

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Programa de Qualidade de Vida
Serviço de Pessoal Ativo – SEPAT



Brasília – DF
2005

© 2005 Ministério da Saúde.

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial

Tiragem: 1.^a edição – 2005 – 100 exemplares

Circulação interna (dispensa ISBN)

Elaboração, distribuição e informações:

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Núcleo Estadual em São Paulo

Divisão de Recursos Humanos

Serviço de Pessoal Ativo

Avenida Nove de Julho, 611, 7.^o andar, Bela Vista

CEP 01313-000, São Paulo – SP

Tels.: (11) 3106 4112 / 3241 3807

Fax: (11) 3105 8357

E-mail: sepatsp@saude.gov.br

Home page: www.saude.gov.br

Impresso no Brasil / *Printed in Brazil*

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Núcleo Estadual em São Paulo. Divisão de Recursos Humanos. Serviço de Pessoal Ativo.

Programa de Qualidade de Vida: Serviço de Pessoal Ativo – Sepat. – Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

20 p.: il.

1. Recursos humanos em saúde. 2. Qualidade de vida. I. Brasil. Ministério da Saúde. Núcleo Estadual em São Paulo. Divisão de Recursos Humanos. Serviço de Pessoal Ativo. II. Título. III. Série.

NLM W 76

Catálogo na fonte – Editora MS – OS 2005/0035

EDITORA MS

Documentação e Informação

SIA, trecho 4, lotes 540/610

CEP: 71200-040, Brasília – DF

Tels.: (61) 233 1774 / 233 2020

Fax: (61) 233 9558

E-mail: editora.ms@saude.gov.br

Home page: www.saude.gov.br/editora

Equipe técnica:

Normalização: Lena Silvério

Revisão: Lilian Alves Assunção

Projeto gráfico: Carla Vianna Prates

Sumário

Introdução	5
Organograma do Núcleo Estadual	7
Organograma do Grupo de Qualidade de Vida	8
O que é?	9
Objetivos do Programa	9
Público-alvo	9
Projetos implantados	9
Projeto em fase de implantação	13
Projetos em fase de estudo e desenvolvimento	14
Alguns números	14
Resultados alcançados	15
Participação do Grupo de Qualidade de Vida do Ministério da Saúde/Nuesp, como convidado, em eventos externos	15
Coordenação e equipes	17

Programa de Qualidade de Vida

Geração Saúde

Introdução

O Núcleo Estadual do Ministério da Saúde, em São Paulo, está localizado na Avenida Nove de Julho, n.º 611, Bela Vista.

Sua estrutura atual é formada pela Divisão de Convênios, pela Divisão de Auditoria, pela Seção de Fomento e Cooperação Técnica e pela Divisão de Administração, onde está inserido o Serviço de Pessoal Ativo (Sepat).

Entre outras atividades desenvolvidas, como manutenção de cadastro e pagamento, concessão de benefícios e realização de exames periódicos, o Sepat implantou o Programa de Qualidade de Vida para os servidores do Núcleo Estadual do Ministério da Saúde, em São Paulo, no ano de 2003.

Seguindo o que preconiza o Programa de Qualidade do Serviço Público, o Sepat buscou adotar práticas sistemáticas de promoção do bem-estar e satisfação dos servidores.

A Política Nacional de Humanização também valoriza estas ações, quando defende que para sua efetiva consecução é preciso “implementar um sistema de comunicação e informação que promova o autodesenvolvimento e amplie o compromisso social dos trabalhadores de saúde”, assim como se faz necessária a “promoção de ações de incentivo e valorização da jornada (...), do trabalho em equipe e da participação em processos de educação permanente que qualifiquem sua ação (...)”

O indivíduo é o ponto central de uma administração que pretende garantir a qualidade de vida das pessoas. Sem qualidade de vida as pessoas trabalham desmotivadas e o resultado disso é visível nos níveis de produtividade, nas perdas registradas, nos trabalhos que precisam ser refeitos e na desmotivação dos funcionários.

As exigências sobre os seres humanos crescem em ritmo acelerado. Eles tornam-se cada vez mais responsáveis pelo resultado de seu trabalho.

