

# ENFOQUE DA TERAPIA OCUPACIONAL NA SAÚDE DE TRABALHADORES DE UM SETOR ADMINISTRATIVO

Bianca Caldas da Silva Mendes<sup>1</sup>; Manuella Matos de Azevedo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduação, <sup>2</sup>Especialização

<sup>1</sup>UNAMA,

<sup>2</sup>Hospital Metropolitano  
caldasbianca@yahoo.com

**Introdução:** O trabalho é rico em sentidos, um meio de produção de vida ou de providência à subsistência, um meio para criação de sentidos existenciais e de estruturação da identidade e da subjetividade<sup>1</sup> sendo assim é essencial que possa ser realizado em um ambiente que permita o desenvolvimento de todos estes aspectos. Porém quando analisamos um setor administrativo, que possui um caráter burocrático, repetitivo, estressante e essencial para o funcionamento de uma empresa nos deparamos com a grande carga de pressão recebida pelos profissionais. Estes fatores, juntamente com um relacionamento interpessoal conflitante e ambiente físico desfavorável, afeta diretamente a qualidade de vida, e conseqüentemente, o desempenho profissional. Desta forma, o terapeuta ocupacional, leva em consideração as condições e organizações de trabalho enquanto determinantes de adoecimento, possibilitando ao trabalhador sensibilização e instrumentalização acerca da possibilidade de mudanças em sua relação com o trabalho, fazendo das intervenções verdadeiros processos de ações transformadoras<sup>2</sup>. Portanto é necessário o constante estudo nesta área em expansão para assim aperfeiçoá-la cada vez mais. **Objetivos:** Compartilhar com a comunidade acadêmica as experiências vivenciadas e assim acrescentar estudos relacionados á atuação da Terapia Ocupacional na área da saúde do trabalhador. **Descrição da Experiência:** Este estudo é um relato de experiência referente ao estágio supervisionado em saúde do trabalhador vivenciado no 7º semestre do curso de Terapia Ocupacional, sendo desenvolvido com os cinco profissionais que atuavam na central de estágio da instituição universitária. As atividades ocorreram no turno da manhã durante o mês de março de 2016, cada encontro com duração de no máximo 15 minutos. Tendo como principais etapas conhecer as demandas do setor, elaborar o cronograma de atividades e sua execução. **Resultados:** Visando promover a melhora na qualidade de vida dos profissionais, favorecer as relações interpessoais assim como a intrapessoal e prevenir o desencadeamento de doenças ocupacionais, realizou se atividades que objetivavam melhorar os aspectos positivos encontrados no local, assim como encontrar possíveis soluções para situações problema. Como ponto positivo é possível destacar o bom relacionamento interpessoal no setor, mostrando-se apenas necessário aperfeiçoá-lo. Portanto fez-se uso de dinâmicas que visassem á busca conjunta por soluções de problemáticas, a divisão de tarefas, o discernimento sobre o papel do líder, a necessidade de cada individuo valorizar seu conhecimento e capacidades, valendo-se assim deles para ajudar a equipe no cumprimento da tarefa, o aperfeiçoamento do conhecimento sobre o “eu” e o reconhecimento do seu papel pelos colegas. Dentre as variáveis negativas foi possível perceber a desorganização do espaço, o que levava a tomada de posturais prejudiciais, sendo assim foram realizadas orientações sobre ergonomia, que ao serem postas em prática transformaram positivamente a organização do ambiente, favorecendo assim a adequação postural e prevenindo possíveis patologias. E para enfatizar os danos causados pelas doenças ocupacionais foi realizada uma vivência com os profissionais, onde cada um recebeu em seu corpo uma limitação que pode ser desencadeada pelos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho, sendo pedido para que tentassem realizar as tarefas que desempenham cotidianamente no serviço, provocando assim a reflexão sobre a necessidade da tomada de cuidados básicos e do

comprimento das regras ergonômicas. Também foi percebido um alto nível de estresse, que estava relacionado ao fato de que uma das principais tarefas desenvolvidas pela central é o atendimento ao público, e este é composto por pessoas que, em sua grande parte, apresentam humor irritado e ansioso pois estão em busca de soluções para questões burocráticas, o que pode gerar um certo comportamento desrespeitoso com os colaboradores. Deste modo, proporcionou-se nos encontros medidas que pudessem ser usadas como controle do estresse, como o relaxamento de Jacobson, que consiste em explorar a concentração e consciência corporal, através da contração e relaxamento dos músculos, seguindo em uma ordem progressiva dos pés a cabeça, e além de alcançar os objetivos já esperados, também foi possível observar uma mudança no estado emocional de uma das secretarias administrativas, pois contribuiu para que a mesma liberasse suas emoções através do choro. Por conseguinte fez-se uso de atividades expressivas, ginástica laboral e até mesmo a utilização da dança circular dentro do próprio espaço de trabalho, fazendo assim com que houvesse uma quebra na rotina gerando assim um momento de união entre os indivíduos. Importante frisar que nenhuma dessas atividades poderia ser bem sucedida se não fosse pelo vínculo criado entre os profissionais e as acadêmicas, pois este foi a base para que se permitissem vivenciar plenamente as propostas. Evidenciamos isto ao nos depararmos com a iniciativa de um dos profissionais em compartilhar uma dinâmica que fazia parte de seu repertório pessoal, ela tinha como objetivo mostrar a importância do autocontrole em momentos de crise, onde ele pedia que lembrássemos uma situação de grande raiva que tenhamos vivido e em seguida nos distraía pedindo para que soletrássemos nossos nomes de trás pra frente, depois nos foi pedido que rememorássemos mentalmente um momento de grande amor e felicidade, ao final ele nos fez a seguinte indagação “se você estivesse se sentindo assim naquele momento de raiva terias agido da mesma forma?”. Tal experiência nos fez rever nossas posturas, tanto pessoais quanto profissionais, pois proporcionou a reflexão acerca da riqueza que há na troca de papéis e de saberes, pois estes podem enriquecer nossa sabedoria interior e é mais um alicerce para alcançar melhores resultados dentro dos objetivos terapêuticos.

**Conclusão/Considerações Finais:** A experiência vivenciada ressaltou a importância da Terapia Ocupacional ao proporcionar ações que favoreçam a adequação e aperfeiçoamento de todos os aspectos que compõem um setor administrativo, pois este influencia diretamente na qualidade de vida de um indivíduo e conseqüentemente traz benefícios para a empresa. Enfatizou a necessidade da presença do vínculo terapeuta x paciente, independente da área que o terapeuta ocupacional se encontra, pois é através dela que o fluxo para se chegar as metas torna-se mais corrente, além de assumir a forma de uma rede de segurança e apoio para cliente-paciente. Proporcionando também o amadurecimento profissional e pessoal de todos os envolvidos. E a descoberta dos benefícios de novos recursos, como a dança circular, para serem utilizados nesta área. Dentre todos esses é possível afirmar que tal experiência gerou novos conhecimentos, desafios, possibilidades e reflexões positivas a serem estudadas e aprimoradas para que gerem mais ganhos para a profissão.

#### **Referências:**

1. Tolfo, S. R. et al. Sentidos e significados do trabalho: explorando conceitos, variáveis e estudos empíricos brasileiros. *Psicologia & Sociedade*, Porto Alegre, v. 19, n. 1, p. 38-46, 2007. Disponível em:
2. Junqueira, T. Trabalho, saúde e Terapia Ocupacional: uma abordagem sistêmica. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE SISTEMAS, 4., 2008, São Paulo. Anais... São Paulo: FACEF, 2008.