



Ações de educação em saúde do trabalhador para prevenção de doenças ocupacionais: Uma atividade extensionista

Arthur Henrique Resende Pôrto^{1,2}, André Ribeiro Alexandre^{1,3}, Sérgio Valverde Marques dos Santos^{1,4}

Resumo: As doenças ocupacionais caracterizam-se pelos males que são produzidos ou desencadeados pelo exercício profissional peculiar à determinada atividade. Mesmo presentes nos ambientes laborais, nem sempre esses trabalhadores conseguem identificar os fatores de risco ou, até mesmo, as doenças a que estão expostos. Nesse sentido, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de um grupo de pesquisadores durante a execução de atividades extensionistas por meio de ações de educação em saúde do trabalhador para prevenção das doenças ocupacionais. Para isso, foi criada uma conta do *Instagram*, onde foram compartilhadas periodicamente postagens informativas e notícias acerca de temas relacionados à Medicina do Trabalho. Além disso, foram ofertadas, por meio das Unidades de Estratégias Saúde da Família (ESFs), palestras didáticas e interativas à população trabalhadora, em conjunto com a distribuição de *folders*, abordando as principais doenças ocupacionais. Ao final da execução do projeto, o perfil do *Instagram* alcançou o número de 717 seguidores. Foram realizadas 33 publicações, que foram repostadas nos *stories* e alcançaram um total de 7544 visualizações. Além disso, foram ministradas palestras em sala de espera de 24 ESFs, alcançando um total de 210 pessoas. Com isso, foi possível considerar que a execução do projeto de extensão foi exitosa, pois contribuiu para a divulgação e ampliação do conhecimento dos trabalhadores acerca das doenças ocupacionais decorrentes do trabalho.

Palavras-chave: Medicina do Trabalho; Atenção Primária à Saúde; Doenças Profissionais; Extensão Universitária

Occupational health education actions to prevent occupational diseases: An extensionist activity

Abstract: Occupational diseases are characterized by diseases produced or unleashed by the professional exercise peculiar to a given activity. Even though they are present in work environments, these workers cannot always identify the risk factors or even the diseases to which they are exposed. In this sense, this paper aims to report the experience of a group of researchers during the execution of extension activities through worker health education actions to prevent occupational diseases. To this end, an Instagram account was created, where informative posts and news on topics related to Occupational Medicine were periodically shared. In addition, through the Family Health Strategy (FHS) Units, didactic and interactive lectures were offered to the working population, and distribution folders addressing the central occupational diseases. At the end of the project, the Instagram profile reached 717 followers. Thirty-three publications were made, which were reposted in stories and reached a total of 7544 views. In addition, lectures were given in the waiting room of 24 FHS, reaching 210 people. With this, it was possible to consider that the execution of the extension project was successful because it contributed to the dissemination and expansion of workers' knowledge about occupational diseases resulting from work.

Keywords: Occupational Medicine; Primary Health Care; Occupational Diseases; University Extension

Originais recebidos em
12 de fevereiro de 2023

Aceito para publicação em
14 de maio de 2024

1

Universidade do Estado de Minas Gerais
(UEMG), Passos-MG, Brasil

2

<https://orcid.org/0000-0001-7362-8657>

(autor para correspondência)

arthurporto97@gmail.com

3

<https://orcid.org/0000-0002-1539-9654>

4

<https://orcid.org/0000-0001-9412-9515>

Introdução

Na conjuntura capitalista, sabe-se que o trabalho é uma das atividades mais importantes realizadas pelo ser humano. Nesse sentido, facilmente extrai-se sua importância e a necessidade de pensar cientificamente sobre o tema. Assim, entra em questão o processo saúde-doença relacionado às exigências de trabalho, englobando os aspectos físicos, mentais e emocionais. Ou seja, isso inclui o tempo de trabalho, a existência de interrupções perturbadoras, fatores que determinam o ritmo de trabalho e outros estressores (Cardoso & Morgado, 2019).

Deste modo, as doenças e agravos que acometem os trabalhadores estão presentes nos ambientes laborais e nem sempre esses trabalhadores conseguem identificar os fatores de risco ou as doenças a que estão expostos. Isso faz com que o número de doenças ocupacionais aumente entre os trabalhadores de diversos ramos ocupacionais (Filgueiras & Carvalho, 2017).

Define-se como doenças ocupacionais, conforme artigo 20 da Lei Federal 8.213 de 1991, aquelas produzidas ou desencadeadas pelo exercício do trabalho peculiar à determinada atividade. Ainda, pode-se afirmar que as doenças ocupacionais resultam de microtraumas que cotidianamente atingem o trabalhador que, por serem cumulativos, acabam por vencer suas barreiras de defesas orgânicas (Monteiro & Bertagni, 2016).

