



## PÔSTER

*Político e Gestão*

### "Cuidando de quem cuida"

Maria Janine Lino e Macêdo. Gerente do Centro de Saúde. mariajanine@oi.com.br

Thiago Rodrigues Pereira. Educador Físico da Prefeitura de Belo Horizonte. rp\_thiago@yahoo.com.br

Fabrcio Sales Ubaldo Pereira. Educador Físico da Prefeitura de Belo Horizontê.

fabriciubaldo@gmail.com

Luciane Pereira da Cunha. Agente de Endemia do Centro de Saúde. lucianecunha04@hotmail.com

**Introdução:** O Centro de Saúde "Novo Aarão Reis", possui 03 ESF, mais de 10000 habitantes, todos com IVS muito elevado, convivendo com extrema violência social e urbana. Devido à esta situação, trabalha com muitos profissionais contratados administrativamente, gerando alta rotatividade e estresse nestes trabalhadores. Minimizar este estresse significa valorizar o trabalhador.

**Objetivos:** Promover mudança nos hábitos de vida, através da atividade física e massagem relaxante, supervisionada pelo Educador Físico e Massoterapêuta, respeitando o limite fisiológico de cada trabalhador, conseqüentemente gerando melhora da assistência prestada à esta comunidade.

**Metodologia ou Descrição da Experiência:** A idéia foi prontamente aprovada pelos trabalhadores e iniciado com avaliação física de cada um deles. As atividades serão realizadas diariamente, com agrupamentos de três, durante 20 minutos, 2 vezes por semana para cada trabalhador, dentro do seu horário. As atividades serão voltadas para o relaxamento, como alongamentos, exercícios compensatórios e massagens; buscando a promoção à saúde, redução de doenças ocupacionais, aumentar a socialização, reeducação postural, alívio de estresse, diminuição de sedentarismo, aumento do ânimo para o trabalho, mais consciência corporal, melhorando, em consequência a qualidade da assistência prestada.

**Resultados:** Iniciamos o projeto em dezembro de 2012 e em 04/02/13, iniciaremos as atividades físicas, utilizando bola suíça, disco de equilíbrio, peso, elástico, cadeira para massagem. As massagens serão realizadas às sextas feiras, respeitando uma escala e/ou situações mais críticas do momento. Tudo programado de forma à não interferir no atendimento ao usuário e impactando, inclusive, positivamente na qualidade da assistência ao nosso usuário.

**Conclusão ou Hipóteses:** Conseguir, à partir de um projeto piloto, chamar a atenção para a necessidade de se criar políticas de saúde que venham contemplar a humanização do SUS no sentido mais amplo que se possa pensar, cuidando bem de quem cuida para que, a partir daí, este agente possa reconhecer a importância da humanização do sistema.

**Palavras-chave:** Humanização. Trabalhador. Política.