



Secretaria
de Estado
da Saúde



Superintendência de Vigilância em Saúde
Gerência de Vigilância Ambiental e Saúde do Trabalhador
Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador

ANO 00 N° 05 SETEMBRO/2020

BOLETIM INFORMATIVO EM SAÚDE DO TRABALHADOR

MENSAGEM INICIAL

O presente Boletim apresenta um olhar sobre a Saúde Mental em tempos de Pandemia com a experiência do Centro de Referência Estadual de Reabilitação e Readaptação – Dr. Henrique Santillo – CRER, no cuidado com os profissionais da área da saúde.



TEMA DO MÊS

SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

INICIATIVAS DE CUIDADO DA SAÚDE EMOCIONAL DO TRABALHADOR DA SAÚDE

Centro de Referência Estadual de Reabilitação e Readaptação – Dr. Henrique Santillo – CRER- instituiu o Programa Cuidar de Quem Cuida do CRER

A pandemia causada pela COVID-19 provocou modificações nas interações humanas, nos ambientes de trabalho e desencadeou novos circuitos emocionais não experimentados em nossa era. Diante desse contexto, os profissionais da área da saúde assumem o protagonismo ao se exporem diariamente aos riscos de contaminação pelo novo coronavírus no exercício cotidiano do cuidar.

Conforme ASSUNÇÃO (2012) conceitua, as condições de trabalho e as atividades desenvolvidas nos ambientes e processos de trabalho aos quais os trabalhadores estão expostos são norteadoras para avaliação dos níveis de saúde. Ou seja, é preciso que se avaliem as condições materiais e ambientais do exercício profissional para, a partir daí, mensurar os níveis de saúde.

Essa situação existencial, da pandemia, pode desencadear transtornos mentais relacionados ao trabalho, haja vista a sobrecarga e tensão promovidas pelo risco iminente de contaminação pelo coronavírus. Nos últimos anos os transtornos mentais e comportamentais (TMC) se mantiveram como a terceira causa de afastamentos laborais com auxílio-doença no Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) (SILVA-JUNIOR & FISHER, 2015).

Diante deste cenário, o Centro Estadual de Reabilitação e Readaptação Dr. Henrique Santillo – CRER, uma unidade da Secretaria de Estado da Saúde de Goiás, instituiu o *Programa Cuidar de Quem Cuida*, que busca proporcionar suporte e acolhimento, individual e/ou em grupo, aos trabalhadores no desempenho de suas funções. A iniciativa parte de um trabalho em parceria entre a Gerência de Recursos Humanos e as Gerências Multiprofissionais e de Reabilitação.

Fotografia 1 – Meditação Guiada no CRER



Fonte, CRER, 2020.

Para os profissionais ativos, o programa oferta acolhimento e suporte psicológico individual com iniciativas como: Rodas de Conversa, Meditação Guiada e Atividade Musical, com o intuito de promover a saúde emocional e a prevenção ao adoecimento mental. As estratégias desenvolvidas pelo programa foram realizadas no formato presencial e a distância.

O acompanhamento institucional do trabalhador estimula o sentimento de pertencimento, de amparo e de acolhimento em um momento de fragilidade. Tem por fim proporcionar suporte emocional e bem-estar, reforçando a atitude humanizada e comprometida com seus trabalhadores a partir do fomento do senso de responsabilidade social.

Fotografia 2 – Atividade Musical no CRER



Fonte: CRER, 2020.

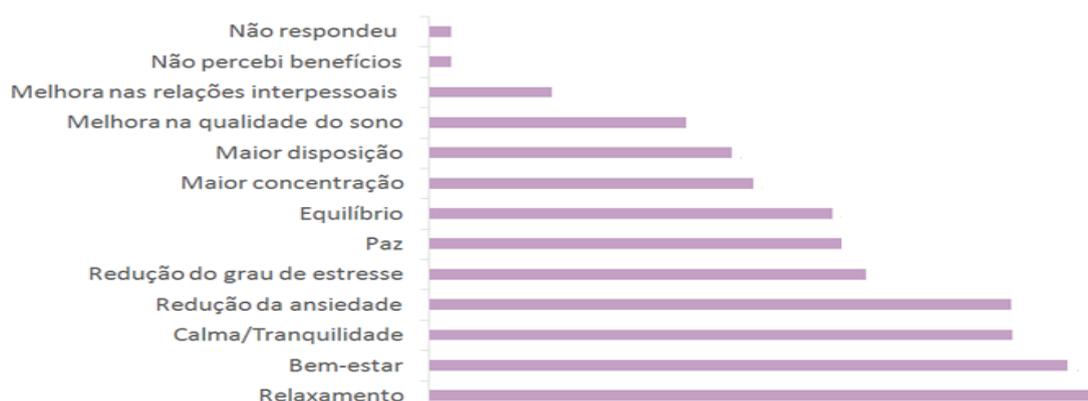
O serviço de apoio institucional oportunizou espaço para expressão das experiências pessoais, bem como alívio da pressão emocional e sobrecarga física e psíquica, podendo promover bem-estar psicológico, saúde emocional, autoconhecimento e melhora do clima organizacional.

