



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO CARIRI
PRÓ-REITORIA DE GESTÃO DE PESSOAS – PROGEP
COORDENADORIA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO – CQVT**

**RELATÓRIO DO PROJETO ESTRATÉGICO
QUALIDADE DE VIDA NA UFCA (PE12)
2016-2020**



PROJETO ESTRATÉGICO QUALIDADE DE VIDA NA UFCA

**ORGANIZAÇÃO: COORDENADORIA DE QUALIDADE DE
VIDA NO TRABALHO - CQVT/PROGEP**



PROGEP

Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas



COORDENADORIA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (CQVT/PROGEP)

Equipe:

Mirna Fontenele de Oliveira

(Coordenadora da CQVT, Enfermeira, Doutora em Promoção da Saúde, Mestre em Cuidados Clínicos)

Ana kelli Peixoto

(Gerente da Divisão de Assistência à Saúde do Servidor – DASS. Enfermeira Especialista em Saúde do Trabalhador)

Cristiane Marinho Uchôa Lopes

(Docente da Faculdade de Medicina - FAMED, Fisioterapeuta, Gerente da Divisão de Estudo e Avaliação da Saúde do Servidor – DEASS)

Sidariana Aparecida Nunes

(Técnica de Enfermagem)



INTRODUÇÃO

O conceito de Qualidade de Vida (QV) da Organização Mundial de Saúde (OMS) surgiu da necessidade de uma avaliação internacional da saúde, definido pelo Grupo de Qualidade de Vida (WHO) como: “percepção individual de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores em que eles vivem e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (WHOQOL GROUP, 1995, p. 1405).

É, portanto, um conceito multidimensional, amplo e complexo, porque ressalta que a QV é subjetiva e inclui facetas positivas e negativas, incorporando aspectos da saúde individual e física, do estado psicológico, do nível de independência, da relação social, da crença pessoal e da relação da pessoa com o meio ambiente (WHOQOL Group, 1995), os quais poderão subsidiar ações e/ou políticas institucionais de promoção da saúde.

Nessa perspectiva, a Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP) da UFCA, por meio da Coordenadoria de Qualidade de Vida no Trabalho (CQVT), em consonância com as recomendações da Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990 – Regime jurídico único do servidor público federal, planeja e implementa ações voltadas para saúde ocupacional e promoção da Qualidade de Vida no Trabalho. Alguns dos objetivos principais do setor são: prevenção dos riscos ocupacionais; promoção da saúde e melhor qualidade de vida dos servidores; melhora do clima organizacional e elevação dos níveis de satisfação no trabalho.

Esses objetivos estão alinhados ao Planejamento Estratégico Institucional – PEI, guardando conformidade com a missão e a visão da Universidade, através da busca pelo alcance do objetivo estratégico “Atrair, valorizar e estimular a permanência de pessoas”, objetivando “Contribuir com a realização de atividades que visem o fortalecimento da imagem da instituição, atraindo pessoas com competências que atendam as estratégias da universidade e a valorização do servidor através de ações voltadas para a qualidade de vida e incentivo ao seu desenvolvimento, a fim de construir um ambiente organizacional favorável ao crescimento e à realização das pessoas”; também se alinha ao



seu Plano de Desenvolvimento Institucional – PDI UFCA 2020, que traz, na página 223, que “o objetivo, para os próximos cinco anos, é fortalecer e desenvolver as ações de Qualidade de Vida dentro da UFCA.”

Nessa perspectiva, no âmbito da Universidade Federal do Cariri (UFCA), tem-se o Projeto Estratégico Qualidade de Vida, que visa promover ações para promoção da saúde e do bem-estar dos servidores docentes e técnico-administrativos e na contribuição da construção de um ambiente de trabalho mais saudável e feliz” (<https://www.ufca.edu.br/portal/documentos-online/proplan-docs-gerais-1/docs-gerais/7809-ufca-pdi/file>).

O Índice de Qualidade de Vida no Trabalho é um parâmetro aplicado em diferentes instituições para avaliar situações de risco à saúde do trabalhador e/ou potenciais condições geradoras de impactos negativos como: afastamentos, licenças ou absenteísmo. A identificação dessas condições de risco ajudará no planejamento estratégico de ações e medidas preventivas e promotoras da saúde e bem-estar. Alguns dos impactos positivos esperados são: melhora nas condições de saúde do servidor; promoção da saúde; aumento da satisfação no trabalho e elevação da produtividade.

O Projeto Estratégico (PE) Qualidade de Vida na UFCA é um projeto institucional que faz parte do Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI) da UFCA e teve sua concepção no ano de 2016, com duração de 4 anos (2016-2020). E como primeiro passo, buscou-se a realização de um estudo de diagnóstico da situação de saúde-doença dos servidores da UFCA, com vistas a conhecer e avaliar as condições de saúde e qualidade de vida dos servidores atuantes na Universidade Federal do Cariri, em seus diferentes campi. Para, a partir daí traçar um plano de ação direcionado para melhoria da saúde e das condições de ser/estar da comunidade de servidores/colaboradores na UFCA. Além disso, esses dados irão nos dar subsídio para mitigar as fontes de mal-estar no ambiente organizacional e reforçar as fontes de bem-estar, na busca da melhoria contínua da qualidade de vida no trabalho.

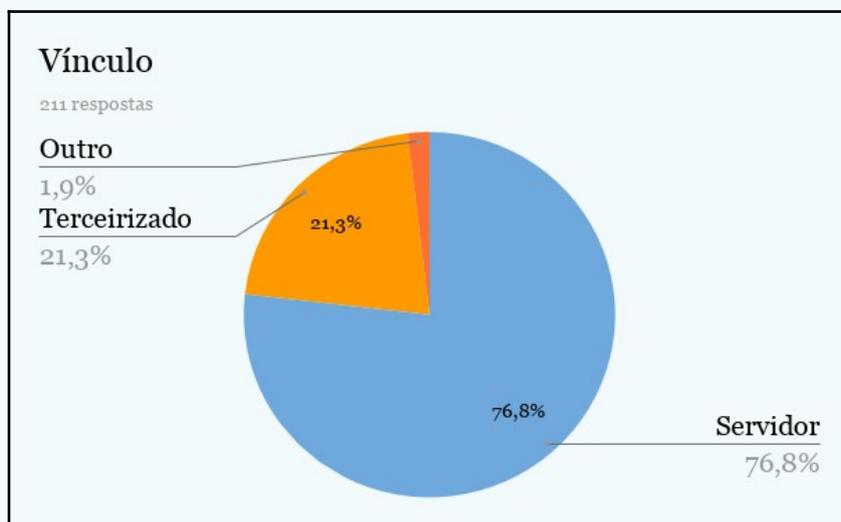


O estudo diagnóstico da situação de saúde-doença dos servidores e colaboradores da UFCA foi realizado por meio de um Formulário do google (Google Forms: <https://docs.google.com/forms/d/1VzCQYH-aiVa3tITUG1d9FFG4mtYAFBiHALoGJo5XQ9Y/edit>), disponibilizado e divulgado de forma on-line e presencial, durante os meses de março a julho de 2019. Tivemos um total de 211 respondentes.

