



## O USO DA ACUPUNTURA PARA MINIMIZAR OS IMPACTOS DO TRABALHO NA SAÚDE

*Alcy Aparecida Leite Souza<sup>1</sup>, Sheila Karina Lüders Meza<sup>2</sup>, Dohane Cristina Pereira Sdebski<sup>3</sup>, Fabieli Borges<sup>4</sup>.*

**RESUMO:** Na Assembleia de Alma Ata (1974), se propôs a inclusão das naturopatias como forma de resolver os problemas de saúde com eficiência e eficácia. Estas práticas têm se espalhado de maneira rápida e têm apresentado resultados satisfatórios no auxílio ao trabalhador para manter sua integridade física e mental. A Saúde do Trabalhador passa a ter nova definição e novo delineamento institucional a partir da Constituição Federal de 1988. No Sistema Único de Saúde a saúde do trabalhador passa a ser competência própria da saúde, na qual a Medicina Tradicional Chinesa deve estar inserida compondo o elenco das terapias preconizadas pela Organização Mundial da Saúde. Esta pesquisa é aplicada e qualiquantitativa tendo como objetivo investigar os problemas de saúde dos servidores que utilizam o ambulatório de Naturopatia implantado na Universidade Estadual do Oeste do Paraná. Dos quarenta e dois atendimentos realizados com servidores que procuraram o atendimento e/ou foram encaminhados pelas respectivas chefias, vinte e dois trabalhadores relataram sentir dores musculoesqueléticas, onze afirmaram ter stress/insônia e nove disseram apresentar sinais de ansiedade. Optou-se por minimizar tais desconfortos por meio da acupuntura realizada por profissionais ligados à universidade e voluntários da comunidade que colaboraram no projeto. Este trabalho ainda está em andamento, entretanto através da evolução identificada nos prontuários percebe-se que as queixas têm diminuído sistematicamente, e que também tem aumentado a procura por este tipo de terapia. Sendo assim, conclui-se que a assistência tem melhorado de forma significativa a qualidade de vida dos servidores da instituição estudada.

**PALAVRAS-CHAVE:** Acupuntura; Naturopatia; Saúde do Trabalhador; Terapia Complementar.

### 1 INTRODUÇÃO

Em 1962, durante a Primeira Conferência Internacional sobre Atendimento Primário em Saúde, a OMS já alertava os países do chamado “terceiro mundo” sobre a necessidade de se resgatar cientificamente e socialmente as terapias tradicionais de países e povos para atender mais da metade da população do mundo que não tinham sequer acesso aos procedimentos básicos de saúde. Com as modificações decorrentes do

<sup>1</sup> Professora Mestre, Enfermeira, Docente do Curso de Enfermagem da Unioeste – campus de Cascavel/PR. [alcyza@gmail.com](mailto:alcyza@gmail.com)

<sup>2</sup> Professora Especialista, Farmacêutica e Acupunturista, Docente do Curso de Farmácia da Unioeste – campus de Cascavel/PR. [sheilameza@gmail.com](mailto:sheilameza@gmail.com)

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Enfermagem da Unioeste – Campus de Cascavel/PR. [dohane@hotmail.com](mailto:dohane@hotmail.com)

<sup>4</sup> Acadêmica do Curso de Enfermagem da Unioeste – Campus de Cascavel/PR. Bolsista do Projeto Re-Vivendo a Saúde, os benefícios da naturopatia. [bely.borges@hotmail.com](mailto:bely.borges@hotmail.com)

mundo do trabalho e das condições de saúde nos países em desenvolvimento desde Alma Ata em 1974, foi proposta e assimilado pelo Ministério da Saúde, a inclusão das naturopatias como forma de resolver os problemas de saúde com eficiência e eficácia, estas práticas tem se espalhado de maneira rápida e na grande maioria apresentando resultados satisfatórios no auxílio ao trabalhador para manter sua integridade física e mental dentro da sua respectiva instituição de trabalho.

Em 16 de abril de 2000, a Organização Mundial da Saúde – OMS – em Genebra, reporta-se à necessidade de se criar estratégias mundiais no sentido de ajudar países a regulamentar as terapias não alopáticas. Em seu documento a "Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005" ressaltam-se os métodos de eficácia comprovada quando empregados de forma adequada, dentre os quais a homeopatia, a acupuntura, a hipnose, técnicas de relaxamento como yoga, tai-chi, assim como, medicamentos à base de plantas, minerais ou animais. Não é a primeira vez que esse órgão máximo de promoção mundial de saúde se pronuncia a respeito.

A partir da Constituição Federal de 1988, com a implantação do Sistema Único de Saúde a saúde do trabalhador passa a fazer parte do escopo das competências própria da saúde.

