

CONSTRUÇÃO DE UMA MODELAGEM DE UM PROGRAMA DE APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE, PARA TRABALHADORES DE UM SERVIÇO DE LAVANDERIA HOSPITALAR

EDISON A. A. MARCHAND**

HEDI CRECENCIA HECKLER DE SIQUEIRA***

A questão de pesquisa deste trabalho surgiu a partir da prática profissional de educador físico. Estudar o tema Aptidão Física e Saúde, na perspectiva de verificar o desenvolvimento dos componentes da aptidão física relacionados à saúde torna possível favorecer a promoção da saúde, o tratamento de doenças e a realização das atividades diárias e de trabalho em vigor. Com base nos resultados obtidos em um programa de exercícios individualizados no qual um grupo de trabalhadores de um serviço de lavanderia hospitalar foi convidado a participar, objetivou-se construir uma modelagem de um programa de aptidão física relacionada à saúde para um grupo de trabalhadores de um serviço de lavanderia hospitalar. Tal objetivo é justificado, pois os trabalhadores fisicamente ativos são mais assíduos ao trabalho, têm maior capacidade e vida útil no trabalho e melhor condição de saúde e qualidade de vida. Essas vantagens confirmam a idéia de que o exercício físico é um bom investimento devido a sua relação custo-benefício, à maior e melhor produtividade, à maior segurança quanto a acidentes de trabalho e à diminuição de incapacidades decorrentes da atividade que exercem, ao menor gasto com problemas de saúde e a maior disposição para trabalhar. Após levantamento de dados através de documentos da instituição, realizou-se um estudo de campo clínico-

* Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande, como requisito para obtenção do título de Mestre em Enfermagem – Área de Concentração: Enfermagem e Saúde.

** Educador Físico; Mestre em Enfermagem e Saúde – FURG. Membro do grupo de estudo e pesquisa GEES; e-mail: cafp@vetorial.net

*** Professora do Dep. de Enfermagem – FURG; Doutora em Enfermagem – UFSC; Líder do grupo de estudo e pesquisa: GEES. E-mail: hedihs@terra.com.br

qualitativo, caracterizado por ser um estudo de caso, quase-experimental, descritivo e exploratório, com delineamento *ex post facto*, tendo como local o Serviço de Lavanderia Hospitalar, sendo os sujeitos os funcionários desse serviço. Inicialmente foram atendidas as questões burocráticas e administrativas institucionais, desenvolvido diálogo com os sujeitos esclarecendo o objetivo e a proposta da pesquisa, solicitando a sua participação e o seu consentimento livre e esclarecido. A coleta de dados processou-se através da observação do local e das atividades desenvolvidas, com entrevista semi-estruturada em relação ao teste de percepção da dor localizada, avaliação da aptidão física individual de cada sujeito, prescrição, intervenção de um programa de exercícios, seguido de reavaliação da aptidão física. Logo após, foi realizado novo levantamento documental a respeito do absenteísmo relativo ao período da pesquisa, seguindo-se a análise e a interpretação dos dados obtidos. Evidenciou-se que a administração institucional necessita de redimensionamento administrativo, com a participação efetiva do trabalhador, desencadeando a motivação e a valorização de cada um, com vistas ao maior comprometimento de ambas as partes. Destacou-se também a necessidade de favorecer a melhoria das condições de trabalho e das inter-relações com os diversos serviços institucionais. O conhecimento construído redimensionou as interfaces que contribuem de forma positiva ou negativa no exercício da aptidão física em relação à saúde e à qualidade de vida envolvendo o trabalhador. Fundamentado nos resultados do processo de intervenção, com base nos exercícios físicos individualizados e no conhecimento teórico-prático da educação física, foi possível construir a modelagem de um programa de aptidão física relacionada à saúde que visa à melhoria da saúde, da auto-estima, da capacidade de trabalho e da qualidade de vida dos funcionários do serviço de lavanderia. O modelo possui aplicabilidade em outros serviços da instituição ou de outras que queiram adaptá-lo às suas necessidades.

DESCRITORES: aptidão física, saúde, modelagem e trabalho.

Recebido: 12/5/07

Aceito: 15/6/07