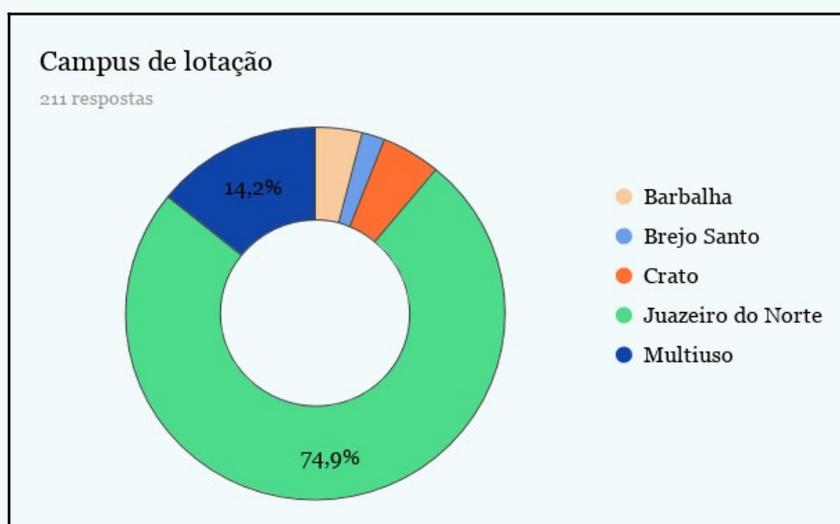
A seguir, apresentamos alguns dos resultados elencados, como uma forma de divulgação e publicidade à comunidade UFCA, com o intuito de estimular Políticas e Ações Pró-saúde e qualidade de vida no Trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DAS RESPOSTAS DO QUESTIONÁRIO DE SAÚDE-DOENÇA DOS SERVIDORES UFCA (2019)

O questionário saúde-doença dos funcionários da Universidade revelam um público respondente com maior prevalência na faixa etária entre os 26 e 41 anos de idade, classificando-os como adultos em atividades laborais. Essa faixa etária é comumente associada a pessoas com baixa incidência de problemas de saúde, o que as deixam num estrato populacional que pode adotar hábitos de vida cotidianos não saudáveis, trazendo assim, maiores riscos futuros à saúde. Esse dado demonstra a **importância de investir em ações de Promoção da Saúde, prevenção de doenças e adoção de hábitos saudáveis de maneira precoce.**



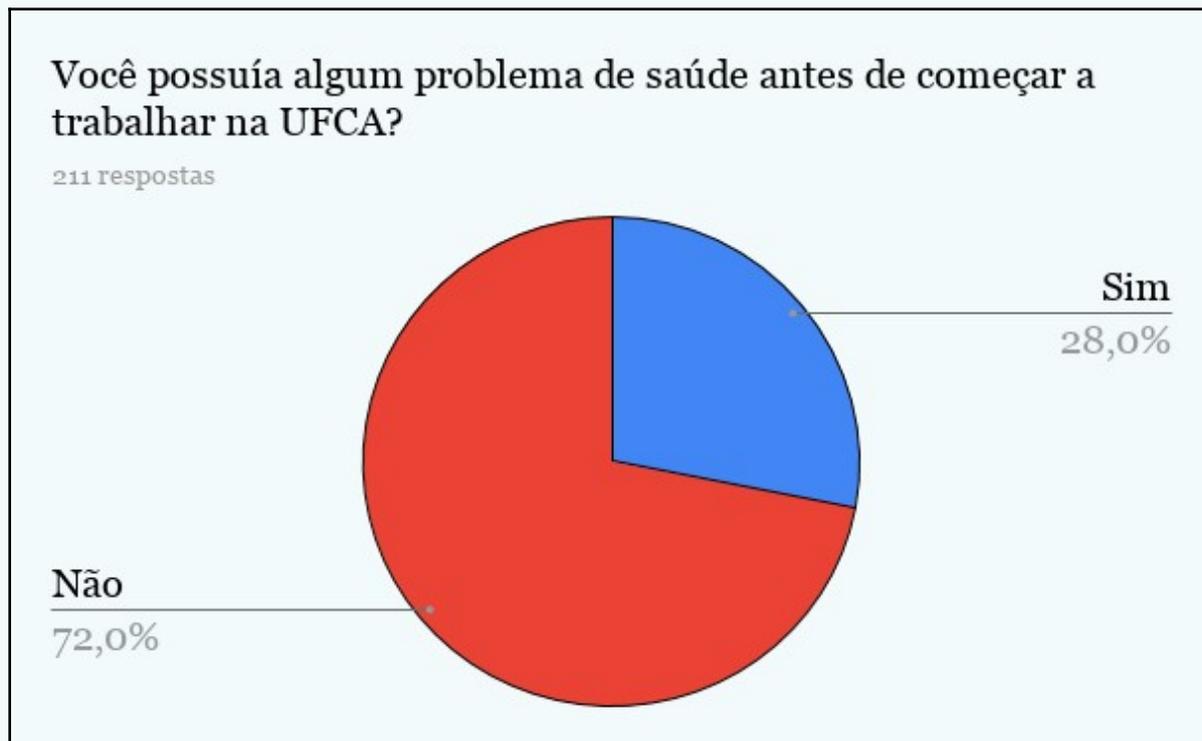
A maioria dos funcionários avaliados são servidores públicos (76,8%), enquanto a outra parte possui um vínculo institucional terceirizado (21,3%), configurando-os como uma população de vínculos mistos.



As instalações da Universidade são divididas nos diferentes campi, lotados nas cidades circunvizinhas da macrorregião do Cariri, nos quais, o campus que fica localizado na cidade de Juazeiro do Norte-CE é o que apresenta a maior concentração de funcionários locados por setor, este fato se deve à grande estrutura física que abrange uma grande quantidade de cursos e



consequentemente uma maior demanda no local. Na sequência temos o Centro Multiuso e os campus em Crato, Barbalha e Brejo Santo com a respectiva distribuição dos funcionários.



