

---

## Identificação

<b>Estado</b>	<b>Município</b>	<b>Etapa de Inscrição</b>	<b>Status</b>
Rio Grande do Norte	Major Sales	1	Concluída

---

## Título

PROJETO CUIDAR-TE: A ARTE DE CUIDAR E SER CUIDADO.

---

## Gestor(a)

<b>Nome</b>	<b>Email</b>
ANGELA WILMA ROCHA	angela_wilma@hotmail.com

---

## Autor(a) principal

<b>Nome</b>	<b>Cpf</b>
ANGELA WILMA ROCHA	032.747.604-47
<b>Email</b>	<b>Telefone</b>
angela_wilma@hotmail.com	(84) 9812-11019

## Endereço

RUA NILZA FERNANDES, 640 CENTRO ADMINISTRATIVO CENTRO Major Sales - Rio Grande do Norte CEP: 59.945-000

---

## Responsável pela apresentação do trabalho

<b>Nome</b>	<b>CPF</b>
ANGELA WILMA ROCHA	032.747.604-47

---

## Coautores(as)

---

### Nome

**Coautor(a) 01:** ANA CELIA VIEIRA LEITE CAMPOS

---

## Descrição da experiência - resumo do projeto

---

### Apresentação/Introdução:

O Projeto cuidAR-TE: a arte de cuidar e ser cuidado traz na sua essência a valorização do trabalhador de saúde, de ofertar atividades e ações direcionadas a esse público que diariamente no seu ambiente de trabalho estão expostos a cuidados intensos, acompanhamento, adoecimento e sofrimento, sendo submetidos a grandes cargas emocionais diante da profissão, bem como diante do outro que precisa de cuidados e atenção.

O cuidAR-TE é um projeto interventivo que irá contribuir para o bem-estar e qualidade de vida dos profissionais, abordando temáticas como: saúde mental, saúde física, motivação, auto-estima e o fortalecimento do trabalho em equipe favorecendo a melhoria da saúde do trabalhador de saúde do município de Major Sales/RN.

### Objetivos

- Proporcionar aos trabalhadores de saúde do município de Major Sales/RN a oportunidade do cuidado e a reflexão e que devemos cuidar daqueles que cuidam de nós;
- Realizar atividades de educação permanente, voltadas para o bem-estar físico e mental dos trabalhadores de saúde, contribuindo com a integração das equipes, fortalecimento de vínculos, estímulos da comunicação no ambiente de trabalho.

### Metodologia

O projeto cuidAR-TE: a arte de cuidar e ser cuidado foi elaborado mediante a necessidade apresentada pelos nossos trabalhadores de saúde, diante da rotina a que todos estão expostos no ambiente de trabalho. A importância de cuidar daqueles que tão bem cuida de nossos usuários é fundamental para o bom andamento do processo de trabalho em saúde. Assim, elaboramos esse projeto com caráter permanente, composto de diversas atividades, sempre ouvindo as necessidades e demandas dos nossos trabalhadores, também se configura como atividade de educação permanente.

A metodologia adotada no projeto inclui a realização da Semana de Saúde do Trabalhador de

Saúde, contemplando todos os pontos da gestão da saúde (Atenção Primária à Saúde, Vigilância em Saúde e profissionais que atuam no Hospital Municipal). Oferta de serviços como: avaliação odontológica, avaliação física e nutricional, ginástica laboral, ventosaterapia, massoterapia, exames laboratoriais, avaliação fonoaudiológica, testagens rápidas, atualização do calendário vacinal, escuta psicológica, exames de visão, prevenção do câncer de colo do útero e da mama, saúde do homem com realização de PSA, cuidados estéticos, encontros, rodas de conversa, gincanas interativas, cursos e workshops.

Os trabalhadores de saúde motivados no ambiente de trabalho irá melhorar consideravelmente a atenção à saúde dos nossos usuários, ofertando um cuidado eficiente e humanizado.

## **Resultados**

- Cuidado com a saúde dos trabalhadores de saúde realizadas continuamente;
- Saúde física e mental preservada;
- Trabalhadores de saúde motivados e com a auto-estima elevada;
- Melhora a qualidade do serviço;
- Desenvolve a empatia profissional x usuário / profissional x profissional / profissional x gestão;
- Valorização dos trabalhadores de saúde;
- Redução de riscos de doenças entre os trabalhadores;
- Fortalecimentos dos vínculos afetivos no ambiente de trabalho.

## **Conclusões**

A importância de se reservar um tempo para o cuidado da saúde dos nossos trabalhadores de saúde é fundamental no processo de trabalho. Como cuidar do outro, se não cuidarmos também dos nossos trabalhadores ? O projeto cuidAR-TE nos traz essa reflexão, de que é preciso cuidar e cuidar bem daqueles que estão no dia a dia, nas angústias, nas aflições, prontos para atender aqueles que procuram os serviços de saúde em busca do cuidado e confiam plenamente suas vidas nesses trabalhadores de saúde.

Portanto, abordar a qualidade de vida dos trabalhadores de saúde de Major Sales/RN é mais que um benefício para a gestão, é na verdade uma necessidade emergente para que nossos

colaboradores possam desempenhar suas funções com eficácia e amor.

## **Palavras-Chave**

- cuidar
- trabalhador de saúde
- bem-estar

## Imagens



**UNIDOS PARA RESOLVER OS  
PROBLEMAS. PROFISSIONAIS DE  
SAUDE PARTICIPAM DE AÇÕES DE  
INTERAÇÃO NO TRABALHO.**



**A CONFIANÇA EM SEU COLEGA FACILITA O  
ÊXITO NAS ATIVIDADES NO AMBIENTE DE  
TRABALHO.**

