

# **GRUPO EM SAÚDE DO TRABALHADOR E ATUAÇÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA<sup>1</sup>**

**Josiane Bertoldo Piovesan<sup>2</sup>, Priscilla de Oliveira Reis Alencastro<sup>3</sup>, Aline Sarturi Ponte<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Projeto de Extensão da Universidade Federal de Santa Maria

<sup>2</sup> Terapeuta Ocupacional. Mestre em Educação Profissional e Tecnológica/UFSM. josiane\_piovesan@hotmail.com

<sup>3</sup> Terapeuta Ocupacional - Técnica Administrativa em Educação - , Universidade Federal de Santa Maria, e-mail: priscilla.alencastro@ufsm.br

<sup>4</sup> Terapeuta Ocupacional, Doutora em Distúrbios da Comunicação Humana pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Santa Maria, Brasil. E-mail: alinesarturi@hotmail.com

## **Introdução**

O mundo do trabalho tem passado por grandes transformações, considerando os modos de produção e organização do trabalho, assim como, exigindo dos trabalhadores maior atitude proativa e busca pelo aperfeiçoamento das organizações e ajuste diante das novas demandas deste complexo sistema (LANCMAN, et. al., 2003) .

A atividade de trabalho é fundamental da vida humana, pois esta constitui o homem, a sua identidade e torna este singular e original (LANCMAN, 2004). O trabalho exige dos trabalhadores capacidades emocionais, cognitivas e físicas. E é um dos principais papéis desempenhados na vida adulta, ocupando maior tempo das pessoas (PARREIRA *et. al.*; 2013). Esta disponibilidade de tempo dedicado pelo trabalhador para a organização ou empresa é um fator importante para o sentimento de pertencimento deste ao grupo (EBERT, M.; 2016).

Mas em alguns casos o contrato entre trabalhador e empresa vai além da força de trabalho, configura-se como um contrato de exclusividade de vida, reduzindo a disponibilidade de tempo deste para dedicar-se ao cuidado de si (EBERT, M.; 2016) . Esta realidade pode levar o trabalhador a processo de adoecimento (PARREIRA *et. al.*; 2013). Sendo assim, torna-se importante investir em ações que visem à promoção e prevenção de doenças relacionadas ao trabalho e ocupacionais (ALFAIA DOS SANTOS, E. D.; SILVA RODRIGUES, K. V.; PANTOJA, A. M; 2015). Lancman e Ghirardi (2002), apresentam em seu estudo que existe muitos estudos ocupados em discutir formas para ampliar a

produtividade, direcionados às condições e organização da atividade laboral. Entretanto, ainda existe uma carência de produção científica de estudo que se preocupe com o “conteúdo simbólico do trabalho, com as relações subjetivas do trabalhador com a sua atividade, com o sofrimento e desgaste gerado pelo trabalho e com os seus efeitos sobre a saúde física e mental dos indivíduos” (LANCMAN, S.; GHIRARDI, M. I. G; p. 45, 2002).

Deste modo, é preciso considerar as complexas relações existentes relacionadas ao trabalho, pois, se de um lado, o mundo do trabalho se modifica e muda a realidade dos que nele estão envolvidos, de outro, diversas profissões e teorias se ocupam em estudá-los e propor alternativas organizacionais que “possam melhorar a qualidade de vida, humanizar as relações de trabalho e repensar o fator humano nos processos tecnológicos nos seus diferentes aspectos” (LANCMAN, S.; GHIRARDI, M. I. G; p. 46, 2002).

Sendo a Terapia Ocupacional uma das profissões da área da saúde que se ocupa em estudar e discutir ações de “promoção de saúde e social, prevenção de doenças, reeducação e reabilitação dos trabalhadores” (WATANABE, M.; NICOLAU, S. M. p. 159, 2001), torna-se importante ampliar as discussões sobre as ações destes profissionais neste campo de intervenção. Em suas intervenções o terapeuta ocupacional auxilia os trabalhadores em seu ambiente de trabalho, realizando análise das condições, organização, relações, do posto e da atividade de trabalho (SILVA, F. M. N.; VENDRUSCULO FANGEL, L. M.; DA SILVA RODRIGUES, D.; 2016).

