

RELATO DE EXPERIENCIA

Ginástica Laboral_Enfrentando o câncer infantil no trabalho.

Tamara Mitchell Ribeiro da Silva

Resumo

É um relato da experiência da utilização de ginástica laboral realizada pela equipe de Enfermagem em um serviço público de referência no tratamento de câncer no Rio de Janeiro. Os exercícios de relaxamento usados antes do início da jornada diária foi retirado de uma cartilha distribuída durante uma jornada de Fisioterapia, intitulada BEM ESTAR, nos mostram a importância da atenção ao cuidador, devido ao estresse vivenciado pela a equipe durante o cuidado da criança com câncer e seus familiares. O hospital como empresa, deve visar a humanização e bem estar do seu corpo de cuidadores para melhor atender a seu cliente externo. Com o objetivo de prevenção de agravos a saúde do trabalhador, favorecendo um ambiente saudável, a liderança visa diminuir o absenteísmo, o afastamento por licenças do trabalhador. Esta experiência demonstra o baixo custo da implantação da ginástica laboral em comparação com outras atividades usadas para relaxar a equipe. A idéia da implantação desta atividade visa a multiplicação deste projeto a todas os setores do hospital, como instrumento favorável a melhoria da qualidade de vida do trabalhador.

Palavras chaves: Ginástica Laboral. Jornada. Bem Estar.

Enfermeira especialista em Enfermagem Hospitalar. Enfermeira líder do Serviço de Hematologia do Instituto Nacional do Câncer. Aluna especial da Escola de Enfermagem Anna Nery no Núcleo de Saúde do Trabalhador.