Sendo assim, a Saúde do Trabalhador pode ser definida como um campo teórico e prático, interdisciplinar, multiprofissional e interinstitucional, voltado para intervir em relações de trabalho que provocaram ou podem provocar doenças e agravos (Gomez et al., 2018). Ao unir tal conceito ao entendimento amplo e atual de saúde, segundo definição da Organização Mundial de Saúde (OMS), obtém-se as bases que solidificam a Saúde do Trabalhador. Tais bases iniciam-se na medicina preventiva, ao abranger a promoção, a prevenção, os riscos e a adaptação no trabalho, quando se tem em vista as ações e intervenções para a Saúde do Trabalhador (Lourenço et al., 2010).

A epidemiologia da Saúde do Trabalhador no Brasil apresenta dados alarmantes. Em 2018, houve 586.017 acidentes de trabalho registrados. Em 2020, foram notificados 10.034 casos de doenças ocupacionais, com Comunicação de Acidente de Trabalho (CAT) (Ministério do Trabalho e Previdência, 2021). Um estudo com 1150 brasileiros estimou que as doenças ocupacionais mais prevalentes são: de origem musculoesqueléticas (26%), englobando as artrites, artroses, Lesões por Esforços Repetitivos (LER), Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), bursites e síndrome do túnel do carpo; doenças de origem psiquiátricas (18%), como Transtorno de Ansiedade Generalizado (TAG), transtorno depressivo maior e Síndrome de Burnout; traumáticas (15%); cardiovasculares (8%); pneumológicas (6%), como asma, doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC), antracose e silicose; e gastroenterológicas (3%) (Vacaro & Pedroso, 2013).

De acordo com Brito (2021), a maior parte dos trabalhadores diagnosticados com LER e DORT apresentaram sintomas sem ter recebido nenhuma instrução de medidas preventivas. Diante disso, fica clara a necessidade de intervenções em Saúde do Trabalhador em todos os níveis: governamental, fiscalizatório, empresarial, voltadas ao empregador, empresarial e empregado, com foco na Saúde do Trabalhador e na prevenção de doenças ocupacionais.

Nesse sentido, a educação em saúde pode promover um senso de identidade individual, dignidade, responsabilidade, solidariedade e responsabilidade comunitária. A educação em saúde é a combinação de ações e experiências de aprendizado planejada, com o intuito de habilitar as pessoas a obterem conhecimento sobre fatores determinantes de doenças e comportamentos de saúde (Candeias, 1997; Ministério da Saúde, 2018). Na Saúde do Trabalhador, a educação em saúde pode contribuir para a redução de doenças ocupacionais, por meio de ações que promovam o conhecimento do trabalhador sobre os riscos aos quais ele está exposto no ambiente laboral.

Frente ao exposto, diante das diversas situações ocupacionais em que os trabalhadores vivenciam em seus ambientes de trabalho, percebeu-se a importância em promover ações de educação em saúde para promoção de saúde e prevenção de doenças ocupacionais na comunidade. Assim, acredita-se que os trabalhadores poderão adquirir mais conhecimentos sobre as doenças ocupacionais, o que pode contribuir para a identificação da doença, diagnóstico precoce, tratamento adequado, prevenção de agravos e promoção da saúde no ambiente laboral. Portanto, este estudo objetivou relatar a experiência de um grupo de pesquisadores durante a execução de atividades extensionistas por meio de ações de educação em Saúde do Trabalhador para prevenção das doenças ocupacionais.

Metodologia

Este artigo apresenta um relato de experiência da vivência de um grupo composto por um docente doutor e dois discentes de medicina da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) - Unidade Passos, durante a execução de um projeto de extensão intitulado "Ações de educação em Saúde do Trabalhador para prevenção de doenças ocupacionais". O projeto foi aprovado com bolsa por meio do edital do Programa de Apoio à Extensão (PAEx) 01/2022, sendo cadastrado com ID número 16786, realizado entre março e dezembro de 2022.

Inicialmente, a equipe executora realizou um breve estudo sobre a literatura científica disponível, com a finalidade de realizar um aprofundamento a respeito da temática. Para tanto, foram consultadas as bases *Pubmed*, *Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)* e *Scientific Electronic Library Online (Scielo)*, valendo-se dos descritores "prevenção", "saúde do trabalhador" e "doenças ocupacionais".

Na sequência, foram elaborados *folders*, de fácil compreensão, sobre as doenças ocupacionais, para serem distribuídos à população em geral durante as ações de educação em saúde, visando atender a meta do projeto: "criar e validar um material informativo". Para sua construção, foram utilizados os materiais adquiridos por meio do estudo anteriormente mencionado, a fim de levantar o máximo de informações fidedignas possíveis sobre as doenças ocupacionais mais prevalentes e a forma de preveni-las. Desta forma, foram elaborados dois *folders* informativos (Figura 1), em linguagem clara, objetiva e de fácil compreensão. A construção do material foi realizada no *Software Canva 2022*[®]. Neste material, as principais doenças ocupacionais foram reunidas em grupos nosológicos, conforme a busca realizada na literatura científica, em acordo com a Lista de Doenças Ocupacionais publicada em 2021 (Ministério do Trabalho e Previdência, 2021), visando facilitar a compreensão por parte da população leiga. Sendo assim, os *folders* continham informações a respeito da definição e prevenção das doenças osteomusculares, dermatoses, transtornos auditivos, doenças psicossociais, doenças respiratórias e dorsalgias.