Dentre as habilidades e competências do Terapeuta Ocupacional, pode-se destacar em saúde do trabalhador que este profissional está habilitado para atuar em diferentes dimensões como: avaliações, ações de educação em saúde, reabilitação, prevenção de agravos e promoção de saúde, no âmbito individual e/ou coletivo, conforme a Resolução nº 459, de 20 de novembro de 2015. Ainda segundo esta Resolução é competência do terapeuta ocupacional neste campo, realizar ações que visem à qualidade de vida no ambiente ocupacional, tendo em vista que este é o espaço em que o trabalhador passa a maior parte de seu tempo (CONSELHO FEDERAL DE TERAPIA OCUPACIONAL, 2015).

A partir das constantes transformações que ocorrem no mundo do trabalho, das novas exigências e das significativas mudanças na Consolidação das Leis Trabalho (CLT), pela Reforma Trabalhista de 2017, torna-se importante compreender os reflexos desse contexto

na vida dos trabalhadores e ampliar as discussões sobre ações de promoção e prevenção e de cuidado com a saúde destes. Sendo assim, este estudo tem como objetivo apresentar e discutir intervenções/ações terapêuticas ocupacionais em grupos de promoção e prevenção da saúde do trabalhador.

## **Metodologia**

Este estudo caracteriza-se como um relato de experiência. Resulta do Projeto de Extensão intitulado "Abordagem Terapêutica Ocupacional: sentido e potência na atividade laboral", o objetivo deste é proporcionar melhor qualidade de vida no ambiente de trabalho favorecendo as relações interpessoais e melhor desempenho ocupacional.

As ações eram direcionadas para servidores de uma Universidade pública do interior do Rio Grande do Sul, RS. Estas foram realizadas no setor de qualidade de vida da Instituição, duas vezes na semana, com duração aproximada de 20 (vinte) minutos, no período de maio a dezembro de 2017. A equipe executora do projeto é composta por dois acadêmicos, um docente e dois terapeutas ocupacionais – Técnicos Administrativos em Educação da própria Instituição.

Foram realizados grupos com os servidores, estes eram convidados a participar voluntariamente destes. Os grupos são uma das opções que os terapeutas ocupacionais têm para intervir junto aos trabalhadores. Por meio destes pode-se trabalhar com: dinâmicas grupais, atividade laboral, o melhor relacionamento interpessoal e integração dos participantes. Estes possibilitam interação entre os trabalhadores e fortalecem o vínculo entre os trabalhadores (RASERA, E. F.; ROCHA, R. M. G.; 2010).

Sendo assim, as atividades grupais podem ser consideradas facilitadores, um recurso terapêutico onde é possível trabalhar vários aspectos que proporcionam promoção e prevenção da saúde dos servidores. As atividades propostas foram de relaxamento, ginástica laboral, consciência de si, dinâmicas de grupo e abordagens corporais.

## Resultados

Participaram dos grupos aproximadamente 5 servidores, estes eram assíduos. As propostas de atividades grupais são baseadas no contexto do posto de trabalho e nos relatos dos servidores. Ressalta-se que estes tinham liberdade de propor atividades e solicitar alguma atividade específica de acordo com as suas necessidades. Durante o grupo são realizadas observações e orientações sobre cuidados posturais e de saúde.

As atividades realizadas pelo projeto de extensão junto aos servidores foram: Ginástica Laboral (GL), atividades de relaxamento e de consciência de si e dinâmicas de grupo. Destaca-se que as atividades grupais são as principais intervenções terapêuticas no campo de saúde do trabalhador, estas promovem melhora na satisfação do trabalho e na qualidade de vida. Durante os grupos buscou-se trabalhar com os servidores questões de relações interpessoais, promoção e prevenção de saúde, trabalho em grupo, orientação e conscientização quanto à importância de inserir no cotidiano desses sujeitos hábitos saudáveis de estilo de vida.

