



**ESCOLA BAHIANA DE MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

**ANA CAROLINA PEREIRA DE JESUS**

**LUCIENE SANTOS DE JESUS**

**PARTICIPAÇÃO DO ENFERMEIRO NOS PROGRAMAS DE QUALIDADE DE  
VIDA DO TRABALHO**

Salvador  
2015

**ANA CAROLINA PEREIRA DE JESUS**

**LUCIENE SANTOS DE JESUS**

**PARTICIPAÇÃO DO ENFERMEIRO NOS PROGRAMAS DE QUALIDADE DE  
VIDA DO TRABALHO**

Artigo apresentado ao programa de Pós-Graduação em Enfermagem do Trabalho da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública como requisito para a obtenção do título de Especialista em Enfermagem do Trabalho.

Orientação: Jussara Correia Ribeiro

Salvador  
2015

# **PARTICIPAÇÃO DO ENFERMEIRO NOS PROGRAMAS DE QUALIDADE DE VIDA DO TRABALHO**

**ANA CAROLINA PEREIRA DE JESUS\***

**LUCIENE SANTOS DE JESUS \*\***

**JUSSARA CORREIA RIBEIRO \*\*\***

## **RESUMO**

Esta pesquisa teve como objetivo descrever como é a participação do enfermeiro do trabalho nos programas de qualidade de vida para a promoção da saúde do Trabalhador. Esclareceu-se que as organizações passaram a investir em programas de promoção da saúde e qualidade de vida, visando os benefícios como aumento da produtividade, redução do absenteísmo e dos gastos de assistência à saúde. Especificamente os objetivos foram descrever programas de qualidade de vida como modelos de promoção da saúde do trabalhador, identificar a atuação do enfermeiro do trabalho nos programas e como contribui na prevenção de agravos à saúde. Tratou-se de um estudo de abordagem exploratório-descritiva, onde os dados secundários coletados em livros, textos e artigos em sites como Scielo e Google Acadêmico. Os resultados apontaram que a atuação do enfermeiro se estende para ações sociais, educativas, psicossociais que proporcionem mudanças reais de comportamento dos indivíduos. As considerações finais esclarecem que são ações que fazem o trabalhador se sentir valorizado e acolhido, certamente contribuindo na prevenção de agravos à saúde.

Palavras-chave: Promoção da Saúde. Programas de qualidade de vida. Enfermagem. Saúde do trabalhador.

## **ABSTRACT**

This research aimed to describe how the participation of the working nurse in quality of life programs for health promotion worker. I explained that organizations are investing in programs to promote health and quality of life, targeting benefits such as increased productivity, reduced absenteeism and health care costs. Specifically the objectives were to describe the quality of life programs as promotional models of workers' health, identify the role of the nurse in the work program and contributes to the prevention of health problems. This was a study of exploratory and descriptive approach, where the secondary data collected in books, papers and articles on sites like Scielo and Google Scholar. The results showed that the nurse's role extends to social, educational, psychosocial actions that provide real change of behavior of individuals. The final considerations clarify that they are actions that make the employee feel valued and welcomed, certainly contributing to the prevention of health problems.

Keywords: Health Promotion. Quality programs of life. Nursing. Occupational health.

---

\* Enfermeira. Formada pela Faculdade São Camilo Pós-graduanda em Enfermagem do Trabalho pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. E-mail: anacarolina\_pj@hotmail.com

\*\* Enfermeira. Formada pela Faculdade FIBEstácio Pós-graduanda em Enfermagem do Trabalho pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. E-mail: lusantosj@hotmail.com

\*\*\* Docente no curso de Graduação de Administração na FAMEC e UNIFASS. Docente no curso de pós-graduação em Enfermagem do Trabalho na Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Mestranda em Administração (Universidade Americana). MSA em Gestão de Iniciativas Sociais. [jussarac28@yahoo.com.br](mailto:jussarac28@yahoo.com.br)

## **1 INTRODUÇÃO**

Nas últimas décadas, as organizações além do legalmente exigido referente à saúde do trabalhador passaram a investir em programas de promoção da saúde e qualidade de vida, na perspectiva de auferirem benefícios como o aumento da produtividade, a diminuição do absenteísmo ou, até mesmo, redução com gastos de assistência à saúde.

Os programas de promoção da saúde e qualidade de vida possuem a finalidade de melhorar as condições de saúde do trabalhador. São iniciativas que procuram reduzir a morbidade e diminuir a mortalidade por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT'S), através de ações educativas que estimulam mudanças de comportamento e de estilo de vida.

Nesse ponto, a enfermagem do trabalho desponta como uma especialidade destinada ao cuidado daquele que trabalha, voltando-se para os trabalhadores de todas as categorias e de todos os setores de ocupação, onde quer que se encontrem.

