



# MOVIMENTE-SE COM O CEREST

UM RELATO DE EXPERIÊNCIA



# INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora resulta do conjunto de várias políticas de saúde que determina os processos de saúde-doença e objetiva integrar a rede de serviços de saúde no intuito de apoiar tecnicamente a assistência, vigilância e notificações de agravos a saúde relacionados ao trabalho.



# LER/DORT

- **Lesões por esforços repetitivos/ Distúrbios Osteomusculares** relacionados ao trabalho: termo que refere aos distúrbios do sistema músculo-esquelético, principalmente de pescoço e membros superiores que são diagnosticados devido a relação do processo de trabalho (BRASIL, 2005);
- **Sínteses de fatores existentes no trabalho predisponentes de LER/DORT:** repetitividade, esforço e força, posturas inadequadas, trabalho muscular estático, invariabilidade da tarefa, choques e impactos, pressão mecânica, vibração, dentre outros (BRASIL,2005)

# LER/DORT

- **Ocupações e ou atividades que apresentam riscos aumentado (BRASIL, 2012):**
  - ✓ Embalagem de produtos e setores de controle de qualidade de indústrias;
  - ✓ Costureiras;
  - ✓ Montadores de componentes eletrônicos;
  - ✓ Trabalhadores de lavanderias;
  - ✓ Operadores de caixas;
  - ✓ Cortadores de cana;
  - ✓ Digitadores.

# OBJETIVO

- **Geral:**

- ✓ Relatar as experiências vivenciadas junto ao Projeto Movimento-se com o Cerest.

- **Específicos:**

- ✓ Integralizar a rede de atenção à saúde, inserindo a atenção à saúde do trabalhador na atenção básica;
- ✓ Promover saúde do trabalhador;
- ✓ Melhorar os indicadores relacionados à saúde do trabalhador;
- ✓ Otimizar o número de notificações referente aos protocolos de saúde do trabalhador nos municípios e regionais

# METODOLOGIA

**Caracterização do Estudo:** Estudo descritivo fundamentado no relato de experiência das vivências desenvolvidas durante o Projeto Movimento-se com o Cerest (baseado no Protocolo de Lesões por esforço repetitivo);

**Duração:** O projeto já tem dois anos de duração e está em seu terceiro ano em desenvolvimento. A ação aconteceu durante o mês do maio em decorrência alusão ao mês do trabalhador;

## **Público alvo:**

2017 -trabalhadores/usuários que realizavam Atividades Físicas(caminhada) em uma avenida em Caxias-MA.

2018 – trabalhadores/usuários de cinco unidades básicas de saúde (UBS) em processo de planificação de Caxias-MA.

2019 – trabalhadores da Rede de Alta Complexidade da regional de Caxias-MA;

**Local:** praça ou espaço cultural da área de abrangência das UBS.

# METODOLOGIA

- **Parcerias Institucionais:**

- ✓ Prefeitura Municipal de Saúde de Caxias-MA
- ✓ Secretaria Municipal de Saúde Caxias-MA
- ✓ Atenção Primária à Saúde;
- ✓ Centro de Testagem e Aconselhamento (CTA);
- ✓ Vigilância Epidemiológica;
- ✓ Universidade Estadual do Maranhão (UEMA);
- ✓ Residência Multiprofissional (UEMA);
- ✓ Assessoria de Comunicação

# METODOLOGIA

- **Estratégias de atuação:**

- ✓ Construção de fichas de cadastros e de acompanhamento para os trabalhadores/usuários;
- ✓ Sensibilização de todos a equipe de saúde, incluindo os Agentes Comunitários de Saúde;
- ✓ Mobilização da comunidade sobre a participação no projeto;
- ✓ Planejamento de reuniões, ações de educação em saúde, palestras.