## **Discussão – conter a discussão do resultado com base na literatura.**

O trabalho é uma forma de satisfação das necessidades humanas, este gera autorrealização, propicia as relações interpessoais e mantém a sobrevivência do ser humano. Por outro lado, pode ser um fator de adoecimento, quando este apresenta fatores de risco para a saúde, não oferecendo suporte e condições para que o trabalhador consiga desempenhar suas tarefas de modo seguro e em condições de trabalho. Para a Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes (2000), a segunda causa de afastamento do trabalho, no Brasil, são as doenças ocupacionais. Além de ter alta incidência, estas geram a diminuição da produtividade e prejuízos na qualidade de vida dos trabalhadores.

Uma das propostas mais aceitas pelo grupo de servidores é a GL. O uso da GL como recurso terapêutico do profissional de Terapia Ocupacional de acordo com a Resolução

459, de 20 de novembro de 2015, do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional art. 4º parágrafo I:

Fazer o uso da Ginástica Laboral, no contexto da Terapia Ocupacional, utilizando da ergonomia cognitiva como treinamento ocupacional preventivo, objetivando otimizar a consciência corporal, melhorar a autoestima, a autoimagem, a coordenação motora e o ritmo, com a finalidade de intervir nas habilidades ocupacionais, na memória, na atenção, raciocínio e concentração, combater as tensões emocionais, promover a vivência do lazer, motivar para a rotina do trabalho, favorecer o relacionamento interpessoal e aumento da capacidade produtiva no trabalho (CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL, s/p, 2015).

Dentro do contexto de saúde do trabalhador a GL auxilia de forma terapêutica e preventiva, proporcionando momentos de trocas e experiências grupais. Assim, tem como finalidade proporcionar alívio de estresse, prevenção das doenças ocupacionais, melhorar a disposição e motivação para o trabalho, como também, a saúde física, mental e espiritual dos participantes. Além disso, a GL auxilia na melhora do relacionamento interpessoal, contribui na redução dos acidentes de trabalho e, conseqüentemente, no aumento da produtividade, gerando um maior retorno financeiro para a empresa e/ou organização e melhores condições de saúde de seus colaboradores (DE OLIVEIRA, 2007).

Diante dos benefícios e importância da GL no âmbito da saúde do trabalhador, o Projeto de Lei n. 6083/09, busca a obrigatoriedade de realização de GL em órgãos da administração pública federal direta e indireta. Além disso, a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (BRASIL, 2012), ressalta a importância de se promover a articulação intersetorial buscando a promoção de ambientes de trabalhos saudáveis, considerando este como um dos determinantes do processo saúde-doença. As ações abrangem atividades de alongamento, relaxamento, consciência e abordagens corporais, exercícios de respiração e dinâmicas de grupo.

Além de atividades de GL, atividades de relaxamento também merecem destaque dentre

ações que foram desenvolvidas com o grupo. Os trabalhadores estão expostos a eventos que desencadeiam fatores estressantes, psicologicamente e fisicamente, em seu ambiente de trabalho. Sendo assim, o relaxamento veio como uma proposta de amenizar os fatores estressantes a qual o trabalho gera sobre o trabalhador, psicologicamente reduzir questões de ansiedade, emocionais e de relacionamento com a equipe, e fisicamente, abordar questões de dores musculares e tensões que se acumulam, a fim de retornar ao trabalho com diminuição de dores relacionadas.

As atividades sobre consciência de si, sobre o corpo, possuem objetivo de conhecimento e apropriação do corpo, potencialização da vida, construir e refazer laços sociais e conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida. Esses fatores auxiliam na melhor relação com o ambiente de trabalho, propiciam intensificação das relações com o grupo, como por exemplo, sensibilidade, tolerância e receptividade aos fatores e situações que acontecem cotidianamente. A consciência de si pode ser abordada concomitantemente com as atividades de relaxamento e GL compartilhando o objetivo de melhora da qualidade de vida no ambiente de trabalho e diminuição dos fatores estressores que possam vir a ser desenvolvidos durante a atividade laboral.