Assim, o presente trabalho procura descrever como é a participação do enfermeiro do trabalho nos programas de qualidade de vida para a promoção da saúde do Trabalhador, sendo este o seu objetivo geral. Especificamente, os objetivos foram: descrever programas de qualidade de vida como modelos de promoção da saúde do trabalhador, e identificar a atuação do enfermeiro do trabalho nos programas, e como ele contribui na prevenção de agravos à saúde do trabalhador.

Este artigo foi dividido em três partes: Pressupostos teóricos referentes aos programas de qualidade de vida como modelos de promoção da saúde do trabalhador e, sobre o papel da Enfermagem do Trabalho; O relato de experiência apresenta a atuação do enfermeiro do trabalho nos programas, e como ele contribui na prevenção de agravos à saúde do trabalhador.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de estudo de abordagem exploratório-descritiva, por visar oferecer informações sobre o objeto desta e orientar a formulação de hipóteses e identificar, registrar e analisar as características, fatores ou variáveis que se relacionam com o fenômeno ou processo (IBIAPINA, 2008).

Os dados secundários foram realizados em livros, textos e artigos em sites como Scielo e Google Acadêmico, publicados até 2014, selecionados através das palavras chave: 'qualidade de vida no trabalho', 'promoção da saúde', 'trabalhador' e 'enfermagem do trabalho'.

A coleta de dados consistiu em entrevistas realizadas pelas próprias alunas com profissionais de Enfermagem do Trabalho, que atuam com Programas de Qualidade de Vida. Foram entrevistadas 06 (seis) Enfermeiras do Trabalho que atuam em empresas industriais (03), do ramo hospitalar (01), construção civil (02) da cidade de Salvador e Região Metropolitana.

A análise dos dados coletados, seguindo os passos: pré-análise (organização do material), seguindo da descrição analítica dos dados (codificação, classificação e categorização) e, por fim, com a interpretação referencia (tratamento e reflexão).

## **3 REVISÃO DE LITERATURA**

### **3.1 A saúde do trabalhador**

Estudos sobre o cuidado com a saúde dos trabalhadores tiveram início no Brasil no final do século XIX, onde foram apresentadas várias teses na área da higiene e medicina legal

relacionando as condições de trabalho, à saúde dos empregados. Muitos autores publicaram trabalhos importantes referentes a essa questão, mas para Branco (2008), os estudos que ganharam maior destaque sobre a saúde do trabalhador no Brasil são atribuídos ao médico sanitarista Osvaldo Cruz, por estudar a cura de várias doenças epidemiológicas de interesse público e relacionar a saúde dos trabalhadores às suas atividades ocupacionais.

As mudanças provocadas pelo processo de globalização mundial desde o século XIX produziram alterações significativas para a vida em sociedade, inclusive nas relações de trabalho e requisitos ligados ao perfil profissional dos trabalhadores e a sua adequação ao novo “modus operandi” das empresas na busca da sustentabilidade nos negócios. Assim, passa a exigir dos trabalhadores eficiência e alta produtividade em tempo limitado e, em condições inadequadas de trabalho, com problemas de ambiente e equipamentos. Desta forma, nas últimas décadas tornou-se mais importante à promoção da saúde o cuidado com a vida para a redução do estado de vulnerabilidade, as chances de incapacidade e a morte prematura do indivíduo (BRASIL, 2006).

Em novembro de 2004, articulados pelos Ministérios do Trabalho, da Previdência Social e Ministério da Saúde foi desenvolvida a Política Nacional de Segurança e Saúde do Trabalhador, com a finalidade de garantir que o trabalho base da organização social e direito humano fundamental, seja realizado em condições que contribuam para a melhoria da qualidade de vida, realização pessoal e social dos trabalhadores sem prejuízo para sua saúde, sua integridade física e mental (BRASIL, 2004).

[...] Um conjunto de atividades que se destina, através das ações de vigilância epidemiológica e vigilância sanitária, à promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, assim como visa à recuperação e reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho (BRASIL, 2006).

Atualmente, há exigências legais que normatizam políticas de saúde e segurança do trabalho, obrigando as empresas de todos os ramos a instituir programas de saúde que ajudem na promoção da qualidade de vida no diagnóstico de doenças proveniente da sua atividade laboral como de outras patologias comuns, visando minimizar os problemas referentes à sua atividade laboral (BRASIL, 2006).

