

Cuidando de quem nos cuida: Uma proposta de ação acerca da qualidade de vida do trabalhador

Taking care of those who care for us: A proposed action on the worker's quality of life

DOI:10.34119/bjhrv4n2-190

Recebimento dos originais: 24/02/2021

Aceitação para publicação: 24/03/2021

Lauany Silva de Medeiros

Graduanda em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará (UEPA)
Instituição: Universidade do Estado do Pará-UEPA
Endereço: Rua 4, nº 20, Bairro Santa Mônica, Tucuruí-PA, Brasil.
E-mail: lauanymedeiros@gmail.com

Karen Silva de Castro

Graduanda em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará (UEPA).
Instituição: Universidade do Estado do Pará-UEPA
Endereço: Rua 4, nº 20, Bairro Santa Mônica, Tucuruí-PA, Brasil
E-mail: silvakaren2021@gmail.com

Michele Pinheiro Ferreira

Graduanda em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará (UEPA).
Instituição: Universidade do Estado do Pará-UEPA
Endereço: Rua 4, nº 20, Bairro Santa Mônica, Tucuruí-PA, Brasil
E-mail: michelepinheiroferreira@gmail.com

Nayara Fernanda Alves Moreira

Graduanda em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará (UEPA).
Instituição: Universidade do Estado do Pará-UEPA
Endereço: Rua 4, nº 20, Bairro Santa Mônica, Tucuruí-PA, Brasil
E-mail: nfernandamoreira@gmail.com

Cláudia Cristina Pinto Girard

Enfermeira, Mestre em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará. Integrante do Núcleo de estudo e pesquisa em educação e saúde da Amazônia (NUPESA)
Instituição: Universidade do Estado do Pará (UEPA)
Endereço: Av. Garcia Lano, nº 01. Bairro Vila permanente, Tucuruí-PA, Brasil.
E-mail: claudiagirard@uepa.br

Rafael Veiga Sales

Psicólogo, Especialista em Saúde mental, Especialista em Psicologia Hospitalar e da Saúde, Especialista em Psicanálise com crianças e adolescentes.
Instituição: Universidade do Estado do Pará (UEPA)
Endereço: Rua Rondônia, nº9. Bairro Vila permanente, Tucuruí - PA, Brasil.
E-mail: rafael.sales@uepa.br

Meriam de Nazaré Marques Ferreira

Fisioterapeuta, Especialista em Acupuntura e Fisioterapia Traumato-ortopédica.
Integrante do Núcleo de estudo e pesquisa em educação e saúde da Amazônia (NUPESA).

Instituição: Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Endereço: Rua Dom Cornélio Vermans, nº 424, Bairro Santa Izabel, Tucuruí-PA, Brasil.

E-mail: meriammarques2@gmail.com

Janne de Jesus Bugarim Martins

Fisioterapeuta, Especialista em Fisioterapia Aplicada à Ortopedia e Traumatologia, e Fisioterapia Pélvica-Uroginecologia Funcional. Integrante do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Educação e Saúde da Amazônia (NUPESA)

Rejane Martins Santos

Fisioterapeuta, Acupunturista, Especialista em Fisioterapia Cardiorespiratoria, UTI.

Instituição: Universidade do Estado do Pará (UEPA)

End. Jardim Botânico, quadra 26, casa 24, Brasília-DF.

E-mail: rejanepardaul@gmail.com

Soly Guedes de Oliveira

Fisioterapeuta, Pós-graduada em Terapia Intensiva, Fisioterapia Neurológica Adulta e Fisioterapia Esportiva.

Instituição: Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Endereço: Rua Mamoré, nº 20. Bairro Vila permanente, Tucuruí-PA, Brasil.

E-mail: soly.guedes@uepa.br

RESUMO

Objetivo: Descrever uma ação voltada para a saúde do trabalhador, com intervenções educativas e Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Métodos: Trata-se de um relato de experiência de cunho descritivo, sobre uma ação realizada em comemoração ao dia do servidor público, em quatro etapas na Universidade do Estado do Pará, localizada na cidade de Tucuruí/PA, em outubro de 2019. Relato de experiência: Participaram do evento 42 funcionários do centro universitário do sistema de educação público do município em estudo, sendo no total 24 do sexo feminino e 18 do masculino, entre a faixa etária de 18 a 60 anos de idade. Dessa forma, para a melhor interação do público alvo, realizou-se um planejamento dos temas sobre a saúde mental e nutrição dos trabalhadores e a constelação familiar. Conclusão: Ações voltadas para o equilíbrio biopsicossocial dos trabalhadores, são fundamentais para o seu bem estar, bem como sua qualidade de vida. Ressalta-se, portanto, a necessidade promoção intervenções para a saúde deste público em questão.

