



Serviço Público Federal  
Ministério da Educação  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

# PROJETO PROMOÇÃO À SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DOS SERVIDORES DA REITORIA

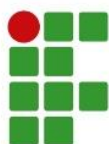
Atualização 2021

# Viver Bem!

[www.progep.ifpa.edu.br](http://www.progep.ifpa.edu.br)



BELÉM - PARÁ - 2021



**INSTITUTO FEDERAL**  
Pará

REDES SOCIAIS



IfpaOficial



ifpaoficial



IFPA Oficial



## SUMÁRIO

|      |                                |   |
|------|--------------------------------|---|
| 1.   | IDENTIFICAÇÃO .....            | 1 |
| 2.   | APRESENTAÇÃO.....              | 1 |
| 3.   | JUSTIFICATIVA.....             | 3 |
| 4.   | OBJETIVOS.....                 | 3 |
| 4.1. | Geral.....                     | 3 |
| 4.2. | Específicos.....               | 3 |
| 5.   | METODOLOGIA .....              | 4 |
| 5.1  | Público-alvo.....              | 4 |
| 5.2. | Local .....                    | 5 |
| 6.   | META.....                      | 5 |
| 7.   | RECURSOS.....                  | 5 |
| 8.   | ORÇAMENTO.....                 | 5 |
| 9.   | MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO..... | 5 |
| 10.  | REFERÊNCIAS.....               | 6 |
| 11.  | APÊNDICE.....                  | 7 |



## 1. IDENTIFICAÇÃO

**Local:** Reitoria (IFPA)

**Coordenador do projeto:** Keila Vargas

**Equipe Responsável:** Andréa Joventino Franco, Claudia Canto de Souza Leão, João Batista Santos Carvalho, Keila Vargas, Paula Affonso de Oliveira, Tania Maria Gonçalves Franca, Terezinha do Socorro da Silva Lima, Thatiane Amaral Cabral, Tuani Souza Ladeira, Camilo Ferreira Ramos, Elizama Azevedo da Fonseca.

**Data da elaboração:** maio/2021

**Duração do projeto** ano de 2021

## 2. APRESENTAÇÃO

No contexto atual da pandemia a saúde do servidor tem sido cada vez mais discutida em todos os eixos de atenção, nos diferentes ciclos de vida, na integração dentro do ambiente do trabalho e no envolvimento da família. Vários são os fatores que podem influenciar no surgimento de condições de saúde que interferem na vivência, no relacionamento interpessoal e na produtividade laboral do servidor.

A Portaria Normativa nº 03 de 25 de março de 2013 instituiu as diretrizes gerais de promoção da saúde do servidor público federal, para serem adotadas como referência nas ações a serem desenvolvidas. Destina-se a subsidiar projetos de promoção da saúde e de qualidade de vida no trabalho, a serem implantadas de forma descentralizadas, priorizando ações voltadas à educação em saúde, à prevenção dos riscos, agravos e danos à saúde do servidor.

Ainda, a portaria reforça a necessidade de se conhecer o perfil epidemiológico dos servidores e o resultado das avaliações das condições de segurança e dos processos de trabalho, dados que estarão apontando as vulnerabilidades e norteando o planejamento das ações de intervenção.

O Decreto nº 6.833, de 29 de abril de 2009, instituiu o Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor – SIASS, que tem como objetivo coordenar e integrar ações e programas nas áreas de assistência, inspeção médica, promoção e vigilância à saúde dos servidores federais. Estas ações são fundamentadas em gestão com base em informação epidemiológica, em inter-relação entre os eixos, trabalho em equipe multidisciplinar e avaliação dos locais de trabalho, considerando os ambientes e as relações de trabalho, constituindo outro paradigma da relação saúde e trabalho no serviço público.

As iniciativas do SIASS, na área pericial, visam à uniformização de procedimentos, a transparência dos critérios técnicos, a agilização administrativa, a humanização no atendimento, a



racionalidade de recursos, o apoio multiprofissional e relações com as áreas da assistência e da promoção à saúde. Uma perícia compromissada com o retorno ao trabalho, preservada pelos preceitos éticos da relação entre o perito e o periciado. Além de ações de promoção, prevenção e acompanhamento da saúde com o objetivo de intervir no processo de adoecimento do servidor, tanto no aspecto individual quanto nas relações coletivas no ambiente de trabalho.