### **3.2 A qualidade de vida no trabalho**

No contexto atual, a saúde, não é vista por um conceito simplista de ausência de doença e, sim determinada também por influências externas variadas do meio ambiente, além do estilo de vida dos indivíduos e o equilíbrio entre fatores externos e internos do ser humano. Acredita-se que tal equilíbrio está intimamente relacionado à harmonia entre todos os âmbitos vitais que circundam o trabalhador, como visto no conceito da OMS em 1948 (THE WHOQOL GROUP, 1995 apud ALVES, 2011). E isto está diretamente associada à qualidade de vida.

Ao abordar o tema Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) são empregados vários termos para descrever o seu conceito, observando que frequentemente não há um significado singular, sendo objeto de reflexões para a definição, muitos descrevem como sinônimo de saúde, status de saúde, promoção da saúde, qualidade de vida e bem estar. De acordo com Dolan (2006 apud LIMONGI-FRANÇA, 2010), QVT tem um conceito e uma filosofia que visam melhorar a qualidade de vida dos empregados, de modo que eles tenham o maior envolvimento e a melhor satisfação no trabalho com a diminuição de estresse e exaustão, onde todos os membros das organizações são comunicadores e multiplicadores em saúde e bem-estar.

Essa prática não pode ser confundida com políticas de benefícios, nem com atividades festivas de conagração, embora essas sejam importantes como estratégias. A QVT tem a ver com a cultura organizacional, que pode ser traduzida como: os valores, a filosofia da empresa, sua missão, o clima participativo, o gosto por pertencer a elas e as perspectivas concretas de desenvolvimento pessoal que criam a identificação empresa-trabalhador (MATOS, 1997).

Neste contexto, de maneira inevitável e natural o termo qualidade de vida está sendo também, introduzidos no ambiente de trabalho, local onde, os indivíduos dedicam grande parte de seu tempo. O mercado cada vez mais competitivo e exigente movido pelos avanços tecnológicos redefine o trabalhador como sendo a verdadeira potência a motivação e o comprometimento são seus combustíveis. Portanto a promoção da qualidade de vida nas empresas vem se tornando a maneira essencial para manter a motivação e o comprometimento desses trabalhadores (MARQUES, 1996 apud LIMONGI-FRANÇA, 2010).

Sendo assim, a qualidade de vida do trabalho é um processo, que precisa ser construídos não só para incorporar as novas tecnologias, como também para aproveitar o potencial humano, individual e em equipe.

Dessa forma percebe-se que a QVT atua preventivamente, reduzindo custos e contribuindo para atrair e manter colaboradores, a melhora das condições de saúde e trabalho atua como fatores essenciais para o desenvolvimento e o crescimento das organizações, em outras palavras o hábito de cuidar da saúde no presente tendo em vista um melhor futuro (MARQUES, 1996 apud LIMONGI-FRANÇA, 2010).

Essa prática resultam em ganhos positivos envolvendo a saúde do trabalhador de alcance abrangente, com resultados almejados em acordos mundiais, que envolve a transformação comportamental dos indivíduos em compromisso e cuidado da sua qualidade de vida, com o bem estar da população trabalhadora (BRASIL, 2004).

### **3.3 A promoção da saúde no trabalho**

Segundo o Ministério da Saúde (2004), promoção da saúde é uma forma moderna e eficaz de enfrentar os desafios referentes à saúde e qualidade de vida, introduzindo a noção de responsabilidade civil de gestores, compartilhada com a sociedade organizada. E ainda, oferece condições e instrumentos para uma ação integrada e multidisciplinar que inclui as diferentes dimensões da experiência humana – a subjetiva, a social, a política, a econômica e a cultural e, portanto, coloca a serviço da saúde os saberes produzidos nos diferentes campos do conhecimento.

Esse conceito tem implícita a ideia que esta pode desenvolver-se ao longo do ciclo da vida e que esta evolução é qualitativa. Pressupõe também que saúde é um processo em vez de um estado, processo dependente das estimulações e reações constantes do organismo. Ribeiro (1998, p. 20) afirma que “a promoção da saúde não se propõe há dar mais anos a vida, o elemento essencial consiste, sim, em dar mais vida aos anos”.

Diferentes estudos mostraram que os programas de promoção da saúde, quando planejados e desenvolvidos adequadamente, podem melhorar a qualidade de vida e o estado de saúde de seus participantes e, conseqüentemente, trazer benefícios para a empresa onde foram desenvolvidos, como aumento da produtividade e redução do gasto com o benefício de assistência à saúde (ALDANA, 2001; BAICKER ET AL., 2010 apud REIS; MANSIN; LEITE, 2014, p. 4).

