

# PROJETO DE EXTENSÃO SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHADOR – RELATO DE EXPERIÊNCIA

## AUTORES

**Cezar Augusto da Silva Flores**  
<https://orcid.org/0000-0003-2278-4195>  
cezar.flores@ufmt.br

**Anna Júlia Piccini Zimmermann**  
<https://orcid.org/0009-0005-6711-017X>  
annajuliapiccini32@gmail.com

## RESUMO

A Saúde do Trabalhador é um conjunto de ações de vigilância e assistência, visando a promoção, a proteção, a recuperação e a reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos a riscos e agravos advindos dos processos de trabalho e passou a fazer parte das ações desenvolvidas pelo Sistema Único de Saúde - SUS a partir da Constituição Federal de 1988, que, em seu artigo 200, inciso II, define que compete ao SUS executar ações voltadas à Saúde do Trabalhador. O presente projeto de extensão tem por objetivo orientar e sensibilizar os trabalhadores sobre hábitos que mantenham e/ou melhorem a qualidade de vida dos mesmos, assim como a importância da prevenção de acidentes e doenças ocupacionais. Foram realizadas atividades de Educação em Saúde nas empresas que solicitaram a realização das ações de extensão do referido projeto, o qual foram agendadas com o Coordenador do mesmo, organizando data, horário, temáticas abordadas de acordo com a demanda das empresas, atividades a serem desenvolvidas e quantidade de trabalhadores a serem atendidos. Com as ações desenvolvidas pelo projeto de extensão, os trabalhadores desenvolvem uma conscientização sobre a importância dos hábitos saudáveis de vida (higiene, alimentar e comportamental), assim como desenvolvem uma sensibilização sobre o trabalho responsável, fazendo o uso das técnicas e dos equipamentos de proteção individual (EPIs) corretamente. O projeto de extensão de educação em saúde desempenha um papel crucial na vida dos trabalhadores, proporcionando-lhes conhecimentos e habilidades essenciais para cuidar da saúde física e mental. Essas iniciativas não apenas melhoram a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também impactam positivamente a cultura organizacional, reduzindo o absenteísmo e promovendo uma abordagem proativa em relação à saúde e ao bem-estar.

**Palavras-chave:** Saúde Ocupacional. Enfermagem do Trabalho. Educação em Saúde.

## WORKER HEALTH AND SAFETY EXTENSION PROJECT

## ABSTRACT

Occupational Health is a set of surveillance and assistance actions aimed at promoting, protecting, recovering, and rehabilitating the health of workers exposed to risks and hazards arising from work processes. It became part of the actions developed by the Unified Health System (SUS) in Brazil since the Federal Constitution of 1988, which, in Article 200, Section II, states that SUS is responsible for carrying out actions related to Occupational Health. The current extension project aims to guide and raise awareness among workers about habits that maintain and/or improve their quality of life, as well as the importance of preventing occupational accidents and diseases. Health Education activities were carried out in companies that requested the extension project's actions. These activities were scheduled with the project coordinator, organizing dates, times, topics according to the companies' demands, activities to be developed, and the number of workers to be attended to. Through the extension project's activities, workers gain awareness of the importance of healthy lifestyle habits (hygiene, dietary, and behavioral), as well as awareness of responsible work by using techniques and personal protective equipment (PPE) correctly. The health education extension project plays a crucial role in the lives of workers, providing them with essential knowledge and skills to take care of their physical and mental health. These initiatives not only improve the quality of life for workers but also have a positive impact on organizational culture, reducing absenteeism and promoting a proactive approach to health and well-being.

**Keywords:** Occupational Health. Nursing work. Health education.

## 1. INTRODUÇÃO

Historicamente, a saúde do trabalhador nem sempre foi uma prioridade das empresas, nem dos serviços de saúde, uma vez que as políticas de saúde do trabalhador eram humildes e descontinuadas. Somente a partir da Constituição Federal de 1988 foi criado um sistema de saúde nacional através do Sistema Único de Saúde (SUS) no qual se previa a execução de ações voltadas para a saúde do trabalhador (BRASIL, 1990).

Mesmo assim, não havia uma preocupação efetiva no desenvolvimento de políticas voltadas a saúde do trabalhador, sendo que efetivamente, somente em 2002, através da Portaria Nº 1.679/2002 se instituiu a Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (RENAST), na qual criou os Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) cujo objetivo é o estudo e as intervenções nas relações entre trabalho e saúde, com vistas em realizar a prevenção, a promoção e a recuperação da Saúde do Trabalhador (BRASIL, 2002).

