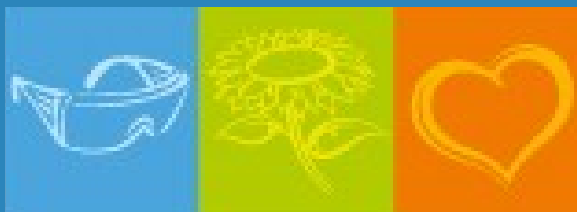




# PROGRAMA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DA PETROBRAS

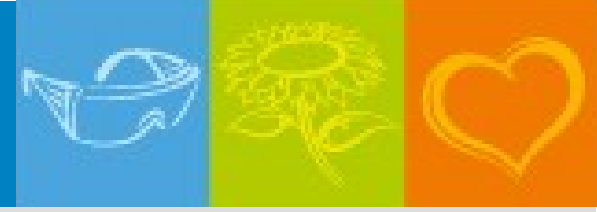
## I ENCONTRO NACIONAL DE ATENÇÃO À SAÚDE DO SERVIDOR



PETROBRAS

Fabiana Abrahão

28/10/08



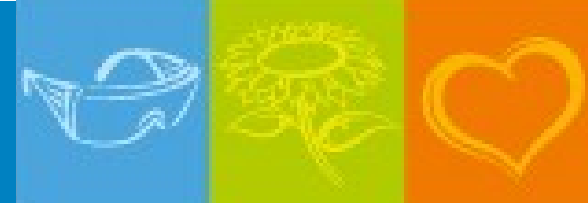
**Petrobras em números**

**Conceitos e Referências**

**Projeto Estratégico de Segurança, Meio Ambiente e Saúde**

**Promoção da Saúde na Petrobras**

**Conclusão**



**“Liderar o mercado de petróleo, gás natural e derivados na América Latina atuando como empresa integrada de energia, com expansão seletiva da petroquímica e da atividade internacional ”**

**Crescer de Forma  
Sustentável  
Garantindo a  
Rentabilidade e o Valor**

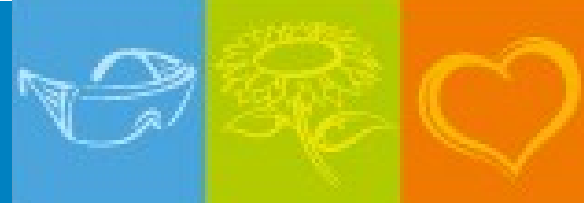
**Ser Reconhecida como  
uma Empresa Social e  
Ambientalmente  
Responsável**

