



GESTÃO DE PESSOAS DO PODER JUDICIÁRIO

1ª Premiação de Práticas em Gestão de Pessoas do Poder Judiciário

Nome da prática (iniciativa/projeto):

Programa Promoção de Saúde é Lei

Tema escolhido (ver anexo II do edital):

Valorização e Ambiente de Trabalho

Subtema (ver anexo II do edital):

Promoção de Saúde

Detalhamento da prática

O Programa Promoção da Saúde é Lei foi instituído na Seccional de Minas Gerais em setembro de 2017 e, desde então, diversas atividades foram executadas em prol de garantir maior efetividade às ações de saúde executadas pelo Núcleo de Bem-Estar Social (NUBES), com base no conhecimento das informações de saúde dos magistrados e servidores.

A iniciativa envolveu a implantação das seguintes fases, bem delimitadas, que organizaram sua consecução:

Fase 1: Apresentação do Programa “Promoção da Saúde é Lei” para os servidores do NUBES, do Núcleo de Recursos Humanos (NUCRE) e da Secretaria Administrativa (SECAD). Nessa fase, o Programa foi proposto para implementação na Seccional, e as unidades de trabalho foram convidadas a opinar e agregar ideias.

Fase 2: Elaboração de questionário “*online*” de levantamento do perfil de saúde dos magistrados e servidores da JFMG, sigiloso, para aplicação na capital e Subseções Judiciárias, abarcando, dentre outros temas, hábitos alimentares e de atividades físicas, consumo de álcool, tabagismo, terapias alternativas, saúde bucal e psicológica, ergonomia, lazer, percepções, crenças, religiosidade, satisfação e sensação no trabalho, histórico familiar e pessoal de doenças. Para a coleta dos dados foi elaborado um questionário estruturado através da plataforma *Google*



GESTÃO DE PESSOAS

Forms, disponível no aplicativo “*Google Docs*”, disponibilizado a todos através de *link* encaminhado via e-mail;

Fase 3: Visita “*in loco*” às Varas e Núcleos Administrativos da Capital para divulgação e apresentação das linhas gerais do Programa, e para incentivo ao público alvo para preenchimento do questionário elaborado na fase 2. A iniciativa buscou sensibilizar as pessoas para a importância dessa parceria, de forma a garantir a efetividade do Programa. Para garantir maior adesão do corpo funcional e minimizar o esquecimento no preenchimento da ferramenta de levantamento de dados, no mesmo dia da visita era encaminhado e-mail a todos os servidores e magistrados da unidade de lotação, contendo o *link* para acesso ao questionário. Na oportunidade era entregue, ainda, a todos os participantes, um sachê contendo mix de ervas e especiarias, para ser utilizado em substituição ao sal, primeira intervenção sobre a saúde do corpo funcional e uma medida simples para o incentivo à adoção/manutenção de hábitos de vida saudáveis. Ao todo 590 (quinhentas e noventa) pessoas participaram da apresentação conduzida pelos médicos auditores do NUBES em BH, sendo distribuídos 650 (seiscentas e cinquenta) unidades de brindes;

Fase 4: Contato telefônico prévio com todos os Supervisores das Seções de Suporte Administrativo e Operacional das Subseções Judiciárias (SESAP's), e posterior envio, por e-mail, da apresentação do Programa gravada em vídeo para repasse ao corpo funcional de cada localidade, visando incentivar e sensibilizá-los quanto à importância do preenchimento do questionário elaborado na fase 2. Paralelamente, mais de 2.000 (duas mil) misturas de ervas e especiarias foram encaminhadas, via malote, aos municípios do interior, sendo que 276 (duzentas e setenta e seis) pessoas acessaram o *link* de divulgação do projeto nessas localidades;

Fase 5: Aplicação do questionário “*online*” em toda a Seccional de Minas Gerais. Ao todo 479 (quatrocentas e setenta e nove) pessoas, dentre magistrados e servidores, responderam ao questionário de levantamento de dados, representando 22,1% do total de 2.172 (duas mil, cento e setenta e duas) pessoas lotadas na Seccional;

Fase 6: Compilação dos dados, análise estatística das respostas ao inquérito epidemiológico e diagnóstico do perfil de saúde do corpo funcional pela equipe de médicos, odontólogos, de psicologia e de servidores do NUBES.



GESTÃO DE PESSOAS

Como forma de garantir ampla transparência a todo o processo, os resultados obtidos vem sendo divulgados para o corpo funcional, por tema, desde janeiro de 2019, em uma gestão à vista.

Fase 7: Planejamento das ações a serem realizadas em 2018 e 2019, com base no diagnóstico do perfil de saúde levantado na fase 6, as quais passaram a integrar o Programa “Promoção da Saúde é Lei”.

Como desdobramento do Programa, diversas ações foram e vêm sendo implantadas na SJMG após a análise dos dados referentes ao levantamento do perfil epidemiológico do corpo funcional, algumas delas listadas abaixo.