Atualmente, as políticas de saúde do trabalhador estão amparadas pelo Decreto nº 7.602/2011 que institui a Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho (PNSST) e a Portaria nº 1.833/2012 que Instituiu a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT), sendo que seus objetivos incluem a prevenção de acidentes e doenças ocupacionais, a promoção da saúde no ambiente de trabalho, a vigilância em saúde do trabalhador, a assistência integral em caso de adoecimento relacionado ao trabalho, a educação em saúde e a participação social (BRASIL, 2012).

A PNSTT representa um marco importante ao buscar não apenas tratar, mas prevenir agravos à saúde relacionados ao trabalho. Ao focar a integralidade, participação social e educação em saúde, a política contribui para a construção de ambientes laborais mais seguros e saudáveis, promovendo não apenas a saúde individual dos trabalhadores, mas também o desenvolvimento sustentável da sociedade (BRASIL, 2012).

Entretanto, é crucial destacar que, apesar dos esforços da Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT) no Brasil, existem desafios consideráveis, especialmente no que diz respeito às ações voltadas para a saúde dos trabalhadores autônomos. Estes, muitas vezes, encontram-se em uma posição de vulnerabilidade social, carecendo de amparo social e político em sua jornada laboral. As iniciativas destinadas a esse grupo específico são escassas, deixando lacunas na proteção e promoção de sua saúde no ambiente de trabalho.

A falta de estruturas de apoio social e político para trabalhadores autônomos contribui para a perpetuação de condições laborais precárias e desfavoráveis à sua saúde. Nesse contexto, é fundamental expandir e adaptar as políticas existentes, considerando as nuances do trabalho autônomo, para assegurar que todos os trabalhadores, independentemente de sua modalidade de emprego, recebam a devida atenção em termos de prevenção, assistência e promoção da saúde. A abordagem integral da PNSTT pode ser aprimorada mediante uma maior inclusão e atenção específica aos desafios enfrentados pelos trabalhadores autônomos, visando a construção de um ambiente de trabalho mais equitativo e saudável para todos.

Já as empresas, quando muito, apenas abordam sobre o assunto “saúde do trabalhador” uma vez ao ano quando é realizada a Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho (SIPAT), que está descrita como uma obrigação na Norma Regulamentadora nº 05 (NR 5) (BRASIL, 2022).

A SIPAT é um evento realizado nas empresas com o objetivo de promover a conscientização e a prevenção de acidentes e doenças ocupacionais. Ocorre geralmente ao longo de uma semana e envolve atividades educativas, palestras, treinamentos, workshops e outras iniciativas que visam alertar os trabalhadores sobre práticas seguras no ambiente de trabalho (BRASIL, 2022).

Durante a SIPAT, temas como segurança no trabalho, uso adequado de equipamentos de proteção individual (EPIs), ergonomia, prevenção de doenças ocupacionais e promoção da saúde são abordados. A intenção é envolver os trabalhadores de forma ativa, proporcionando conhecimentos que contribuam para a criação de um ambiente laboral mais seguro e saudável. Essa semana destaca a importância da prevenção de acidentes, promovendo uma cultura organizacional voltada para a segurança e bem-estar dos funcionários (BRASIL, 2022).

Situado estrategicamente no estado de Mato Grosso, o município de Sinop emergiu como um vibrante centro econômico e educacional, desempenhando um papel crucial no cenário estadual. Seu crescimento notável ao longo das décadas é intrinsecamente ligado à sua origem como polo agropecuário na década de 1970. A expansão da agricultura e agroindústria na região impulsionou a economia local, transformando Sinop em um importante centro para a produção de grãos e produtos relacionados (TOME; ROHDEN, 2017).

A geografia favorável, aliada a investimentos em infraestrutura, logística e tecnologia, solidificou a posição de Sinop como um dos principais protagonistas no agronegócio brasileiro. No entanto, o desenvolvimento do município não se restringe apenas ao setor agropecuário. A presença marcante de instituições de ensino superior e técnico tem contribuído significativamente para a consolidação de Sinop como um centro educacional proeminente. Essa sinergia entre educação e economia proporciona não apenas uma força de trabalho qualificada, mas também estimula a diversificação econômica, fomentando setores como comércio, serviços e tecnologia (TOME; ROHDEN, 2017).