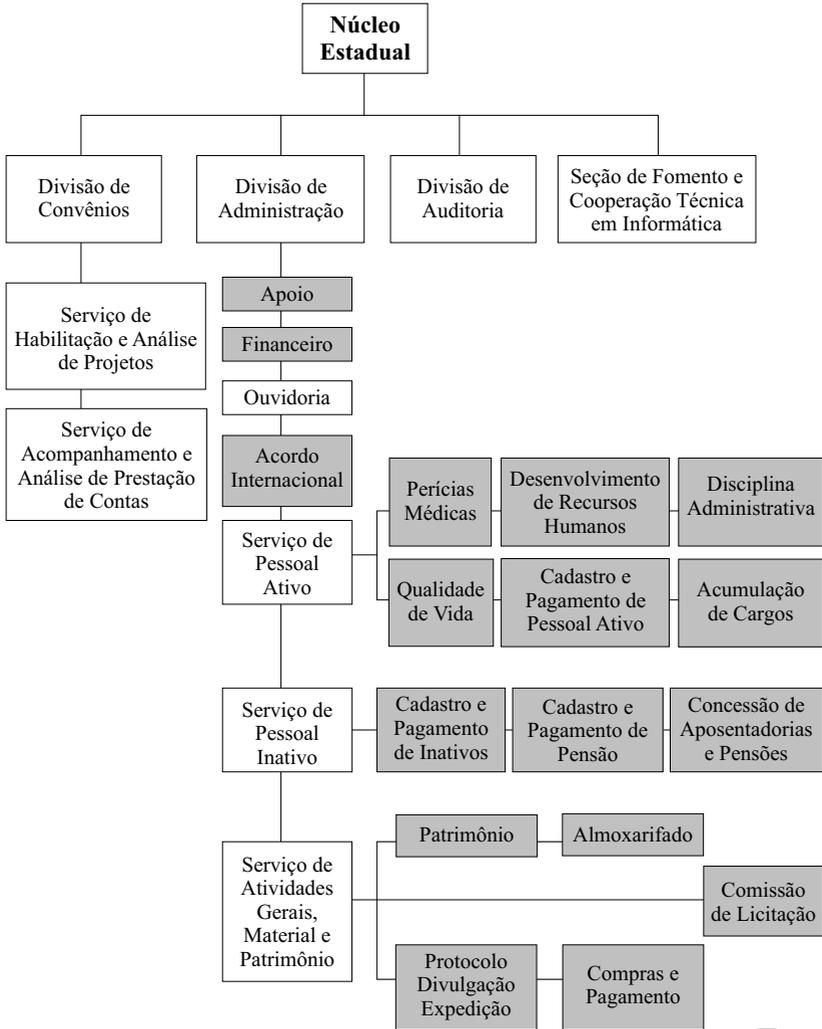
Esses indivíduos devem ter responsabilidade pessoal no trabalho, mas a instituição deve proporcionar-lhes um ambiente favorável para a obtenção de bons resultados.

Às vezes, para melhorar a qualidade de vida das pessoas na instituição, é preciso investir em programas educativos, de treinamento e capacitação, pois muitas não sabem gerenciar seu dia-a-dia e, para aprender, precisam se conhecer melhor.

Trata-se de um trabalho contínuo, cujo objetivo é tornar a cultura da instituição cada vez mais voltada para o conceito de excelência em qualidade de vida.

