do programa de ginástica laboral na redução dos dias de afastamento por doença.

5 MÉTODO

O projeto se dará pela execução do programa de ginástica laboral que será implantado na unidade, devendo ocorrer duas vezes por semana sob a supervisão de fisioterapeuta e orientado aos participantes para prática diária. As atividades físicas terão o objetivo de promover junto aos trabalhadores, lotados na UAAJF, pausas ativas durante a jornada de trabalho, possibilitando redução da sobrecarga dos grupos musculares, além da interação da equipe.

Será confeccionado na própria unidade material informativo convidando os trabalhadores a participar do projeto, material com orientações e ilustrações sobre ginástica laboral e informativos dos resultados alcançados.

Para conseguir realizar monitoramento e avaliação dos resultados, no setor de gestão de pessoas, será alimentada uma planilha mensal contendo informações sobre o número de dias de afastamento e as doenças apresentadas nos atestados médicos dos servidores.

Ao final de seis meses de atividades serão divulgados para a gerência administrativa, para as coordenações e para os servidores os resultados obtidos.

Quadro 02 - Cronograma do Projeto de Intervenção

CRONOGRAMA 2017													
	ATIVIDADES	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAIO	JUN	JUL
IMPLANTAÇÃO DO PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL	Levantar dados a cerca das ausências por doença;	X	X	X	X								
	Definir calendário das atividades;						X						
	Elaborar material de divulgação e orientação;						X						
	Planejar as atividades físicas;					X	X	X	X	X	X	X	X
	Realizar as atividades físicas;							X	X	X	X	X	X
MONITORAR ANDAMENTO DO PROGRAMA	Alimentar planilha de gestão do absenteísmo por doença;							X	X	X	X	X	X
	Avaliar resultados												X
	Divulgar resultados obtidos												X

Fonte: Elaborado pelo autor

Quadro 03 – Orçamento

ORÇAMENTO DETALHADO			
DESCRIÇÃO	QUANT.	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL
Papel A4	100	R\$ 0,50	R\$ 5,00
Caneta	3	R\$ 1,00	R\$ 3,00
Fita adesiva	1	R\$ 2,00	R\$ 2,00
TOTAL			R\$ 10,00

Fonte: Elaborado pelo autor

6 QUADRO RESUMO do Plano de Intervenção

Quadro 04 - Resumo do Plano de Intervenção

NÓ CRÍTICO	OPERAÇÃO (PROJETO/AÇÃO)	RECURSOS NECESSÁRIOS	RESULTADOS ESPERADOS	CUSTOS
Absentéismo	Elaborar material de divulgação e orientação;	Confecção de Material de Divulgação e Orientação;	30 Panfletos;	R\$5,00
	Realizar as atividades físicas;	Fisioterapeuta e público alvo;	Melhora da saúde e qualidade de vida do trabalhador;	R\$0,00
	Monitorar Andamento do Programa de Ginástica Laboral;	Alimentar Dados na Planilha de Gestão do Absenteísmo;	Controle e Gestão dos afastamentos por motivo de doença	R\$0,00
	Divulgar Resultados Obtidos	Confecção de documento com resultados obtidos;	Redução do Absenteísmo por Doença na Unidade.	R\$5,00

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A valorização do sujeito como agente transformador de seu ambiente laboral, adotada pela Gestão do Trabalho em Saúde, do Ministério da Saúde, foi também adotada neste estudo que buscou propor uma solução para gerir o absenteísmo.

Espera-se contribuir de forma significativa para diminuição dos dias de afastamento do trabalho por motivo de doença na unidade, tendo como propósito maior a efetividade e a eficiência do SUS.

REFERÊNCIAS (ABNT)

CONSELHO NACIONAL DE SECRETÁRIOS DE SAÚDE. **A gestão do Trabalho e da educação na saúde**. Brasília. 2011 120p. (Coleção, para entender a gestão do SUS 2011).

MINISTÉRIO DA SAÚDE. CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE: **Relatório Final: 4ª** Conferência Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Brasília, 2015. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/biblioteca/Relatorios/04Abr20_Relatorio_4cnstt_final.pdf> Acesso: 01/01/2017.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **Convenção nº 161 sobre os Serviços de Saúde do Trabalhador**: OIT, 1985. Disponível em: <<http://www.oitbrasil.org.br/node/507>>. Acesso em: 08/01/2017.
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – CID-10**. Disponível em: <<http://www.datasus.gov.br/cid10/V2008/cid10.htm>> Acessado em: 01/01/2017.

ROSSATO, Luana Callegaro et al. Prática da Ginástica Laboral por Trabalhadores das Indústrias do Rio Grande do Sul, Brasil. **Rev. bras. educ. fís. esporte**, São Paulo, v. 27, n. 1, p.15-23, Mar. 2013. Disponível em: file://localhost/<http://www.scielo.br/scielo.php%3Fscript=sci_arttext&pid=S18075509201300100003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 08/01/2017.

CUNHA LAUX, Rafael et al . Programa de Ginástica Laboral e a Redução de Atestados Médicos. **Cienc Trab.**, Santiago , v. 18, n. 56, p. 130-133, agosto 2016. Disponível em: <file://localhost/<http://www.scielo.cl/scielo.php%3Fscript=sci_arttext&pid=S07182449201600200009&lng=es&nrm=iso>.[http://dx.doi.org/10.4067:S0718-24492016000200009](http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492016000200009)>. Acesso em: 09/01/2017.

MARTINS, Patrícia Fátima de Oliveira; ZICOLAU, Evelin Alvares Aranda; CURY-BOAVENTURA, Maria Fernanda. Stretch breaks in the work setting improve flexibility and grip strength and reduce musculoskeletal complaints. **Motriz: rev. educ. fis.**, Rio Claro, v. 21, n. 3, p. 263-273, Sept. 2015. Disponível em: <file://localhost/<http://www.scielo.br/scielo.php%3Fscript=sci_arttext&pid=S198065742015000300263&lng=en&nrm=iso>>. Acesso em: 08/01/2017.

ALAGOAS. Portaria no 306, de 27 de Outubro de 2015. Institui Política de Gestão do Trabalho e Educação em Saúde de Alagoas. **Diário Oficial de Alagoas**, Maceió, Alagoas. Secretaria de Estado da Saúde. BRASIL. Lei Federal no 11.788, de 25 de setembro de 2008.