O terapeuta ocupacional busca transformar o grupo em um ambiente de confiança e facilitador, permitindo que ele assuma um espaço de potência, um rico e significativo, recurso terapêutico. Este profissional conduz suas ações no sentido de facilitar que os participantes experimentem outras formas de se relacionar e de vivenciar situações inéditas, que estão associadas ao próprio ato do fazer, possibilitando que a ação ganhe um sentido e um sentimento (ALFAIA DOS SANTOS, E. D.; SILVA RODRIGUES, K. V.; PANTOJA, A. M; 2015).

Uma das atividades mais usadas nas intervenções terapêuticas ocupacionais grupais são as dinâmicas de grupo. Segundo Basto (2018), estas caracterizam-se por atividades que são desenvolvidas com o objetivo de integrar e promover o conhecimento, favorecendo a troca de experiências e vivências entre os participantes. Os objetivos da dinâmica de grupo é ampliar a espontaneidade dos participantes, promovendo a retirada de ações negativas a fim de proporcionar descontração dos participantes, levando-os a uma maior autonomia e senso crítico para analisar problemas e situações (MIRANDA, M. L.; PERTILLE, J. P.; 2011).

As intervenções grupais em saúde do trabalhador, contribuem para as relações no ambiente de trabalho, promovendo a interação e integração dos participantes. Possibilita também o cuidado individual e coletivo, contribuindo para a promoção, prevenção e qualidade de vida, bem como, para a saúde biopsicossocial e relações interpessoais dentro do ambiente laboral (ALFAIA DOS SANTOS, E. D.; SILVA RODRIGUES, K. V.; PANTOJA, A. M; 2015).

Sendo assim, compreende-se que as atividades grupais são de extrema importância, e melhoram a qualidade de vida, a percepção corporal, mental e espiritual, contribuindo no rendimento e disposição para as tarefas propostas do ambiente de trabalho. Essa conscientização é de suma importância, os servidores precisam sentir os benefícios destas ações, o que efetivamente é por si só, já traz melhorias para si mesmos repercutindo no ambiente de trabalho.

### **Conclusões**

O projeto trouxe benefícios aos servidores, proporcionando momentos de prevenção e promoção em saúde, sendo assim, percebe-se a importância destes profissionais atuando na saúde do trabalhador. Aos acadêmicos a participação no Projeto de Extensão, as trocas de experiência, os estudos teóricos e o manejo grupal foram elementos relevantes para a formação dos mesmos, esta contribui para o amadurecimento profissional.

Esta experiência possibilitou a compreensão sobre o contexto laboral, as demandas ocupacionais e de saúde dos servidores. Sendo assim, oportunizou aos acadêmicos ampliação de conhecimentos, a articulação teórico-prática e o aprimoramento do raciocínio clínico sobre a utilização de atividades grupais como possibilidade de intervenção terapêutica ocupacional em saúde do trabalhador.

Portanto, as trocas de experiências, o conhecimento adquirido, torna os acadêmicos mais críticos diante de suas intervenções, agindo intrinsecamente nas atividades, conforme a lógica da demanda local e da subjetividade dos participantes. Considera-se que as ações realizadas foram importantes, por oportunizar aos acadêmicos um aprendizado pessoal e profissional e aos servidores melhores condições de saúde.

**Palavras-chave** – Ensino Superior, Saúde do Trabalhador, Prática de Grupo, Terapia

Ocupacional.

### Referências Bibliográficas

ALFAIA DOS SANTOS, Ely Dean; SILVA RODRIGUES, Karoline Vitória; PANTOJA, André Maia. Atividades grupais e saúde do trabalhador: uma análise terapêutica ocupacional. **Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar**, v. 23, n. 4, 2015.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA PREVENÇÃO DE ACIDENTES. Doença ocupa segundo lugar no ranking dos afastamentos do trabalho. SOS. **Revista da Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes**. 35:210, 2000.

