



Palavras-chave: Qualidade de vida. Acupuntura. Ambiente de trabalho

Introdução/Objetivo:

O estresse laboral é um transtorno que tem cada vez mais aumentado o número de afastamentos do trabalho; os motivos são diversos, mas todos eles são consequência da cobrança do que podemos chamar de "mundo moderno". Organizações privadas e públicas têm buscado formas de amenizar esse estresse de seus colaboradores. Neste contexto, o Programa "NIPE bem-estar laboral" através dos efeitos da Acupuntura na qualidade de vida relacionada à saúde no ambiente de trabalho, visa oferecer bem-estar aos colaboradores, influenciando-os a adotarem hábitos de vida mais saudáveis. O objetivo da proposta é unir a Acupuntura e a qualidade de vida no ambiente de trabalho, tanto nos aspectos físicos, quanto nos aspectos psicológicos do colaborador.

Metodologia:

As sessões terão a duração de uma hora. Agendamento através da plataforma Google. Os procedimentos estão aderentes ao cuidar da saúde por formas menos agressivas e mais naturais. Para tanto, tem-se como referência o manual do Programa Estadual de Acupuntura da Coordenação Estadual de Controle de Infecção Hospitalar do Estado do Rio de Janeiro. Este manual traz dados e informações técnicas que visam proporcionar aos profissionais que utilizam esta prática e aos pacientes, maior segurança durante a realização do procedimento da Acupuntura, minimizando os riscos de infecções e acidentes. Manual disponível em: [chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://www.portalunisaude.com.br/arquivos/file/manual de biosseguranca.pdf](chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://www.portalunisaude.com.br/arquivos/file/manual%20de%20biosseguranca.pdf)

Resultados:

Os resultados esperados deverão alcançar níveis elevados de qualidade e produtividade no ambiente de trabalho, tendo colaboradores mais engajados, motivados e saudáveis. Que possam executar seus trabalhos adequadamente, contribuindo com excelência na Organização. O projeto poderá ser aplicado em qualquer unidade/órgão que tenha o interesse em oferecer aos seus colaboradores qualidade de vida no ambiente de trabalho através dos efeitos da Acupuntura. Considerando a Resolução GR-037/2021, "Dispõe sobre a prestação de serviço voluntário em atividades técnicas e/ ou administrativas no âmbito desta Universidade e dá outras providências". Encontra-se em tramitação, através do Processo 01P37814/2022, a documentação para aprovação do Serviço Voluntário ao NIPE - Núcleo Interdisciplinar de Planejamento Energético.

Conclusão:

Na Organização UNICAMP o Projeto "NIPE bem estar laboral" será uma alternativa e/ou complementar às estratégias muito utilizadas por organizações, visando o bem estar de seus colaboradores, podendo-se citar os protocolos para um almoço calmo, ouvir música para relaxar em horários de descanso, para a orientação a pensamentos positivos e edificantes, execução de trabalhos para a respiração, tirar férias dentro do prazo legal e mobilidade física para promover a saúde, entre outros.

Referências: CHIAVENATO, IDALBERTO. Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações. 4.ed. Barueri, SP: Manole, 2014. DULCETTI JUNIOR, O Pequeno Tratado de Acupuntura Tradicional Chinesa. São Paulo: Andrei, 2001.

Agradecimentos: Agradecimento à Deus, por me permitir sentir sua presença em cada célula do meu corpo. A Coordenadora do NIPE, Bruna de Souza Moraes e ao Pesquisador Mauro Donizeti Berni por confiarem e incentivarem meu projeto.