Esse material foi editado e validado por profissionais da área de audiovisual da UEMG, para avaliar a arte elaborada; e, também, por um grupo de nove professores doutores e especialistas da área de Saúde do Trabalhador, ou seja, pesquisadores da Medicina do Trabalho e Enfermagem do Trabalho. Cabe mencionar que essa avaliação foi feita por meio de um instrumento adaptado para essa finalidade, com 10 questões referentes ao conteúdo apresentado, de acordo com sua forma de apresentação, escrita, clareza das informações e relevância do conteúdo para os trabalhadores.

Assim, após a validação, o material foi impresso com auxílio da própria universidade e preparado para distribuição em comunidades durante as atividades de Educação em Saúde.

Saúde do Trabalhador: prevenção de doenças ocupacionais

Doenças ocupacionais são doenças produzidas ou desencadeadas pelo trabalho realizado especificamente em cada profissão, ou seja, são enfermidades que têm como causa o trabalho.

E como prevenir tais doenças?

Doenças osteomusculares

Previníveis com adequação do mobiliário, redução da repetições, pausas durante trabalho, exercícios preparatórios, qualidade de sono e condicionamento físico.



Doenças de pele

Previníveis com o uso de luvas e outros EPIs, uso de protetor solar, limitando ou cessando contato com agente causador.



Transtornos auditivos

Previníveis com isolamento das fontes de ruído, uso de protetor auricular, ventilação exaustora associada a isolamento dos ambientes envolvidos no uso de solventes e uso de abafador auditivo e outros EPIs.



Doenças mentais

Previníveis com boas relações interpessoais, reconhecimento do valor do trabalho realizado, programas de prevenção da violência no trabalho e suporte psicológico e social.



Doenças respiratórias

Previníveis com controle de concentração de poeira do ambiente, redução do tempo de exposição, ventilação exaustora e uso de máscaras e outros EPIs.



Dor nas costas

Previnível com adequação do mobiliário, redução da repetições, pausas, exercícios preparatórios e prática de atividade física.



Fonte:
Organização Internacional do Trabalho;
Ministério da Saúde, Ministério do Trabalho.

Para mais informações acesse:
[@educacao.saude.trabalho](https://twitter.com/educacao.saude.trabalho)





SAÚDE DO TRABALHADOR: PREVENÇÃO DE DOENÇAS OCUPACIONAIS

Doenças ocupacionais são doenças produzidas ou desencadeadas pelo trabalho realizado especificamente em cada profissão, ou seja, são enfermidades que têm como causa o trabalho.

As empresas e os trabalhadores devem ficar atentos às principais forma de adoecimento pelo trabalho, assim como as formas de prevenção das doenças, promovendo sempre melhores condições de saúde e segurança no trabalho.

Principais Doenças Ocupacionais

Doenças osteomusculares (LER/DORT)

<ul style="list-style-type: none"> • Tendinites • Tenossinovites • Lesões de ombro • Síndrome do Túnel do Carpo 	➔	<p>Principais causas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimentos repetitivos • Posturas inadequadas • Pressão psicológica 	➔	<p>Prevenção</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adequação do mobiliário • Redução da repetições • Pausas durante trabalho • Exercícios preparatórios • Qualidade de sono • Condicionamento físico
---	---	---	---	--

Doenças de pele (dermatoses)

<ul style="list-style-type: none"> • Ceratoses • Câncer de pele • Dermatite de contato 	➔	<p>Principais causas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exposição a produtos químicos • Exposição a traumas • Exposição ao calor ou pressão • Exposição a microorganismos, plantas ou animais 	➔	<p>Prevenção</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uso de Luvas e outros EPIs • Uso de protetor solar • Limitar ou cessar contato com agente causador
---	---	--	---	--

Doenças mentais (Doenças psicossociais)

<ul style="list-style-type: none"> • Depressão • Ansiedade • Estresse • Síndrome de Bournout 	➔	<p>Principais causas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alta demanda, imprecisão quanto às expectativas • Metas inalcançáveis • Trabalho monótono • Violência no trabalho • Percepção de trabalho como "sem importância" • Situações súbitas de alto nível de estresse 	➔	<p>Prevenção</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definição de metas • Boas relações interpessoais • Boa comunicação • Reconhecimento do valor do trabalho realizado • Programas de prevenção da violência no trabalho • Suporte psicológico e social • Acompanhamento das situações de estresse
--	---	---	---	--