# METODOLOGIA

- **Organização e Planejamento das ações:**

- ✓ **1º Passo:** Reunião com toda a equipe executora para formalizar o protocolo de atendimento do projeto, bem como dividir as funções da equipe nas atividades;
- ✓ **2º Passo:** Organização dos recursos didáticos a serem utilizados nas ações de educação em saúde, materiais de divulgação, divisão de equipes nas palestras, mapeamento das residências existentes na comunidade e ficha de cadastro e de acompanhamento dos trabalhadores/usuários;
- ✓ **3º Passo:** Em parceria com as equipes da Atenção Básica de Saúde, identificar, através das fichas das famílias, a quantidade de trabalhadores existentes na comunidade com algum problema de saúde relacionado ao trabalho
- ✓ **4º Passo:** Busca ativa do público alvo, através dos Agentes Comunitários de Saúde e dos cadastros feitos pelos enfermeiros das UBS.

# METODOLOGIA

- **Atividades a serem executadas:**
- Mapeamento das atividades produtivas e busca ativa dos trabalhadores;
- Palestras educativas;
- Avaliação nutricional;
- Aferição de pressão arterial, glicemia capilar;
- Testes rápidos;
- Atualização de vacinas;
- Aula laboral;
- Entrega de leques educativos referente aos protocolos ministeriais.

# RESULTADOS

## 1º Etapa 2018

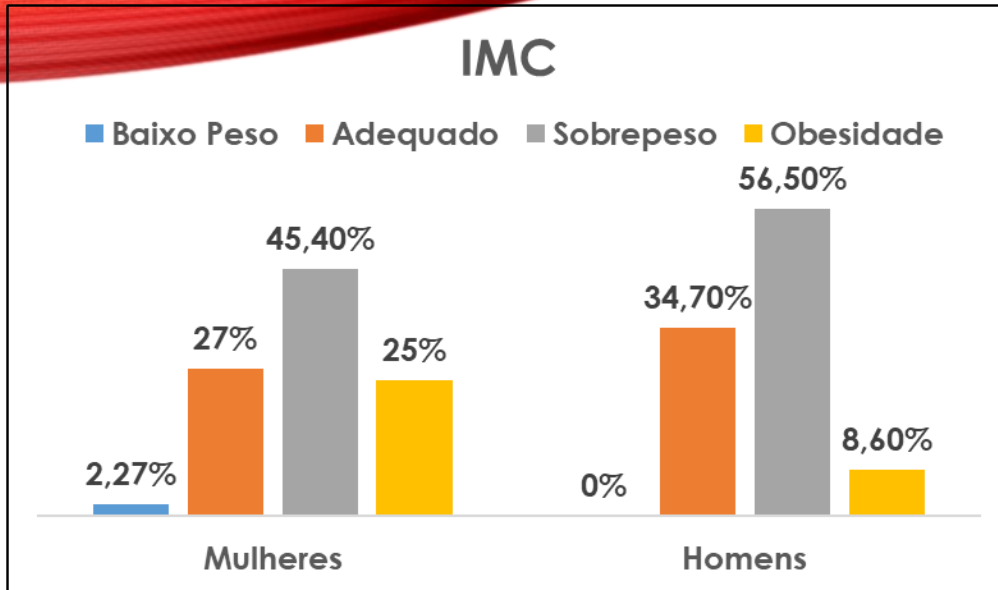
Público Atendido: 400 pessoas.

O gênero mais encontrado foram as mulheres (78,5%) e homens com 21,5%. Em relação as faixas etária: de 20 a 30 anos (17,2%); mais de 60 anos (18,3%); 31 a 40 anos (19,5%); 41 a 50 anos (21,2%) e de 51 a 60 anos (23,5%).

