



**INSTITUTO DE  
PREVIDÊNCIA**  
DOS SERVIDORES PÚBLICOS  
MUNICIPAIS DE SÃO GONÇALO  
DO AMARANTE - IPSGA.

# **POLÍTICAS PREVIDENCIÁRIAS DE SAÚDE E SEGURANÇA DO SERVIDOR**

**IPSGA – SAÚDE E ATENÇÃO EM AÇÃO**



**SÃO GONÇALO DO AMARANTE**  
Ceará



# **INSTITUTO DE PREVIDÊNCIA**

DOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DE  
SÃO GONÇALO DO AMARANTE/CE - IPSCA

## **SUMÁRIO**

<b>1</b>	<b>APRESENTAÇÃO.....</b>	<b>03</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVO.....</b>	<b>03</b>
<b>2.1</b>	<b>Objetivos específicos.....</b>	
<b>3</b>	<b>JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>04</b>
<b>4</b>	<b>METODOLOGIAS.....</b>	<b>05</b>
4.1	Promoção à Saúde.....	05
4.2	Ginástica laboral.....	06
4.3	Avaliação médica.....	06
4.4	Terapia complementar.....	07
4.5	Organização do Trabalho.....	07
4.6	Estudos de iluminação e medidas ergonômicas.....	08
4.7	Ações convencionadas I.....	08
4.8	Ações convencionadas II.....	09
4.9	Promoção à saúde mental.....	09
4.10	Psicologia do trabalho.....	10
4.11	Parceria com entes federativos.....	10
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>11</b>
<b>6</b>	<b>CONCLUSÕES.....</b>	<b>11</b>



# **INSTITUTO DE PREVIDÊNCIA**

## **DOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DE SÃO GONÇALO DO AMARANTE/CE - IPSCA**

### **1. APRESENTAÇÃO**

A promoção da saúde no local de trabalho é o processo que resulta do esforço conjunto de empregadores, servidores e sociedade em geral, para melhorar a saúde e o bem-estar das pessoas no trabalho. Pode ser conseguida através de uma combinação de estratégias que proporcionem aos servidores bem-estar e saúde, havendo muitas consequências positivas, tais como: bem-estar no ambiente laboral, integração entre os servidores, motivação e conseqüentemente diminuir o absenteísmo e o aumento da produtividade, além de que contribui para transmitir uma melhor imagem do gestor enquanto organização positiva e que se preocupa com o bem-estar do seu efetivo. O mais importante é a humanização do trabalho e a melhoria da qualidade de vida desse servidor.

Concomitantemente, este projeto introduz um olhar no universo da Qualidade de Vida no Trabalho, que trata da preocupação com o bem-estar geral e a saúde dos servidores no desempenho de suas atividades. É uma importante ferramenta estratégica para as organizações, pois, através dela é possível acompanhar o comportamento dos servidores; se eles estiverem satisfeitos o resultado das tarefas desempenhadas terá mais qualidade, e estes estarão mais motivados para alcançar objetivos pessoais, e, na busca por objetivos da própria gestão.

A necessidade de implementação desse Programa originou-se a partir de constatações verificadas no cotidiano do IPSCA relativas ao aumento dos casos de aposentadorias por invalidez ocasionadas por doenças relacionadas ao ambiente de trabalho, em especial doenças psicológicas que tiveram aumento significativo após a pandemia do COVID-19.

Pensando no melhoramento das condições de trabalho dos servidores municipais de São Gonçalo do Amarante a Unidade Gestora do RPPS desenvolveu esse projeto denominado IPSCA – SAÚDE E ATENÇÃO EM AÇÃO, que contará com colaboração das demais unidades gestoras do Município utilizando os profissionais das secretarias municipais, que já são devidamente qualificados e habilitados, atuando em multidisciplinas que irão abranger ações focadas no bem-estar e saúde do servidor público de São Gonçalo do Amarante/CE.



## **2. OBJETIVOS**

Implementar políticas previdenciárias de saúde e segurança para proteger os servidores públicos e promover um ambiente de trabalho saudável e seguro.

### **2.1 Objetivos Específicos**

- a) Implantar um programa de intervenção multidisciplinar com profissionais da saúde visando a melhoria dos hábitos de vida;
- b) Implementar ações administrativas de melhoria na organização do trabalho nos setores;
- c) Promover ações de integração e respeito mútuo entre os servidores, para garantir que haja um clima organizacional harmônico para todos;
- d) Evidenciar o espírito de valorização e cuidado com o servidor da instituição.
- e) Reduzir os riscos de acidentes de trabalho e doenças ocupacionais.
- f) Melhorar a saúde mental e bem-estar dos servidores.
- g) Assegurar o acesso a serviços de saúde para servidores com deficiência.
- h) Fortalecer a gestão previdenciária e garantir os direitos dos servidores.
- i) Promover a cultura de segurança e saúde no trabalho.