Palavras-Chave: Saúde do Trabalhador, Educação em Saúde, Terapias Alternativas.

ABSTRACT

Objective: To describe an action to improve the well-being of workers using unconventional treatments. Methods: This is an experience report of a descriptive nature about an action that took place in four stages at the State University of Pará, located in the city of Tucuruí / PA, in celebration of the day of the civil servant. Experience report: 42 employees from the University in question participated in the event, being a total of

24 females and 18 males, between the age group of 18 to 60 years old. Thus, for the better interaction of the public, alternative therapies were established, which briefly covered the themes of: mental health of the worker, nutrition and family constellation. Conclusion: Actions aimed at the well-being of employees are fundamental for the well-being of the worker and thus for their better quality of life, therefore, the need to increase interventions aimed at the public in question is emphasized.

Keywords: Worker's Health, Health Education, Alternative Therapies.

1 INTRODUÇÃO

A regulação do trabalho no Brasil teve início na década de 1940, com a Consolidação das Leis do Trabalho, voltada para as relações individuais e coletivas do trabalhador. Desse modo, até 1988, as políticas de proteção social e a regulação do trabalho eram, como as demais políticas sociais, seletivas e dirigidas a segmentos da população. A constituição de 1988 traz conquistas sociais importantes, entre elas a criação do Sistema Único de Saúde (SUS) que universaliza o atendimento à saúde e o Regime Jurídico Único (RJU), estabelecido na Lei nº 8112/90, criando um novo arcabouço jurídico-institucional para o serviço público (MARTINS MIC, *et al.* 2017).

Portanto, inicia-se um processo de superação da dicotomia histórica, dos direitos trabalhistas e previdenciários que atuavam como condutores hegemônicos das condições de vida e saúde do servidor. Dessa maneira, em uma tentativa de estruturar e regulamentar um sistema de proteção social para os servidores públicos, o Ministério do Planejamento institui, em 2006, o Sistema de Saúde Ocupacional do Servidor Público (SISOSP), o qual foi dirigido para os servidores públicos civil, com a proposta de que esse órgão envolvesse universalmente todos os trabalhadores em atividade no serviço público federal (GARLET V, 2017)

Em vista disso, prestar serviços à sociedade e ao Estado, visando ao interesse público e ao bem comum, consiste na definição do servidor público. Nesse sentido, estes profissionais, que trabalham para a população, são homenageados no dia 28 de outubro, data esta que faz referência à criação do Decreto Lei nº 1.713, de 28 de outubro de 1939, que rege os direitos e deveres dos servidores públicos. Contudo, o serviço público identifica desafios enfrentados pelos colaboradores, como: estresse, cansaço, sobrecarga de atividades, dificuldades em ajustar a vida profissional com a pessoal, ambiente turbulento e falta de motivação. Logo, tais preocupações transitam em torno das questões

tratadas no que se costuma chamar de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), (FIOCRUZ, 2020; GALET, V, 2017)

Dessa forma, a preocupação com a QVT tem ganhado cada vez mais ênfase em todos os tipos de organizações, mas principalmente na pública. Neste contexto, no que se refere ao serviço público, é importante estabelecer uma Gestão de Pessoas, com a devida atenção a este assunto, pois acreditamos que o seu objetivo, é ofertar serviços humanizados à sociedade, com foco na saúde dos os trabalhadores, pois estes, devem receber os melhores incentivos quando se trata da QVT (GARLET V, 2017)

Por conseguinte, para obtenção da QVT no local de trabalho, no serviço público, torna-se imprescindível uma análise de fatores inerentes à saúde, entre eles: o ambiente de trabalho, as expectativas do trabalhador, os benefícios que a empresa oferece, a integração entre funcionário-empregador, a questão salarial, o relacionamento interpessoal, o psicológico e o consumo de uma dieta adequada (OPAS, 2020).