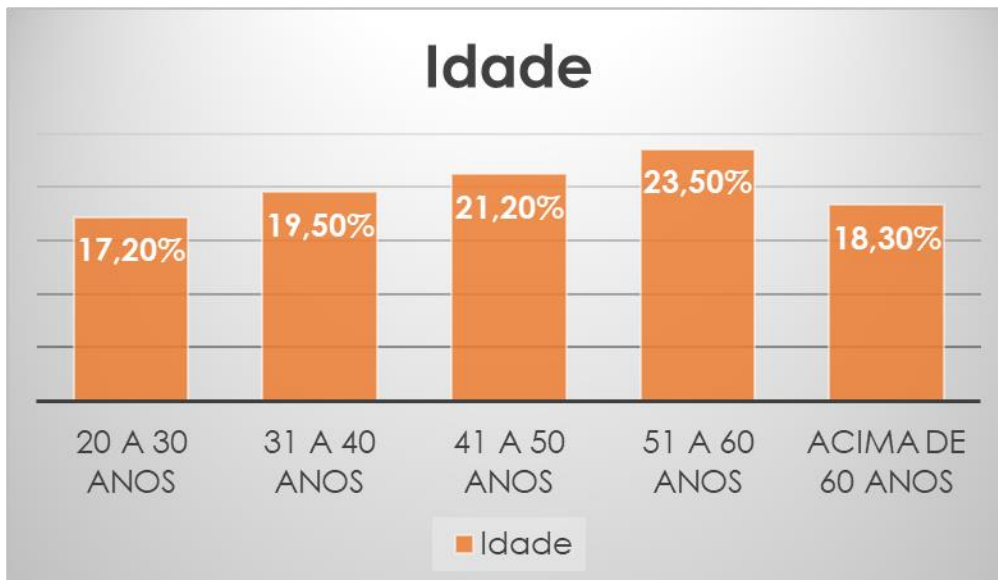
Dentre elas foram realizadas 115 avaliações nutricionais com os seguintes pontos de corte para os adultos (mulheres) na faixa etária de 20 a 59 anos foram: 2,27% com baixo peso; 25% para as obesas; 27% para as adequadas e 45,4% em sobrepeso.

Para os pontos de corte estabelecidos para os adultos (homens) na faixa etária de 20 a 59 anos foram: 8,6% para os obesos; 34,7% para os adequados e 56,5% para os em sobrepeso.