### **3.0 JUSTIFICATIVA**

É visível que a convivência diária na maior parte do tempo entre as pessoas em seu ambiente de trabalho, com diferenças culturais e de personalidade aliado a recursos ambientais as vezes inadequados, em meio aos desafios da produtividade, competência profissional e frente a um ambiente em constante mutação, que nos desafia permanentemente em nossa capacidade de adaptação e evolução pode fomentar o desgaste psicológico e físico.

Sabe-se da importância do trabalho na vida das pessoas, assim verifica-se a necessidade permanente de promover saúde e qualidade de vida no trabalho, com o compromisso de fortalecer a autoestima, o sentimento de segurança, pertencimento, autor realização, dignidade, condições físicas saudáveis em um ambiente que atenda a suas necessidades biopsicossociais.

Nesse sentido, acredita-se que a implantação do projeto de qualidade de vida no trabalho e promoção à saúde no ambiente de trabalho torna-se relevante, por identificar fatores facilitadores e/ou prejudiciais e intervir sobre aspectos ligados ao bem-estar em situação de trabalho, tendo possibilidade de adotar medidas administrativas que possam corrigir possíveis conflitos diários, como também intensificar os aspectos positivos evidenciados no decorrer das ações desenvolvidas no projeto.



## 4.0 METODOLOGIAS

O projeto IPSGA - PREVENÇÃO EM AÇÃO será realizado dentro de 3 (três) eixos de trabalho: Promoção à saúde, Organização do trabalho e Ações conveniadas. As atividades previstas para alcançar os objetivos mencionados serão seguintes:

### 4.1. PROMOÇÃO À SAÚDE

#### **Objetivo:**

Implantar um programa multidisciplinar com profissionais da saúde visando mudanças na vida cotidiana e hábitos de vida mais saudáveis.

#### **Objetivos Específicos:**

- a) Implantar um programa de intervenção multidisciplinar com profissionais da saúde visando a melhoria dos hábitos de vida;
- b) Implementar ações administrativas de melhoria na organização do trabalho nos setores;
- c) Promover ações de integração e respeito mútuo entre os servidores, para garantir assim que haja um clima organizacional harmônico para todos;
- d) Evidenciar o espírito de valorização e cuidado com o servidor da instituição.
- e) Reduzir os riscos de acidentes de trabalho e doenças ocupacionais.
- f) Melhorar a saúde mental e bem-estar dos servidores.
- g) Assegurar o acesso a serviços de saúde para servidores com deficiência.
- h) Fortalecer a gestão previdenciária e garantir os direitos dos servidores.
- i) Promover a cultura de segurança e saúde no trabalho.

#### **Metas:**

- Melhorar a consciência corporal;
- Aliviar as tensões provocadas pelo estresse;
- Prevenir as patologias musculoesqueléticas (ex.: LER, DORTs, etc.).
- Melhorar a condição física e social (nos relacionamentos interpessoais) no



## **INSTITUTO DE PREVIDÊNCIA** DOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DE SÃO GONÇALO DO AMARANTE/CE - IPSGA

ambiente de trabalho;

- Favorecer maior integração do grupo;
- Minimizar os vícios posturais.

### **4.2. GINÁSTICA LABORAL**

**Definição:** A ginástica laboral é uma série de alongamentos e exercícios físicos realizados no ambiente de trabalho.

**Execução:** O Programa de Ginástica Laboral será ministrado por profissional de Educação Física e terá o cronograma de aulas elaborado por ele, de acordo com a disponibilidade da instituição.

- A Ginástica Laboral oferecida será composta basicamente de alongamentos, fortalecimento muscular, conscientização corporal, correção postural, exercícios respiratórios e relaxamento, não sendo necessário o uso de nenhuma roupa especial. Pode também ficar a critério do profissional a inserção de elementos destes citados.

- Cada sessão de Ginástica Laboral terá duração de 10 a 15 minutos, sendo realizada no próprio setor de trabalho ou em outro espaço próprio.

### **4.3. AVALIAÇÃO MÉDICA - EXAMES OCUPACIONAIS**

**Definição:** Acompanhamento periódico da condição clínica dos servidores municipais, através de exames periódicos ocupacionais com ênfase nos riscos identificados no ambiente laboral.