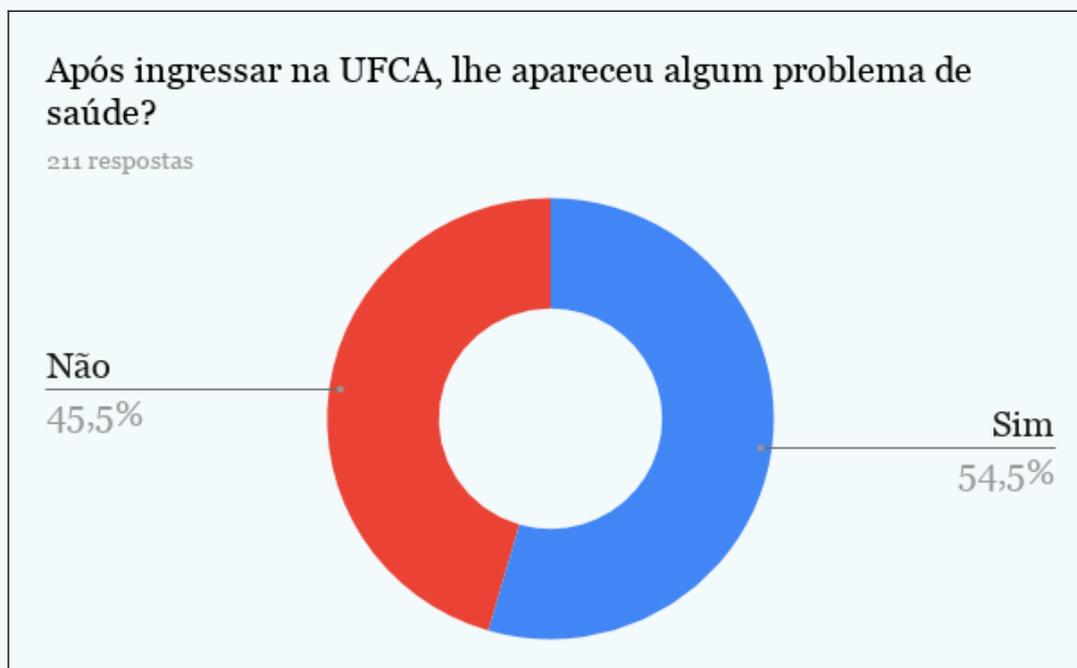
A maioria dos profissionais avaliados por esta pesquisa (72%) afirmaram não possuir nenhum problema de saúde antes de começar a trabalhar na Universidade, e apenas uma minoria (28%) confirmaram ter algum problema prévio. Dentre estes, um dos problemas mais frequentes eram aqueles localizados na coluna, indo de lombalgias até escoliose, e hérnia de disco. Os principais problemas de saúde apontados pelos entrevistados foram destacados na Tabela 1:



TABELA 1: Problemas de saúde que surgiram após o ingresso na Universidade:

DOENÇAS OCUPACIONAIS	FREQUÊNCIA ABSOLUTA	FREQUÊNCIA RELATIVA
Lombalgia	3	9,4%
Hérnia de disco	1	3,1%
Fibromialgia	1	3,1%
Hipotireoidismo	3	9,4%
Gastrite	1	3,1%
Enxaqueca	2	6,3%
Rinite alérgica	2	6,3%
Diabetes	3	9,4%
Alergias	2	6,3%
Hipertensão	2	6,3%
LER	1	3,1%
Depressão	3	9,4%
Sinusite	1	3,1%
Hipertireoidismo	1	3,1%
Obesidade	3	9,4%
Miopia	1	3,1%
Arritmia	1	3,1%
Ansiedade	1	3,1%
Total	32	100%

Legenda: Lesão por Esforço Repetitivo-LER

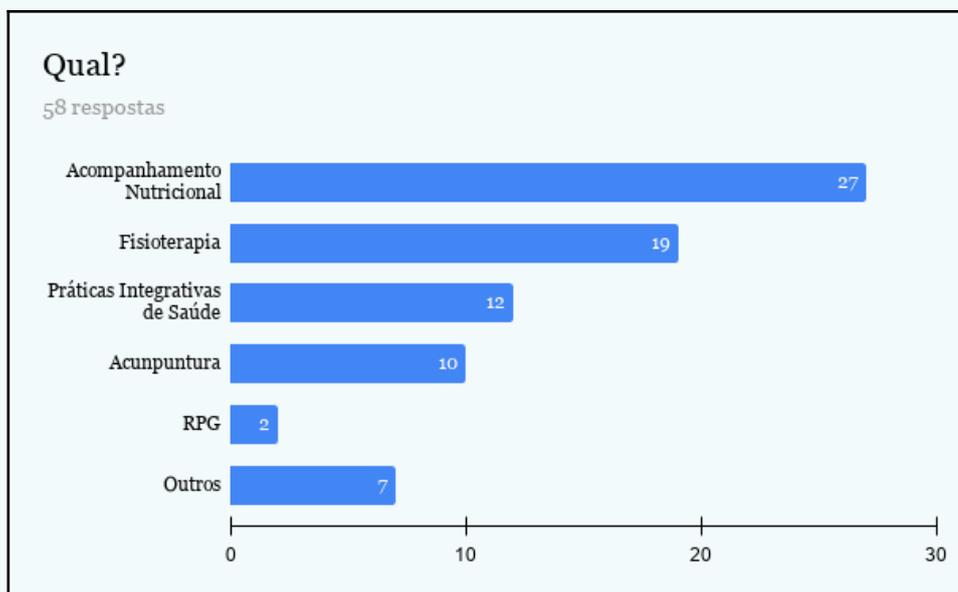
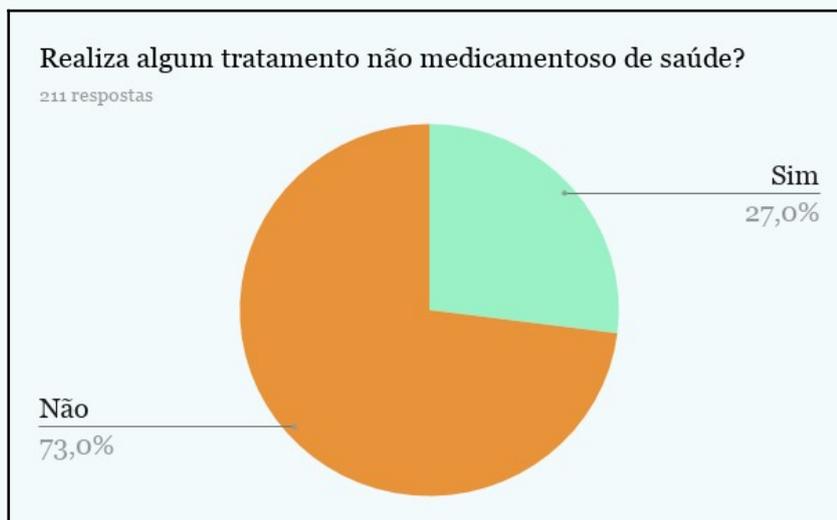


Percebe-se um claro aumento no acometimento por doenças nos entrevistados, após algum tempo trabalhando na universidade, a maioria delas pode ser classificada como doenças ocupacionais. Algumas das doenças ocupacionais mais frequentes no ambiente organizacional são as LER's (Lesão por Esforço Repetitivo), as quais, juntamente com os distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho, representam as preocupações mundiais na vida dos trabalhadores (NOGUEIRA; SANTOS, 2020). Os entrevistados relataram ainda, inflamações como a tendinite, bem como doenças de outras etiologias, como a diabetes e desordens emocionais do âmbito ocupacional, como alto nível de estresse, desmotivação, ansiedade e depressão.