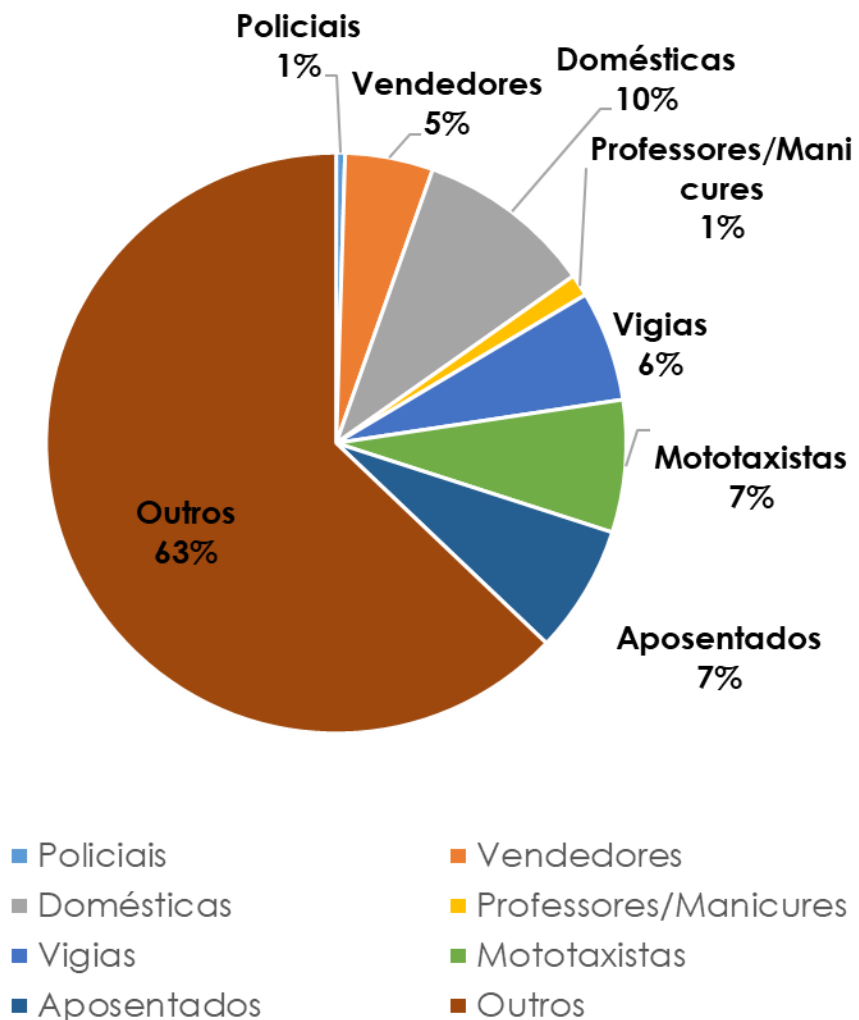
### IMC



### Idade



## PROFISSÕES



# RESULTADOS

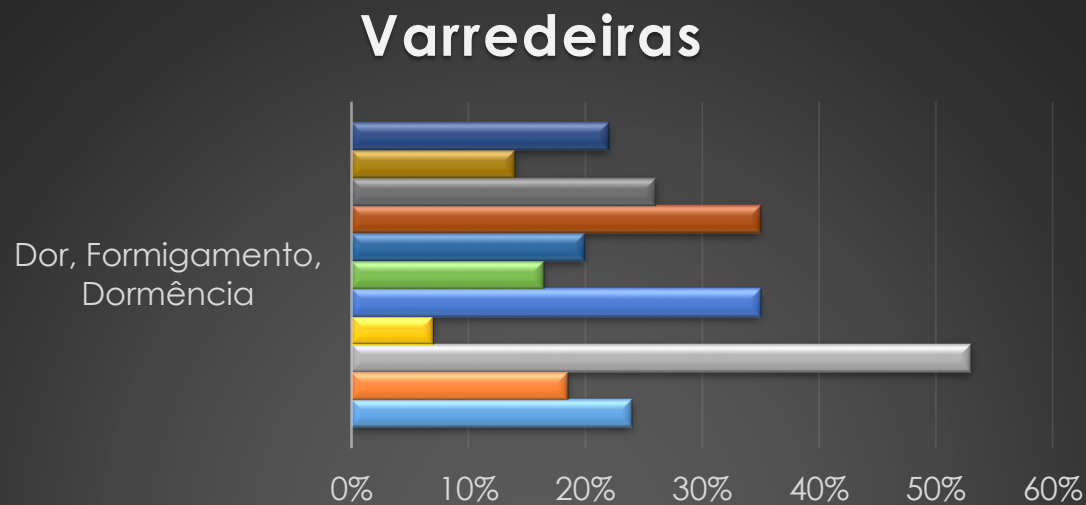
## 1º Etapa 2018

A categoria profissional mais encontrada foram: policiais (0,5%); manicure e professores (1,25%); aposentados (7%); vendedoras (5%); vigias (6,25); mototaxistas (7,5%) e domésticas (10%).

Em relação ao processo de investigação, foram avaliados 267 pessoas com alguma queixas relacionada aos principais sintomas de riscos para desenvolvimento de LER/DORT. As mais citadas foram as seguintes: parte superior das costas (15%); parte inferior das costas (14%); ombro (10%); mão, joelhos e pés, (9%); tornozelos e pescoço (8%); quadril (7%); coxas (5%); punho (3%) e cotovelo (2%)