A finalidade dos programas de promoção da saúde e qualidade de vida torna-se marcante quando se deseja o crescimento da produtividade e do bem-estar dos trabalhadores, considerando a obtenção de resultados crescentes, pela empresa, como fundamental para que as melhorias nas condições, organização e relações de trabalho ocorram permanentemente. Ou

seja, as empresas entendem que com o investimento nesses programas a produtividade deve aumentar, gerando recursos, para que esta se sinta estimulada a continuar investindo no bem estar dos empregados (ABQV, 2004).

Nessa perspectiva os programas de promoção da saúde e prevenção de riscos e doenças têm como objetivo principal capacitar indivíduos e comunidades, tornando-os aptos a melhorar e manter sua própria saúde. Essas iniciativas têm ganhado destaque com o crescimento da morbidade e diminuição da mortalidade por doenças crônicas.

A seguir foram relacionados alguns programas de promoção da saúde e prevenção de riscos e doenças que são frequentemente utilizados pelas empresas:

a) Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT)

É programa do Ministério do Trabalho e Emprego que tem como objetivo melhorar as condições nutricionais dos trabalhadores, facultando às empresas a dedução de despesas com alimentação de seus funcionários. Procura-se obter, por meio da alimentação saudável, repercussões positivas na qualidade de vida, redução de acidentes de trabalho e aumento de produtividade (SARNO; BANDONI; JAIME, 2008).

Nesse sentido, demonstrou-se que, houve uma tendência de aumento generalizado de peso, inclusive no grupo de indivíduos eutróficos ou com sobrepeso, nas empresas onde foi implantado o PAT, concluindo-se que, ao contrário do previsto, o programa pode contribuir para o aumento da ocorrência de excesso de peso e das morbidades associadas entre os trabalhadores beneficiados. Devido à sua abrangência, o PAT pode ser considerado peça chave na promoção de alimentação saudável da população trabalhadora. Assim, fazem-se necessários estudos que avaliem as repercussões do programa na saúde dos trabalhadores, principalmente em relação às doenças associadas à nutrição (SARNO; BANDONI; JAIME, 2008).

b) Programa de Vacinação para o Trabalhador

A vacinação de adultos tem dois objetivos principais – ambos no sentido de diminuir a mortalidade precoce e a melhoria da qualidade de vida: a eliminação de doenças no país e a proteção individual. Hoje as doenças infecciosas são percebidas como um agravo a que estão expostos os trabalhadores de diversas atividades, e algumas delas como causadoras de prejuízos socioeconômicos para as empresas é o caso da gripe, por exemplo. (ANAMT, 2007)

A vacina é uma das principais aliadas do serviço de saúde ocupacional porque permite, a partir de ações simples e de baixo custo, alcançar seu objetivo: a saúde dos trabalhadores, com diminuição do risco de absenteísmo. Além disso, um programa bem elaborado será percebido pelos funcionários como mais um benefício e, pela empresa, como uma ferramenta que assegura o ritmo de produção, evitando faltas, licenças temporárias por motivos de saúde e aposentadorias precoces. A vacinação deve, então, estar incluída entre os temas a serem trabalhados pelo serviço durante todo o ano e não apenas na Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (Sipat). Cabe ao médico do trabalho e o enfermeiro do trabalho, ser um vigilante das imunizações. (ANAMT, 2007)

c) Programa de Ergonomia

Têm como objetivo adequar o ambiente do trabalho às necessidades dos colaboradores, de forma a tornar a atividade laboral mais segura e confortável, além de prevenir o desenvolvimento de lesões e doenças ocupacionais. Para as empresa, os benefícios são de reduzir o absenteísmo e a rotatividade, aumentar a produtividade e reduzir os gastos com o plano de saúde corporativo e com indenizações por danos à saúde (VILELA *etal*, 2012).

#### d) Ginástica Laboral

Surgiu em ação preventiva para a saúde do trabalhador e também com objetivo de obter rendimento na empresa. Com a Revolução Industrial foi preciso estudar propostas em busca do capital, do poder financeiro e econômico. Pensar em globalização é pensar em competitividade, onde a tecnologia está cada vez mais avançada, e crescendo muito rápido. Com isso inclui a quantidade de pessoas por doenças osteomoleculares relacionadas ao trabalho e também o estresse (LIMA, 2004).

O primeiro registro da prática da Ginástica Laboral foi em 1925, na Polônia onde os operários se exercitavam com uma pausa adaptada a cada ocupação. Surgiu, como ginástica de pausa para os operários, e após alguns anos foi executada na Holanda e na Rússia, como uma ginástica adaptada para a função do trabalhador, para cada cargo era implantado exercícios diferenciados, conforme a necessidade do trabalhador (LIMA, 2004).