Transtornos auditivos (Surdez)

<ul style="list-style-type: none"> • Surdez profissional, Surdez Ocupacional ou Perda Auditiva Induzida pelo Ruído (PAIR) 	➔	<p>Principais causas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exposição a ruídos • Trabalho com produtos químicos 	➔	<p>Prevenção</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proteção coletiva com isolamento das fontes de ruído • Uso de protetor auricular, abafador auditivo e outros EPIs • Ventilação exaustora e/ou isolamento dos ambientes que usam solventes • Uso de máscaras de proteção
--	---	--	---	--

Doenças respiratórias (Pneumoconioses)

<ul style="list-style-type: none"> • Asma ocupacional • Silicose • Asbestose • Beriliose • Siderose 	➔	<p>Principais causas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inalação de poeiras ou partículas tóxicas • Inalação de Silica, asbestos, berílio ou poeira de ferro 	➔	<p>Prevenção</p> <ul style="list-style-type: none"> • Controle de concentração de poeira do ambiente • Redução do tempo de exposição • Uso de máscaras e outros EPIs • Ventilação exaustora • Isolamento dos ambientes geradores de inalantes irritáveis
--	---	---	---	--

Dor nas costas (Dorsalgias)

<ul style="list-style-type: none"> • Hérnia de disco • Lombalgia • Cialgia 	➔	<p>Principais causas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimentos repetitivos • Força com uso do tronco • Levantamento de pesos • Posturas inadequadas • Obesidade e sedentarismo 	➔	<p>Prevenção</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adequação do mobiliário • Redução da repetições • Pausas • Exercícios preparatórios • Prática de atividade física
---	---	--	---	---

Fonte:
Associação Nacional de Medicina do Trabalho - ANAMT. Como Prevenir doenças ocupacionais, 2017. Ministério do Trabalho. Doenças ocupacionais, 2017

Para mais informações acesse: [@educacao.saude.trabalho](https://twitter.com/educacao.saude.trabalho)





Figura 1. Folders construídos e validados para uso no projeto de extensão "Ações de educação em Saúde do Trabalhador para prevenção de doenças ocupacionais", Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) - Unidade Passos.

Paralelamente à etapa anterior, com o intuito de atender a outra meta do projeto, sendo essa de “criar e divulgar um perfil do projeto nas redes sociais”, foi criado um perfil do projeto no *Instagram*, com o seguinte nome: Educação em Saúde do Trabalhador¹. Esta ação objetivou facilitar o acesso dos trabalhadores e da população em geral às informações digitais atualizadas sobre as doenças ocupacionais e a Saúde do Trabalhador. Ademais, foi realizada a confecção de uma identidade visual para o projeto e suas postagens (Figura 2).

Esse perfil no *Instagram* objetivou publicar/divulgar, semanalmente, informações recentes e inéditas acerca da temática relacionada à Saúde do Trabalhador e às doenças ocupacionais. Para tal, as fontes de informações utilizadas foram: o Ministério Público do Trabalho (MPT), Departamento Intersindical de Estudos e Pesquisas de Saúde e dos Ambientes de Trabalho (DIESAT), Organização Internacional do Trabalho (OIT), Associação Brasileira de Medicina do Trabalho (ABMT), Associação Nacional dos Magistrados da Justiça do Trabalho (ANAMATRA) e Organização Pan-Americana de Saúde (OPS). Essas páginas foram visitadas semanalmente, em busca de novas informações sobre saúde do trabalhador e doenças ocupacionais.

Ressalta-se que, para ampliar a divulgação das ações do projeto, após as publicações semanais no perfil do projeto, os componentes da equipe executora compartilhavam as postagens em suas redes sociais particulares. Tal medida foi relevante para divulgar o projeto e aumentar o número de visualizações das informações ofertadas, uma vez que parte da meta do projeto era alcançar as pessoas de modo geral, além dos trabalhadores, para que todos tivessem conhecimentos sobre as doenças ocupacionais.

Por fim, visando atender a outra meta do projeto, que foi “elaborar e ministrar atividades de Educação em Saúde do Trabalhador por meio de palestras didáticas e interativas aos trabalhadores e população geral”, foram realizadas atividades extensionistas nas Estratégias Saúde da Família (ESFs) de um município do Sudoeste de Minas Gerais. As palestras foram realizadas semanalmente, com duração de cerca de 20 minutos, com caráter informativo acerca dos principais conceitos em Saúde do Trabalhador, doenças ocupacionais (incluindo definição, formas de identificação, tratamento precoce e prevenção) e fatores de qualidade de vida no trabalho. As palestras foram elaboradas com linguagem clara, objetiva e de fácil compreensão para os trabalhadores e para a população em geral, e foi revisada por professores doutores e especialistas da área de Saúde do Trabalhador, para avaliação do seu conteúdo.