Muitos estudos nessa área encontraram achados semelhantes, os quais evidenciaram que o surgimento e valorização das novas tecnologias em equipamentos e os novos métodos laborais adotados, como a valorização da produtividade e a impessoalidade das relações, modificaram a rotina do trabalhador, muitas vezes precarizando seu estilo de vida e favorecendo o perfil de adoecimento físico e sofrimento emocional dos trabalhadores (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001).



Quando indagados sobre o tempo da descoberta dos problemas de saúde relatados, 20,4% dos pacientes afirmaram ter descoberto há menos de 6 meses do ingresso na UFCA, enquanto a outra parte (correspondente a 35,1% dos entrevistados) já haviam diagnosticado seus problemas há mais de seis meses, sendo observado o tempo como um fator importante para o início do tratamento. Se o período de tempo entre a consulta inicial, o diagnóstico do problema de saúde e o tratamento é prolongado, os pacientes podem apresentar progressão do quadro, redução das chances de tratamento e cura (FELLIPU et al., 2016). Tal achado elucida, mais uma vez, a importância da realização de Campanhas Educativas em saúde no ambiente organizacional.





Quando questionados da adoção de tratamento não medicamentoso em saúde, observou-se que 27% adotaram a forma de tratamento não medicamentoso, incluindo terapias como a fisioterapia e a acupuntura, as quais são descritas como Práticas Integrativas em Saúde e alcançam patamares cada vez maiores de adesão e eficácia em Promoção da Saúde e Qualidade de Vida.

A Fisioterapia adota como cuidado o funcionamento adequado das estruturas corporais e suas ações preventivas e profiláticas têm papel importante nos desconfortos provocados pelo trabalho, diminuindo as causas das dores e tratando-as. Estas práticas são úteis em casos, por exemplo, no tratamento dos Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho – DORT, nos quais são empregados recursos físicos e analgésicos para o controle da dor, principalmente relacionados a cinesioterapia, que visa a redução do edema e inflamação e promove o relaxamento da musculatura, melhorando assim, as condições circulatórias, reduzindo a dor e potencializando a capacidade funcional dos pacientes (SILVA; MORSCH, 2019).

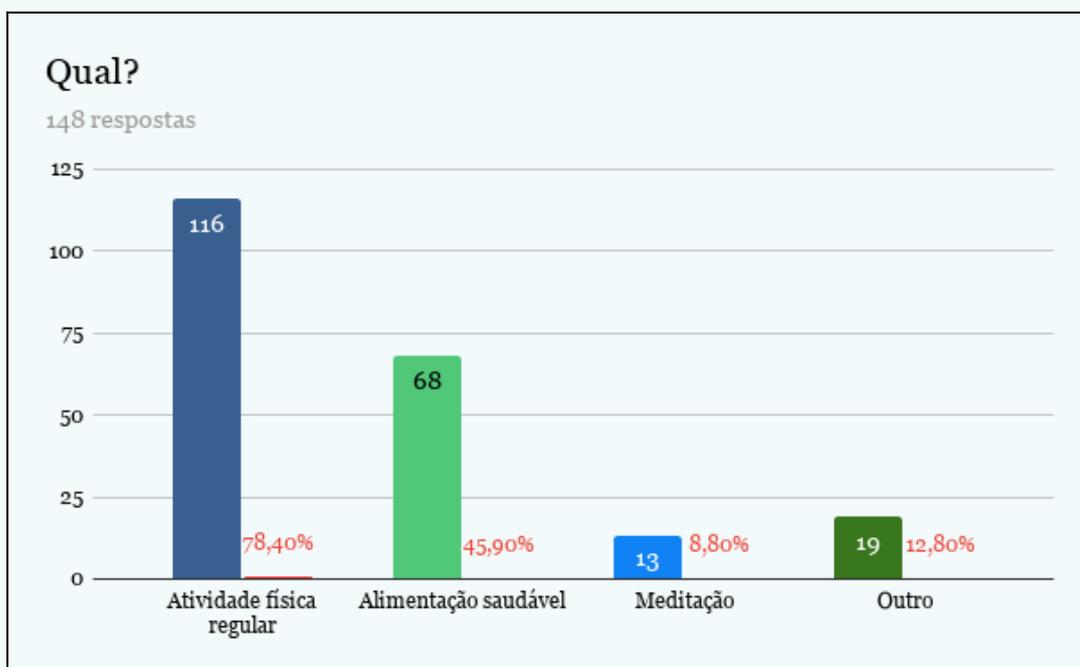
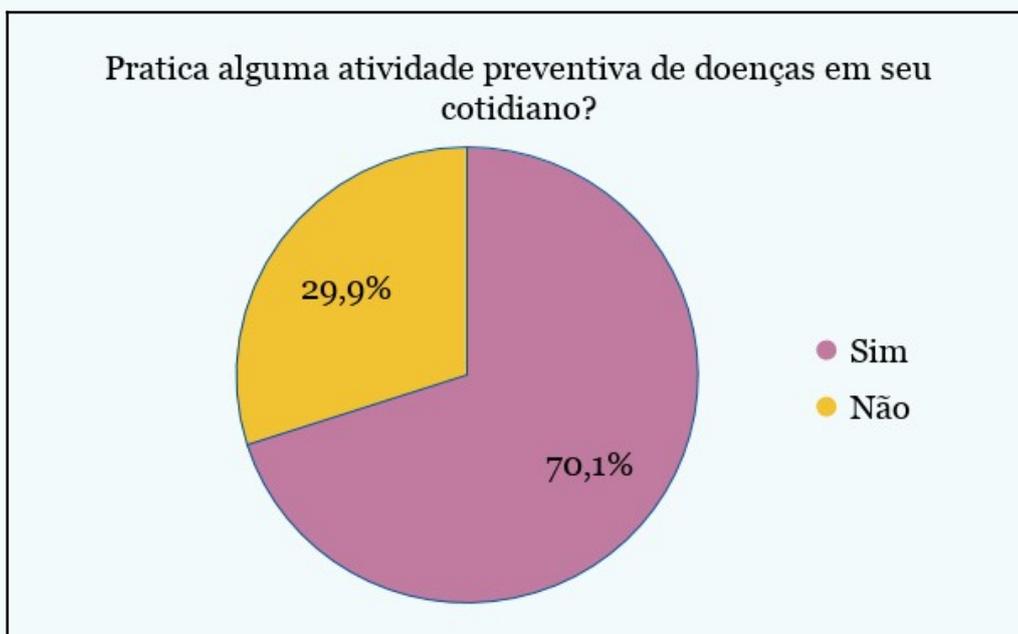
Uma área de atuação da Fisioterapia no contexto da UFCA, tem sido a de orientações ergonômicas no ambiente laboral, seja através de palestras educativas, como visitas setoriais, com oferecimento in-locus de recomendações sobre mobiliário, postura e prevenção de lesões.

