



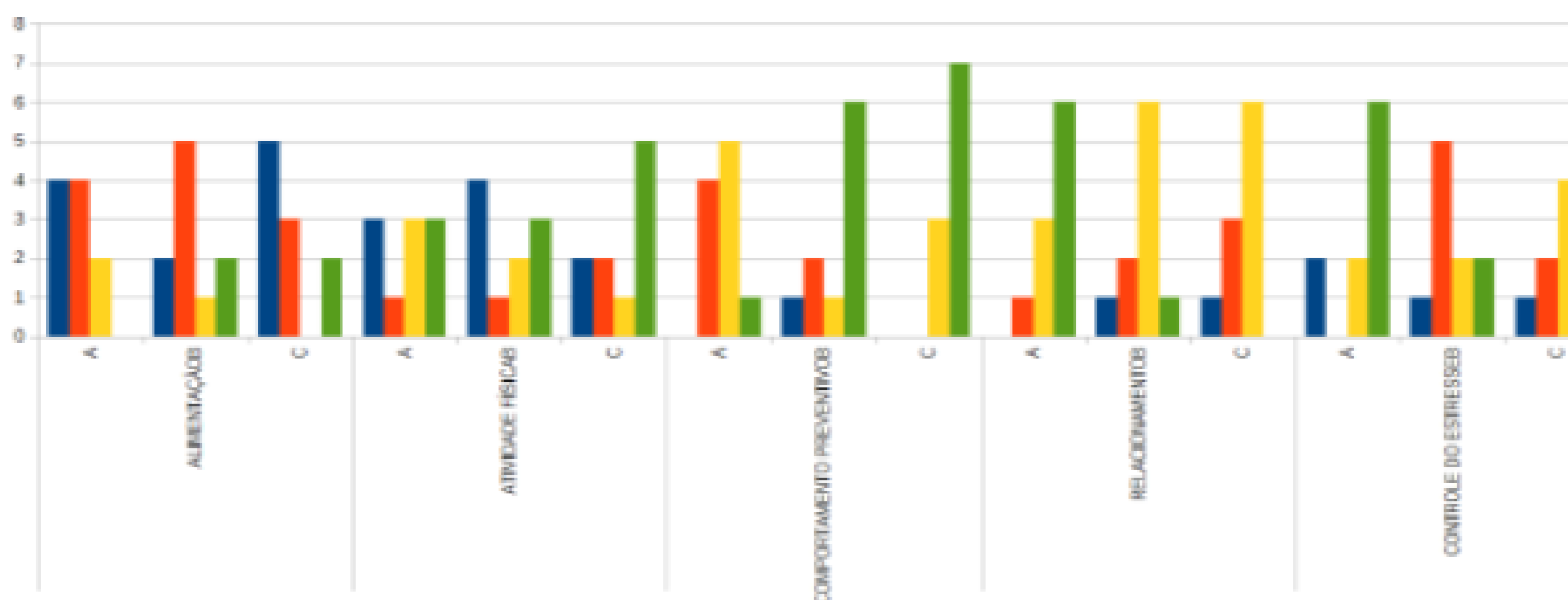
COMO ESTÃO OS HÁBITOS DE VIDA DE TRABALHADORES EM SAÚDE? Análise a partir de uma Unidade Básica de Saúde

Deise Baptista Vargas; Mariéle Rodrigues Barbosa; Gisele Ribeiro Seimetz.
Orientadora: Prof^a Dr^a Lidiane Requia Alli Feldmann
Universidade Luterana do Brasil (ULBRA)

Introdução: Saúde do trabalhador é uma expressão utilizada para um campo específico de conhecimento, estudado e refletido. Relaciona particularidades do trabalho com questões do binômio saúde/doença, que são processos dinâmicos entre si. Pondera que a forma que o sujeito se relaciona com o trabalho e nos espaços de trabalho o direciona para um meio particular de adoecimento e morte (BRASIL, 2001). O presente trabalho pretende entender de que forma o trabalhador (a) percebe seus hábitos de vida. **Objetivo:** Avaliar e identificar os hábitos de vida em trabalhadores de uma unidade básica de saúde (UBS).