Estudos recentes têm evidenciado como as transformações ocorridas no mundo do trabalho têm impactado a saúde do trabalhador, em decorrência da intensificação do ritmo de trabalho, aumento da exigência sobre o trabalhador, o que tem resultado na degradação das condições de trabalho, deterioração das relações afetivas, predomínio do individualismo, competitividade com quebra da solidariedade e indiferença diante do sofrimento alheio entre os trabalhadores (MUROFUSE, 2004).

Para Oliveira (1998), as empresas exigem que os seus empregados lhes confiem todo o seu capital intelectual e que se comprometam com o seu trabalho. Todavia, elas não se comprometem com seus empregados. Aliás, recomendam que os seus empregados cultivem sua empregabilidade se quiserem continuar ocupando seus postos. Desta maneira, transferem ao trabalhador a responsabilidade pela manutenção ou não do seu emprego, desconsiderando a desproporção existente entre o quantitativo de postos de trabalho e o número de trabalhadores na sociedade de classes em que se vive.

Nesse sentido, o presente estudo foi realizado com o intuito de investigar os problemas de saúde dos servidores e desenvolver ações de prevenção, promoção, assistência e reabilitação da saúde dos servidores públicos de uma instituição de ensino, usuários do ambulatório de Medicina Tradicional, Complementar e Alternativa, denominado "Projeto Re-vivendo a saúde-os benefícios da naturopatia". A importância do estudo está ligada à necessidade de responder aos anseios de melhoria nas condições de vida e de saúde dos trabalhadores, considerando principalmente as ações de prevenção, promoção, assistência e reabilitação da saúde do servidor público de uma instituição de ensino.

## **2 MATERIAL E MÉTODOS**

O local do estudo a Universidade Estadual do Oeste do Paraná – *campus* de Cascavel, criada em 1994, como Universidade multicampi, oferece cursos de graduação e pós-graduação.

Este estudo caracteriza-se por uma pesquisa aplicada, a qual se relaciona às necessidades imediatas nos diferentes campos da atividade humana. Segundo Marconi e Lakatos (1996, p. 19), a pesquisa aplicada "caracteriza-se por seu interesse prático, isto é, permite que os resultados sejam aplicados ou utilizados, imediatamente na solução de problemas que ocorrem na realidade".

A entrevista tem como base um roteiro semiestruturado, formado por perguntas abertas e fechadas, sendo que este método permite verificar o ponto de vista dos

entrevistados (LAKATOS; MARCONI, 2003). O levantamento foi da fonte primária dos dados, coletados pelos profissionais que atuam no projeto, através do contato direto com a clientela. Para o alcance dos objetivos, utilizou-se de estudo descritivo que incluiu a descrição, registro, análise e interpretação de fenômenos atuais (LAKATOS; MARCONI, 1990), envolvendo a utilização de técnicas da pesquisa bibliográfica, documental e de campo.

A população atendida pelo projeto engloba servidores, estagiários, acadêmicos, familiares e membros de grupos sociais da comunidade periférica à universidade, entretanto a composição da amostra será dos servidores docentes, técnicos e auxiliares administrativos que desenvolvem suas atividades neste *campus* universitário. Para Marconi e Lakatos (2003, p. 223), a “amostragem só ocorre quando a pesquisa não é censitária, isto é, não abrange a totalidade dos componentes do universo, surgindo à necessidade de investigar apenas uma parte dessa população”, sendo este o nosso caminho.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Estabelecemos três categorias de servidores: docentes, técnicos e auxiliares administrativos e auxiliares operacionais, por similaridade do seu fazer cotidiano.

Na tabela abaixo se apresentam a relação das queixas dos servidores.

**Tabela 1:** Problemas de saúde ou desconfortos que interferem na qualidade de vida dos servidores da instituição

Variável	Docente		Tec. e Aux. Administrativo		Aux. Operacional	
	FA	(%)	FA	(%)	FA	(%)
Alterações psicológicas e emocionais	1	7	6	12		
Ansiedade	2	14	7	14		
Diabetes e Hipertensão			4	8		
Dislipidemias	1	7	2	4		
Dores Músculo esqueléticas	3	23	14	26	5	83
Dores Osteoarticulares	2	14	2	4		
Stress/Insônia	3	23	8	16		
Outras	2	14	8	16	1	17

Fonte: Dados coletados no ambulatório de naturopatia.

As alterações psicológicas e emocionais, assim como o stress foram referidas pelos docentes, auxiliares e técnicos administrativos. Nahas (2001) cita que o fisiologista Selye (1936), utilizou o termo stress pela primeira vez definindo-o como “stress é a

maneira como o organismo responde a qualquer estímulo – bom, ruim, real ou imaginário – que altere seu estado de equilíbrio”.

Segundo Rossi (2004), se o estresse é a epidemia da década, o trabalho passa a ser sua causa mais constante. Pesquisadores americanos vinculam ao estresse negativo às dores musculares, hipertensão, fadiga, taquicardia, ansiedade e angústia relacionando-as ao acúmulo das demandas e pressões profissionais.