BASTO, P. T. L. Dinâmica de grupo: um caminho para o fortalecimento da humanização no PSF João Sampaio. 2008. 57 f. **Monografia (Especialização em Gestão do Trabalho em Saúde)** – Universidade Federal de Alagoas, Alagoas, 2008.

BRASIL. Câmara dos Deputados. Projeto de Lei nº 6.083, de 22 de setembro de 2009. **Institui a obrigatoriedade de realização de ginástica laboral no âmbito dos órgãos e entidades da administração pública federal direta e indireta**. Disponível em: <<https://www2.camara.leg.br/camaranoticias/noticias/ADMINISTRACAO-PUBLICA/144502-PROJETO-TORNA-OBRIGATORIA-A-OFFERTA-DE-GINASTICA-NO-SERVICO-PUBLICO.html>>. Acessado em: 02 fev. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. **Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora**. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 24 ago. 2012. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823\\_23\\_08\\_2012.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823_23_08_2012.html)>. Acesso em: 26 jan. 2020.

CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL. **Resolução Nº 459, de 20 de novembro de 2015 – Dispõe sobre as competências do terapeuta ocupacional na Saúde do Trabalhador, atuando em programas de estratégias inclusivas, de prevenção, proteção e recuperação da saúde**. Disponível em: <<https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3220>>. Acesso em: 18 jan. 2021.

DE OLIVEIRA, João Ricardo Gabriel. A importância da ginástica laboral na prevenção de

doenças ocupacionais. **Revista de educação física/Journal of physical education**, v. 76, n. 139, 2007.

EBERT, Martha. SEGURANÇA E SAÚDE DO TRABALHADOR—A INVISIBILIDADE DA DOR NO TRABALHO. **SAÚDE DO TRABALHADOR: saberes e fazeres possíveis da Psicologia do Trabalho e das Organizações**, p. 10., 2016.

LANCMAN, Selma; GHIRARDI, Maria Isabel Garcez. Pensando novas práticas em terapia ocupacional, saúde e trabalho. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 13, n. 2, p. 44-50, 2002.

LANCMAN, Selma *et al.* Informar e refletir: uma experiência de terapia ocupacional na prevenção de riscos à saúde do trabalhador. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 14, n. 1, p. 1-9, 2003.

LANCMAN, Selma. Construção de novas teorias e práticas em terapia ocupacional, saúde e trabalho. **Saúde, trabalho e terapia ocupacional. São Paulo: Roca**, p. 71-83, 2004.

MIRANDA, Marloren Lopes; PERTILLE, José Pinheiro. O conceito de Trabalho em Hegel: formador da consciência. **XI Salão de Iniciação Científica—PUCRS**, v. 9, 2011.

PARREIRA, Mariana Melo *et al.* Papéis ocupacionais de indivíduos em condições reumatológicas. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 24, n. 2, p. 127-133, 2013.

RASERA, Emerson Fernando; ROCHA, Rita Martins Godoy. Sentidos sobre a prática grupal no contexto de saúde pública. **Psicologia em Estudo**, v. 15, n. 1, p. 35-44, 2010.

SILVA, Fabiana Magalhães Nunes; VENDRÚSCULO-FANGEL, Letícia Meda; DA SILVA RODRIGUES, Daniela. A Terapia Ocupacional e a saúde do trabalhador: panorama de produção bibliográfica/Occupational Therapy and workers' health: an overview of the bibliographic production. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 24, n. 2, 2016.

WATANABE, M.; NICOLAU, S. M. A Terapia Ocupacional na interface da saúde e trabalho. In: DE CARLO, M. M. R. P.; BARTALOTTI, C.C. **Terapia Ocupacional**

**no Brasil: fundamentos e perspectivas.** São Paulo: Plexus, 2001. p. 155-171.