A acupuntura, por sua vez, promove o equilíbrio físico, biológico e mental, aumentando a produção de endorfina e serotonina responsáveis pela sensação de bem-estar, sem agredir o corpo e a mente, como os remédios químicos, tratando-se de uma terapia adjuvante no tratamento de diversos quadros como o da ansiedade que faz parte da vida dos trabalhadores, na qual a realização periódica traz efeitos de alívio e bem-estar, corroborando para o sucesso das demais estratégias terapêuticas (FRANCO; QUEIROZ, 2019).

Além dessas práticas anteriormente citadas, observa-se que os participantes têm se preocupado com o acompanhamento nutricional, que é uma ação relevante na mudança de estilo de vida. Quando se utilizam estratégias de promoção de um estilo de vida ativo, aliados ao acompanhamento nutricional, pode haver um impacto importante na redução do sobrepeso e da

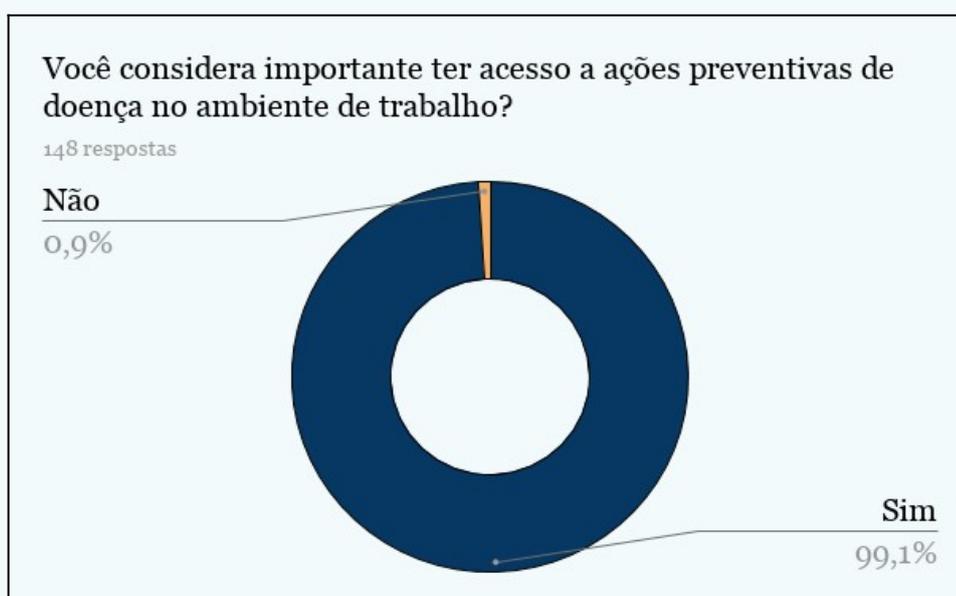


obesidade, uma vez que as condutas do profissional nutricionista tem finalidades e particularidades de acordo com as demandas e necessidades específicas de cada indivíduo, além de auxiliar na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis, melhorando a qualidade de vida em escala geral (PANATTO et al., 2019).





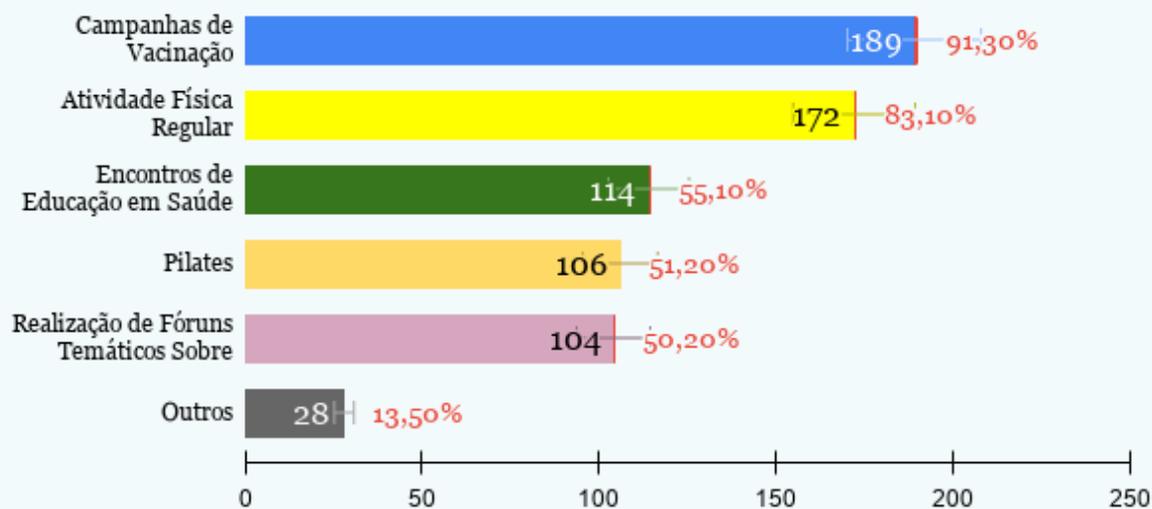
Felizmente, quando indagados sobre a realização de atividades físicas, a maioria, 70,1% afirmaram realizar algum tipo de exercício físico, enquanto os demais 29,9% não realizam nenhum tipo de atividade. A prática de atividades físicas é imprescindível em qualquer fase da vida e a mudança do estilo de vida que ela proporciona tem impactos positivos para a saúde, especialmente para as pessoas com doenças crônicas (como diabetes e hipertensão arterial), entre os benefícios se observa melhora do padrão de sono, aumento do foco, controle emocional e melhora do desempenho do sistema neurológico como um todo, consequentemente proporcionando saúde física e mental (SANTOS JÚNIOR; SILVA, 2019). Entre os participantes que realizaram as atividades físicas, 78,4% referiu regularidade em suas atividades; 45,9% estava focado na alimentação saudável e 8,8% utilizavam estratégias como a meditação, dentre outros tipos de modalidades. Esse dimensionamento é importante e deve ser integrado a avaliação da necessidade específica para cada indivíduo, realizada por um profissional capacitado, como o fisioterapeuta, o médico, o educador físico, garantindo a adesão de uma prática segura e eficaz, respeitando a realidade e necessidade de cada servidor.