**Objetivo:** Monitorar a saúde dos servidores, ajudando também na prevenção do



## **INSTITUTO DE PREVIDÊNCIA**

DOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DE  
SÃO GONÇALO DO AMARANTE/CE - IPSGA

surgimento de doenças ocupacionais conforme a exposição de cada indivíduo aos riscos inerentes à atividade laboral.

**Execução:** O programa será realizado por Médico do Trabalho que também desenvolverá o cronograma de atividades e acompanhamentos.

- Caso necessário, para maior esclarecimento podem ser indicados exames complementares e/ou tratamentos específicos para determinadas situações encontradas.

#### **4.4. TERAPIA COMPLEMENTAR**

##### **Sessões de Massoterapia**

**Definição:** um conjunto de diferentes técnicas de massagens terapêuticas que podem aliviar dores e estresse, além de muitos outros benefícios para a saúde, por meio de massagem dos tecidos moles do corpo, além de movimentos nas articulações.

**Objetivo:** Melhorar a saúde e prevenir alguns desequilíbrios corporais como a diminuição de dores, ansiedade e estresse.

**Execução:** Para realização da terapia complementar os atendimentos serão previamente agendados, sendo disponibilizado o serviço uma vez a cada mês. O tipo de serviço oferecido será a massagem relaxante que, como o próprio nome já diz, busca o relaxamento físico e mental, combatendo as tensões, o estresse, a insônia, entre outros.

#### **4.5. ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO**

**Objetivo:** Contribuir para a prevenção de riscos ergonômicos no ambiente de





trabalho, realizando melhorias e adequações no mesmo.

**Objetivos Específicos:**

- Verificar as condições de iluminação dos ambientes e caso necessário adequá-las;
- Evitar situações futuras de incidentes e surgimento de doenças ocupacionais decorrentes da inadequação à melhor percepção do ambiente de trabalho.

**Metas:**

- Diminuir o esforço visual nas estações de trabalho;
- Auxiliar na organização dos ambientes;
- Melhorar a percepção no manuseio de equipamentos e materiais.

#### **4.6 ESTUDO DE ILUMINAÇÃO E MEDIDAS ERGONÔMICAS**

**Definição:** Estudo realizado nas dependências físicas do ambiente de trabalho, a fim de verificar os níveis de iluminação dos ambientes internos do prédio, numa ação de prevenção e diminuição do impacto do risco ergonômico.

**Objetivo:** Avaliar os aspectos quantitativos e qualitativos relacionados à iluminação interna dos ambientes de trabalho e indicar as ações a serem tomadas para a adequação e/ou melhoria destes ambientes.

**Execução:** Será executado em parceria com a Prefeitura ou órgão governamental que tenha médico especialista em segurança do trabalho ou técnico em segurança do trabalho,

#### **4.7 AÇÕES CONVENIADAS**

**Objetivo:** Criar possibilidades diferenciadas de promoção à saúde ao servidor do município, assim como opções de lazer de qualidade.



**Objetivos Específicos:**

- Oferecer a opção de prática de atividades físicas e de lazer com qualidade;
- Auxiliar na melhoria da saúde física e mental do servidor;
- Ampliar a sociabilidade dos indivíduos.

**Metas:**

- Impulsionar a prática de atividades esportivas e de lazer;
- Melhorar a condição de saúde do servidor.

#### **4.8 AÇÕES CONVENIADAS**

**Definição:** Realização de parceria com órgãos que proporcionem atividades focadas na promoção de saúde ao servidor do Município de São Gonçalo do Amarante.

**Objetivo:** Propor ao servidor municipal um maior alcance as atividades que envolvam melhoramento da saúde e lazer, contribuindo para incrementar as possibilidades de ações saudáveis.

**Execução:** Serão avaliadas as possibilidades apresentadas, referentes a órgãos que trabalhem as questões de promoção à saúde.

- Estabelecimento de parcerias com secretarias municipais que possuam profissionais capacitados e qualificados e estruturas para oferecer os serviços adequados ao objetivo da ação.

#### **4.9 PROMOÇÃO À SAÚDE MENTAL**

**Objetivo:** Implantar um programa multidisciplinar com profissionais da saúde visando o melhoramento da saúde mental

**Objetivos Específicos:**

- Promover a saúde mental e o bem-estar dos servidores.



- Diminuir os níveis de estresse gerados pelo dia a dia, prevenindo doenças e proporcionando o bem-estar geral.