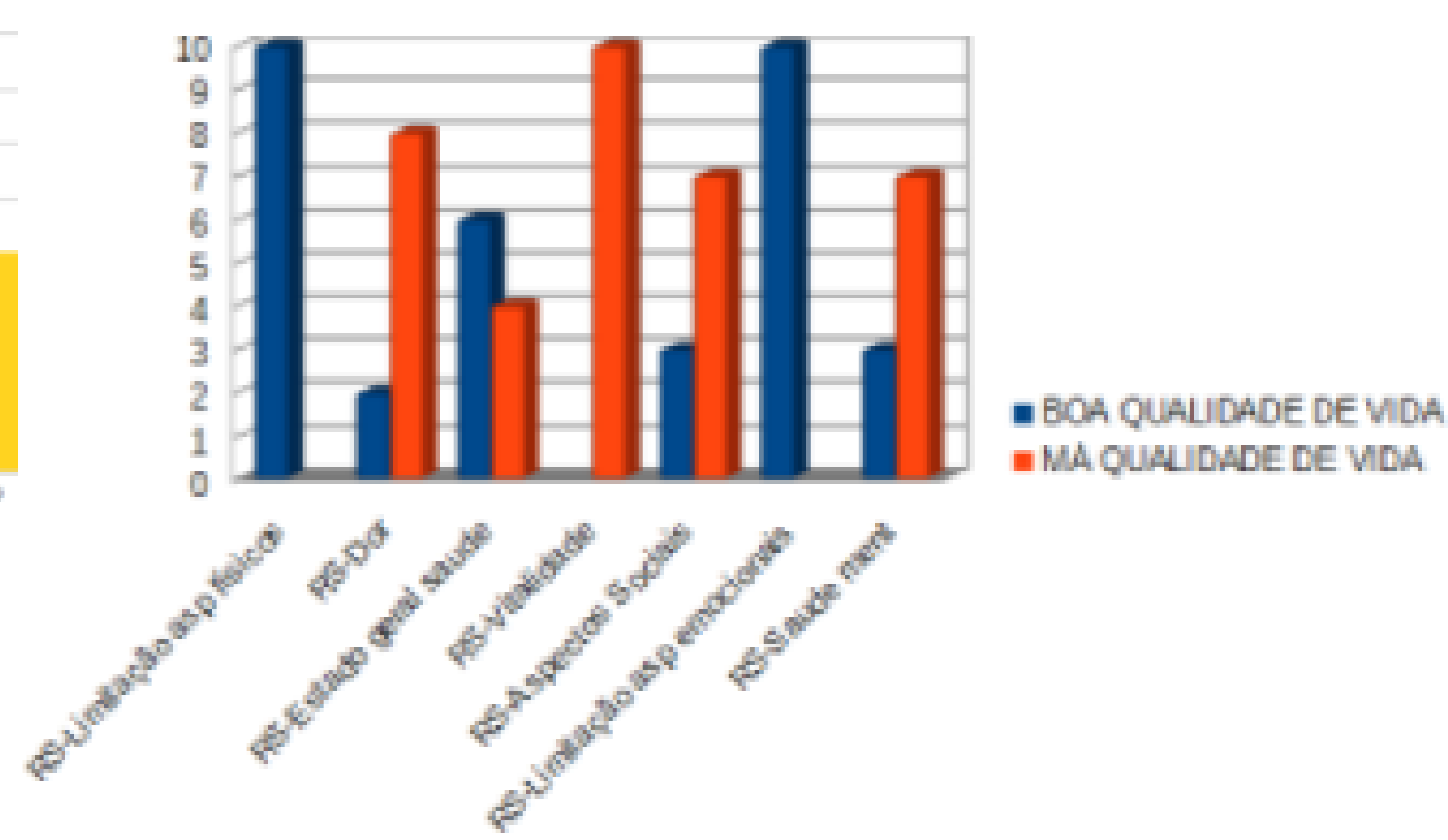
Metodologia: A amostra foi composta por 10 trabalhadores com idade entre 22 e 49 anos. Para avaliar a qualidade de vida dos trabalhadores os métodos utilizados foram o Pentágulo do Bem-Estar e o questionário de estado de saúde (SF36). O Pentágulo do Bem-Estar é um instrumento composto por cinco dimensões do estilo de vida: alimentação, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle de estresse (WESTPHAL et al., 2016). O questionário (SF-36), é composto por 36 perguntas que variam entre alterações do estado de saúde, não sendo utilizada no cálculo das escalas, e as demais perguntas estão compiladas em oito escalas. As pontuações maiores indicam melhor estado de saúde (LAGUARDIA, et al, 2013).

Pentágulo do Bem-Estar:



Resultados e Conclusões finais: A partir da análise das amostras de dados coletados na UBS, foi possível perceber os hábitos de vida dos trabalhadores(as). O Pentágulo do Bem-Estar possui cinco componentes, os quais analisamos individualmente. Alimentação: Os trabalhadores demonstraram índices baixos, onde os hábitos saudáveis de alimentação não fazem parte da rotina. Atividade física: os índices correspondem há poucas atividades físicas durante o dia, o único item que se destacou positivamente foi o relativo a caminhadas como forma de deslocamento. Comportamento preventivo: Obtivemos melhores resultados nesse componente, que contemplam situações de trânsito, ingestão de álcool e controle de pressão e colesterol. Componente Relacionamentos: Os resultados foram satisfatórios, os indivíduos costumam manter bons hábitos com amigos, familiares e comunidade. Controle de estresse: 1i A maioria dos trabalhadores (as) demonstraram um bom controle do estresse no seu dia a dia. No questionário SF-36 o estado geral de saúde foi positivo, entretanto outros aspectos tiveram resultados insatisfatórios,2 como, por exemplo, vitalidade. Precisamos atentar para a saúde de quem cuida, os trabalhadores da área da saúde estão expostos aos mais diversos estressores, o que irá impactar diretamente na saúde física e emocional dos indivíduos aqui analisados.

SF - 36:



Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde do Trabalhador. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. (Cadernos de Atenção Básica, n. 5). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_trabalhador_cab5_2ed.pdf Acesso em: 23 julho de 2020.

LAGUARDIA, Josué; Et al. Dados normativos brasileiros do questionário Short FORM-36 VERSÃO 2. Revista Brasileira de Epidemiologia, vol. 16 no. 4. São Paulo dez. 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2013000400889&script=sci_arttext&lng=pt. Acesso em 23 de julho 2020.

WESTPHAL, Valter Peters; Et al. Avaliação da qualidade de vida em adolescentes do ensino médio do município de Canoinhas/SC. R. bras. Qual. Vida, Ponta Grossa, 3 v. 8, n. 3, p. 218-228, 2016. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/4090>. Acesso em: 23 julho 2020.