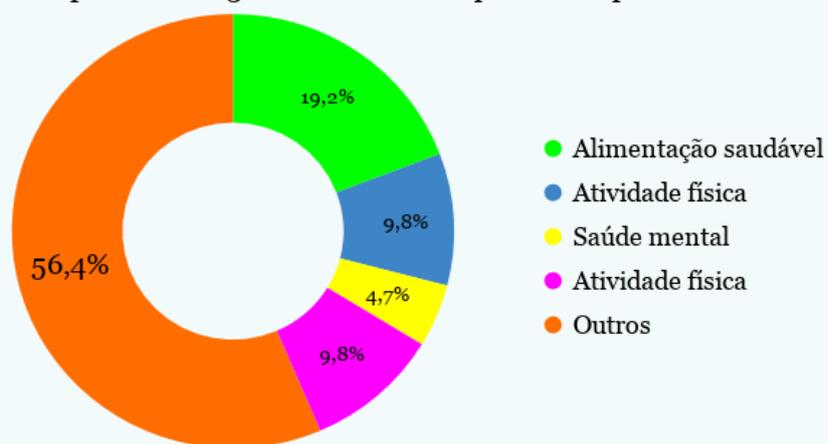
Quais?

207 respostas



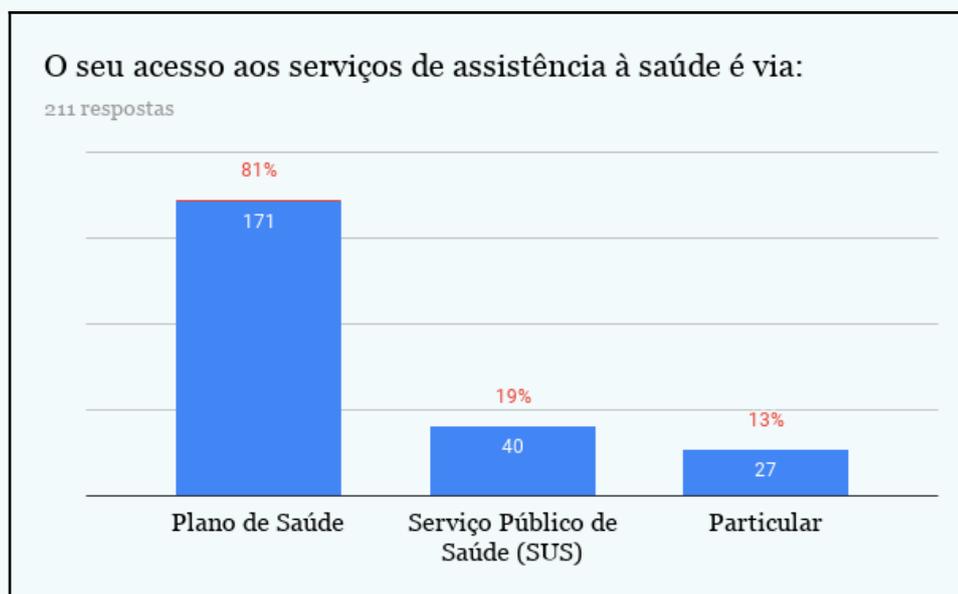
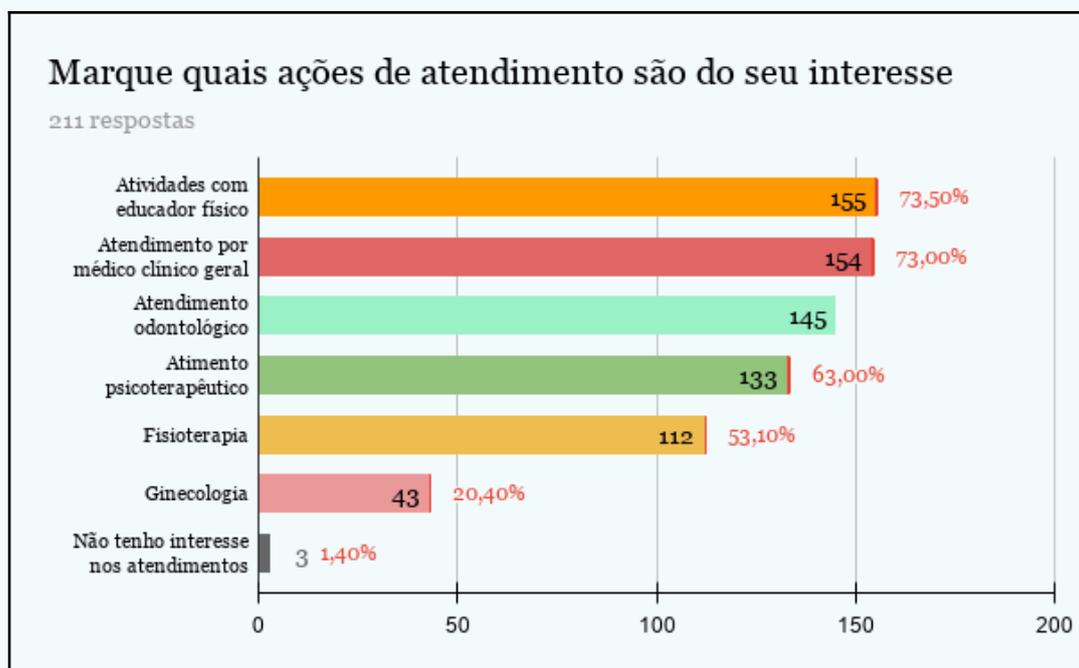
De acordo com a pesquisa a maioria dos entrevistados (99,5%) desejam a realização de ações de promoção da saúde, como a realização das atividades físicas (83,1%), e outras atividades como pilates (51,2%), educação em saúde (55,1%), bem como a realização de campanhas de vacinação (91,3%) e fóruns com temas relacionados à saúde (50,2%).

Cite pelo menos 3 temas em saúde que lhe despertam interesse





Observa-se que o interesse da população entrevistada concentra-se nas áreas do autocuidado e que são extremamente necessária para alcançar um estilo de vida saudável, evidenciando a preocupação existente com a saúde, bem como a necessidade de ações que possam fortalecer a adesão e adoção de hábitos saudáveis, e que estes possam ser sustentáveis, indo para além do ambiente laboral.





Dê uma nota de 1 a 10 para seu estado de saúde física atual:

Notas de 1 a 10 para o estado de saúde física	Frequência Relativa
Sem resposta	3
1	1
2	1
3	1
4	2
5	17
6	20
7	44
8	72
9	32
10	18
Total de Respostas	211

Observando as frequências dessas respostas e a maior predominância de respostas com número 8, nota-se que os participantes têm um nível de satisfação aceitável, no entanto deixam margem para melhorias e para que estas ocorram, são necessárias ações integradas que promovam o cuidado com o aspecto físico dos indivíduos.