**Atingir Padrões de  
Excelência em  
Responsabilidade Social  
e Ambiental**

**Educar a Força de  
Trabalho para a  
Responsabilidade  
Social e Ambiental**



# Petrobras em Números



## Empresa Integrada de Energia



Exploração e  
Produção



Refino e  
Transporte



Distribuição



Gás Natural

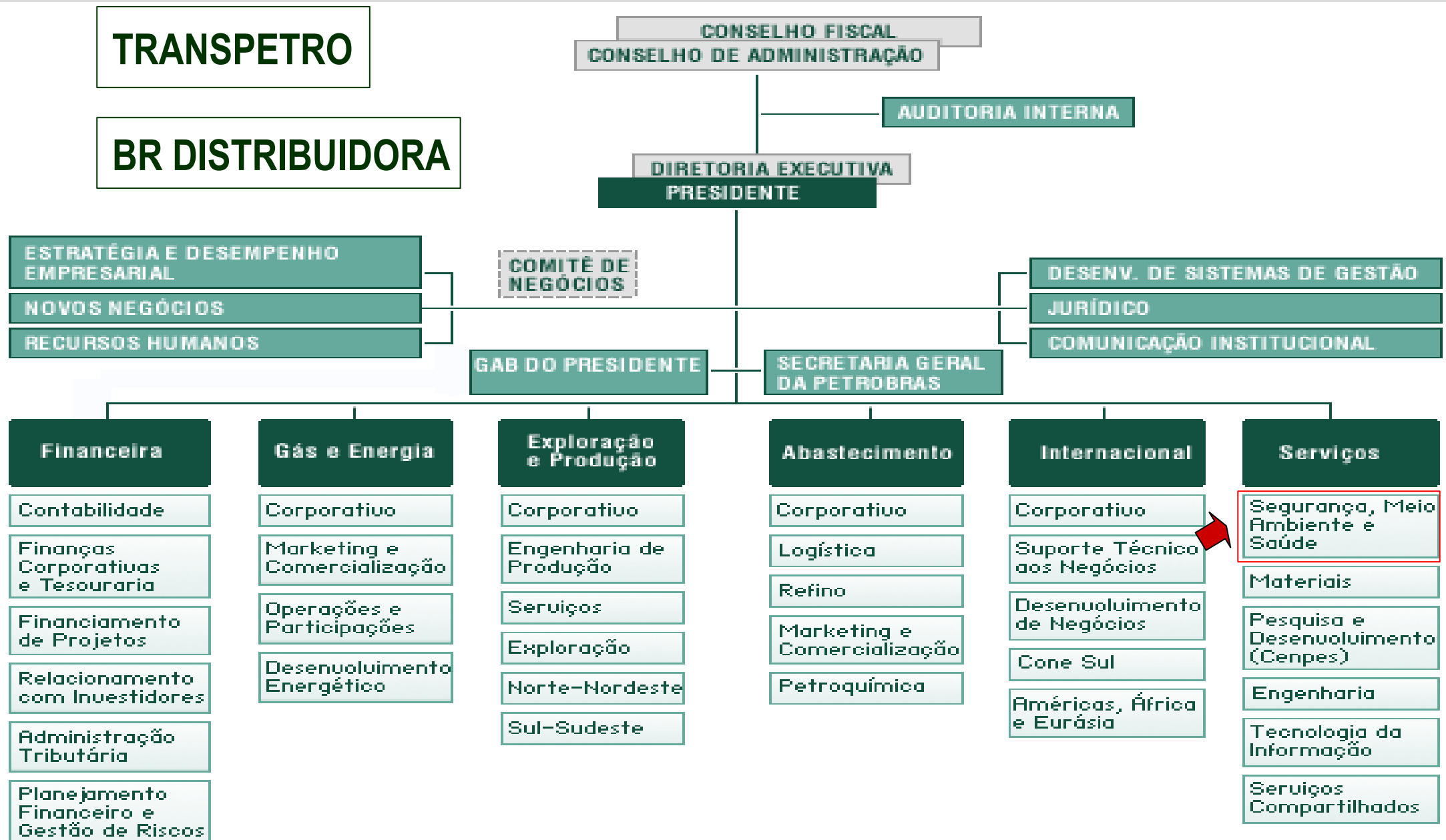
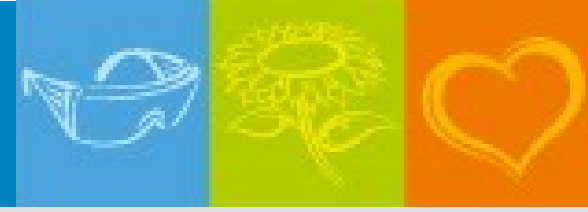


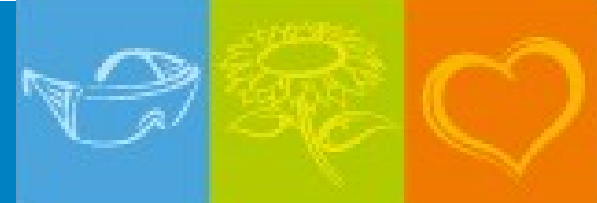
Petroquímica



60.000 empregados próprios

# Organização



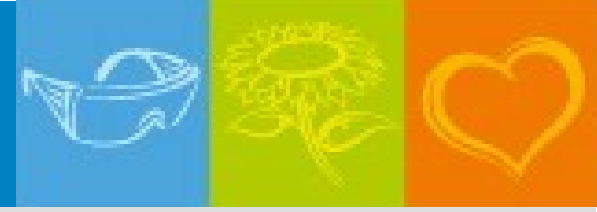


## Unidades de Negócios e Serviços

### Gerência de Segurança, Meio Ambiente e Saúde

- ✓ Segurança – engenheiros e técnicos
- ✓ Meio Ambiente – engenheiros e técnicos
- ✓ Saúde – médicos, enfermeiros, nutricionistas, dentistas, assistente sociais, psicólogos e técnicos de enfermagem

