



## **PROGRAMA VIDA EM EQUILÍBRIO LEVA CONHECIMENTOS EM SAÚDE E BEM-ESTAR AOS TRABALHADORES DA CORSAN**

**Autores:** *Claudia Pizzinato Ferrari, Cleusa Maria Machado Cunha, Jéssica Borges de Carvalho, Luciana Alvarez de Oliveira Santos, Percio Silva Da Silva, Suelen De Souza Ferreira e Vanessa Meller.*

**Instituição:** Companhia Riograndense de Saneamento – CORSAN.

### **Introdução:**

Com foco na saúde do trabalhador, desenvolvendo ações de promoção de saúde e prevenção de doenças, usando estratégias de atenção, cuidado e valorização dos empregados, o Programa Vida em Equilíbrio, da Corsan, visa proporcionar maior qualidade de vida aos seus empregados.

### **Marco conceitual:**

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) originou-se na década de 1950, a partir de uma abordagem sociotécnica sobre a organização do trabalho, contemplando o estudo da satisfação e bem-estar do trabalhador. (SILVA, 2017). No contexto da Corsan, uma empresa pública de saneamento básico, além dos processos naturais do mundo do trabalho, há algumas particularidades: a cobrança por transparência, o aumento da eficiência e questionamento sobre a finalidade e a importância desses serviços. (KLEIN et al., 2017). O Programa está alinhado com o cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização Mundial da Saúde (ONU), especialmente o ODS 3 - assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades.

### **Metodologia:**

Implantado em 2018, com equipe multidisciplinar, projetado por fases, iniciou percorrendo as 10 regionais e sede da empresa, permanecendo por três meses em cada local, a primeira fase foi concluída em junho de 2021. Cada mês fazia alusão a uma cor e possuía um tema a ser abordado (exemplo: Janeiro Branco - Saúde Mental), com encontros presenciais, fomentando a participação dos trabalhadores. Através de palestras, dinâmicas e trabalhos em grupo, buscava desmistificar o tema, levando informação técnica e buscando conscientizar da importância do cuidado com a saúde. Em 2020, com a Pandemia de Covid-19, migrou para o formato virtual, disponibilizando os eventos para toda empresa. A Fase 2, realizada em 2022, trouxe novas temáticas escolhidas pelos empregados a partir de um questionário digital. Também foram adotadas novas metodologias como podcasts, workshops, rodas de conversa, relatos de histórias de vida e de superação, incentivando a adoção de hábitos mais saudáveis.

### **Resultados:**

Durante a Fase 1 o programa alcançou 1340 empregados; na Fase 2, teve a participação de 1002 empregados. Ao final de cada atividade, era aplicada a avaliação de reação, com 05 questões fechadas e uma questão aberta, oferecendo um espaço para avaliação qualitativa. Dentre os dados obtidos, destaca-se 100% de satisfação em relação a oferta de novos ou maiores conhecimentos dos assuntos abordados, assim como os eventos superaram a expectativa em mais de 90% dos respondentes.

### **Considerações Finais:**

Constatou-se considerável adesão dos empregados às atividades do Programa e interesse em participar de outros eventos, demonstrando a relevância dos temas abordados. Na Fase 3 (em andamento), pretende-se identificar as mudanças realizadas pelos trabalhadores para adoção de um estilo de vida mais saudável.