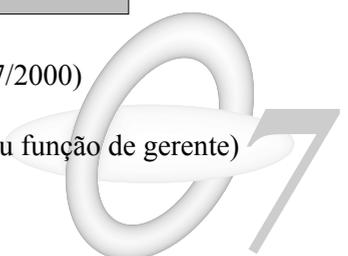


Organograma do Núcleo Estadual

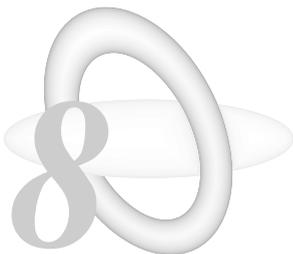
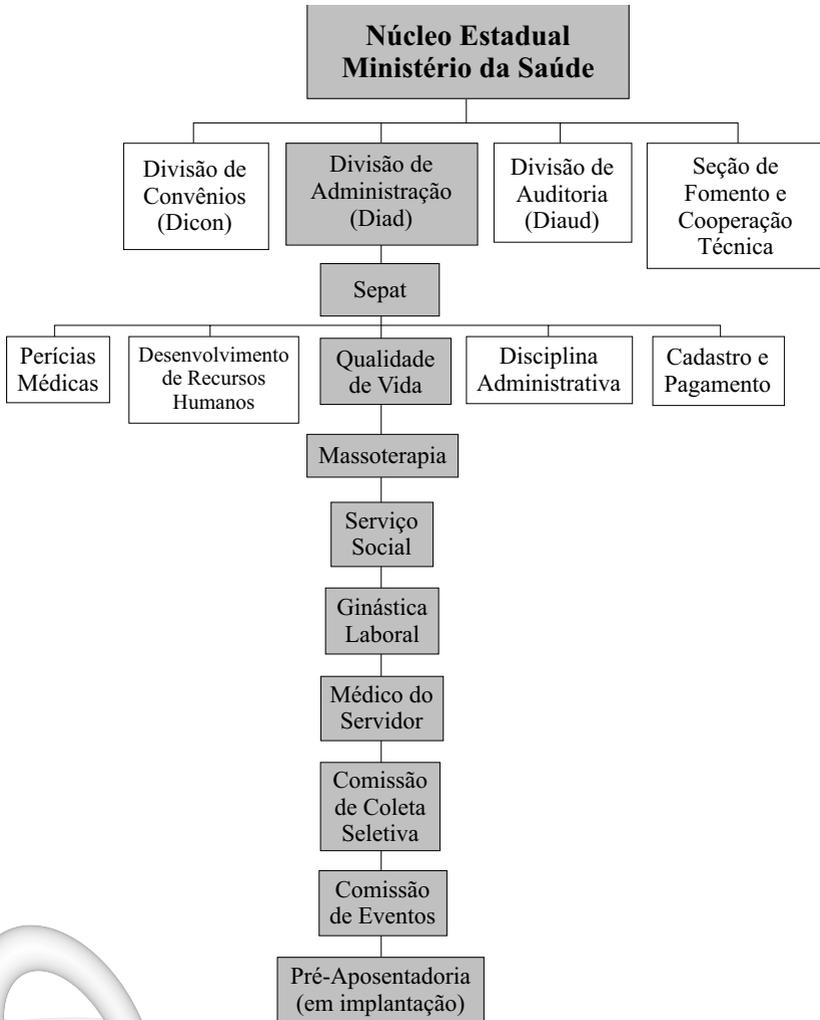


□ Estrutura real (Portaria n.º 1.147/2000)

■ Estrutura informal (sem cargo ou função de gerente)



Organograma do Grupo de Qualidade de Vida



Programa de Qualidade de Vida

Geração Saúde

1 O que é?

Trata-se de um programa desenvolvido para proporcionar aos funcionários do Ministério da Saúde, em São Paulo, uma melhoria na qualidade de vida em seu ambiente de trabalho.

Está amparado na Portaria n.º 344/2002, da Secretaria-Executiva do Ministério da Saúde.

2 Objetivos do Programa

Desenvolver ações com vistas à melhoria da qualidade de vida e preparar o servidor para a jornada de trabalho, sensibilizando os funcionários para que se comprometam com o programa, devido à sua importância.

3 Público-Alvo

Servidores do Ministério da Saúde.

4 Projetos implantados

Massoterapia

A massoterapia é um sistema para melhorar a saúde por meio da remoção dos elementos causadores da fadiga, usando técnicas manuais na superfície do corpo.

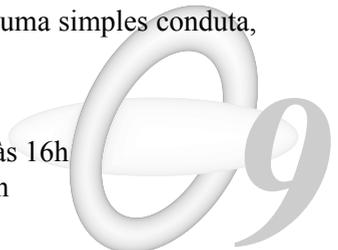
- Massagem relaxante

A massagem é um recurso terapêutico manual utilizado como forma de tratamento ou complemento de uma simples conduta, para o relaxamento de uma pessoa.

Atendimento:

Segunda-feira: das 9h às 11h e às 16h

Terça-feira: às 10h e às 11h



Quarta-feira: das 9h às 11h
Quinta-feira: às 9h e às 14h
Sexta-feira: às 11h

- Cromoterapia

Essa técnica natural é um sistema que auxilia muito no tratamento do equilíbrio energético do organismo e desordens dos corpos mental, emocional e físico, proporcionando a cada um a vibração que falta por meio da energia da luz manifestada pelas cores.