Registra-se que no referido município há um posto do CEREST regional, e que o presente projeto de extensão é um parceiro ativo do referido órgão, auxiliando nas atividades deste, principalmente na realização de Educação em Saúde nas empresas regionais.

Assim o presente projeto busca realizar um resgate histórico para os trabalhadores de Sinop e região, realizando atividades voltadas à promoção da saúde, a melhoria da qualidade de vida e a prevenção de acidentes e de danos à saúde advindos, relacionados ou que ocorram no decurso do trabalho.

O Projeto de Extensão "Saúde e Segurança no Trabalho" emerge como uma iniciativa notável no contexto local, surgindo como um vetor primordial na disseminação de conhecimentos cruciais acerca do intrincado espectro do binômio saúde-doença junto aos trabalhadores. A singularidade dessa empreitada reside na sua habilidade intrínseca de conferir relevância e pertinência às informações compartilhadas, transcendendo meramente o domínio teórico para abraçar de maneira efetiva a esfera prática e cotidiana dos trabalhadores.

A importância do Projeto de Extensão vai além de apenas fornecer informações. Ele atua como um guia para conscientizar as pessoas sobre os desafios no ambiente de trabalho. Ao promover uma compreensão sólida das relações entre o trabalho e o bem-estar físico e mental, o projeto vai além da educação comum, ele se envolve ativamente na criação de ambientes de trabalho mais seguros e saudáveis, iluminando caminhos muitas vezes difíceis de diagnosticar.

## 2. DESENVOLVIMENTO

Este projeto, que teve início em 2020, tem alcançado êxito contínuo e, notavelmente, em 2023, consolidou sua presença no cenário regional. O seu diferencial reside na capacidade de atender tanto trabalhadores formais quanto informais, desempenhando um papel crucial na preservação da saúde e segurança no ambiente de trabalho. A relevância dessa iniciativa transcendeu expectativas ao adaptar-se às necessidades específicas de uma variedade de profissionais, contribuindo de maneira significativa para a construção de ambientes laborais mais protegidos e saudáveis.

Registra-se que tal projeto vem ao encontro do que já é realizado pela disciplina de Saúde do Trabalhador, no 5º semestre do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Universitário de Sinop. Ele visa aos acadêmicos interessados no tema, proporcionando a continuidade das atividades relacionadas à saúde do trabalhador, tanto durante quanto após o término da referida disciplina.

A relação entre ensino, pesquisa e extensão, muitas vezes referida como tríplice hélice, é fundamental para o desenvolvimento sustentável e a inovação. O ensino fornece a base teórica, a pesquisa contribui para a geração de conhecimento e a extensão aplica esse conhecimento na prática, beneficiando a sociedade. No contexto do projeto, esta tríplice hélice pode ser evidente na forma como a educação em saúde é integrada à pesquisa para informar práticas baseadas em evidências, enquanto a extensão leva esses conhecimentos diretamente para a comunidade, impactando positivamente a vida das pessoas.

O projeto é formado por uma equipe de oito (08) membros encarregados da execução, composta por sete (07) acadêmicos do curso de enfermagem, que estão distribuídos entre o terceiro e o nono semestre, incluindo a bolsista. Além disso, conta com um docente coordenador que lidera o projeto. Todos os acadêmicos passam por uma capacitação antes de ingressar no projeto para a realização das atividades, as quais são conduzidas de acordo com as demandas específicas das empresas. Essa capacitação é liderada pelo docente coordenador e pela bolsista de extensão.

A execução do projeto é liderada pelo coordenador e pela bolsista de extensão, que organizam as atividades que serão desenvolvidas da seguinte forma:

- Educação em saúde - Realização de palestras educativas com os trabalhadores, podendo ser abordados diversos temas do contexto saúde, como por exemplo: Hipertensão; Diabetes, Saúde da Mulher; Saúde do Homem; Depressão; Álcool e Drogas; Infecção Sexualmente Transmissíveis (ISTs); Saúde do Trabalhador; Doenças Relacionadas com o Trabalho; Acidentes de Trabalho; Ergonomia; Higiene Ocupacional; Segurança do Trabalho; Lesão por Esforço Repetitivos (LER); Distúrbio Osteomuscular Relacionados com o Trabalho (DORT); Ginástica Laboral, entre outros;
- Consultas de Enfermagem – Realização de Consulta de Enfermagem com o oferecimento de exames como: Pressão Arterial, Glicemia Capilar, Teste de Bioimpedância, entre outros. Durante a consulta de enfermagem também são analisadas as carteiras de vacinação dos trabalhadores e realizadas orientações quanto à vacinação, se necessário, além de outras questões levantadas durante a consulta (alimentação, exercícios físicos, sono, lazer, atividade sexual, etc.).