Figura 2. Identidade visual do projeto de extensão “Ações de educação em Saúde do Trabalhador para prevenção de doenças ocupacionais” (UEMG) no *Instagram*.

Esta atividade de educação em saúde foi realizada para o público que aguardava consultas em salas de espera das 24 ESFs localizadas no município de execução do projeto. Durante as palestras foram distribuídos os materiais informativos e divulgada a rede social do projeto. Cada ESFs recebeu até duas palestras, em dois dias da semana, de forma que mais usuários tivessem acesso às informações sobre Saúde do Trabalhador.

Para avaliação das ações implementadas, foi realizado o monitoramento por meio do quantitativo de pessoas atingidas por meio das ações. Assim, foram monitorados e contabilizados os números de participantes das palestras nas ESFs; o número de visualizações, compartilhamentos, curtidas, comentários e envios por mensagens dos materiais produzidos nas redes sociais do projeto; o número de visualizações do material produzido compartilhado nas redes sociais da equipe executora; e *folders* distribuídos ao público-alvo em eventos de extensão organizados pela Universidade para promoção da saúde da população.

Resultados

Em abril de 2022 foi elaborada a identidade visual (Figura 2) que foi utilizada nos materiais de divulgação. Neste mesmo período, foi realizada a primeira publicação no perfil do *Instagram*, com a apresentação do projeto à população, sendo a última postagem realizada no dia 30 de dezembro.

Foram produzidas no referido período 33 postagens em *feed*, com informações relacionadas à saúde do trabalhador, a citar: doenças relacionadas ao trabalho, fatores de risco e agentes nocivos, estratégias de prevenção, atualizações em legislação trabalhista e notícias pertinentes à temática. Vale ressaltar que foi incluída a versão digital dos *folders* distribuídos nas unidades de saúde.

O perfil alcançou um total de 717 seguidores e as postagens obtiveram 175 curtidas. Além disso, todos os posts foram compartilhados nos *stories* do perfil em que foram publicados, alcançando um total de 3450 visualizações. Ademais, os *posts* foram repostados nos *stories* dos perfis pessoais dos pesquisadores envolvidos, atingindo 4094 visualizações. A Figura 3 mostra algumas das principais publicações realizadas no perfil do projeto no *Instagram*.



Figura 3. Publicações divulgadas no perfil do projeto no *Instagram*.

Com relação às palestras interativas, estas foram realizadas em salas de espera das 24 ESFs do município. O público atingido foi de 210 pessoas, com uma média de 8,75 ouvintes por ESF, sendo esses os próprios pacientes que aguardavam consulta médica naquele dia. A Figura 4 consiste no registro de uma das palestras realizadas nas ESFs do município.

Ao final, os trabalhadores e participantes das palestras puderam dar seu *feedback* aos palestrantes - que foi positivo - bem como, compartilhar suas percepções e relatos de adoecimento relacionados ao trabalho. Concomitantemente, foram distribuídos para esse mesmo público os *folders* informativos com as principais doenças ocupacionais e suas formas de prevenção.

Discussão

O trabalho é reconhecido, dentro do modelo atualmente aceito do processo saúde-doença, como um importante determinante social da saúde (DSS). Nesse sentido, o adoecimento desencadeado pelo trabalho se deve, principalmente, a um desequilíbrio entre as solicitações estipuladas pelos empregadores e os meios oferecidos aos trabalhadores para que cumpram essas demandas. Dessa forma, as “demandas” incluem tanto aspectos físicos, quanto a quantidade e a intensidade do trabalho. Há que se citar também, aspectos emocionais como a tensão, a necessidade de esconder emoções, aspectos cognitivos (como a complexidade do trabalho) e as normas a serem seguidas. Já os “meios” dizem respeito às condições ofertadas, como, a segurança no trabalho, o tempo de trabalho, um ambiente físico adequado e a relação esforço/reconhecimento, entre outras (Cardoso, 2015).

No que tange ao uso das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), percebe-se que essas têm exercido um papel cada vez maior na produção e propagação de conhecimento, possibilitando que seja feito seu uso com fins de educação em saúde destinada à população. Algumas das vantagens oferecidas por tais tecnologias são: a rapidez na disseminação da informação, o rompimento de barreiras e a possibilidade de participação ativa do indivíduo na construção de seu conhecimento (Lima et al., 2021).



Figura 4. Atividade prática realizada na ESF Nossa Senhora das Graças em Passos/MG.

Muitos programas e ações de saúde vem sendo implementados nos ambientes de trabalho, visando melhorar a saúde do trabalhador e evitar as doenças relacionadas ao trabalho. Tais programas são executados, primordialmente, na forma de palestras, treinamentos, material impresso e, também, por meio das mídias sociais e internet, como por exemplo, *WhatsApp* e *Instagram* (Santos et al., 2017).