Atendimento:

Terça-feira: das 8h às 11h e das 13h às 18h

- Quick Massage

É uma técnica de massagem realizada numa cadeira especialmente projetada, onde o paciente permanece numa posição muito confortável e relaxante, permitindo que o massagista possa trabalhar de maneira fácil e com ótimos resultados para a região cervical, ombros, membros superiores e região dorsal.

Atendimento:

Segunda-feira: das 10h30 às 13h
Terça-feira: às 9h e 9h30 e das 11h às 13h
Quarta-feira: das 9h às 10h30 e às 13h
Quinta-feira: às 15h e às 15h30
Sexta-feira: às 10h e às 10h30

- Shiatsu

Arte tradicional japonesa, bastante antiga, que se vale do estímulo da pressão do toque para harmonizar o fluxo de energia do nosso organismo. Nessa técnica, são utilizados as mãos, os pés e os dedos para exercer várias formas de pressão sobre os meridianos e sobre os pontos de acupuntura.



Atendimento:

Segunda-feira: às 14 h
Quarta-feira: às 10h15
Quinta-feira: das 9h às 10h

- **Reiki**

É o nome de uma antiga arte de harmonização energética e equilíbrio por meio das mãos. É um tratamento holístico natural, sem efeitos colaterais, que atua em todos os níveis do nosso ser.

Atendimento:

Reiki em grupo

Terça-feira: das 9h às 10h

Quarta-feira: às 9h

Quinta-feira: das 9h às 10h

Reiki individual

Segunda-feira: das 9h às 10h e das 13h30 às 15h

Quarta-feira: das 15h às 16h

Quinta-feira: às 11h

- **Radiestesia**

É cientificamente provado que todos os corpos emitem radiações na forma de ondas (vibrações), que nos rodeiam e estimulam o nosso sistema nervoso. Este registra essas ondas em nosso inconsciente, que emite ondas internas através da sensibilidade neuromuscular, provocando a reação externa em movimentos radiestésicos como a varinha, o pêndulo, etc. Sendo assim, o instrumento radiestésico funciona como amplificador e passa a ser um prático instrumento de conhecimento e autoconhecimento, respondendo a variadas questões, tais como existência de jazidas, águas subterrâneas, diagnósticos médicos, etc.

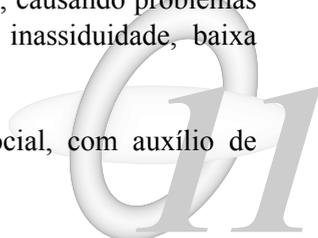
Atendimento:

Quarta-feira: às 9h

Serviço Social do Servidor

Programa de atendimento que busca identificar fenômenos psicossociais que estejam interferindo em sua vida funcional, causando problemas de relacionamento no ambiente de trabalho, inassiduidade, baixa produtividade, etc.

Grupo de trabalho formado por assistente social, com auxílio de estagiários da área.



Atendimento: de segunda a sexta-feira, das 9h às 13h

Ginástica Laboral

Programa desenvolvido para levar ao ambiente de trabalho práticas preventivas que visam a reduzir o índice de doenças ocupacionais, usando, para isso, técnicas de relaxamento, alongamento e flexibilidade, todas voltadas para a atividade laboral.

Grupo de trabalho formado por servidor com formação em educação física, com auxílio de estagiários da área.

Atendimento:

Setores	Horários
Sepat	9h/13h45
Sepai	9h30/15h
Samap/Comunicação Social	10h/15h30
Diaud/Diad	10h30/14h30
Dicon	11h/16h
Datasus/Acordo Internacional/Financeiro/Ouvidoria/Xerox	11h15/14h15
Samap/Protocolo	11h30/16h30

Médico do Servidor

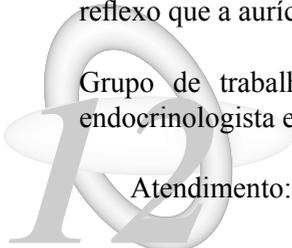
Programa desenvolvido para prestar acompanhamento e orientação médica aos servidores no controle de doenças crônicas, medicina preventiva, casos de doença na família e para aqueles com comportamento de risco (fumo, alcoolismo, sedentarismo, má alimentação).