# RESULTADOS

## 2º Etapa: 2018



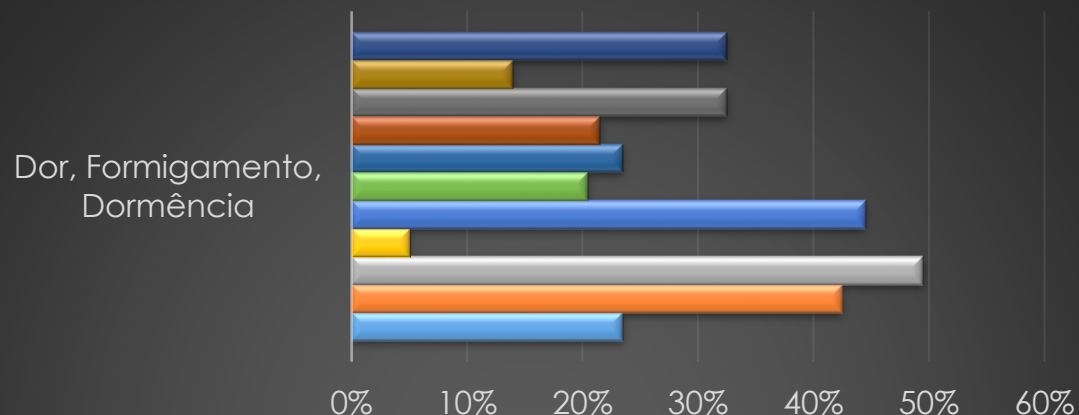
	Dor, Formigamento, Dormência
■ Pés	22%
■ Tornozelos	14%
■ Joelhos	26%
■ Quadril	35%
■ Mão	20%
■ Punho	16,50%
■ Parte Inferior Costas	35%
■ Cotovelo	7%
■ Parte Superior Costas	53%
■ Ombro	18,50%
■ Pescoço	24%

A avaliação de Ler/Dort em agentes de limpeza reflete a quantidade de profissionais que sentem dor, formigamento ou dormência em algum membro específico, onde de um total de 54 varredeiras avaliadas, 83% alegaram sentir algum desconforto e apenas 20% relataram buscar algum atendimento de saúde. Com isso é possível verificar que grande parte destes manifestam ou já manifestaram esses sintomas em vários segmentos do corpo.

# RESULTADOS

## 2º Etapa: 2018

### Professores



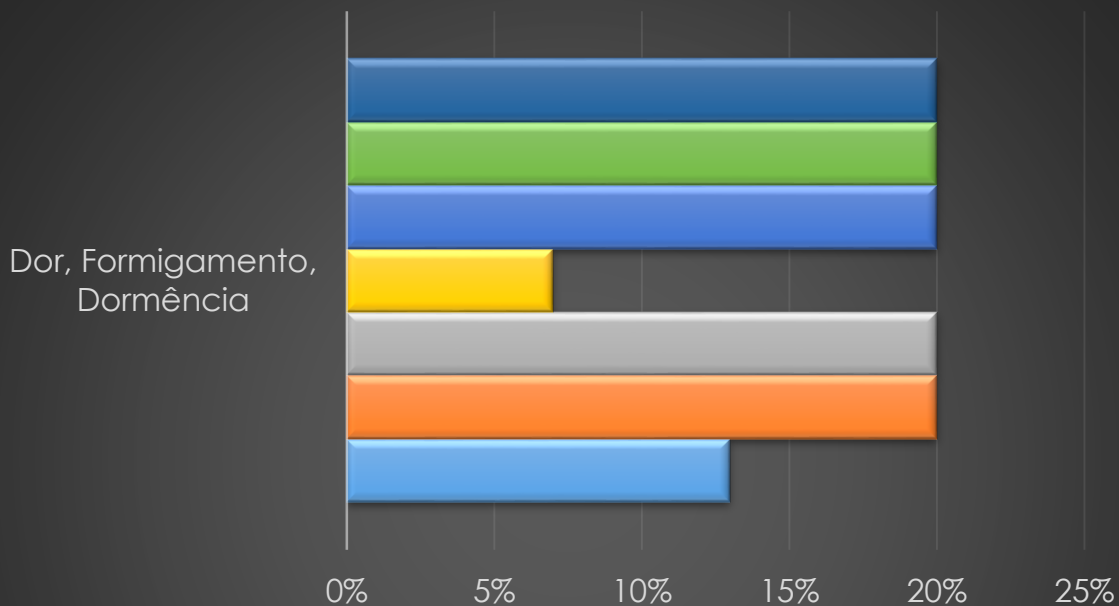
	Dor, Formigamento, Dormência
■ Pés	33%
■ Tornozelos	14%
■ Joelhos	33%
■ Quadril	22%
■ Mão	24%
■ Punho	20,50%
■ Parte Inferior Costas	45%
■ Cotovelo	5%
■ Parte Superior Costas	50%
■ Ombro	42,50%
■ Pescoço	24%