Dê uma nota de 1 a 10 para Seu estado de saúde emocional atual:

Notas de 1 a 10 para o estado de saúde emocional	Frequência Relativa
Sem resposta	0
1	0
2	1
3	1
4	1
5	20
6	19
7	50
8	67
9	38
10	14
Total de Respostas	211

Novamente o grande número de respostas concentrou-se na nota 8, que tem um valor próximo ao aceitável. Entretanto, especialmente quando se fala em saúde emocional, há uma relatividade que precisa ser avaliada e há também a necessidade de acompanhamento e ações que trabalhem a promoção e tragam subsídio para o controle e equilíbrio emocional dos servidores.



Em uma visão geral, observa-se um público que majoritariamente não possui o hábito de fumar, assim como, não sofreram de problemas com acidentes de trabalho, predominantemente a maioria possui plano de saúde, no entanto, entendem a importância e demonstram interesse em buscar se aprofundar e aprender mais sobre os possíveis riscos aos quais estão expostos no ambiente de trabalho.

Outra demanda observada foi a procura por profissionais da saúde como clínico geral, educador físico, fisioterapeuta e demais membros da equipe de saúde, que possam proporcionar cuidados específicos, orientações e acompanhamento constante. Tal integração é de suma importância para esse público, denotando carência e necessidade de um apoio em saúde mais ampliado, um cuidado mais holístico, que trabalhe questões específicas desse público, evidenciando assim que todos os aspectos que envolvem a qualidade de vida no trabalho são importantes e necessitam de um olhar especial e ações institucionais contínuas, capazes de promover saúde e prevenir agravos nas diversas áreas da vida.

PROVIDÊNCIAS TOMADAS FRENTE OS RESULTADOS ELENCADOS

Diante dos resultados aqui apresentados, a equipe da Coordenadoria de Qualidade de Vida no Trabalho (CQVT), da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEP), planejou e executou ações, ao longo dos anos de 2019 e 2020, com vistas a atender às necessidades e expectativas dos servidores entrevistados e colaborar para a Promoção da Saúde no Trabalho e melhoria da Qualidade de Vida, as quais são descritas nas tabelas 1 e 2, intituladas como Mini Relatório de Gestão CQVT/PROGEP 2019 e 2020.



Mini Relatório de Gestão CQVT/PROGEP Período: Março-Dezembro/2019

Tabela 1. Distribuição das Ações de Qualidade de Vida no Trabalho por Campi, Março – Dezembro, 2019.

AÇÕES DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO – UFCA	NÚMERO DE PARTICIPANTES, POR CAMPUS:					TOTAL DE SERVIDORES CONTEMPLADOS/AÇÃO
	JUAZEIRO DO NORTE	CRATO	BARBALHA	BREJO SANTO	MULTIUS O	
I Palestra Educativa sobre Ergonomia no Trabalho e prevenção de riscos ocupacionais (posturais)	3	11	16	0	13	43 servidores contemplados
	29	2	5	3	4	42 servidores responderam
Atendimento em Clínica Médica na FAMED (Dr. Marciano) 2019	22	2	4	0	1	29 servidores contemplados
	23	4	7	3	0	37 responderam
Mobiliário dispensado para servidores (mesas e cadeiras com braço) Mesas – demandadas Cadeiras – passado orientações de como solicitar o bem	05 mesas 17 cadeiras	00 mesas 02 cadeiras	02 mesas 04 cadeiras	00 mesas 01 cadeira	00 mesas 00 cadeiras	07 servidores contemplados com mesas ajustáveis em altura 24 servidores orientados a como



						solicitar cadeiras com braço no almoxarifado
I Edição da Campanha de Vacinação 2019 – para servidores/colaboradores Dt (Dt = vacina difteria e tétano adulto.) Hepatite B Gripe H1N1	161 Dt	47 Dt	34 Dt	04 Dt	31 Gripe	Dt 246 imunizações
	107 Hepatite B	45 Hepatite B	40 Hepatite B	19 Hepatite B	31 imunizações	Hepatite B 211 imunizações
	145 Gripe	33 Gripe	67 Gripe	20 Gripe		GRUPE H1N1 296 imunizações
	413 imunizações	125 imunizações	141 imunizações	43 imunizações		Geral 753 imunizações
II Edição da Campanha de Vacinação 2019 – para servidores/colaboradores Dt/Hepatite B	52 Dt	17 Dt	10 Dt		24 Dt	Dt 103 imunizações
	51 Hepatite B	15 Hepatite B	10 Hepatite B		25 Hepatite B	Hepatite B 101 imunizações
	103 imunizações	32 imunizações	20 imunizações		49 imunizações	Geral: 204 imunizações
AÇÕES DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO – UFCA	NÚMERO DE PARTICIPANTES, POR CAMPUS:					
	JUAZEIRO DO NORTE	CRATO	BARBALHA	BREJO SANTO	MULTIUSO	TOTAL DE SERVIDORES CONTEMPLADOS/AÇÃO
Realização de Auriculoterapia (Terapias Integrativas em Saúde) para alívio do estresse	54	00	20	00	00	74 trabalhadores contemplados
Realização de Liberação Miofascial/massagem relaxante (Terapias Integrativas em Saúde) para alívio do	13	00	08	00	00	21 servidores contemplados



estresse						
Realização de Ventosaterapia (Terapias Integrativas em Saúde) para alívio do estresse	130				12	142 trabalhadores contemplados
Aplicação da I Pesquisa sobre demandas ocupacionais em saúde e qualidade de vida	66	09	10	04	11	100 servidores responderam a pesquisa
Dia do Desafio na UFCA (Ginástica Laboral, Dinâmicas e sorteio de brindes – Alusão a prática de atividades físicas e vida saudável)	17 (04 servidores)	00	00	00	04	04 servidores contemplados
I Fórum de Qualidade de Vida no Trabalho	104 participantes	93 participantes	21 participantes	92 participantes		Geral: 310 participantes
Ação outubro Rosa – Mulher de Aço e Flores	150 participantes					150 participantes
Dia do Servidor UFCA	105 participantes					105 participantes
Ginástica Laboral	185 pessoas					185 participantes



TOTAL GERAL de servidores contemplados nas ações de Qualidade de Vida no período março a dezembro 2019	2048 Ações da CQVT foram realizadas para os servidores/UFCA * <u>957 imunizações</u>
--	---

Fonte: Coordenadoria de Qualidade de Vida (CQVT)/PROGEP/UFCA, 2019.