Para esse projeto, a plataforma escolhida foi o *Instagram*, devido à sua elevada popularidade na atualidade, bem como diversidade de público e facilidade de acesso da própria equipe envolvida. Assim, foi possível, ao longo dos meses de execução do projeto, o compartilhamento de informações e notícias atualizadas sobre os temas correlatos à Medicina do Trabalho, provenientes de fontes seguras e de referência na área, com uma participação efetiva dos usuários, observada por meio das curtidas nas postagens.

Um estudo que objetivou produzir informações na *internet* por meio do *Instagram* sobre Saúde do Trabalhador observou que a interação das pessoas se deu em forma de "curtidas" das imagens postadas na página. Dessa forma, foi possível observar que em cada material produzido e publicado, obteve-se em média 15 curtidas e mais de 260 visualizações. Ao todo, o projeto resultou em 21 postagens, 260 seguidores e 199 curtidas na página exclusiva do projeto. Ao final do projeto, os autores perceberam a importância de disseminar os conhecimentos acerca dos estudos selecionados para a classe trabalhadora (Alexandre et al., 2023).

Um estudo que comparou o uso de um programa de *internet* e o uso de materiais impressos, para alimentação saudável, redução de estresse no trabalho e prática de atividade física, constatou que o conteúdo disponibilizado na *internet* recebeu as classificações mais elevadas. Entre os motivos que justificam essas classificações, destaca-se o fato do conteúdo ser atraente e motivador, além de conter melhores medidas de avaliação que os materiais de impressão (Cook et al., 2007).

A busca por informações de saúde na *internet* tem se tornado uma prática frequente entre os usuários da rede. Essa evidência demonstra o quanto é importante a produção de conhecimentos e divulgação em meios de comunicação em massa, principalmente quando se trata de trabalhadores que, com frequência, não têm acesso às informações sobre condições de saúde nos ambientes de trabalho. Quando se trata do *Instagram*, essa é considerada uma rede social poderosa, por ser o principal veículo de disseminação de conteúdo da atualidade, devido à sua popularidade (Alexandre et al., 2023).

A respeito das palestras interativas realizadas, foi possível constatar, por meio dos relatos feitos pelos trabalhadores, que a ausência de condições adequadas de trabalho nas empresas é o principal fator envolvido na aquisição de doenças ocupacionais. As principais queixas trazidas foram: ausência de equipamentos de proteção individual (EPI), como máscaras e luvas; ausência de intervalos periódicos (limitando inclusive a alimentação e o uso de sanitários, por exemplo); falta de treinamento adequado; e excesso de pressão no ambiente laboral, aliada a uma alta produtividade exigida.

Deste modo, ficou evidente a necessidade da realização de ações de educação em saúde que abranjam como público-alvo os empregadores e não apenas a classe trabalhadora, de modo a evitar doenças relacionadas ao trabalho. Ademais, as principais doenças adquiridas ou exacerbadas pelo trabalho relatadas pelos trabalhadores foram os transtornos psicossociais (depressão, transtornos de ansiedade e síndrome de Burnout) e os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (com destaque para lombalgia, tendinites e síndrome do túnel do carpo).

Ainda que o conhecimento sobre a saúde do trabalhador esteja consolidado na prática médica, alguns desafios permanecem na sua efetiva incorporação em âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), como a ênfase nas práticas assistenciais. Devido ao princípio da integralidade e à abordagem centrada na pessoa, a atenção primária à saúde (APS) é relevante para o desenvolvimento de ações destinadas à saúde do trabalhador (Almeida et al., 2021).

É função da APS reconhecer a população adscrita em seu contexto laboral, identificando as atividades desenvolvidas e as condições de trabalho, a fim de detectar possíveis doenças ocupacionais. Tal reconhecimento é iniciado no momento de cadastramento das famílias e continuado ao longo do atendimento longitudinal aos indivíduos, por meio da realização de uma anamnese que abranja seu histórico ocupacional. Portanto, cabe à APS a elaboração de ações que permitam conscientizar essa população e prevenir agravos (Silva et al., 2021).

Um estudo transversal realizado entre 2017 e 2018 demonstrou que as equipes de Saúde da Família (incluídas na pesquisa), em sua maioria, realizavam o mapeamento das atividades produtivas do território, traçando o perfil epidemiológico dos trabalhadores. Entretanto, essas equipes não planejavam intervenções direcionadas à comunidade, demonstrando um desafio a ser solucionado. Uma possível estratégia seria o estabelecimento de reuniões de matriciamento que, além de fortalecer o debate, permitiriam o aprendizado dos profissionais acerca da temática saúde do trabalhador na comunidade (Almeida et al., 2021; Silva et al., 2021).