Atualmente são conhecidos os benefícios da Ginástica Laboral, tanto na produção da própria empresa, quanto para a saúde do trabalhador. O aumento da produção da empresa pode ser explicado pela elevação da autoestima do trabalhador, pois ele se sente “cuidado” pela empresa e assim exerce suas funções laborais com mais ânimo. Além disso, ocorre a diminuição dos afastamentos de Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), diminuição de acidentes ocupacionais, entre outros. Além dos benefícios para o trabalhador, observa-se mais ânimo e disposição para o trabalho, melhorias no relacionamento com os outros trabalhadores, na postural, maior atenção em suas atividades ocupacionais e na qualidade de vida (MACIEL, 2005).

Hoje, a Ginástica Laboral evoluiu sendo uma das principais tarefas a ser realizada no início do expediente. Ela é trabalhada em horários e exercícios específicos para cada músculo e departamento de trabalho. Adquiriu resultados não apenas com o profissional de educação física, mas também com um trabalho multidisciplinar, com acompanhamento de médico, enfermeiros, nutricionistas e fisioterapeuta (RIMOLI, 2006 apud FERREIRA; SILVA, 2013).

### 3.4 A enfermagem do trabalho

Para melhor se abordar a atuação do enfermeiro do trabalho nas organizações, é importante apresentar de forma conceitual essa profissão. Esta é uma “especialidade destinada ao cuidado daquele que trabalha, sua atenção volta-se para os trabalhadores de todas as categorias e de todos os setores de ocupação” (BULHÕES, 1986, p. 243).

Para Carvalho (2001) é um ramo da enfermagem de Saúde Pública e, como tal, utiliza os mesmos métodos e técnicas empregos na saúde visando à promoção da saúde do trabalhador; proteção contra os riscos decorrentes de suas atividades laborais: proteção contra agentes químicos, físicos, biológicos e psicossociais; manutenção de sua saúde no mais alto grau do bem-estar físico e mental e recuperação de lesões, doenças ocupacionais ou não ocupacionais e sua reabilitação para o trabalho.

Estando atrelada à atenção dada à saúde do trabalhador no próprio ambiente laboral, o primeiro título de enfermeira do trabalho coube a Phillipa Flowerday, da Coleman Mustard Company, no Reino Unido em 1878, uma vez que suas ações dirigiam-se aos trabalhadores na fábrica, bem como nas suas residências (SILVA, 2005).

No Brasil essa história é bastante recente, visto que a inclusão do enfermeiro do trabalho na equipe de saúde nas empresas ocorreu somente no ano de 1975, por meio da portaria nº 3.460 do Ministério do Trabalho. (CARVALHO, 2001). Em 1978 através da portaria nº 3214, com a criação das normas regulamentadoras (NRs) relativas à medicina, higiene e segurança do trabalho que dão um direcionamento para o desenvolvimento das ações e obrigações das empresas. Em especial a NR-4 que trata das ações relativas às medidas



de prevenção, controle e eliminação de riscos, inerentes ao trabalho e à proteção da saúde do trabalhador, e do dimensionamento da equipe de saúde ocupacional. (BRASIL, 1978).

No início a assistência de enfermagem ao trabalhador era vista mais como atendimento emergencial na empresa, o que não a valorizava muito o desempenho profissional, principalmente do enfermeiro do trabalho (CARVALHO, 2001).

Atualmente é visto como um profissional atento ao ambiente de trabalho e aos sujeitos que estão sob a sua responsabilidade, o enfermeiro do trabalho é aquele profissional que procura levar informação, atenção e cuidados a todos, de maneira clara e objetiva. Para tanto, pode utilizar-se de recursos variados e inclusive requerer da empresa recursos humanos e financeiros para o desenvolvimento das atividades que julgar como sendo necessário (LIMA; LIMA, 2012).

A legislação trabalhista traz consigo uma série de normas e recomendações que devem primeiramente ser conhecidas pelo profissional que trabalha na área da medicina/enfermagem do trabalho, dentre essas normas a NR7, diz respeito ao Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) que estabelece “[...] a obrigatoriedade da elaboração e prática de programa para a promoção e preservação da saúde dos trabalhadores” Fundamentado nesse programa uma das principais áreas de atuações do enfermeiro do trabalho, uma vez que o mesmo deverá ser planejado e realizado com base na identificação dos riscos, devem-se levar em consideração as questões que incidem diretamente sobre o indivíduo e sobre a coletividade, tendo um caráter de prevenção, promoção da saúde e de diagnóstico precoce de doenças ocupacionais e programas de qualidade de vida (AZEVEDO, 2010 apud LIMA; LIMA, 2012).