O diabetes e a hipertensão somente foram identificados no grupo de técnicos e auxiliares administrativos, por outro lado dislipidemias, dores osteoarticulares e insônia foram referidas pelos auxiliares técnicos e docentes. Breda; Lazzarotto; Sôtel (2006) referem que as lesões geradas por repetitividade tais como os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), são desencadeadas pelo esforço, pela velocidade da tarefa, resistência e estado psicossocial do indivíduo, bem como a exposição a fatores ambientais desconfortáveis, sejam eles térmicos ou acústicos, mobiliário inadequados entre outros. Nahas (2001) cita que dores de cabeça, dores musculares, insônia, cansaço, ansiedade..., são sintomas associados ao stress. Os auxiliares operacionais procuram o ambulatório basicamente para resolver as dores músculo esqueléticas. Para Antonalia citado por Rocha (2005, p. 42)

[...] o principal fenômeno responsável para essa patologia é a modernização do trabalho, seja a mecanização, seja a automação das tarefas ou a informatização das áreas de serviços, determinando um aumento das tarefas manuais repetitivas, especialmente em membros superiores, ombros e região cervical.

Alguns autores descrevem que o tratamento ocidental para dor crônica (cervicalgias, lombalgias, ciáticas etc.) é controverso e repetidamente ineficaz. A acupuntura, como terapêutica, é benéfica, principalmente quando outros tratamentos não se mostram eficientes (SMITH-FASSLER; LOPEZ-BUSHNELL; apud KUREBAYASHI; FREITAS; OGUISSO, 2009).

Destacamos que o fato do usuário optar pela Medicina Tradicional, Complementar e Alternativa, neste caso específico através das técnicas de auriculoterapia e acupuntura sistêmica, de maneira alguma lhe dá o direito de suspender a conduta recomendada pelo Médico. O que é enfatizado é que as vertentes de tratamento poderão ser praticadas ao mesmo tempo, e uma não inviabiliza a outra, pelo contrário, elas são complementares.

#### **4 CONCLUSÃO**

Foi possível concluir que dos quarenta e dois atendimentos realizados com servidores que procuraram o atendimento e/ou foram encaminhados pelas respectivas chefias, vinte e dois trabalhadores relataram sentir dores músculo-esquelético, onze afirmaram ter stress/insônia e nove disseram apresentaram sinais de ansiedade, referências essas que são compatíveis com a bibliografia estudada. A partir desta realidade optou-se por minimizar tais desconfortos por meio da acupuntura realizada por profissionais ligados à universidade e voluntários da comunidade que se propuseram a colaborar no projeto, o que, segundo os relatos tem contribuído para o equilíbrio físico e mental dos servidores, propiciando melhora na qualidade de vida, comprovados através da evolução identificada nos prontuários sendo que as queixas têm diminuído sistematicamente, e que tem aumentado a procura por este tipo de terapia. É necessário que haja incremento significativo no número de profissionais capacitados nas TAC para atender a área as saúde do trabalhador. Conclui-se que a assistência prestada no ambulatório de terapias / alternativas / complementares tem melhorado de forma significativa a qualidade de vida dos servidores da instituição estudada.

## REFERÊNCIAS

- BREDA, G. R.; LAZZAROTTO, E. M.; SÔTEL, M. C. **Qualidade de Vida, Saúde e Trabalho**. Cascavel: Coluna do Saber, 2006. P. 36.
- KUREBAYASHI, L.F.S.; FREITAS, G.F.; OGUISSO, T.. Enfermidades tratadas e tratáveis pela acupuntura segundo percepção de enfermeiras. **Rev. esc. enferm. USP**, vol. 43, n. 4, São Paulo, dez. 2009.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Técnicas de pesquisa**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1990.
- MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1996.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica**, 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.
- MUROFUSE, Neide Tiemi. **O adoecimento dos trabalhadores de enfermagem da Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais: reflexo das mudanças do mundo do trabalho**. 2004. 298 f. Tese (doutorado). Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo. 2004.
- OLIVEIRA, M. A. Dilemas na gestão da qualidade e da qualidade de vida no trabalho. *In*: ENCONTRO INTERNACIONAL DE GESTÃO DE COMPETÊNCIAS EM QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO, 1, 1998, São Paulo. **Anais...** São Paulo: FEA/USP, FIA, PROPEG, 1998.
- ROCHA, G. C.; **Trabalho, saúde e ergonomia: relação entre aspectos legais e médicos**. 1. ed (2004), 2º tir. Curitiba: Juruá, 2005.
- ROSSI, A. M. **Estresse Masculino: um guia para identificar e controlar o estresse dos homens**. Porto Alegre: Artes e Ofícios, 4º ed. 2004, p.37.
- SELYE, H. **Endocrinol.** Nature, 1942.