A constante modificação de rotinas, sobrecargas de trabalho, hábitos não saudáveis, stress, entre outras condições, têm influenciado significativamente na saúde do servidor, e diversas patologias têm somado para os afastamentos e dificuldades de adaptação ao trabalho. A saúde integral e a política organizacional no trabalho são eixos vulneráveis que necessitam de atenção.

De acordo com a Norma Operacional de Saúde do Servido (NOSS) entende-se que a promoção à saúde do servidor “é o conjunto de ações dirigidas à saúde do servidor, por meio de ampliação de conhecimento de relação saúde-doença e trabalho. E prevenção é a disposição prévia dos meios e conhecimentos necessários para evitar danos e agravos à saúde do servidor, em decorrência do ambiente, dos processos de trabalho e dos hábitos de vida. ”

Equipe multiprofissional é composta por profissionais de diferentes formações e especialidades para atuar no âmbito da vigilância e promoção de saúde agregando esforços para analisar e intervir nas questões de saúde, sob diferentes ângulos de dimensão biopsicossocial. (NOSS, 2010)

Diferentes fatores influenciam na qualidade de vida, e para manter o equilíbrio, é preciso estar em harmonia com os fatores **financeiro, sexual, saúde mental, física, espiritual, social e familiar**, não havendo o meio-termo nas necessidades, poderá levar ao adoecimento biopsicossocial.

Conforme definido no Decreto nº 6.833/2009, entende-se como: assistência à saúde: ações que visem a prevenção, a detecção precoce e o tratamento de doenças e, ainda, a reabilitação da saúde do servidor, compreendendo as diversas áreas de atuação relacionadas à atenção à saúde do servidor público civil federal e à promoção, prevenção e acompanhamento da saúde com ações que visam intervir no processo de adoecimento do servidor, tanto no aspecto individual quanto às relações coletivas.

O Departamento de Saúde e Qualidade de Vida dos servidores do IFPA - DSQV, vinculado a Pró-reitoria de Desenvolvimento e Gestão de Pessoas- PROGEP, tem como finalidade atender a Política de Atenção à Saúde do Servidor Público Federal, no âmbito do Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor – SIASS, que tem como um dos seus fundamentos a promoção e prevenção à saúde de seus servidores.



Desta forma, suas ações estão pautadas no planejamento e desenvolvimento de projetos e ações que contribuam para a qualidade de vida do servidor (a) e dos seus familiares. De forma objetiva, essas ações serão voltadas não apenas para o bem-estar físico, mas também, aos aspectos emocionais dos servidores e da clientela no ambiente organizacional, esperando melhorar, assim, a projeção social da IFPA, no tocante aos cuidados dispensados à saúde dos servidores.

### **3. JUSTIFICATIVA**

A promoção à saúde representa uma estratégia promissora para o enfrentamento dos múltiplos problemas de saúde, considera-se uma necessidade constante para minimizar o absenteísmo e o sedentarismo, além de fortalecer a autoestima, a dignidade e auto realização.

São inúmeras as patologias que vem acometendo os servidores ao longo dos anos, e por esse motivo eles precisam se afastar de suas atividades laborais, comprometendo sua vida pessoal, social e familiar.

Por isso, é fundamental reconhecer a realidade situacional referente à atenção à saúde do servidor e propor ações frente a essa realidade, portanto, pretende-se com essas ações manter os servidores informados a respeito de diferentes temas inerentes a prevenção de doença e promoção à saúde, e com isso consequentemente melhorar a qualidade de vida do servidor e resgatar a motivação de todos os envolvidos, já que o servidor também necessita ser incluído na promoção de sua saúde e do seu ambiente organizacional, conforme previsto desde 1976 pela famosa Carta de Ottawa (relatório final da I Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde).

### **4. OBJETIVOS**

#### **4.1. Geral**

Desenvolver na Reitoria do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Estado do Pará, ações para promoção da saúde e qualidade de vida dos servidores contemplando abordagens que possam influenciar ou modificar os hábitos e prevenir agravos.

#### **4.2. Específicos**

- Sensibilizar os servidores a participarem das programações motivando-os ao autocuidado;
- Estimular o estilo de vida saudável e a qualidade de vida dos servidores no trabalho e fora dele visando melhorar suas condições de saúde;
- Construir estratégias de promoção a saúde de acordo com o perfil de cada grupo de servidores e ciclo de vida;



- Diagnosticar condições de saúde precocemente;
- Incentivar a pesquisa na área de promoção à saúde e qualidade de vida;
- Valorização do servidor por meio do acolhimento humanizado
- Promover o bem-estar, reduzir o absenteísmo, procrastinação e presenteísmo.