Em torno de 600 profissionais entre próprios e contratados



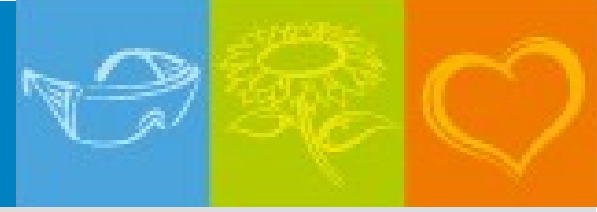
**Petrobras em números**

**Conceitos e Referências**

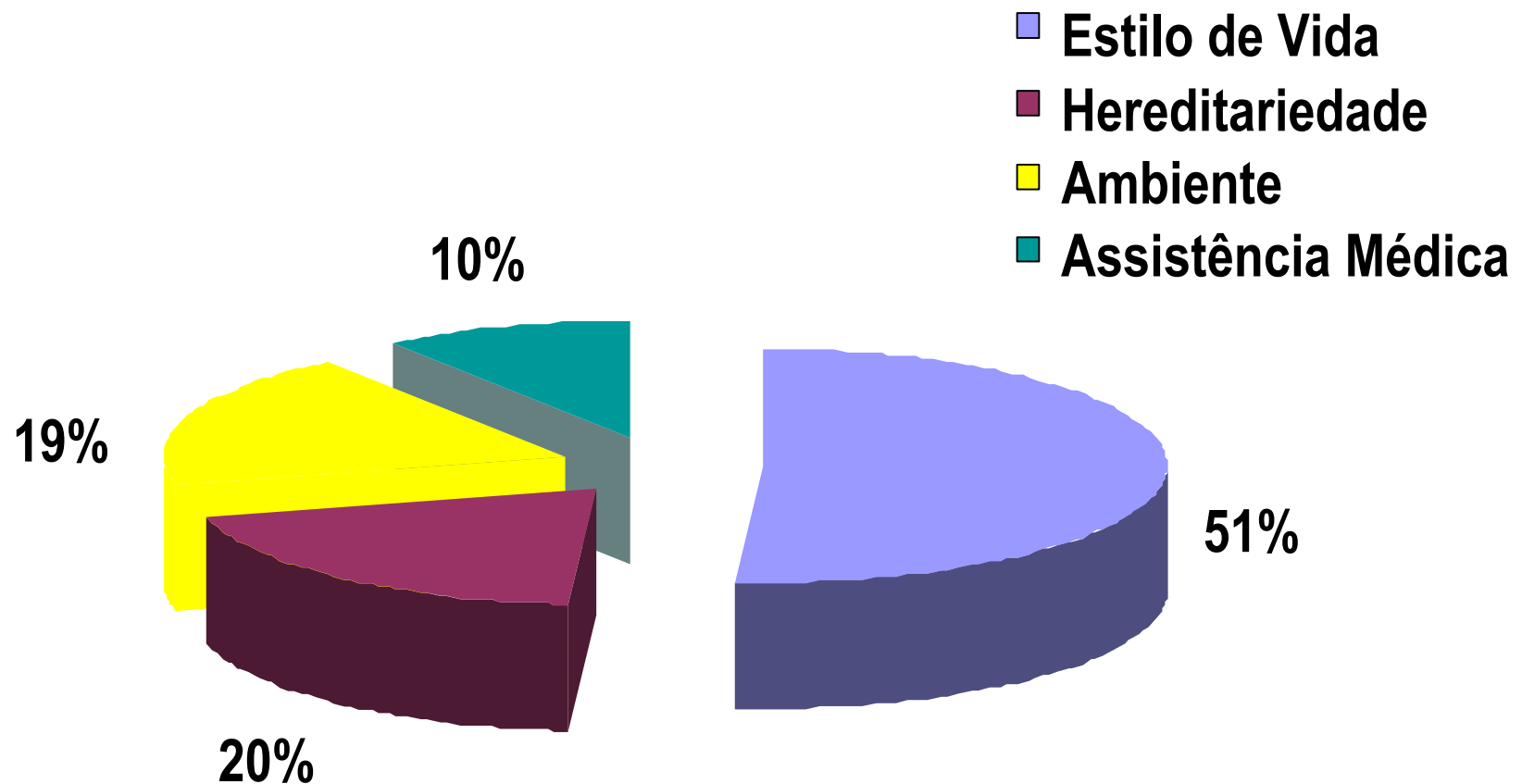
**Projeto Estratégico de Segurança, Meio Ambiente e Saúde**

