

QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DO TRABALHADOR: RELATOS DE PRÁTICAS TERAPÊUTICAS OCUPACIONAIS

Karoline Vitória Silva Rodrigues¹; André Maia Pantoja²

¹Acadêmica de Terapia Ocupacional; ²Docente do Curso de Terapia Ocupacional.

karoltorodrigues@hotmail.com

Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Introdução: Na vida adulta, a função que o trabalho assume no cotidiano do indivíduo é palco central na construção e desenvolvimento individual e coletivo de sua identidade. O trabalho possui influência na saúde física e mental, nas relações sociais e constitui-se de uma atividade geradora de diversos significados simbólicos na vida do sujeito. Entretanto, devido ao fluxo, dinâmica e aspectos ergonômicos, o ambiente laboral pode desencadear desgaste e adoecimento dos trabalhadores, podendo interferir em sua saúde e qualidade de vida. Neste sentido, a prevenção de doenças ocupacionais e sofrimentos gerados no ambiente de trabalho torna-se ação fundamental na manutenção da qualidade de vida no contexto da saúde do trabalhador. O terapeuta ocupacional, a partir de sua experiência no estudo das atividades, compreende a complexidade do indivíduo em sua relação com o trabalho e intervém em situações concretas no ambiente laboral, de modo a prevenir e promover saúde, considerando a influência do trabalho em todos os âmbitos da singularidade humana. **Objetivo:** Relatar uma experiência terapêutica ocupacional no contexto da saúde do trabalhador em que se buscou promover qualidade de vida no ambiente de trabalho do setor de Assessoria Jurídica de uma Associação Polo Produtiva do Pará. **Descrição da experiência:** Trata-se de um relato de experiência acadêmica do curso de Terapia Ocupacional da Universidade do Estado do Pará (UEPA), desenvolvido a partir do estágio profissionalizante supervisionado no período de agosto a setembro de 2014 em uma Associação Polo Produtiva do Pará. Foram desenvolvidos 13 atendimentos no setor de Assessoria Jurídica da instituição, constituído de três colaboradoras. Durante as sessões foram desenvolvidas atividades expressivas, de relaxamento, de alongamento, de ambientação do local de trabalho e terapia corporal. **Resultados:** No primeiro contato, buscou-se conhecer a rotina de trabalho do local e observar se esta interferia na qualidade de vida e saúde das colaboradoras. Analisou-se que o intenso fluxo de trabalho e a permanência frequente na posição sentada implicavam em algias na extensão da coluna vertebral. Além deste aspecto, as colaboradoras vivenciavam frequentes situações de estresse que implicavam em sua saúde biopsicoemocional. A partir disto, buscou-se proporcionar atividades que favorecessem a expressão de sentimentos atribuídos à rotina e dinâmica de trabalho, de modo que se pudesse analisá-los e relacioná-los com as demandas físicas e emocionais observadas nas colaboradoras. Neste sentido, buscou-se desenvolver atividades que promovessem o alívio da tensão muscular, a prevenção de algias e de instalação de doenças osteomusculares, a redução do nível de ansiedade e de estresse orgânico, além de atividades que pudessem contribuir na dinâmica de trabalho do local. **Conclusão:** Observou-se que o ambiente laboral interferia na saúde biopsicoemocional e na qualidade de vida das colaboradoras. O reconhecimento da importância das intervenções terapêuticas ocupacionais e o estabelecimento e fortalecimento do vínculo terapêutico contribuíram para o desenvolvimento das atividades e para o trabalho dos objetivos traçados, favorecendo o alcance à curto e à médio prazo de prevenção de doenças ocupacionais e acidentes de trabalho e de promoção de qualidade de vida. Portanto, a experiência desempenhou fundamental importância não somente para a prevenção e promoção de saúde das colaboradoras, mas também para a formação

acadêmica da estagiária e para a reflexão de saberes da terapia ocupacional no contexto da saúde do trabalhador.

Palavras-Chave: Terapia Ocupacional; Saúde do Trabalhador; Qualidade de vida.

Referência:

LANCMAN, Selma; GHIRARDI, Maria Isabel Garcez. Pensando novas práticas em terapia ocupacional. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo.** v. 13, n. 2, p. 44-50. 2002. Disponível em: < file:///C:/Users/Ac%C3%A1cia%20Rodrigues/Downloads/13895-16873-1-PB%20(1).pdf >. Acesso em: 3 out 2014.