Em de maio de 2018 foi divulgada, pela Seção de Comunicação Social (SECOS), a abertura das inscrições para a formação do grupo de caminhada e/ou corrida da Justiça Federal de Minas. A iniciativa foi proposta pelo NUBES após a observação de que 29% dos entrevistados relataram ser sedentários e 44% possuir sobrepeso ou obesidade em algum grau. Nesse sentido, tais práticas estão entre os exercícios básicos que ajudam a manter a saúde física e a controlar o peso corporal. Dentre seus principais benefícios podemos citar: despertar nas pessoas o gosto pela adoção de um estilo de vida saudável; potencializar os bons laços de convivência em grupo, melhorar a qualidade de vida de todos os envolvidos, entre muitos outros. A atividade foi iniciada em junho, e ocorreu às terças-feiras, na Praça da Assembleia, após o expediente de trabalho. A ideia era ter companhia e motivação para iniciar um hábito saudável ou, até mesmo, complementar as atividades físicas da semana. 22 (vinte e duas) pessoas, dentre magistrados, servidores e terceirizados, integraram o grupo até dezembro de 2018.

Considerando, ainda, o fato de que, 49,9% dos servidores e magistrados avaliaram que precisam melhorar sua alimentação, foi realizado, em agosto, o evento “Mês da Nutrição”, cujas atividades foram conduzidas pela nutricionista Rita de Cássia Ribeiro, professora integrante do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). No total, foram promovidos 04 (quatro) encontros, um para a realização da palestra “Nutrição Funcional e Alimentação na Sociedade Contemporânea”, e os demais para o ensinamento do preparo de receitas saudáveis, a saber, delícias de frutas, saladas e molhos e lanches frios, com posterior degustação. Participaram das atividades 199 (cento e noventa e nove) pessoas.



GESTÃO DE PESSOAS

Em 24 de agosto foi inaugurado o Espaço de Bem-Estar Social e Convivência da SJMG, criado na intenção de oferecer aos magistrados e servidores um lugar em que possam cuidar do corpo e da mente, contribuindo assim para o equilíbrio psicofísico e para o descanso tão necessário, impactando possivelmente na redução da taxa de absenteísmo decorrente de doenças e demais comorbidades típicas do excesso de trabalho e do estresse profissional.

Em virtude dos resultados obtidos com a pesquisa foram priorizadas para realização no local ações de saúde voltadas para as áreas de nutrição, saúde física e mental, selecionadas mediante edital, a saber: venda de produtos orgânicos, agroecológicos e/ou saudáveis pela Rede pela Horta e pela Horta no Potim, e realização de práticas de Yoga e Pilates, nos turnos da manhã e noite.

A Rede Pela Horta, formada por técnicos colaboradores, estudantes, agricultores familiares e parceiros, é uma iniciativa de economia solidária e agroecológica que promove uma aliança entre produtores e consumidores da cidade de Florestal e região. As vendas dos produtos foram realizadas todas as quartas-feiras, a partir do dia 10 de outubro, sendo que cerca de 320 (trezentas e vinte) pessoas visitaram o espaço para a realização da feira até 19 de dezembro, dentre servidores, magistrados, estagiários, terceirizados e público externo, o último composto em sua maioria por funcionários do CREA-MG.

Já os produtos da Horta no Potim são desenvolvidos por nutricionistas e preparados por Chefs de Cozinha e Gastrônomos. São 08 linhas de Produtos (Saladas, Pratos LowCarb, Caldos, Omeletes de Forno, Sucos Detox e Termogênicos, Sanduíches e Nuts/Snacks), sendo que empresa disponibiliza opções de kits semanais, combos e programas alimentares (Detox) com refeições para o dia todo (do desjejum à ceia). As vendas dos produtos ocorreram todas as segundas-feiras, a partir de 05 de novembro, e contaram com a participação de 89 (oitenta e nove) pessoas até 10 de dezembro.

As aulas coletivas de Pilates e Yoga foram iniciadas em novembro e puderam se inscrever magistrados, servidores, estagiários, terceirizados e dependentes interessados. O custo das atividades foi arcado pelos interessados, cabendo à Justiça Federal apenas a cessão do espaço para sua realização. Ao todo, até dezembro de 2018, 25 (vinte e cinco) pessoas encontravam-se matriculadas na aula de Pilates e 13 (treze) na de Yoga.



GESTÃO DE PESSOAS

Funcionou, ainda, no Espaço de Bem-Estar Social e Convivência, no ano de 2018, o Workshop “Autocompaixão – um novo olhar para você mesmo”, conduzido em dois encontros pela servidora Carla de Salvo Sosnowski, instrutora certificada pelo *Mindfulness Trainings International*, com participação no *Compassion and Mindfulness Training* e formação em Biopsicologia. A atividade, que contou com a participação de 14 (quatorze pessoas), teve como público alvo o corpo funcional, cônjuges e dependentes, sendo o custo pago diretamente à servidora, sem intermédio do NUBES.

Para o ano de 2019 novas propostas de intervenção em saúde estão sendo planejadas, principalmente aquelas envolvendo a melhoria do clima organizacional e das relações de trabalho, que repercutem diretamente na saúde física e mental do corpo funcional. Paralelamente, novas ações envolvendo a nutrição e culinária saudável, além da prática do relaxamento, serão desenvolvidas e executadas na Seccional.

Construir um Programa dessa natureza é inovador na Seccional e emerge como uma oportunidade de intervenção em saúde mais efetiva e focada na real necessidade do corpo funcional, o qual pode ainda, propor iniciativas em saúde de seu interesse, de forma a se sentirem parte integrante do Programa, ampliando seus resultados benéficos sobre o bem-estar e qualidade de vida de todos.