Acupuntura e Auriculoterapia

A acupuntura é uma antiga ciência oriental na qual agulhas são inseridas ao longo dos meridianos, que são os caminhos da energia vital humana. A auriculoterapia é uma técnica de acupuntura que usa o pavilhão auricular para efetuar tratamento de saúde, aproveitando o reflexo que a aurícula exerce sobre o sistema nervoso central.

Grupo de trabalho formado por três médicos: um clínico, um endocrinologista e um acupunturista.

Atendimento: de segunda a sexta-feira, pela manhã e à tarde.



Comissão de Coleta Seletiva

Grupo responsável pela divulgação, orientação e desenvolvimento de ações voltadas ao programa de coleta seletiva de lixo, de preservação do meio ambiente e de reaproveitamento de material reciclado, por meio de oficinas de artesanato e educação ambiental.

Comissão de Eventos

Comissão criada para subsidiar, pela captação de recursos e promoção de eventos, a busca pelo estímulo e pelo desenvolvimento da relação interpessoal entre os servidores, como alternativa para a melhoria da qualidade de vida na instituição.

Oficinas de Arte

Programa que tem como objetivos desenvolver a concentração e o raciocínio lógico por meio de atividades lúdicas; despertar a capacidade criativa, reflexiva e introspectiva por meio das artes plásticas; aprimorar a cultura geral e propiciar o desenvolvimento da autodisciplina e do espírito de equipe.

Grupo de trabalho formado por servidores com conhecimento e/ou formação na área.

Ciclo de Palestras

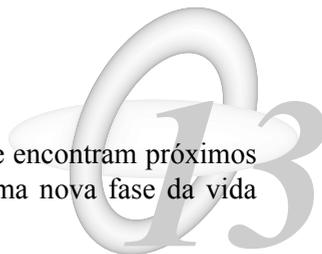
Palestras voltadas para a orientação sobre cuidados com o corpo, alimentação e envelhecimento saudável, bem como relacionadas à motivação, ao trabalho em equipe, à gestão participativa, à qualidade no serviço público, etc.

As palestras podem ocorrer nas dependências do CIEE, Esaf e PUC, nossos parceiros em alguns projetos, ou na sede deste Núcleo Estadual.

5 Projeto em fase de implantação

Pré-Aposentadoria

Projeto que busca preparar os servidores que se encontram próximos à aposentadoria ou recém-aposentados para uma nova fase da vida



por meio da participação em atividades culturais, artísticas, sociais, educacionais e técnicas.

O grupo de trabalho será multidisciplinar e formado por assistentes sociais, médicos, psicólogos, terapeutas, massoterapeutas, nutricionistas, entre outros profissionais.

Para a consecução do projeto, serão firmadas parcerias com as seguintes instituições:

1. Sesi – artes/artesanato
2. Sesc – cursos técnicos/profissionalizantes
3. Unesco – programa de educação de adultos
4. CIEE – orientação vocacional
5. Senac – consultoria
6. Esaf – palestras
7. Universidade Livre da Idade Adulta

6 Projetos em fase de estudo e desenvolvimento

- Grupo de atividades físicas com yoga, tai chi chuan, ginástica, expressão corporal
- Fotografia
- Canto Coral
- Grupo Experimental de Teatro
- Ambulatório Médico (parceria com a Geap)
- Programa de alfabetização de adultos (parceria com o CIEE/Apae/Unesco)

7 Alguns números

Funcionários do Núcleo

- Servidores: 390
- Terceirizados: 99
- Estagiários: 78
- Total: 567 funcionários



Atendimento mensal geral – Massoterapia – ano 2003									
Modalidade	jun.	jul.	ago.	set.	out.	nov.	dez.	total	%
Quick Massage	60	104	123	112	119	75	58	651	66,4
Relaxante	71	84	89	62	73	70	55	504	59,7
Reiki	34	36	53	35	39	29	19	245	68,4

Atendimento mensal geral – Massoterapia – ano 2004					
Modalidade	jan.	fev.	março	abril	maio
Quick Massage	41	63	51	66	68
Relaxante	93	61	85	85	83
Reiki em Grupo			*09	24	10
Reiki Individual	06	10	13	11	14
Shiatsu			*05	09	11

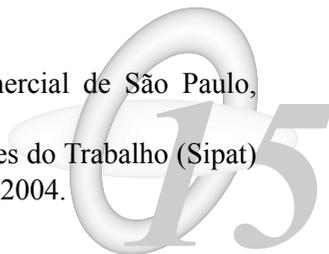
* Mês de início da atividade

8 Resultados alcançados

Segundo o último levantamento realizado, tivemos uma diminuição de 20% na taxa de absenteísmo decorrente de licença-médica por doenças relacionadas a atividades profissionais ou acidentes do trabalho.