### **3.5 Modelo europeu de enfermagem do trabalho**

Na Europa os enfermeiros do trabalho são o grupo mais vasto de profissionais de saúde que levam os cuidados de saúde aos locais de trabalho. Como resposta aos novos desafios elevaram os patamares da educação e treino profissional, modernizaram e expandiram o seu papel no local de trabalho e em muitas situações emergiram como a figura central na prestação de cuidados de saúde no trabalho de elevada qualidade na população trabalhadora. Os enfermeiros do trabalho, trabalhando independentemente ou integrando equipes multidisciplinares, estão na linha da frente na proteção e promoção da saúde dos trabalhadores (O.M.S., 2001 apud ANTUNES, 2009, p. 32).

A tendência na Europa, nos últimos 20 anos, está longe do enfermeiro que atua como assistente do médico e tende para uma enfermagem independente, com autonomia e responsabilidade profissional (O.M.S., 2001 apud ANTUNES, 2009, p. 32).

O cuidar da saúde dos trabalhadores implica uma atuação interdisciplinar e Inter profissional, em que a enfermagem contribui de modo importante para a preservação e programação da saúde no trabalho (CARVALHO, 2001). É exigida colaboração estreita entre o enfermeiro e os restantes elementos da equipa de saúde ocupacional de modo a prestar uma atenção integral ao meio laboral (FURIÓ, 1993 apud ANTUNES, 2009).

## **5 RESULTADOS**

A participação do enfermeiro do trabalho nos programas de qualidade de vida para a promoção da saúde do trabalhador vem crescendo nas empresas dos diversos ramos. Observado que além do cuidado, ou seja, da parte clínica que é algo inerente ao trabalho do enfermeiro, nos programas de qualidade de vida esse papel se estende para ações sociais, educativas, psicossociais que proporcionem mudanças reais de comportamento dos indivíduos.

Através desses programas os trabalhadores aprendem a cuidar da sua saúde de maneira menos complexas, desvinculando da rede hospitalar os pequenos problemas de saúde. O Quadro 1 apresenta os programas de qualidade de vida e a atuação do enfermeiro do trabalho:

Quadro 1 – Programas de qualidade de vida e a atuação do enfermeiro do trabalho.

PROGRAMA	Descrição do programa	Papel Enfermeiro
Alimentação Saudável Local: Indústria	Cardápio diferenciado e palestra que estimularam os trabalhadores a mudar comportamentos através de uma alimentação mais rica em vitaminas, proteínas e fibras. Além da substituição de sobremesas calóricas por frutas e sucos.	Realiza gincana anual com os trabalhadores que aderiram a ao programa fazendo um acompanhamento das dislipidemias, premiando os melhores resultados. Acompanhar os resultados através dos exames periódicos.
Perda de peso por grupos de risco Local: Indústria	O programa consiste em uma competição com os trabalhadores com sobrepeso, com finalidade de somar a maior perda por grupo, estimulando a pratica de atividade física e alimentação saudável.	Realiza mudança de estilo de vida, fazendo o acompanhamento das medidas antropométricas de cada grupo mensalmente.
Projeto Social Local: Indústria	O programa procura orientar o trabalhador sobre a alimentação saudável, uso de drogas, dislipidemia, dentre outros.	Realizar os DDS e treinamentos para informar os empregados à importância dos projetos sociais. Participar das feiras de saúde, com aplicação de questionários, onde avalia o estilo de vida desses trabalhadores. A importância é garantir uma melhor qualidade de vida, através das orientações passadas pela enfermeira e acompanhamento individual de cada empregado.
Ginástica Laboral Local: Hospital	A ginástica é realizada por setores e pela atividade desenvolvida por cada grupo de trabalhador, com foco nos movimentos de sobrecarga física de cada atividade desenvolvida.	Acompanhar os índices de absenteísmo e as queixas dos trabalhadores relacionados aos problemas osteomusculares. Verificar a redução no decorrer de um ano.
Saúde do Homem Local: Construção Civil	O programa procura capacitar os líderes como promotores de saúde para realizar oficinas de saúde do homem.	Organizar os ambientes de trabalhos saudáveis e incentivar aos trabalhadores a realizar mudanças de estilo de vida e o autocuidado. Oficinas de mudanças de estilo de vida focadas nas Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTS).
Programa Integrado de Qualidade de Vida Trabalho Local: Construção Civil	Integra ações de lazer, saúde e qualidade de vida. O foco das ações de saúde é a prevenção de agravos relacionados a estresse e uso de álcool e outras drogas, o estilo de vida e a melhoria de hábitos de vida.	Atuar como facilitador das exposições dialogadas referente aos hábitos e melhoria do estilo de vida, oficina de relações interpessoais saudáveis, redução de tensões, resiliência, dentre outros. Realiza consultas de enfermagem com orientação sobre estilo de vida do trabalhador. Realiza as oficinas sobre DSTs.