Mini Relatório de Gestão CQVT/PROGEP Período: Março-Dezembro/2020

**Tabela 2. Distribuição das Ações de Qualidade de Vida no Trabalho por Campi,
Março – Dezembro, 2020.**

AÇÕES DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO – UFCA	NÚMERO DE PARTICIPANTES, POR CAMPUS:					TOTAL DE SERVIDORES CONTEMPLADOS/ AÇÃO
	JUAZEIRO DO NORTE	CRATO	BARBALHA	BREJO SANTO	MULTIUSO	
I Avaliação in-locus da Ergonomia no Trabalho e orientações direcionadas de	00	04 laboratórios 01 Secretaria (PRODER)	00	00	00	18 servidores contemplados



prevenção de riscos ocupacionais (posturais) Março/2020		03 Setores administrativos (Direção, almoxarifado, DTI)				
		06 Gabinetes docentes (Bloco novo)				
Aplicação da Pesquisa de Interesse de Interesse de atendimento em Saúde Mental) 2020.1-2020.2	17	00	01	00	01	19 responderam
Atendimento dos servidores em Psicologia (Equipe de Psicologia da PRAE)	01	00	01	00	00	02 servidores contemplados
Atendimento dos servidores em Psiquiatria (Dr. Dennysson - Equipe de Psiquiatria da PRAE)	05	00	00	00	00	05 servidores contemplados
Disponibilização do serviço de Orientações Ergonômicas para o Trabalho Remoto 2020.2	00	00	00	01	00	01 solicitação atendida
I Edição da Campanha de Vacinação 2020 – para servidores/colaboradores	00 Dt	15 Dt	19 Dt	00 Dt	21 Dt	Dt 55 imunizações



Dt/Hepatite B Gripe H1N1	00 Hepatite B	14 Hepatite B	21 Hepatite B	00 Hepatite B	24 Hepatite B	Hepatite B 59 imunizações
	194 Gripe	37 Gripe	50 Gripe	13 Gripe	00 Gripe	GRIFE H1N1 294 imunizações
	194 imunizações	66 imunizações	91 imunizações	13 imunizações	45 imunizações	Geral 408 imunizações
II Edição da Campanha de Vacinação 2020 – para servidores/colaboradores Sarampo	53 Tríplice viral (Sarampo, coqueluche e rubéola)	11 Tríplice viral (Sarampo, coqueluche e rubéola)	31 Tríplice viral (Sarampo, coqueluche e rubéola)	23 Tríplice viral (Sarampo, coqueluche e rubéola)	00 Tríplice viral (Sarampo, coqueluche e rubéola)	Geral 118 imunizações
Treinamento para a equipe de limpeza (Procedimentos Operacionais Padrão para Limpeza e Desinfecção nos ambientes universitários, no contexto da COVID- 19)	00	00	11	00	00	11 colaboradores terceirizados ²⁰ participaram do treinamento
Ação Novembro Azul – Veiculação de Vídeos sobre cuidados na saúde do homem	35 visualizações	-	-	-	-	35 participantes



Dia do Servidor UFCA Evento on line (out/2020)	65 participantes	-	-	-	-	65 participantes
Projeto Saúde na Quarentena: Divulgação por e-mail institucional de Vídeos periódicos com dicas em saúde			Temas abordados			
			1. Prevenção de lesão por esforço repetitivo;			
			2. Importância de beber água;			
			3. Importância do sono para saúde;			
			4. Prevenção da vista cansada pelo uso do computador;			
			5. Como higienizar objetos pessoais em meio à pandemia;			
			6. Importância do uso de máscaras faciais;			
TOTAL GERAL de servidores contemplados nas ações de Qualidade de Vida no período março a dezembro 2020			156 servidores nas ações gerais + 526 servidores imunizados			

Fonte: Coordenadoria de Qualidade de Vida (CQVT)/PROGEP/UFCA, 2020.



REFERÊNCIAS:

BRASIL, Ministério da Saúde- Organização Pan-Americana da Saúde/Brasil- **DOENÇAS RELACIONADAS AO TRABALHO- Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde**. Brasília- DF, 2001, ISBN 85-334-0353-4

FELLIPU, A. W. D.; FREIRE, E. C.; SILVA, R. A.; GUIMARÃES, A. V.; DEDIVITIS, R. A. Impact of delay in the diagnosis and treatment of head and neck cancer. **Braz J Otorhinolaryngol**. V. 82, n. 2, p. 140-143, 2016, Doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bjorl.2015.10.009>

FRANCISCO, P. M. S. B.; ASSUMPÇÃO, D. BORIM, F. S. A. SINECATO, C.; MALTA, D. C. Prevalência e coocorrência de fatores de risco modificáveis em adultos e idosos. **Revista Saúde Pública**. V. 53, n. 86, p. 1-13, 2019, DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001142>

FRANCO, L. C.; QUEIROZ, D. B. C. Os benefícios da acupuntura no tratamento da ansiedade. **Revista Scire Salutis**. V.9, n.3, p.8-15, 2019. DOI: <http://doi.org/10.6008/CBPC2236-9600.2019.003.0002>

NOGUEIRA, C. M.; SANTOS, A. O. **Caracterização dos trabalhos da Unicatólica: Riscos ergonômicos, Lesão por esforço repetitivo, distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho e qualidade de vida**. V. 7, 2020, ISSN: 2446-6042

PANATTO, C.; KÜHL, A. M.; VIEIRA, D. G.; BANNEMANN, G. D.; MELHEM, A. R. F.; QUEIROGA, M. R. CARVALHAES M. F. M. Efeitos da prática de atividade física e acompanhamento nutricional para adultos: um estudo caso- controle. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. V.13. n.78. p. 329-336. Mar./Abril. 2019. ISSN 1981-9919

SANTOS JÚNIOR, J. S.; SILVA, D. P. A importância das atividades físicas e hábitos saudáveis na prevenção de doenças. **Anais do XI Simpósio de Engenharia de Produção de Sergipe**. P. 144-150, 2019, ISSN 2447-0635. Disponível em <<https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/12572/2/ImportanciaAtividadesFisicas.pdf>> Acesso em: 06 dez. 2020.

SILVA, L. P. S.; MORSCH, P. Os benefícios da Fisioterapia nas Doenças Osteomusculares Associadas ao Trabalho. **Revista da Faculdade de Educação e Meio Ambiente- FAEMA, Ariquemes**. v.10, n. 1, p. 182-190, jan.- jun. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.31072>.



TAVARES, N. U. L.; BERTOLDI, A. D.; MENGUE, S. S.; ARRAIS, P. S. D.; LUIZA, V. L.; OLIVEIRA, M. A.; RAMOS, L. R.; FARIAS, M. R.; PIZZOL, T. S. D. Fatores associados à baixa adesão ao tratamento farmacológico de doenças crônicas no Brasil. **Rev Saúde Pública**, V. 50(supl 2):10s, P. 1-11, 2016, DOI:10.1590/S1518-8787.2016050006150