9 Participação do Grupo de Qualidade de Vida do Ministério da Saúde/Nuesp, como convidado, em eventos externos

1. Semana de Qualidade de Vida do Ministério da Saúde, Brasília – DF, 2002.
2. Oficina de Arte, Brasília – DF, 2003.
3. 1.ª Feira de Promoção de Saúde Abrace o seu Corpo, São Paulo – SP, 2003.
4. 1.ª Seme Mulher, São Paulo, 2004.
5. 4.ª Feira de Saúde da Associação Comercial de São Paulo, 2004.
6. Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (Sipat) da Rede Record de Televisão, São Paulo, 2004.



7. 1.º Fórum de Gestão Ambiental da Zona Oeste – Sesi, São Paulo, 2004.
8. Dia Municipal do Voluntário – Marquise do Parque do Ibirapuera, São Paulo, 2004.
9. II Encontro de Secretárias do Hospital e Maternidade Leonor Mendes de Barros – São Paulo, 2004.



Coordenação e Equipes

Coordenador: Fausto Rodrigues Oliveira

Representante: Marisa Santos Irala

Massoterapia

Coordenadoras: Maria Alzira Lupe S. do Carmo e Valéria Bortolucci

Ana Campos Barreto

Anabela A. A. Cavalcante Souza

Carmem Emi Gasparetto

Clarice Matias da Silva

Cleusa Marcelino da Silva

Denise de Moraes

Denise de Oliveira

Erica Faria Pedroso

Iara Pinto de Menezes

Marcia Maria Barros Souza

Maria Inês da Silva

Maria Inês Rodrigues de Sá Ferreira

Mariana Procópios Camatsos

Nívea Pimenta Tonelle Anchieta

Paulo Dias da Costa

Roberto Carlos de Araújo

Silvana Orbite

Vera Hiromi Oseki Kian

Vera Lúcia Bezerra Santana

Viviane Lopes Soares

Wilson Caetano Junior

Serviço Social

Coordenadora: Alzira Fátima Lopes

Ana Cristina Rocha Melo

Simone dos Santos Cereja



Ginástica Laboral

Coordenadora: Maria Cecília Alemar Gaspar

Alexandra Yoshie Tamyose

Erica Furtado Bitencourt

Michel Audi Neto

Rafael Aparecido dos Santos

Médico do Servidor

Coordenador: Dr. Ulysses Guerra Luz Júnior

Claudio Rosa de Souza

Mirian Cristina Bellini Gazi

Comissão de Coleta Seletiva

Presidente: Adairson Alves Santos

Edna Cristina Barberino

João Faria Soares

Maria José Assumpção Cunha

Poliana Maria de Almeida Gomes Silva

Regina Celia da Silva

Comissão de Eventos

Coordenador: Márcio de Oliveira

Edilene Maria C. F. de P. Campos

Gersei de Moraes Costa

João Faria Soares

Mara Luiza de Carvalho

Maria Christina dos Reis Pacheco

Maria Conceição A. Silva Generoso

Maria das Dores Cardoso

Marisa Santos Irala

Roseli Frederico Florentino Moreira

Sandra Aparecida de Paula



A coleção institucional do Ministério da Saúde pode ser acessada gratuitamente na Biblioteca Virtual do Ministério da Saúde:

<http://www.saude.gov.br/bvs>

O conteúdo desta e de outras obras da Editora do Ministério da Saúde pode ser acessado gratuitamente na página:

<http://www.saude.gov.br/editora>



EDITORA MS

Coordenação-Geral de Documentação e Informação/SAA/SE

MINISTÉRIO DA SAÚDE

(Normalização, revisão, editoração, impressão, acabamento e expedição)

SIA, trecho 4, lotes 540/610 – CEP: 71200-040

Telefone: (61) 233-2020 Fax: (61) 233-9558

E-mail: editora.ms@saude.gov.br

Home page: <http://www.saude.gov.br/editora>

Brasília – DF, fevereiro de 2005

OS 0035/2005