Fonte:Elaborado pelas autoras, 2014.

Comprovadamente os problemas como a alimentação pobre em fibras, inatividade física, tabagismo, uso abusivo de bebida alcoólica e Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT's) comprometem a qualidade de vida dos trabalhadores, a sua produtividade nas empresas, além de trazer impactos econômicos e sociais devido aos elevados gastos com o setor saúde (cirurgias complexas, medicamentos caros, ocupação de leitos, dentre outros).

Quando uma vez sensibilizado, o trabalhador já busca a sua melhoria por possui subsídios e entendimento para o bem do seu estado de vida e desenvolvimento. Os resultados impactam diretamente no absenteísmo.

Nesta perspectiva de melhoria da qualidade de vida do trabalhador, a atuação do enfermeiro do trabalho desponta de forma integrada as ações de saúde com as ações sociais. O trabalhador se sente valorizado e acolhido

Além dos resultados foi percebido que os programas ainda são pontuais nas empresas, estas atendem somente ao que é exigido pelas legislações, ficando para um segundo plano as ações relacionadas principalmente a qualidade de vida, mesmo já comprovados os benéficos sociais e econômicos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Nas últimas décadas aumentou as exigências legais referentes à saúde do trabalhador, por conta desse aumento as organizações passaram a investir em programas de promoção da saúde e qualidade de vida, na perspectiva de trazer mais benéficos como o aumento da produtividade, a diminuição do absenteísmo ou, até mesmo, redução com gastos de assistência à saúde.

Com finalidades de melhorar as condições de saúde do trabalhador os programas de promoção da saúde e qualidade de vida são iniciativas que procuram reduzir a morbidade e diminuir a mortalidade por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT'S), através de ações de educativas que estimulam mudanças de comportamento e de estilo de vida.

A participação do enfermeiro do trabalho nos programas de qualidade de vida para a promoção da saúde do trabalhador vem crescendo nas empresas dos diversos ramos. Observado que além do cuidado, ou seja, da parte clínica que é algo inerente ao trabalho do enfermeiro, nos programas de qualidade de vida esse papel se estende para ações sociais, educativas, psicossociais que proporcionem mudanças reais de comportamento dos indivíduos.

Através desses programas os trabalhadores aprendem a cuidar da sua saúde de maneira menos complexas, desvinculando da rede hospitalar os pequenos problemas de saúde.

Sendo assim há um grande desafio da enfermagem quando se trata de saúde do trabalhador, que é inseri-lo no processo de promoção a saúde e qualidade de vida no ambiente de trabalho, para assim o enfermeiro pode trabalhar identificando as necessidades dos trabalhadores, e os riscos a quais estão expostos.

Levando o enfermeiro a uma maior atuação tanto na assistência quanto como educador, na produção de pesquisas direcionadas ao trabalhador, desenvolvendo Programas de promoção à saúde que possam ser aplicados na prática e que possibilitem melhorar a qualidade de vida aos trabalhadores.

Portanto, o enfermeiro do trabalho tem papel de apresentar às empresas os fatores que fazem da saúde do trabalhador um fator gerador de sucesso organizacional, uma vez que a satisfação no trabalho gera resultados prósperos para todos e que o agente gerador de melhorias e mudanças nos processos de trabalhos é o homem, o ser humano.