No mundo contemporâneo, a sobrecarga de trabalho e as pressões de mercado têm prejudicada profundamente os trabalhadores, os tratamentos medicamentos e convencionais não conseguem suprir as necessidades do trabalhador que vem congestionando o SUS e as filas de INSS. Neste sentido, as terapias alternativas são tratamentos não convencionais que abordam o ser humano em toda sua globalidade, o adoecer e a qualidade de vida dependem da interação do ser com meio em que vive. A busca pelo equilíbrio biopsicossocial, nos direciona ao uso das terapias alternativas (BRASIL,2015).

Muitas empresas buscam utilizá-las e sua introdução nos serviços públicos, apontam para a melhoria da produtividade, das relações interpessoais e para a saúde do trabalhador. A constelação familiar é uma terapia reconhecida como terapia holística dentro das PICS- práticas integrativas e complementares do sistema único de saúde SUS desde 2016. No Brasil essas práticas foram nomeadas práticas integrativas e complementares (PIC) e difundidos após a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), (BRASIL, 2018).

Neste viés, este trabalho objetiva descrever uma ação para favorecer o bem-estar dos trabalhadores utilizando intervenções educativas e terapias não convencionais.

2 MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência de cunho descritivo, realizado em outubro de 2019 no município de Tucuruí-PA, na Universidade do Estado do Pará (UEPA), campus

XIII, em comemoração ao dia do servidor público. A ação apresentou por tema “Cuidando de quem nos cuida” e foi elaborada com base na prática do componente curricular Terapias Alternativas, do Curso de Graduação em Enfermagem da UEPA.

A programação do evento decorreu em 4 etapas: a primeira consistiu no planejamento da programação, com seleção dos temas para intervenções educativas, estratégias pedagógicas, data da ação, horário, locais para as reuniões e o público-alvo. Os temas selecionados para as intervenções educativas foram a: saúde mental e a alimentação saudável. A estratégia metodológica eleita, foi a roda de conversa com trabalhadores, mediadas por profissionais da saúde e terapeutas. A PIC selecionada, foi a Constelação Familiar.

Destarte, na segunda etapa, foram encaminhados convites aos palestrantes, havendo muita aderência por parte destes. Aceitaram o convite um Psicólogo, um Nutricionista e uma Terapeuta em Constelação Familiar, reafirmando a importância de ações voltados para os assuntos supracitado. Na terceira etapa foram estruturados a divulgação, incluindo desta forma, a confecção de panfletos digitais, conforme a Figura 1. O convite aos trabalhadores foi no formato *on line*, pela rede social What’s app.

Figura 1 – Banner de divulgação.



Fonte: Arquivo dos autores, 2020

Por fim, a quarta etapa configurou-se com a efetivação da ação com início às 08h00min até 12h00min no prédio da Universidade. Participaram da ação, 42 trabalhadores do campus e acadêmicos dos cursos, os quais interagiram ativamente das atividades propostas, fazendo perguntas e contribuindo com troca de saberes sobre as temáticas abordadas. É importante ressaltar, que todos os participantes do projeto

receberam certificados com carga horaria de 4h00min, como ouvinte e palestrante respectivamente.

Ademais, ao fim de cada roda de conversa era proposto aos convidados que respondesse algumas perguntas, como: “Você gostou da palestra?”; “Gostaria que algo assim acontecesse mais vezes?”; “Você se sentiu mais valorizado(a) com a promoção de um evento destinado a você?”; “A palestra contribuiu para o seu bem estar?”; “Você acha que essa modalidade de ação, melhora o local de trabalho?” e dentre outras, que eram respondidas apenas com “sim” ou “não”, sem precisar da identificação do participante, por ser uma pesquisa de opinião, dispensou-se a submissão ao comitê de ética.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A saúde do trabalhador é uma área da saúde coletiva, que associa ações interdisciplinares e interinstitucionais, alicerçada na medicina social. Assim, sua abordagem busca superar a saúde ocupacional e a medicina do trabalho, pois entende-se que o processo saúde e doença da população possui relação direta ou indireta com a sua ocupação, e não deve ser reduzida a uma relação monocausal entre doença e um agente específico; ou multicausal, entre a doença e um grupo de fatores de riscos presentes no ambiente de trabalho, mas, devem ser avaliadas pelas condições de vida das pessoas e são expressos entre os trabalhadores também pelo modo como vivenciam as condições, os processos e os ambientes em que trabalham (SECRETARIA DE SAÚDE DO ESTADO DO TOCANTINS, 2020)

Com referência aos principais resultados desta experiência, salienta-se que participaram do evento funcionários da educação do Campus Universitário, bem como acadêmicos, e durante o andamento da ação, os integrantes foram entretidos por meio, de recursos midiáticos e com exposições orais com o objetivo de garantir que houvesse uma plena compreensão dos conteúdos abordados nas rodas de conversas, pelos profissionais de saúde, abrangendo assim os temas de: saúde mental do trabalhador, nutrição e constelação familiar.