Ao observar a avaliação de Ler/Dort nos professores, é possível identificar que os membros mais acometidos com sintomas de dor, formigamento ou dormência são parte superior e inferior das costas atingindo cerca de 94% dos professores, seguido pelos joelhos e pés, que juntos representam 66%, os ombro representando 42%, pescoço e mãos 47%, os punhos atingiram um valor de aproximadamente 21%.

# RESULTADOS

## 2ª Etapa: 2018

### BOMBEIROS



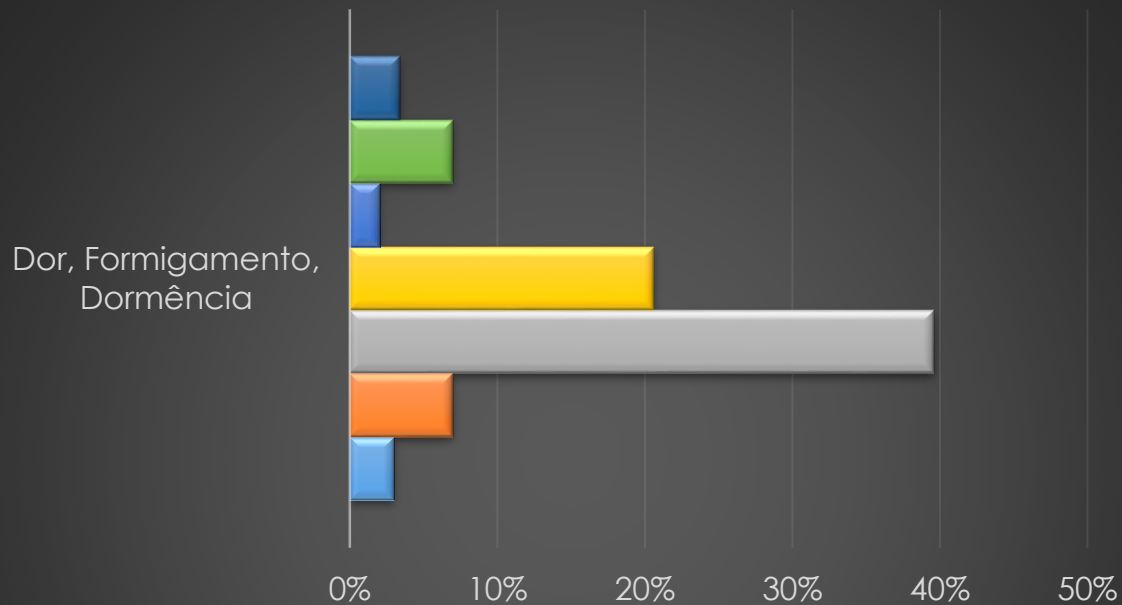
	Dor, Formigamento, Dormência
Joelho	20%
Mão	20%
Punho	20%
Cotovelo	7%
Parte Inferior	20%
Ombro	20%
Pescoço	13%

- Observando a avaliação de Ler/Dort nos bombeiros conforme o gráfico, percebe-se que o número dos que sofrem com doenças ocupacionais é baixo, chegando a 20% do número total acerca dos sintomas de dor, formigamento ou dormência, sendo os ombros, parte inferior das costas e os punhos as regiões mais afetadas.