**Promoção da Saúde na Petrobras**

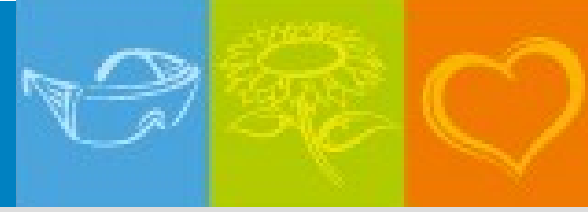
**Conclusão**



A Organização Mundial da Saúde aponta que **o estilo de vida** é um fator de risco isolado de adoecimento





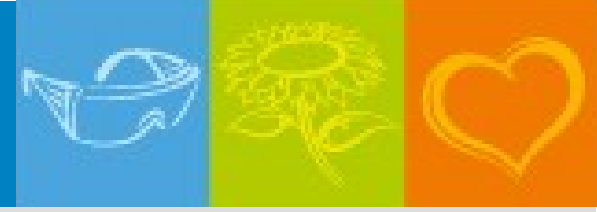


## Promoção da Saúde

É a capacitação das pessoas e comunidades para modificarem os determinantes de saúde em benefício da própria qualidade de vida. (Carta de Ottawa 1986)

Promoção da Saúde eficaz se caracteriza com sendo aquela que conduz para mudanças nos determinantes de saúde. Tais determinantes incluem os que *estão sob o controle das pessoas* (condutas individuais, estilos de vida, utilização dos serviços de saúde), como os que *estão fora do controle* (condições sociais, econômicas e ambientais, prestação dos serviços de saúde). (Nutbeam 1999)

São estratégias de Promoção da Saúde: intersectorialidade, mobilização social, parcerias na implementação das ações, sustentabilidade, defesa pública da saúde (advocacia).

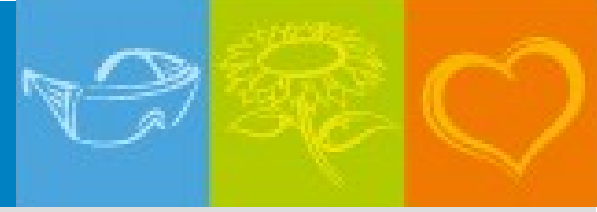


## Promoção da Saúde

Estratégias e campos de ação:

- implementação de políticas públicas saudáveis
- criação de ambientes favoráveis
- desenvolvimento de habilidades individuais e coletivas
- capacitação das comunidades
- reorientação do atendimento de saúde

(Carta de Ottawa 1986)



## Promoção da Saúde

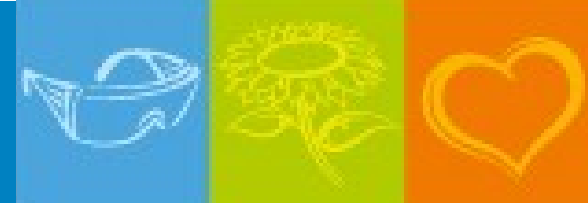
É a arte e ciência de ajudar pessoas a mudar seu estilo de vida em direção a um estado de plena saúde.

**PLENA SAÚDE:** é definida como o equilíbrio entre saúde física, emocional, profissional, social, espiritual e intelectual.

Essas mudanças podem ser facilitadas através da combinação de esforços que *umentem a conscientização*, que *mudem comportamentos* e que *criem ambientes* que apóiem e estimulem práticas saudáveis.