Espera-se que este trabalho possa servir como fonte de futuras pesquisas e na implementação de melhoria dos programas de qualidade de vida nas empresas.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, E. F. Programas e ações em qualidade de vida no trabalho. **Revista INTERFACEHS**.v.6, n.1, Artigo, Abril. 2011. Disponível em:<<http://www.revistas.sp.senac.br/index.php/ITF/article/viewFile/168/180>>. Acesso em: 06/12/2014.
- ANTUNES, R. J. C. C. P. **Enfermagem do Trabalho: contributo do Enfermeiro para a Saúde no Trabalho**. Coimbra, 2009. Disponível em: <[https://estudogeral.sib.uc.pt/jspui/bitstream/10316/13501/1/Tese\\_mestrado\\_Ricardo%20Antunes.pdf](https://estudogeral.sib.uc.pt/jspui/bitstream/10316/13501/1/Tese_mestrado_Ricardo%20Antunes.pdf)>. Acesso em: 17 out. 2014.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE QUALIDADE DE VIDA - ABQV. **Pesquisa 2004**. Disponível em:<[www.abqv.com.br](http://www.abqv.com.br)>. Acesso em: 06/10/2014.
- ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE MEDICINA DO TRABALHO – ANAMT. **Atualização em Vacina Ocupacional: guia prático**. 2007. Disponível em:<[http://www.anamt.org.br/site/upload\\_arquivos/sugestoes\\_de\\_leitura\\_171220131126567055475.pdf](http://www.anamt.org.br/site/upload_arquivos/sugestoes_de_leitura_171220131126567055475.pdf)>. Acesso em: 06/10/2014.
- BRANCO, A.B.A. **Introdução à Saúde do Trabalhador**. Cuiabá: UCG/GO. 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd179/assistencia-de-enfermagem-nasaude.htm>>. Acesso em 06/05/2014.
- BRASIL. Ministério Da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/portaria687\\_2006\\_anexo1.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/portaria687_2006_anexo1.pdf)>. Acesso em: 06/05/2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Segurança e Saúde do Trabalhador**. Brasília, DF, 2004. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_seguranca\\_saude.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_seguranca_saude.pdf)>. Acesso em: 06/12/2014.
- BRASIL. Portaria nº 3214 de 08 de junho de 1978. **Aprova as Normas Regulamentadoras do Ministério de Estado do Trabalho, no uso de suas atribuições legais, considerando o disposto no art. 200, da Consolidação das Leis do Trabalho, com redação dada pela Lei nº 6.514, de 22 de dezembro de 1977**. Brasília, 1978. Disponível em: <<http://portal.mte.gov.br/legislacao/portaria-n-3-214-de-08-06-1978-1.htm>>. Acesso em: 17 out. 2014.
- BULHÕES, I. **Enfermagem do trabalho**. Rio de Janeiro: Ideas, 1986.
- CARVALHO, G. **Enfermagem do Trabalho**. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária, 2001.
- FERREIRA, K.;SANTOS, A. P.**Os benefícios da Ginástica Laboral e os possíveis motivos da não implantação**. Revista Educação Física UNIFAFIBE, Ano II, n. 2, p. 56-72, dezembro/2013. Disponível em:<<https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistaeducacaofisica/sumario/29/16122013151810.pdf>>. Acesso em: 06/10/2014.

IBIAPINA, A. C. **Metodologia da pesquisa científica**: elaboração de projeto de pesquisa, relatório e artigo científico. São Paulo: Lexia, 2011.

LIMA, B.; LIMA, J. A. **O papel do enfermeiro do trabalho na orientação e prevenção de acidentes e doenças laborais**. Disponível em: <[http://www.iptan.edu.br/publicacoes/anuario\\_producao\\_cientifica/arquivos/revista1/artigos/artigo09.pdf](http://www.iptan.edu.br/publicacoes/anuario_producao_cientifica/arquivos/revista1/artigos/artigo09.pdf)>. Acesso em: 17 out. 2014.

LIMA, G. D. **Ginástica laboral**: metodologia de implantação de programas com abordagem ergonômica. Jundiaí-SP: Sextante, 2004.

LIMONGI-FRANÇA, A. C. **Qualidade de Vida no Trabalho – QVT**: conceitos e práticas nas empresas da sociedade pós-industrial – São Paulo: Editora Atlas S.A. 2010.

MACIEL, Regina Heloisa. **Prevenção da LER/DORT: o que a ergonomia pode oferecer**. 2005. Disponível em: <<http://www.coshnetwork.org/sites/default/files/caderno%20ler-dort.pdf>>. Acesso em: 06/10/2014.

MATOS, F. G. **Fator QF – Ciclo de felicidade no trabalho**. São Paulo: Makron Books, 1997.

REIS, A.; MANSINI, G.; LEITE, F. **Promoção de Saúde nas Empresas: Casos de Sucesso**. São Paulo: Instituto de Estudos de Saúde Suplementar, 2014. Disponível em: <<http://www.iess.org.br/promosaudecasosucessoies.pdf>>. Acesso em: 06/10/2014.

RIBEIRO, J. L. P. **Psicologia e Saúde**. Lisboa: ISPA, 1998.

SARNO, F.; BANDONI, D. H.; JAIME, P. C. **Excesso de peso e hipertensão arterial em trabalhadores de empresas beneficiadas pelo Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT)**. Rev. bras. epidemiol. São Paulo, v. 11, n. 3, Set. 2008. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-790X2008000300012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2008000300012&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 06/10/2014.

SILVA, S. L. **Interações do enfermeiro do trabalho com a saúde do trabalhador em âmbito de prática e assistência de enfermagem**. Rio de Janeiro: UFRJ/ EEAN, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n10/29.pdf>>. Acesso em: 06/10/2014.

VILELA, R. A. G. (et al). **Da vigilância para prevenção de acidentes de trabalho**: contribuição da ergonomia da atividade. Ciência & Saúde Coletiva, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n10/29.pdf>>. Acesso em: 06/10/2014.