Diante das ofertas de cuidados da saúde emocional do trabalhador, será feito um recorte da percepção dos participantes em relação à Meditação Guiada, como exposto na Figura 1.

Entre os 90 trabalhadores que responderam à pesquisa, 94,5%, descreveu esta prática com presença de validade existencial.

Observou-se que 97,8% consideraram a iniciativa dos Recursos Humanos de elaborar e executar o *Programa Cuidar de Quem Cuida* como uma ação positiva e preventiva para a saúde física e emocional, sobretudo, quando se verifica o contexto histórico que tem fomentado ansiedade diante de uma doença de alta probabilidade de contaminação.

Figura 1 - Benefícios Percebidos da Prática de Meditação Guiada



Fonte: CRER, 2020.

A maioria das respostas dos participantes evidencia uma percepção positiva da prática de Meditação Guiada, que apresenta relatos de redução do grau de estresse, da ansiedade, gerando tranquilidade, bem-estar e relaxamento.

Figura 2 - Percepção Geral dos Participantes da Prática de Meditação Guiada



Fonte: CRER, 2020.

Frente aos desafios globais causados pela pandemia, há ações exitosas voltadas a saúde emocional dos trabalhadores que enfatizam o valor humano e a busca de soluções práticas e efetivas que balizam a relação humana com o trabalho assistencial calcados no cuidado.

Fotografia 3 – Atividade Musical no CRER



Fonte: CRER, 2020.

Referências

ASSUNÇÃO, A. A. e C. R. LIMA. Gestão das Condições de Trabalho e Saúde dos Trabalhadores da Saúde: Caderno de Textos. Belo Horizonte: Nescon/UFMG, 2012.

GOIÁS. Secretaria de Estado da Saúde de Goiás. Governo do Estado de Goiás. Centro Estadual de Reabilitação e Readaptação Dr. Henrique Santillo – CRER. Gerência de Recursos Humanos. Goiânia, 2020.

SILVA-JUNIOR J.S. & FISCHER, F.M. Afastamento do trabalho por transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais. Revista Brasileira de Epidemiologia, 2015; 18(4), 735-744.

MENSAGENS

“Neste cenário de incertezas, da necessidade de reconduzir a tarde, uma decisão tomada pela manhã, fez com que ficássemos ainda mais próximos dos nossos profissionais. E entendendo que a nossa equipe está sentindo na pele (literalmente) a insegurança e a angústia, características desse momento, foram a motivação para implantar o Programa Cuidar de quem Cuida. A base para definição das ações que comporiam o programa foram os nossos valores – Competência, Responsabilidade, Ética, Renovação, somado às tendências de mercado para o enfrentamento da pandemia. E o que favoreceu o processo de implantação foi aliar as habilidades existentes nas equipes do Recursos Humanos e da Assistência, além do desejo de cada uma delas em querer ajudar o próximo. Sabemos que o momento nos exige tomar decisões com um grau de conhecimento muito baixo, visto que tudo é novo para todos nós. Mas, a partir dos relatos dos profissionais que participam das ações, temos a convicção de que estamos no caminho certo.”

Juliana Xavier Santos – Gerente de Recursos Humanos – CRER.

“Na certeza de que o Recursos Humanos do CRER é o maior bem da Instituição, a parceria entre a Gerência de Recursos Humanos e Gerência de Reabilitação, instituiu o Programa Cuidar de Quem Cuida, com o objetivo de promover saúde emocional ao trabalhador, minimizando a sobrecarga emocional e de trabalho gerada pelo iminente risco de contaminação pelo coronavírus, pois, sabe-se que os novos procedimentos e condutas requerem adaptação as modificações do próprio ambiente de trabalho com presença de resiliência e assertividade por parte dos profissionais de saúde.”