## 5. METODOLOGIA

Trata-se de um projeto que terá delineamento longitudinal ao longo do ano, e será aplicado na Reitoria do IFPA.

Na fundamentação teórica realizamos uma pesquisa bibliográfica na modalidade de revisão de literatura, em especial baseado nos cadernos de Atenção básica, manuais do ministério da saúde, e Norma Operacional de Saúde do Servidor - NOSS e Política de Atenção Saúde e Segurança do Trabalho do Servidor- PASS que nos auxiliaram na construção.

As diretrizes presentes na portaria normativa nº 03 de maio de 2013, nos direcionam para elaborar o projeto de promoção da saúde do servidor público federal. Para a realização das ações iremos utilizar o método do Planejamento Estratégico Situacional, utilizando estratégias de acordo com a temática a ser abordada, podendo ser utilizado o método de roda de conversa, palestras educativas, psicodramas, uso de material informativo, atividades laborais, atividades lúdicas e grupos terapêuticos.

O envolvimento dos servidores será feito através do portal de notícias do IFPA para divulgação das ações de promoção à saúde e qualidade de vida do servidor, sendo atualizado a cada nova programação e temática do mês, na qual a equipe multiprofissional estará elaborando e informando aos servidores.

É fundamental sugerir a liberação dos profissionais para a participação nos eventos de promoção à saúde, após estabelecer horários (melhores horários para atingir o maior número de servidores possível) para as ações, não excedendo o horário programado .

Obs.: As datas e horários serão programados com antecedência para melhor execução das ações e considerando as condições de cada setor e parceiros, podendo a estratégia de execução ser reorganizada de acordo com a necessidade do momento considerando principalmente o cenário da pandemia de COVID-19.

### 5.1 Público-alvo

As programações poderão abranger todos os servidores e colaboradores da Reitoria.



## 5.2. Local

O presente projeto será realizado na Reitoria/ Belém /Pa. Av. João Paulo II nº 514, entre rua Mariano e pass. Coração de Jesus, Castanheira. CEP: 66.645-240.

## 6. META

Espera-se alcançar a participação mínima de 33% dos servidores da Reitoria, considerando a experiência prévia de atividades relacionadas.

## 7. RECURSOS

Em virtude de não haver recurso financeiro específico para as ações de promoção à saúde na Reitoria, o recurso utilizado será de parcerias institucionais públicas e privadas. Espera-se que por meio da chamada pública divulgada em janeiro de 2020 empresas ainda possam se inscrever e colaborar nas ações.

## 8. ORÇAMENTO

Orçamento não previsto em decorrência de não haver disponibilização de recurso.

## 9. MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

O projeto será monitorado durante todo o período de execução, podendo ser alterado as estratégias das ações de acordo com as condições apresentadas no decorrer do mesmo. Será feito reuniões prévias as ações do mês para programação, e após para avaliação.

O monitoramento e a avaliação das ações serão realizados por meio dos seguintes indicadores:

- % de Participação de todos os servidores nos eventos;
- Nº de ações relacionadas à saúde do servidor programadas;
- Nº de ações de promoção à saúde do servidor realizadas;

A mensuração dos indicadores será realizada por meio de Lista de frequência.



## 10. REFERÊNCIAS

BRASIL. CONLEGIS. Portaria Normativa Nº 3 de 07 de maio de 2010. **Norma Operacional de Saúde do Servidor-NOSS**. Disponível em:

<https://conlegis.planejamento.gov.br/conlegis/legislacao/atoNormativoDetalhesPub.htm?id=7771>.

Acesso em 03/12/2018.

\_\_\_\_\_. CONLEGIS. Portaria Normativa Nº 3, de março de 2013. **Diretrizes gerais de promoção da saúde do servidor público federal**. Disponível em:

<https://conlegis.planejamento.gov.br/conlegis/legislacao/atoNormativoDetalhesPub.htm?id=9279>.

Acesso em 03/12/2018.

\_\_\_\_\_. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. DECRETO nº 6.833, de 29 de Abril de 2009. **Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do servidor público federal-SIASS**.

Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2007-2010/2009/Decreto/D6833.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2007-2010/2009/Decreto/D6833.htm).

Acesso em 03/12/2018.