A educação em saúde é reconhecida, dentro da Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) e da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), como uma parcela importante do trabalho das equipes. O enfoque preventivo é destacado nessas políticas, considerando o desenvolvimento de ações voltadas para os fatores de risco clínicos, comportamentais e ambientais, cujo objetivo é a mudança de estilo de vida. Dessa forma, mediante o conhecimento do processo saúde-doença, torna-se possível a execução do princípio do empoderamento, por meio do qual o indivíduo faz suas escolhas conscientes, assumindo o papel de ator principal no cuidado com a saúde (Fittipaldi et al., 2021).

Sendo o trabalho um dos principais DSS, a educação em saúde voltada especificamente para os trabalhadores consiste em uma estratégia essencial dentro das políticas de promoção à saúde. Nesse sentido, as ações devem ter como foco as mudanças nos processos de trabalho que contemplem a relação saúde-trabalho em todos os níveis de complexidade. Trata-se de medidas de baixo custo e com elevada eficácia, levando à diminuição dos custos com cuidado à saúde e absenteísmo (Ferreira & Matos, 2013).

O processo de promoção da educação em saúde do trabalhador deve ser constante na comunidade. Por meio desse projeto de extensão foi possível observar algumas limitações para a execução da educação em saúde na comunidade. Uma delas foi o acesso a população, que nem sempre foi acessível. Alguns trabalhadores não aceitaram receber as informações e os *folders* explicativos. Isso demonstra o quanto é importante trabalhar a educação em saúde na comunidade, para ampliar o olhar das pessoas para o conhecimento científico produzido na universidade.

Outra limitação foi a adesão à página do projeto no *Instagram*. Isso ocorreu devido ao fato de ser esperado um número maior de seguidores. Foram feitos, aproximadamente, 1.500 convites para seguir a página do projeto no *Instagram*. No entanto, apenas 717 pessoas aceitaram. Este é um fator que pode reduzir a divulgação das informações, limitando o conhecimento acerca das doenças ocupacionais presentes no ambiente de trabalho. Mesmo com essas limitações, acredita-se que o projeto conseguiu atingir seu objetivo e sua contribuição social à população, reforçando a importância da extensão universitária.

Considerações finais

Ao final da execução, a equipe ratificou a importância do trabalho como agente de adoecimento, evidenciando a necessidade da ampliação de ações educativas destinadas à população trabalhadora. Nesse sentido, a utilização das mídias sociais se mostrou uma estratégia eficaz para produzir e levar aos usuários conteúdo informativo de forma rápida e acessível. Além disso, o público atingido por esse projeto foi considerado satisfatório, de acordo com as metas estipuladas previamente pelos integrantes da equipe.

Por sua vez, por meio da realização de palestras nas unidades de saúde, foi possível um contato mais direto e interativo com a população, esclarecendo dúvidas e contribuindo com diversos relatos pessoais de doenças adquiridas ou exacerbadas pelo trabalho. Assim, percebe-se que a APS consiste no cenário ideal para a execução de tais ações, devido ao seu caráter preventivo e atenção integral focada na pessoa e não somente na doença. Deste modo, cabe destacar a importância da extensão universitária na comunidade para a promoção da educação em saúde, em especial da classe trabalhadora, que se encontra em constante risco de adoecimento, como consequência de suas atividades laborais.

Agradecimentos

Ao Programa de Apoio a Projetos de Extensão da UEMG - PAEx/UEMG.

Contribuição de cada autor

Os autores A. H. R. P. e S. V. M. S., contribuíram com a construção do projeto, bem como, com a concepção e planejamento do artigo; os autores A. H. R. P. e A. R. A., contribuíram com a construção do material informativo, do perfil do projeto no *Instagram* e da realização das palestras, assim como, com a obtenção e interpretação dos dados e redação do artigo. O autor S.V.M.S., contribuiu com a orientação, coordenação e revisão de todas as atividades desenvolvidas no projeto, bem como, com a revisão intelectual crítica do artigo. Todos os autores concordaram com a aprovação final do artigo para publicação.

Notas

1. com acesso por meio do *link*: @educacao.saude.trabalho

Referências

- Alexandre, A. R., Neiva, A. F. R., Silva, B. V., Campos, R. L., Costa, S.A.M., & Santos, S. V. M. (2023). Promoção do conhecimento em saúde dos trabalhadores: Uma atividade extensionista de educação em saúde. *Interfaces*, 11(2),1-14. <https://orcid.org/0000-0001-9412-9515>
- Almeida, L. A., Bianco, M. F., Moraes, T. D., Alves, R. B., Bastianello, G., & Vicentini, N. S. (2021). O trabalho como determinante da saúde e espaço de desenvolvimento de competências. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 21(2), 1446-1455. <http://dx.doi.org/10.5935/rpot/2021.2.21507>
- Brito, F. R. (2021). *Doenças ocupacionais nas relações de trabalho: Causas e reflexos*. (Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação). Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, Brasília, Brasil. Recuperado de <https://dspace.uniceplac.edu.br/bitstream/123456789/1708/1/Fernanda%20Ramos%20de%20Brito.pdf>
- Candeias, N. M. F. (1997). Conceitos de educação e de promoção em saúde: Mudanças individuais e mudanças organizacionais. *Revista de Saúde Pública*, 31(2), 209–213.
- Cardoso, A. C. M. (2015). O trabalho como determinante do processo saúde-doença. *Revista Tempo Social*, 27(1), 73-93. <https://doi.org/10.1590/0103-207020150110>
- Cardoso, A. C., & Morgado, L. (2019). Trabalho e saúde do trabalhador no contexto atual: Ensinamentos da Enquete Europeia sobre Condições de Trabalho. *Revista Saúde e Sociedade*, 28, 169-181. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902019170507>
-