**Metas:**

O ponto mais importante da psicologia no trabalho é a manutenção da saúde mental dos servidores. Os números de distúrbios mentais relacionados ao trabalho aumentam cada vez mais, reduzi-los é essencial e para isso nos aliamos à psicologia.

Definição: A saúde mental dos funcionários também é prejudicada pela sensação de estagnação e falta de oportunidades de crescimento profissional. Assim, os funcionários podem se sentir desmotivados e desanimados quando não veem oportunidades de crescimento na carreira.

Objetivo: Além de melhorar a saúde, é um ótimo exercício para integração social entre os funcionários. Sua principal função é prevenir lesões e assim melhorar o rendimento do funcionário.

#### **4.10 PSICOLOGIA DO TRABALHO**

**Execução:** Embora a psicologia organizacional e do trabalho façam parte do mesmo princípio e sejam complementares, elas apresentam diferenças significativas tanto na teoria quanto na prática. O ponto de partida do estudo da psicologia organizacional é a sociedade, e por meio de um diagnóstico amplo, procura torná-la mais preparada para enfrentar os desafios do mercado e ampliar sua visão para o bem-estar geral

A visão da psicologia do trabalho enfoca o indivíduo e seu ambiente na antecipação de comportamentos limitantes e situações que possam prejudicar o desempenho de suas tarefas. Isso significa que o objetivo é proporcionar um ambiente seguro com condições satisfatórias de trabalho.

#### **4.11 PARCERIAS COM ENTES FEDERATIVOS**

É possível, por exemplo, garantir o acesso a serviços de saúde e oferecer



assistência psicológica, incentivar o diálogo aberto entre servidores e muito mais em parceria com a Prefeitura Municipal ou outros órgãos, buscando a orientação de um especialista na área, que esteja apto a indicar o melhor caminho para a organização.

O cuidado com a saúde mental dos servidores é necessário e pode render muitos benefícios para todos os envolvidos.

**Definição:** Profissionais que utilizam abordagens e técnicas que podem não ter uma base científica tão sólida quanto as usadas pelos psicólogos. Eles podem se basear em métodos alternativos ou holísticos, como terapia floral, acupuntura, aromaterapia, reiki, entre outros.

## 5.0 CONSIDERAÇÕES GERAIS

O projeto "IPSCA – SAÚDE E ATENÇÃO EM AÇÃO" visa promover um ambiente de trabalho saudável e seguro, protegendo os servidores públicos e garantindo os direitos previdenciários.

Com a implementação dessas políticas, esperamos:

- Reduzir os riscos de acidentes de trabalho e doenças ocupacionais;
- Melhorar a saúde mental e bem-estar dos servidores;
- Fortalecer a gestão previdenciária;
- Aumentar a satisfação e qualidade de vida dos servidores.

### **Recomendações:**

- Implementar o projeto em fases, monitorando os resultados e ajustando o plano de ação;
- Envolver os servidores no processo de implementação e avaliação;
- Realizar treinamentos e capacitação para os servidores;



# **INSTITUTO DE PREVIDÊNCIA**

DOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DE  
SÃO GONÇALO DO AMARANTE/CE - IPSGA

- Avaliar periodicamente a eficácia das políticas implementadas.

## **6. Conclusão:**

O projeto IPSGA – SAÚDE E ATENÇÃO EM AÇÃO é uma iniciativa importante para proteger os servidores públicos e garantir seus direitos previdenciários.

Com a implementação dessas políticas, esperamos melhorar a qualidade de vida e trabalho dos servidores, reduzir os riscos de acidentes e doenças ocupacionais e fortalecer a gestão previdenciária.

**São Gonçalo do Amarante/CE, aos 08 dias do mês de julho de 2024.**

### **CAMILLE CÔELHO MUNIZ**

Presidente

Instituto de Previdência dos Servidores Públicos Municipais  
de São Gonçalo do Amarante/CE

### **RENATA FEITOSA MARANHA**

Diretora Previdenciária

Instituto de Previdência dos Servidores Públicos Municipais  
de São Gonçalo do Amarante/CE

### **JAMILLE FONTENELE MAGALHÃES**

Diretora Financeira

Instituto de Previdência dos Servidores Públicos Municipais  
de São Gonçalo do Amarante/CE

### **FRANCISCO GILIARD BARBOSA DE SOUSA**

Assessor jurídico

Instituto de Previdência dos Servidores Públicos Municipais  
de São Gonçalo do Amarante/CE

O documento confere com original assinado fisicamente. 12