De preferência, as atividades são desenvolvidas nos dias em que a equipe de execução do projeto não tem aula, como na sexta-feira no período vespertino, no sábado no período matutino ou de segunda a sexta-feira no período noturno. As atividades que são desenvolvidas durante os dias úteis são realizadas em uma escala de revezamento entre os acadêmicos, para que todos possam participar sem prejuízos acadêmicos. Apesar de o projeto ter uma parceria com o CEREST Regional de Sinop, ele pode ser desenvolvido em empresas privadas e em outras unidades de saúde e assistência social, sem haver uma parceria firmada entre o projeto e uma empresa específica. Dessa forma, o presente projeto visa atender ao público de trabalhadores em geral (formais e informais), não sendo necessário apresentar uma carta de anuência para sua aprovação.

Durante o ano de 2023, a equipe do projeto realizou várias ações, mostrando um forte compromisso em promover a saúde e segurança na comunidade. Uma dessas ações notáveis foi a tríade de iniciativas implementadas no Hospital Regional de Sinop.

Na primeira incursão, um enfoque meticuloso foi direcionado à "Profissionalização da Enfermagem", delineando os contornos de uma práxis mais refinada e alinhada com os preceitos contemporâneos da área. Em um segundo movimento, a campanha "Novembro Azul" desvelou-se como uma empreitada dedicada à conscientização sobre as nuances da saúde masculina, constituindo-se em um tributo à prevenção de doenças que afetam predominantemente o gênero. A terceira e não menos significativa ação versou sobre a "Exposição Ocupacional a Materiais Biológicos", ressaltando a importância crucial de salvaguardar os profissionais da saúde frente aos riscos inerentes ao manuseio de agentes biológicos.

Figura 1 - EDUCAÇÃO EM SAÚDE “NOVEMBRO AZUL” REALIZADA NO HOSPITAL REGIONAL DE SINOP, SINOP – MT, 2023



Fonte: Arquivo documental

As atividades se estenderam à SIPAT da Fazenda Aeroporto, onde temas diversos foram desdobrados, abrangendo desde a "Higiene Pessoal", "Verminoses", "Infecções Sexualmente Transmissíveis – ISTs" até as complexidades que orbitam a "Dependência Química", abarcando álcool e outras substâncias psicoativas.

Figura 2 - SIPAT FAZENDA AREOPORTO, SINOP – MT, 2023



Fonte: Arquivo documental

O Projeto também contemplou a sensível esfera das “Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs)”, uma incursão especialmente impactante realizada no Centro Socioeducativo Masculino de Sinop, com adolescentes de 14 a 18 anos de idade.

Figura 3 - AÇÃO NO CENTRO SOCIOEDUCATIVO MASCULINO, SINOP – MT, 2023



Fonte: Arquivo documental

Além disso, merece destaque a participação da bolsista de extensão na VIII Semana Acadêmica de Sinop, onde a apresentação do projeto alcançou um público mais amplo, contribuindo significativamente para sua visibilidade e reconhecimento.

Figura 4 - APRESENTAÇÃO DE TRABALHO NA VII SEMANA ACADÊMICA DA UFMT/SINOP, SINOP – MT, 2023



Fonte: Arquivo documental

Por outro lado, o projeto inicialmente enfrentou desafios na disseminação junto à comunidade. Nesse contexto, a bolsista do projeto participou da 5ª Assembleia Geral Ordinária da União das Entidades de Sinop (UNESIN), onde teve a oportunidade de apresentar a iniciativa aos empresários locais. Na ocasião, estiveram presentes 26 representantes do comércio local, resultando em contribuições valiosas para o desenvolvimento do projeto.

Figura 5 - PARTICIPAÇÃO NA 5ª ASSEMBLEIA GERAL DA UNIÃO DAS ENTIDADES DE SINOP, SINOP – MT, 2023



Fonte: Arquivo documental

A riqueza e abrangência dessas atividades atestam não apenas a versatilidade do projeto, mas também sua inestimável contribuição para a disseminação de conhecimentos, fomentando uma consciência coletiva que reverbera nos pilares fundamentais da saúde e segurança no ambiente laboral e comunitário. Este intrínseco comprometimento ilustra vividamente o papel do projeto como catalisador de transformações, nutrindo os alicerces de uma sociedade mais informada e resiliente.