Thais Nasser Sampaio - Gerente de Reabilitação Auditiva e intelectual.

“Valorizar e cuidar do profissional da saúde, principalmente, neste momento tão delicado, deve ser uma mudança de paradigmas na nossa sociedade. Não apenas para essa classe profissional, pois vivemos em sociedade e contribuimos um pouco para o bem-estar do próximo, portanto, o principal legado que essa atenção especial destinada ao profissional da saúde, desenvolvida através do Projeto Cuidar de Quem Cuida, pode deixar para todos, é que o reconhecimento do valor de cada um é um gesto de grandeza e evolução social.”

João Francisco Martins – Supervisor de Reabilitação Ambulatorial.

CANTINHO

DE REPENTE... PANDEMIA

De repente, não vejo faces...
Vejo máscaras que escondem medos,
Vejo máscaras que escondem sorrisos,
Vejo máscaras que escondem sonhos...

De repente, não vejo faces...
Vejo máscaras que paralisam,
Vejo máscaras que choram,
Vejo máscaras “pandêmicas”...

De repente, mudei o olhar...
Vejo máscaras que solidarizam,
Vejo máscaras que cuidam,
Vejo máscaras que salvam...

De repente, vejo através das máscaras...
Vejo o olhar que diz,
Vejo o olhar que acolhe,
Vejo o olhar que une o humano que há em NÓS...

Virginia Célia de Barros Oliveira

DATAS ESPECIAIS

Setembro verde - **Doação de órgãos**

Setembro dourado -

Câncer infanto-juvenil

Setembro amarelo -

Prevenção ao suicídio

3º sábado do mês - **Dia Mundial do Doador de Medula Óssea**

1º de setembro - **Dia do Profissional de Educação Física**

05/09 - **Dia Nacional de Conscientização e Divulgação da Fibrose Cística**

08/09 - **Dia Mundial da Fisioterapia**

08/09 - **Dia Nacional de Luta por Medicamento**

10/09 - **Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio**

19/09 - **Aniversário do SUS (lei 8080)**

21/09 - **Dia Nacional de Luta da Pessoa Portadora de Deficiência**

21/09 - **Dia Nacional de Conscientização da Pessoa com Alzheimer**

23/09 - **Dia de Combate ao Estresse**

27/09 - **Dia Nacional de Doação de Órgãos**

27/09 - **Dia Nacional do Idoso**

29/09 - **Dia Mundial do Coração**

30/09 - **Dia Internacional do Surdo**

GLOSSÁRIO EM SAÚDE DO TRABALHADOR

ASSÉDIO SEXUAL NO TRABALHO [masc.],

[sing.] – Considera-se assédio sexual a perseguição ou o abuso físico ou psíquico que determinada pessoa exerce sobre outra, sem o consentimento desta, com a finalidade de induzi-la a ceder aos avanços sexuais do autor do assédio, aproveitando-se de uma situação de poder, direção ou hierarquia, que pode terminar criando um ambiente hostil, ofensivo, intimidante e humilhante; tratamento

discriminatório, perda de benefícios e/ou ocorrência de prejuízos, até a perda do emprego ou das oportunidades de desenvolvimento pessoal no âmbito laboral, acadêmico ou do sistema de saúde.

Secretaria de Estado da Saúde de Goiás

Superintendência de Vigilância em Saúde

Gerência de Vigilância Ambiental e Saúde do Trabalhador

Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador

Superintendente: Flúvia Amorim

Gerente: Edna Covem

Coordenadora: Nádia Ximenes

Conselho Editorial

Ana Cláudia Danniella Davidson
Virgínia Célia

Elaboração:

Leandro Brandão

Equipe Técnica:

Andréia Silveira
Jorcirene Alcântara
Leandro Brandão
Larissa Santhomé
Leila Oliveira
Lucimeira Costa
Lucineia Libério
Luzineide Oliveira
Murillo Campos

CONTATOS

Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador-CVSAT
Av. 136, nº 960 - Setor Marista - Goiânia - GO - CEP 74180-040
Ed. Executive Tower- 11º andar.
Fone: 3241-2870
E-mail: cvsat.suvisa@gmail.com

