



SAÚDE DO TRABALHADOR: ATIVIDADE CONSCIENTIZA SOBRE O AUTOCUIDADO

Esther Teixeira Carvalho¹, Keroli Fernanda Rodrigues Lima¹, Kelly de Moura Oliveira Krause²

Resumo: Objetivo: Descrever a atividade de educação e saúde realizada com os trabalhadores da empresa Bruning, no município de Panambi, e reforçar a importância do profissional enfermeiro como mediador pela busca do autocuidado. **Metodologia:** O estudo é do tipo relato de experiência de caráter descritivo. A ação foi organizada por acadêmicos do curso de Enfermagem e teve como objetivo conscientizar os trabalhadores sobre o autocuidado. Diversos temas foram discutidos na atividade, como o cuidado com as mãos e dedos, dengue, hipertensão e saúde mental. Os temas foram divididos em "ilhas" para que os trabalhadores pudessem participar de todos. Em cada ilha, existia um aluno explicando sobre o assunto pelo qual ficou responsável. Em especial, na ilha do cuidado com mãos e dedos, os trabalhadores foram conscientizados sobre a importância da utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI's) e as consequências que a negligência pode causar, uma vez que trabalham em uma metalúrgica e as mãos são fundamentais neste processo de trabalho. Na ocasião, foram mostradas fotos de pessoas que sofreram acidentes de trabalho e também realizada uma dinâmica com uma caixa de presentes, onde "conteria" o principal responsável pelo cuidado. Ao abrirem, todos se deparavam com um espelho, mostrando que eles eram os principais responsáveis pela sua saúde. Uma prática educativa só pode alcançar eficácia na medida da participação livre dos educandos. **Resultados:** Em vigor desde 2004, a Política Nacional de Saúde do Trabalhador do Ministério da Saúde visa à redução dos acidentes e doenças relacionadas ao trabalho, mediante a execução de ações de promoção, reabilitação e vigilância na área de saúde. Pensando em ações de promoção, a atividade conseguiu alcançar o objetivo de conscientizar para o autocuidado. Os trabalhadores foram participativos e demonstraram interesse, muitos afirmando que iam mudar as atitudes no setor de trabalho. Além de contribuir com os trabalhadores, destacou-se também a experiência dos discentes, em estar colocando em prática a sua futura profissão. **Conclusão:** Ações que eduquem as pessoas para a saúde e o autocuidado são muito relevantes, prioritariamente em locais onde o trabalho é rotineiro, deixando as pessoas mais expostas a acidentes. Ideias como estas deveriam ser feitas mensalmente nas empresas. Para os acadêmicos de enfermagem, futuros profissionais de educação e saúde, foi de grande valia a experiência, tornando-os melhores no cuidado, na escuta, na empatia, na socialização, na crítica, nos valores e no conhecimento.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador. Educação e Saúde. Autocuidado.

¹ Discentes do curso de Enfermagem, da Universidade de Cruz Alta - Unicruz, Cruz Alta, Brasil. E-mail: esther.t.c.et@gmail.com, kerolifrlima@outlook.com

² Docente da Universidade de Cruz Alta - Unicruz, Cruz Alta, Brasil. E-mail: koliveira@unicruz.edu.br