### 3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

No início do projeto, enfrentou-se considerável desafio na divulgação junto à comunidade, dada a sua incipiência e, conseqüentemente, a limitada notoriedade entre as empresas locais. Para superar essa barreira inicial, a equipe do projeto empreendeu esforços notáveis na promoção e esclarecimento junto à comunidade sinopense. Nesse contexto, a bolsista do projeto desempenhou papel proeminente ao participar da 5ª Assembleia Geral Ordinária da União das Entidades de Sinop (UNESIN), onde teve a oportunidade de apresentar o projeto aos empresários locais.

Neste contexto, é inegável a contribuição significativa da bolsista para a execução do Projeto, visto que a bolsa serve como um incentivo à permanência e à dedicação da bolsista, e contribui para o

desenvolvimento acadêmico e para a consolidação de uma cultura laboral, laços de responsabilidades e dedicação, pautada pela prevenção, zelo e respeito ao ser humano em sua plenitude. Ao impulsionar a dedicação dos acadêmicos, estes se transformam em agentes transformadores capazes de impactar não apenas as trajetórias individuais, mas, por extensão, o panorama coletivo de saúde e segurança no seio da comunidade laboral local.

Os esforços dedicados geraram resultados promissores, evidenciando-se de maneira favorável e despertando um interesse significativo por parte da comunidade. Essa resposta expressiva ressalta a relevância e o impacto positivo do trabalho realizado, indicando que as ações implementadas atenderam às necessidades e expectativas do público. Contudo, a elevada procura pelo projeto no final do ano (novembro e dezembro), impôs desafios operacionais, ocasionando a inviabilidade de realização de algumas ações devido à limitação de disponibilidade da equipe de execução.

Considerando a significativa importância do Projeto, é crucial ressaltar a necessidade de sua continuidade nos próximos anos. Essa medida se torna essencial para solidificar as parcerias já estabelecidas ao longo de 2023, além de abrir caminho para novas colaborações que possam ser exploradas nas próximas etapas do projeto. A continuidade não apenas fortalecerá os laços já existentes, mas também permitirá que o projeto amplie seu impacto, estendendo sua influência positiva para além do que foi alcançado até o momento. Essa abordagem de longo prazo contribuirá para a sustentabilidade e a eficácia contínua das iniciativas voltadas à saúde e segurança do trabalhador.

É importante destacar como o Projeto de Extensão "Saúde e Segurança do Trabalhador" desempenha um papel significativo ao realizar atividades de educação em saúde. Essas ações não só enriquecem academicamente os participantes, mas também promovem uma mudança positiva na comunidade. Esse exemplo claro destaca a importância contínua desses projetos, trazendo benefícios para a academia, a comunidade e a instituição de maneira geral.

#### 4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, Ministério da Saúde. Portaria Nº 1.823 de 23 de agosto de 2012 - Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Disponível em: <[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823\\_23\\_08\\_2012.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823_23_08_2012.html)> Acesso em: 11 jan. 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde. Portaria GM Nº 1679 de 19 de setembro de 2002 - Dispõe sobre a estruturação da rede nacional de atenção integral à saúde do trabalhador no SUS e dá outras providências. Disponível em: <[https://ftp.medicina.ufmg.br/osat/legislacao/Portaria\\_1679\\_12092014.pdf](https://ftp.medicina.ufmg.br/osat/legislacao/Portaria_1679_12092014.pdf)>. Acesso em: 13 jan. 2024.

BRASIL, Ministério de Estado do Trabalho e Previdência. Portaria MTP Nº 4219 de 20 de dezembro de 2022 - NR 05 - COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES. Disponível em: <<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/aceso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-05-atualizada-2022.pdf>>. Acesso em: 11 jan. 2024.

BRASIL, Presidência da República. Lei Nº 8.080, de 19 de setembro de 1990 – Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18080.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18080.htm)> Acesso em: 11 jan. 2024.

TOME, C.L.; ROHDEN, J. B. O DISCURSO DO PROGRESSO E A EDUCAÇÃO NA HISTÓRIA DE SINOP - MATO GROSSO: “COMO É BOM ALARGAR FRONTEIRAS DE NOSSA PÁTRIA!”. *Hist. Educ.* (Online), v. 21, n. 52, p. 312 – 334, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2236-3459/67292>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/heduc/a/CgHw8yxDNJLJKJN7xNr6K6zp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 dez. 2023.