A ação ocorreu no auditório da Universidade do Estado do Pará, sendo que ao mesmo tempo que estava ocorrendo as intervenções educativas aos trabalhadores, mantiveram-se as atividades letivas diária, desse modo, não prejudicou-se nem a prestação dos serviços por parte dos profissionais da universidade, assim como as aulas normas programadas, e ainda foi possível a participação de discentes e docentes. Buscou-se realizar o evento em pequenas rodas e palestras, mantendo-se a rotatividade

entre os profissionais, permitindo que todos os colaboradores, independente do cargo, participassem de pelo menos uma atividade:

Essa estratégia educativa, realizada no espaço de trabalho/produção/educação é de grande contribuição para melhoria da qualidade dos serviços e das condições de trabalho ao incorporar os princípios da problematização, a contextualização da realidade, as pedagogias inovadoras e o pensamento reflexivo. (PEREIRA et al. p. 469, 2017).

Destarte, o evento supracitado começou com uma roda de conversa sobre o tema saúde mental dos trabalhadores, e contou com a presença do Psicólogo especialista em saúde mental, que proferiu sobre a realidade alarmante acerca do desenvolvimento crescente de patologias de ordem psíquica entre os profissionais, assim como sobre a epidemiologia no campo da saúde do trabalhador, bem como, as medidas preventivas para tais problemáticas. Orientou também sobre as unidades de saúde de referência do município em questão, para atendimento psicossocial e respondeu aos questionamentos, objetivando sanar todas as dúvidas dos participantes. A importância da temática, pode ser destacada:

O cuidado em saúde mental é decorrente de uma intrínseca relação entre os serviços de saúde, seus profissionais, o paciente e sua família, considerando as particularidades de cada contexto cultural, social e econômico. (CARDOSO L e GALERA SAF, p. 2, 2011)

Na contemporaneidade, encontram-se inúmeros exemplos de patologias explicadas fundamentalmente a partir do paradigma biológico, sem qualquer referência à questões sociais e subjetivas, segundo Cardoso L e Galera SAF, (2011) “vivemos numa sociedade muito focada no mundo externo, estamos acostumados a cuidar do corpo, da estética, mas esquecemos de promover a saúde emocional”. Nesse contexto, observa-se uma tendência oriunda dos campos de conhecimento ligados ao alto desenvolvimento tecnológico em acentuar o discurso sobre a obsolescência do corpo e a busca pela superação dos limites deste, sobretudo, pelo ideal de perfeição humana e de uma vida sem sofrimento (LE BRETON, 2003).

Os diálogos sobre saúde mental são de extrema importância para a promoção do cuidado a saúde de trabalhadores, o qual não se restringe somente a minimizar riscos de internação ou controlar sintomas, mas, também, como uma importante ferramenta para a compreensão de questões pessoais, sociais e emocionais relacionadas ao adoecimento. Considera-se, portanto, relevante a realização de ações para a promoção da QVT e o

andamento de um bom convívio social e individual do sujeito. (CARDOSO L e GALERA SAF, 2011).

A segunda roda de conversa foi sobre a alimentação saudável, teve por finalidade influenciar os trabalhadores e discentes presentes sobre as adoções de novas dietas, assim como orientá-los à conciliar uma boa alimentação com a rotina de trabalho. Diante disso, ocorreu um notório interesse dos profissionais para sanarem diversas dúvidas, acerca do assunto, e sugeriram propostas para a reativação da Cantina Universitária (CU), suscitando a possibilidade de um local de trabalho mais agradável, no que tange, a melhora da nutrição dos funcionários e estudantes (SILVA FS, SACCOL ALF e MESQUITA MO, 2007). Assim, verificou-se uma interrelação entre nutrição, saúde e condicionamento físico, tendo em vista, que uma boa alimentação, assume um papel fundamental na prevenção e no tratamento de patologias crônico-degenerativas, como doenças cardiovasculares, obesidade, sedentarismo e entre outros:

