



SimTec 25
SIMPÓSIO DOS
PROFISSIONAIS DA
UNICAMP
2022 - 8ª Edição

PERFIL DE SAÚDE DE SERVIDORES CIPEIROS RELACIONADO AO BEM ESTAR E QUALIDADE DE VIDA: RELATOS E CONSIDERAÇÕES

CARLOS APARECIDO ZAMAI, MÁRCIO C. DOS SANTOS ALVES

FEF - FACULDADE DE EDUCACAO FISICA; DCE - DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DO ESPORTE; LAES - LABORATORIO DE AVALIACAO EM ESPORTES



Palavras-chave: Saúde. Bem estar. Qualidade de vida. Servidores

Introdução/Objetivo:

Nota-se na literatura que a qualidade de vida certamente depende de vários fatores para que o indivíduo alcance o equilíbrio e engloba a alimentação, atividade física, saúde mental, condições de trabalho, atividade de lazer, meio ambiente e moradia. A proposta neste trabalho foi levantar e analisar o perfil de saúde de servidores relacionado ao bem estar e qualidade de vida e apresentar sugestões de ações e programas de promoção da saúde e qualidade de vida do trabalhador (QVT).

Metodologia:

Para tal foi elaborado e aplicado um questionário através do Google Forms com perguntas fechadas por um período de 30 dias tendo a participação de 135 servidores cipeiros, onde objetiva-se propor a realização de evento (Fórum ou Simpósio) da CIPA-Unicamp, com temáticas relacionadas à saúde do trabalhador, o bem estar e a qualidade de vida destes.

Resultados:

Verificamos consideráveis índices de fatores de risco, doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), incidências de dores em diversas regiões do corpo, ingestão de vários medicamentos, também foi observado interesse na participação em programa de atividade física no ambiente de trabalho caso haja esta possibilidade posteriormente na Unicamp. Incidência de fumantes 4,5%; Incidência de etilismo 48,9%, sendo que o consumo engloba de 2 a 5 vezes por semana (56,1%); Diabetes 11,1%; Pressão arterial (acima de 139 x 89 mmHg) 18,5%; 25,0% consomem medicamentos para pressão arterial; Colesterol elevado 23,1%; Artrite 3,8%; Artrose 6,1%; Falta de ar quando está sentado ou dormindo 4,5%; Alergia 41,7%; Sente alguma dor atualmente 50,4% (diversas partes do corpo).

Conclusão:

Poucas ações têm sido feitas quando se trata de programas de QVT. Observa-se nas empresas que existem poucos programas que visam à saúde dos trabalhadores. Deve-se haver implementação de estratégias para sensibilização da alta gestão, pois programas de QVT servem para baratear custo com saúde. Programas de promoção da saúde, bem estar e qualidade de vida de trabalhadores ainda enfrentam muitos desafios. Os custos com afastamentos e ações trabalhistas são maiores do que uma medida preventiva.

Referências: BANKOFF, Antonia Dalla P. ZAMAI, Carlos Ap.. (Orgs). Programa de Convivência, Atividade Física e Saúde: exercício físico, atividade física, inclusão. Campinas: Print Master, 2019. 201p. ZAMAI, Carlos Ap.; Alves, Márcio C. Santos; BANKOFF, Antonia Dalla P. Análise do perfil de saúde de servidores cipeiros relacionado ao bem estar e qualidade de vida: dados, relatos e considerações. Revista Saúde e Meio Ambiente- UFMS- Campus Três Lagoas (Janeiro a Junho de 2022)-RESMA, V. 14, n. 1, 2022. Pág. 16-29 ZAMAI, Carlos Ap. et al. Exercício físico: benefícios para a vida. Campinas: Print Master, 2022. ZAPP, Cristiana Ormond. Promoção de saúde e qualidade de vida no trabalho. Dissertação (Mestrado) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Curitiba: 2019.

Agradecimentos: À Universidade Estadual de Campinas; À Faculdade de Educação Física; Ao Grupo Gestor de Benefícios Sociais; Serviço de Apoio ao Estudante.