

PROGRAMA DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NO AMBIENTE DA EMPRESA

CENÁRIO: Empresa Multinacional de Refinaria da área de abastecimento conta com 1000 funcionários e 2000 contratados, localizada na cidade de São José dos Campos, próximo a Via Dutra. Os colaboradores estão divididos em 4 turnos de trabalho

Fatores de risco	%
Hipertensão Arterial	23,7,
Colesterol elevado	46,1
Triglicérides	34,1
Sobrepeso	48,5
Obesidade	20

Há uma predominância de funcionários do sexo masculino e com uma média de idade de 45 anos. No exame periódico de saúde foi detectado que 60% realizam alguma atividade física, porém a questão não foi bem formulada e provavelmente esteja super estimando este resultado. A equipe de saúde é formada por uma assistente social, uma enfermeira, quatro médico e em breve a empresa irá contratar: Um profissional de educação física, um psicólogo e um nutricionista por um período de três anos.

- Turno Manhã: Horário 7h às 15h
- Turno Tarde: Horário 15h às 23h
- Turno Noite: Horário 23h às 7h
- Adm: 7h30 às 16h30 seg a sexta

A empresa motivada pelo programa de promoção da atividade física organizado pela gerência de Segurança, Meio Ambiente e Saúde (SMS) implementou algumas ações e reforçou outras já existentes:

- 1- Ginástica laboral em funcionamento desde 1999;
- 2- Reembolso de R\$ 90,00 para atividades realizadas em academias da cidade;
- 3- Construção de uma pista de 1200 m em um bosque dentro da empresa, inaugurada em fevereiro de 2007. Não há iluminação.
- 4- Distribuição de pedômetros para todos os funcionários;
- 5- Clube recreativo;

Além destas atividades permanentes a empresa tem incluído o tema atividade física na SIPAT (Semana Interna de Prevenção de Acidentes), geralmente uma palestra ou distribuição de material informativo.

Estão desenvolvendo um software sobre alimentação onde os colaboradores interagem ao responder algumas perguntas e recebem orientações em função de suas respostas.

PROBLEMA: Mesmo com estas ações os colaboradores apresentam baixa adesão à atividade física. A prevalência dos fatores de risco tem aumentado nos últimos cinco anos, bem como os custos de saúde e afastamento por problemas de saúde.

SOLICITAÇÃO: Implementar um programa de promoção da atividade física em um período de dois anos que aumente o nível de atividade física, diminua a prevalência dos fatores de risco para as doenças cardiovasculares.