As pesquisas comprovam que a boa alimentação tem um papel fundamental na prevenção e no tratamento de doenças. Há milhares de anos, Hipócrates já afirmava: “que teu alimento seja teu remédio e que teu remédio seja teu alimento”. É isso mesmo. O equilíbrio na dieta é um dos motivos que permitiu ao homem ter vida mais longa neste século. (RECINE E e RADELLI P, p. 3, 2011)

Após as rodas de conversa. Iniciou-se o grupo de constelação familiar, que consiste em um método psicoterapêutico que analisa os padrões de comportamento dos grupos, o que possibilitou um maior entendimento sobre a relevância do convívio social harmonioso e seus benefícios para um bom desempenho no setor de trabalho. Nesse sentido, a prática da constelação familiar, por meio, da roda de conversa, procurou beneficiar os indivíduos, bem como seus comportamentos e suas relações familiares e interpessoais. Nesse viés, acreditamos que a constelação alcançou o seu objetivo:

O sentimento de que todos têm um lugar (inclusão) é potencializado. Tal postura remete a uma compreensão onde passamos a perceber a serviço de quais vínculos e questões sistêmicas cada um está agindo. Ou seja, é possível refletir sobre a prática pedagógica, uma vez que a riqueza do Pensamento Sistêmico, com sua complexidade, está em abrir campos para novas possibilidades de reflexão e, sobretudo, ação. (FRANCELINO ET, et al., p. 12, 2018)

Ao fim de cada atividade foi realizado uma pesquisa de opinião, conforme a Tabela 1, aos participantes indagando-os sobre a sua opinião acerca da ação e para a compreensão, relevância e qualidade das atividades desenvolvidas. Conforme as

respostas, Percebeu-se que 78,5 % participantes responderam que foram satisfatórias, que 88,09% gostariam que a ação se repetisse mais vezes, 85,71% responderam que sentiram-se valorizados e 78,57% acreditavam que as intervenções poderiam contribuir para a melhoria do local de trabalho. Assim, acreditamos que tais afirmações foram resultantes pelas estratégias educativas adotadas e os debates promovidos nas discussões sobre a temática, permitindo um espaço para os participantes expressarem seus pensamentos, permitindo protagonismo no aprendizado (NASCIMENTO MMB, et al., 2015)

Tabela 1: Percentual de respostas feitas através do questionário.

Perguntas	Sim	Sim	Não	%	ND	%
Você gostou da palestra?	33	78,57%	4	9,52%	5	11,90%
Gostaria que algo assim acontecesse mais vezes?	37	88,09%	0	0%	5	11,90%
Você se sentiu mais valorizado com a promoção de um evento destinado a você?	36	85,71%	1	2,38%	5	11,90%
A palestra contribuiu para o seu bem-estar?	33	78,57%	4	9,52%	5	11,90%
Você acha que isso melhora o local de trabalho?	33	78,57%	4	9,52%	5	11,90%

*ND: Não respondeu *%: Porcentagem

4 CONCLUSÃO

Concluimos que as ações voltadas para a saúde do trabalhador são essenciais para o funcionamento eficaz das instituições, pois além de permitir sua valorização, promovem seu bem estar, contribuindo para a qualidade de vida. Em síntese, a ação voltada para o bem estar dos trabalhadores, é de fundamental importância para que estes possam obter um novo olhar, através das trocas de conhecimento, sobre os fatores relacionados a sua saúde biopsicossocial. Nesse viés, observou-se que eventos com este foco, também são essenciais para a manutenção da qualidade de vida destes, e a interação, beneficiando a humanização de suas relações interpessoais, sobretudo, na empresa em que trabalham.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, L. D. B. C.; VASCONCELLOS, L. C. F. A gestão do Sistema Único de Saúde e a Saúde do Trabalhador: o direito que se tem e o direito que se perde. *Saúde em Debate*, v. 39, n. 106, p. 830-840, jul./set. 2015.

CARDOSO, L; GALERA, S. A. F. O cuidado em saúde mental na atualidade. *Revista Escola de Enfermagem da USP*, v. 45, n. 03, p. 687-691, 2011.

BONATTI, E. R. D; SILVA, M. E. R.; WOLF, L. Terapias integrativas e complementares de saúde: promovendo a saúde do trabalhador em um hospital. In: 13º Congresso Internacional Rede Unida. 2018.