# RESULTADOS

## 2º Etapa: 2018

### CAMINHONEIROS



	Dor, Formigamento, Dormência
■ Perna	3%
■ Joelho	7%
■ Punho	2%
■ Lombar	21%
■ Costas	40%
■ Ombro	7%
■ Cervical	3%

- Em relação aos resultados da avaliação de Ler/Dort em caminhoneiros, fica evidente quando olha-se os números, quase 40% apresentam algum tipo de dor, formigamento ou dormência nas costas, 20% manifestam sintomas especificamente na região lombar, 10% apresentaram câimbras, sendo esses os valores mais elevados de reclamação em relação a esses sintomas.



# IMPACTOS

- ✓ Capacitação/treinamento sobre agravos ocupacionais com médicos, enfermeiros, NASF, agentes comunitários da APS da Regional de Caxias-MA;
- ✓ Publicação de um artigo em anais de eventos no III Congresso Internacional de Saúde Pública do Delta do Parnaíba/2018;
- ✓ Criação de um projeto de intervenção, enviado a Câmara de Vereadores, para construção de um centro de apoio a desenvolvimento de atividades/orientações de prevenção de Ler/Dort: revitalização de praças com incentivo de práticas de exercícios físicos;
- ✓ Criação de material didático/educativo.

# IMPACTOS



# MOVIMENTE-SE COM O CEREST



**PROGRAMAÇÃO OFICIAL**

**01 MAIO 2018**  
A partir das 08h - Praça Pantheon

**07 MAIO 2018**  
16h às 18h - Avenida da Rodoviária  
UBS - Vila Alecrim

**14 MAIO 2018**  
16h às 18h - Praça da Cohab  
UBS - Cohab

**28 MAIO 2018**  
16h às 18h - Praça Nossa Sra. de Nazaré  
UBS - Trizidela

**04 JUNHO 2018**  
16h às 18h - Praça da Chapada  
UBS - Baixinha

**ATIVIDADES:**  
Verificação da PA, glicemia, teste rápido, avaliação antropométrica com nutricionista, atividade laboral com dança e vacinação.

**REALIZAÇÃO**  
CEREST  
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE  
Caxias

**APOIO:**  
REMAST  
MINISTÉRIO DA SAÚDE



**Movimente-se com Cerest**

**Programação Oficial**

**01 de Maio de 2018**  
Horário: A partir das 8h00  
Local: Praça Pantheon

**07 de Maio de 2018**  
Horário: 16h00 às 18h00  
Local: Av. da Rodoviária  
UBS: Vila Alecrim

**14 de Maio de 2018**  
Horário: 16h00 às 18h00  
Local: Praça da Cohab  
UBS: Cohab

**28 de Maio de 2018**  
Horário: 16h00 às 18h00  
Local: Praça de Nazaré  
UBS: Trizidela

**04 de Junho de 2018**  
Horário: 16h00 às 18h00  
Local: Praça da Chapada  
UBS: Baixinha

**ATIVIDADES:** Verificação de PA, glicemia, teste rápido, avaliação antropométrica com nutricionista, atividade laboral com dança e vacinação.

**REALIZAÇÃO**  
CEREST  
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE  
Caxias

**APOIO:**  
REMAST  
MINISTÉRIO DA SAÚDE

# MOVIMENTE-SE COM O CEREST



# MOVIMENTE-SE COM O CEREST



# CONSIDERAÇÕES FINAIS

- ✓ A proposta do projeto levou em consideração a importância do trabalho na vida das pessoas e a partir dos resultados faz-se imprescindível uma política institucional que promova saúde, baseada na determinação social do processo saúde-doença.
- ✓ Gestores devem estar atentos à saúde intrínseca desta relação, para que o trabalhador possa contribuir com todo seu potencial.



# MOVIMENTE-SE COM O CEREST