SIASS. Manual de perícia oficial em saúde do servidor público federal. 2017



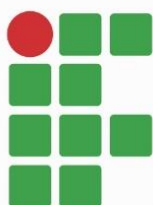
## 11. APÊNDICE

### PLANO DE AÇÃO

| MÊS               | AÇÕES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| JANEIRO<br>BRANCO | Mês de conscientização e prevenção da Saúde Mental.<br>Boletim informativo de janeiro: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, retrospectiva das ações do DSQV no ano de 2020.<br>Aplicação do questionário de pesquisa de clima organizacional.                                                                                                                                                                                                          |
| FEVEREIRO         | Boletim informativo de fevereiro: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês.<br>Testagem para COVID-19.<br>Teste de Glicemia capilar<br>Aplicação do questionário de pesquisa de clima organizacional.                                                                                                                                                                                                                           |
| MARÇO<br>LILÁS    | Boletim informativo de março: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês.<br>Mês de combate ao câncer do colo do útero: Live sobre câncer de colo de útero. Transmissão pelo Youtube oficial.<br>Análise dos resultados da pesquisa de clima organizacional                                                                                                                                                                       |
| ABRIL<br>VERDE    | Boletim informativo de abril: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês.<br>Testagem para COVID-19<br>Mês da Prevenção e Acidente do Trabalho/ Dia Mundial da saúde<br>Análise dos resultados da pesquisa de clima organizacional                                                                                                                                                                                                |
| MAIO              | Dia das mães: homenagem da PROGEP nos e-mails dos servidores<br>Boletim informativo de maio: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas.<br>Divulgação dos resultados da pesquisa de clima organizacional.<br>Campanha da semana da enfermagem- Enviar aos e-mails sobre diabetes e hipertensão.                                                                                                             |
| JUNHO<br>VERMELHO | Boletim informativo de junho: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas.<br>Mês de incentivo à Doação de sangue: Realizar campanha de doação de sangue na Reitoria em parceria com o Hemopa e mobilizar todos os campi para uma campanha a realizarem no campus.<br>Lanche junino nos setores no dia da ação de doação de sangue, melhor caracterização do setor ganhará prêmio.<br>Testagem para COVID-19; |



| MÊS                 | AÇÕES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| JULHO               | Boletim informativo de julho: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas.<br>Mês de Luta Contra as Hepatites Virais: divulgação de informações;<br>Início do projeto de exercício laboral em parceria com a Qualicorp.                                                                                                                                                                                                                                       |
| AGOSTO              | Boletim informativo de agosto: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas.<br>Dia dos Pais-Homenagem aos pais da Reitoria (rede social)<br>Testagem para COVID-19;<br>Ação sobre relacionamento interpessoal- (live com representante da corregedoria/IFPA e convidado);<br>Ação sobre saúde mental, principais sintomas relatados na pesquisa de clima;                                                                                                     |
| SETEMBRO<br>AMARELO | Boletim informativo de setembro: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas.<br>Mês de prevenção ao suicídio: Ações voltadas com a temática, em parceria com o grupo socioemocional do IFPA e CVV.                                                                                                                                                                                                                                                           |
| OUTUBRO<br>ROSA     | Boletim informativo de outubro: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas.<br>Campanha de prevenção ao câncer de mama: divulgação da temática nas redes sociais e site do IFPA.<br>Testagem para COVID-19;<br>Dia do Servidor: Banda de música de servidores da Reitoria para recepcionar os servidores;<br>Caminhada no Utinga;<br>Pesquisa de uma instituição para doação de alimentos, construção de material de divulgação para a campanha com a ASCOM. |
| NOVEMBRO<br>AZUL    | Boletim informativo de novembro: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP.<br>Campanha de prevenção ao câncer de próstata de divulgação da temática nas redes sociais e site;<br>Lançamento da campanha solidária.                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| DEZEMBRO            | Boletim informativo de novembro: Dica de saúde, dica cultural, Informações da CISSP, ações desenvolvidas no mês, datas comemorativas;<br>Confraternização fim de ano: campanha de doação de alimentos em todos os campi do IFPA (parceria com as ASCOMs);<br>Construir o questionário da pesquisa de clima e qualidade de vida para aplicação em janeiro de 2022.<br>Testagem para COVID-19;                                                                                                                          |



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Pará

Pró-Reitoria de  
Desenvolvimento e  
Gestão de Pessoas

[www.progep.ifpa.edu.br](http://www.progep.ifpa.edu.br)



**BELÉM - PARÁ - 2021**

REDES SOCIAIS



IfpaOficial



ifpaoficial



IFPA Oficial