- Cook, R. F., Billing, D. W., Hersch, R. K., Back, A. S., & Hendrickson, A. (2007). A field test of a web-based workplace health promotion program to improve dietary practices, reduce stress, and increase physical activity: Randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 9(2), e17. <https://www.jmir.org/2007/2/e17>
- Ferreira, I. O., & Matos, S. S. (2013). Promoção de saúde no trabalho: Uma estratégia de educação para saúde. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 3(2), 732-745. <https://doi.org/10.19175/recom.v0i0.364>
- Filgueiras, V. A., & Carvalho, S. A. (2017). A ocultação do adoecimento laboral no Brasil. In A. da Silva, A. M. Pessoa, G. Druck, I. F. de Souza, L. V. Wandelli, L. A. Scienza, ... & V. A. Filgueiras (Orgs.), *Saúde e Segurança do Trabalho no Brasil*. (pp. 79-119). Brasília: Gráfica Movimento. Recuperado de <http://abet-trabalho.org.br/wp-content/uploads/2018/12/Livro-Sa%C3%BAde-e-Seguran%C3%A7a-do-Trabalho-no-Brasil.pdf#page=80>
- Fittipaldi, A. L. de M., O'Dwyer, G., & Henriques, P. (2021). Educação em saúde na atenção primária: As abordagens e estratégias contempladas nas políticas públicas de saúde. *Revista Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 25, e200806. <https://doi.org/10.1590/interface.200806>
- Gomez, C. M., Vasconcellos, L. C. F., & Machado, J. M. H. (2018). Saúde do trabalhador: Aspectos históricos, avanços e desafios no Sistema Único de Saúde. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 23(6), 1963-1970. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04922018>
- Lima, M. A. G., Mendes, L. S. F., Machado, A. L. L. B., Freitas, M. C., Santos, T. R., Bezerra, A. D. C., & Filho, L. S. S. (2021). Impact of social media on health education actions for the population. *Research, Society and Development*, 10(2), e10810212231. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12231>
- Lourenço, E., Silva, J., Santana, R., & Navarro, V. (2010). *O avesso do trabalho II: Trabalho, precarização e saúde do trabalhador*. 1 ed. São Paulo: Expressão Popular.
- Ministério da Saúde (MS). (2018) *Política Nacional de Educação Permanente em Saúde: o que se tem produzido para o seu fortalecimento?* Brasília: Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Departamento de Gestão da Educação na Saúde. Recuperado de https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_educacao_permanente_saude_fortalecimento.pdf
- Ministério do Trabalho e Previdência. (2021). *Anuário Estatístico de Acidentes do Trabalho (AEAT) 2020*. Seção I, Subseção A, Capítulo 1. Brasília. Recuperado de https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/previdencia-social/saude-e-seguranca-do-trabalhador/acidente_trabalho_incapacidade/arquivos/AEAT_2020/aeat-2020
- Monteiro, A. L., & Bertagni, F. S. (2016). *Acidentes de trabalho e doenças ocupacionais*. 8. ed. São Paulo: Saraiva.
- Santos, N. C., Santos, L. S., Camelier, F. W. R., Maciel, R. R. B. T., & Portella, D. D. A. (2017). Tecnologias aplicadas à promoção da saúde do trabalhador: Uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 15(1), 113-122. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520177042>
- Silva, D. P., Freitas, R. F., Souza L. F., Teixeira, N. A., Dias, E. C., & Rocha, J. S. B. (2021). Práticas profissionais em saúde do trabalhador na Atenção Primária: Desafios para implementação de políticas públicas. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 26(12), 6005-6016. <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.14842021>
- Vacaro, J. E., & Pedrosa, F. S. (2013). Reabilitação profissional e a aposentadoria especial nas doenças ocupacionais. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 11(2), 60-65.

Como citar este artigo:

Pôrto, A. H. R., Alexandre, A. R., & Santos, S. V. M. dos (2024). Ações de educação em saúde do trabalhador para prevenção de doenças ocupacionais: Uma atividade extensionista. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 15(2), 157-167.
