



São Paulo,  
27 a 30 de outubro de 2015

**67º CBEn**<sup>®</sup>  
CONGRESSO BRASILEIRO DE ENFERMAGEM  
**4º CLAHEEn**  
COLÓQUIO LATINOAMERICANO DE HISTÓRIA  
DA ENFERMAGEM



Para onde Caminha a Enfermagem Brasileira?

ISSN: 2319-0086

# ANAIS



São Paulo,  
27 a 30 de outubro de 2015

**67º CBEn**  
CONGRESSO BRASILEIRO DE ENFERMAGEM  
**4º CLAHEEn**  
COLÓQUIO LATINOAMERICANO DE HISTÓRIA  
DA ENFERMAGEM



## Para onde Caminha a Enfermagem Brasileira?

ISSN: 2319-0086

### **OFICINAS EDUCATIVAS PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE DOS TRABALHADORES ENFERMAGEM**

FABIO JOSÉ DA SILVA<sup>1</sup>; ANA PAULA PELEGRINI RATIER<sup>1</sup>; VANDA ELISA ANDRES FELLI<sup>2</sup>; ANNA CLÁUDIA MAURICIO TELLES<sup>1</sup>; MARIA FERNANDA MOLLA JUKEMURA<sup>1</sup>; PATRICIA CAMPOS PAVAN BAPTISTA<sup>2</sup>

*1.HU-USP, SAO PAULO, SP, BRASIL; 2.EEUSP, SAO PAULO, SP, BRASIL.*

**Introdução** - Os trabalhadores de enfermagem, muitas vezes, adotam posturas inadequadas durante o cuidado dos pacientes, o que os expõem às cargas fisiológicas e geram distúrbios musculoesqueléticos. Para evitá-los é importante o condicionamento físico e a postura correta na execução das atividades. **Objetivos** - Apresentar a experiência de duas oficinas de educação em saúde para todas as categorias de trabalhadores de Enfermagem de um Hospital Universitário. **Experiência** - As duas oficinas integraram um evento para promoção da saúde dos trabalhadores de enfermagem de um hospital universitário, no mês de maio de 2015. Coordenaram as oficinas um enfermeiro e uma terapeuta ocupacional, que utilizaram como apoio materiais didáticos. A primeira delas versou sobre conceitos de ergonomia e orientou sobre as posturas e movimentos a serem adotados durante as atividades laborais. A segunda versou sobre a importância do condicionamento físico, orientando modelos de atividades: aeróbia, anaeróbia, alongamento e relaxamento. **Conclusões** - A avaliação das oficinas evidenciou que os trabalhadores demonstraram-se sensibilizados quanto à necessidade da adoção de estratégias de autocuidado, também observada pelos coordenadores. **Implicações para a Enfermagem** - A estratégia mostrou-se relevante para a promoção da saúde e melhoria na qualidade de vida no trabalho.