BROGNOLI, E; PAGNAN, J. M; LONGEN, W. C. Saúde mental dos trabalhadores da educação. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 5, p. 11521-11530, 2020.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE: Glossário Temático Práticas Integrativas e Complementares, 2018. Disponível em: <http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/12/glossario-tematico.pdf>. Acesso em 21 de maio de 2020.

BRASIL. Práticas Integrativas no SUS. Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/42737-ministerio-dasaude-inclui-10-novas-praticas-integrativas-no-sus> > Acesso em 23 de maio de 2020.

FIOCURZ, FUNDAÇÃO OSVAWLADO CRUZ. In: Saúde do Trabalhador. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/saude-do-trabalhador>. Acessado em: 01 de junho de 2020.

FRANCELINO, E. T; et al. O impacto da Constelação Familiar Sistêmica na saúde emocional dos discentes da EEFM João Mattos. *IV COLBEDUCA*, p. 23, Portugal, 2018.

GARLET, V. Qualidade de vida no serviço público: ações de qualidade de vida no trabalho apresentadas nos documentos das instituições federais de ensino superior gaúchas. *Revista do CEPE*, n. 45, p. 109-126, Santa Cruz do Sul, 2017.

HELOANI, J.R; CAPITÃO, C.G. Saúde mental e psicologia do trabalho. *São Paulo Perspectiva*, v. 17, n. 02, p. 87-98, São Paulo, 2003.

KRAEMER, F. B; et al. O discurso sobre alimentação saudável como estratégia de biopoder. *Revista de Saúde Coletiva*, v. 24, n. 04, p. 1337-1360, Rio de Janeiro, 2014.

LACAZ, F. A. C. O campo Saúde do Trabalhador: resgatando conhecimentos e práticas sobre as relações trabalho-saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 23, p. 757-766, 2007.

GENIOLE, L. A. I; KODJAOGLANIAN, V. L; VIEIRA, C. C. A. (org). Política Nacional de práticas integrativas e complementares no SUS. Campo Grande, MS: Ed. UFMS: Fiocruz Unidade Cerrado Pantanal, 2011. ISBN978-85-7613-340-7.

MARTINS, M. I. C; et al. A política de atenção à saúde do servidor público federal, no Brasil: Atores, trajetórias e desafios. *Ciências e Saúde Coletiva*, v. 22, nº 05, p.1429-1440, 2017.

NASCIMENTO, M. M. B. et al. Abordando temas transversais por meio de palestras: uma experiência formativa no âmbito do PIBID. XII Congresso Nacional de Educação, 2015.

NETO, J. B. S. B. et al. YOGATERAPIA: O uso de Terapia Alternativa em servidores de uma Universidade pública do Estado do Pará. *Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu*, v. 1, n. 3, 2020.

OPAS BRASIL. In: Saúde do Trabalhador. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=378:saude-do-trabalhador&Itemid=685 Acessado em: 02 de junho de 2020.

PORTO, L. A. et al. Doenças ocupacionais em professores atendidos pelo Centro de Estudos da Saúde do Trabalhador (CESAT). *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 28, n. 1, p. 33-33, 2014.

PEREIRA, L. A. Educação permanente em saúde: uma prática possível. *Revista de Enfermagem UFPE*, v. 12, n. 05, p. 469-79, Recife, 2018.

RECINE, E; RADELLI P. Alimentação Saudável. Ebook, Ministério da Saúde, Brasília 2011.

ROSSETTO, M. et al. Equipe multiprofissional e práticas integrativas e complementares no serviço de saúde do trabalhador. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, p. e418997461-e418997461, 2020.

SECRETARIA DE SAÚDE DO ESTADO DO TOCANTINS, GOVERNO DO TOCANTINS. In: Ambiente e saúde do trabalhador. Disponível em: <https://saude.to.gov.br/vigilancia-em-saude/ambiental-e-saude-do-trabalhador/saude-do-trabalhador/> Acessado em: 02 de junho de 2020.

SILVA, F. S. et al. Avaliação das boas práticas em cantina universitária. *Revista Eletrônica Disciplinarum*, v. 8, n.1, p. 23-40, 2007.

SIMONELLI, L. Estresse ocupacional e alternativas de intervenção: um estudo bibliométrico. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 3, p. e67932401-e67932401, 2020.