

## Trabalho apresentado no 17º CBCENF

**Título:** MASSAGEM E CINEMA NA CME: ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

**Relatoria:** VERA NILDA NEUMANN

Carla Aparecida Spagnol

**Autores:** Bruna Rogeliane Rodrigues Pereira

Bárbara Kellen Souza Oliveira

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Força de trabalho da enfermagem: recurso vital para a saúde

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

O trabalho pode gerar repercussões desfavoráveis na vida do trabalhador, sobretudo nos casos em que o ambiente é propício ao adoecimento. Por ser um local apontado como perigoso e penoso, o hospital pode favorecer o surgimento de doenças físicas e sofrimento psíquico nos funcionários. Na Central de Material Esterilizado (CME), o adoecimento é frequente, haja vista a intensidade das tarefas, os movimentos repetitivos, a postura corporal inadequada, e a cobrança quanto ao cumprimento de metas, condições estas que podem levar ao cansaço e estresse. Diante desse contexto e ciente da necessidade dos momentos de pausa no trabalho, o Projeto de Extensão “Estratégias de Sensibilização para Promover a Qualidade de Vida no Trabalho”, da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, adotou as sessões de massagens e curta-metragem, que foram realizadas junto à equipe de enfermagem da CME do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais (HC-UFMG), com o intuito de garantir a revitalização do trabalhador e estimulá-lo quanto à mobilização em busca da própria qualidade de vida no trabalho (QVT). O estudo tem por objetivo relatar a experiência dos métodos mencionados como estratégias de promoção da QVT. As atividades ocorreram no ano de 2013, quinzenalmente, nos turnos manhã e tarde, com duração aproximada de 20 minutos. As sessões de massagens eram individuais, e aconteceram em uma sala que continha música para relaxamento e aromatizador, a fim de proporcionar tranquilidade. Já as sessões de curta-metragem foram coletivas, os participantes eram divididos em turmas, sendo que a cada exibição entravam em média 6 pessoas e todas ganhavam pipoca para acompanhar a sessão. Um instrumento contendo 3 perguntas foi utilizado na avaliação das atividades, além de uma avaliação oral realizada em reunião com o grupo. Os funcionários relataram que a massagem contribuiu para a QVT por proporcionar momentos de relaxamento físico e mental, além de conforto e diminuição do estresse. As sessões de curta também foram bem avaliadas, já que de acordo com os participantes a atividade promoveu reflexões, descontração e, sobretudo, interação da equipe, deixando o serviço mais leve e o ambiente laboral mais prazeroso. Dessa forma, evidencia-se a necessidade de métodos que garantam os momentos de pausa, a revitalização dos profissionais como aspecto determinante na qualidade do serviço e a responsabilização dos trabalhadores como sujeitos do processo de trabalho.