(American Journal of Health Promotion, 1989)

# Conceitos e Referências



**Ações de Promoção da Saúde**

**Resultados em Promoção da Saúde**

**Resultados Sociais e de Saúde**

**Mobilização social**  
sensibilização e mobilização das pessoas ou grupos

**Desenvolvimento de habilidades pessoais e sociais:** construção de auto-conhecimento; motivação e interesses; autonomia pessoal.

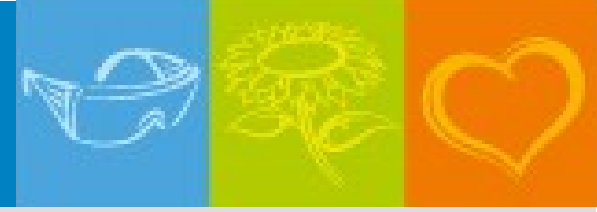
**Estilos de vida saudáveis**

**Educação**  
construção compartilhada do conhecimento

**Ações Sociais**  
Planejamento participativo em programas e ações

**Serviços eficazes:**  
saúde, moradia, alimentação, transporte, etc....

**Resultados sociais e de saúde sustentáveis:**  
Inclusão social, autonomia, equidade, bem estar, redução da morbidade, das limitações em geral, da mortalidade evitável.



**Petrobras em números**

**Conceitos e Referências**

**Projeto Estratégico de Segurança, Meio Ambiente e Saúde**

**Promoção da Saúde na Petrobras**

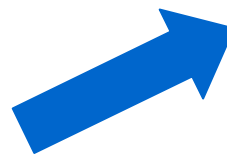
**Conclusão**



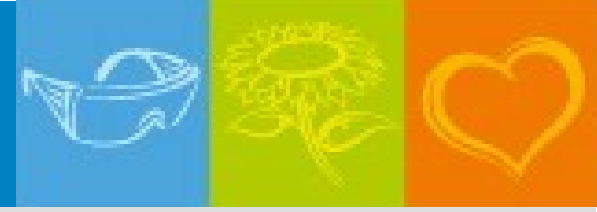
**PROJETO ESTRATÉGICO  
“EXCELÊNCIA EM SMS”**



**ATINGIR A  
EXCELÊNCIA EM  
RESPONSABILIDADE  
SOCIAL E EM SMS**



**PROJETO ESTRATÉGICO  
“MUDANÇA CLIMÁTICA”**



**Sistema de Gestão Integrado**

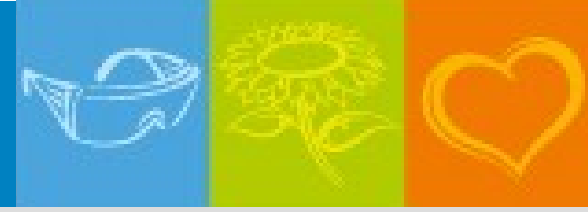
**Eco - eficiência de operação e produtos**

**Saúde dos Trabalhadores**

**Prevenção de Acidente, Incidentes e Desvios**

**Prontidão para Situações de Emergência**

**Consolidando SMS como um Valor**



## 1.0 - Implementar padrões de Gestão de Higiene Ocupacional e Ergonomia e sistematizar a identificação, a análise crítica e a gestão dos riscos ocupacionais

de exposição, estratégias de amostragem de agentes ambientais, PCMSO, PPRA e ergonomia de concepção e de correção.

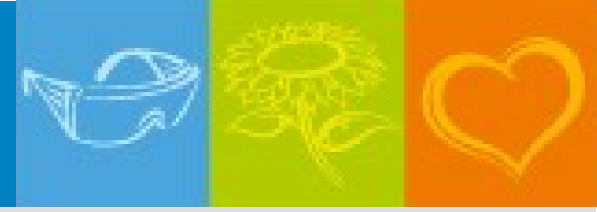
## 2.0 - Sistematizar a análise crítica e gestão da saúde individual e coletiva na Companhia

críticos e metas.

## 3.0 - Estimular e facilitar adoção de hábitos pessoais e práticas organizacionais saudáveis

Suicídio, Coronelamento de Estresse, Tabagismo e Outras drogas, Saúde Social e Profissional e na Organização do Trabalho.





**Petrobras em números**

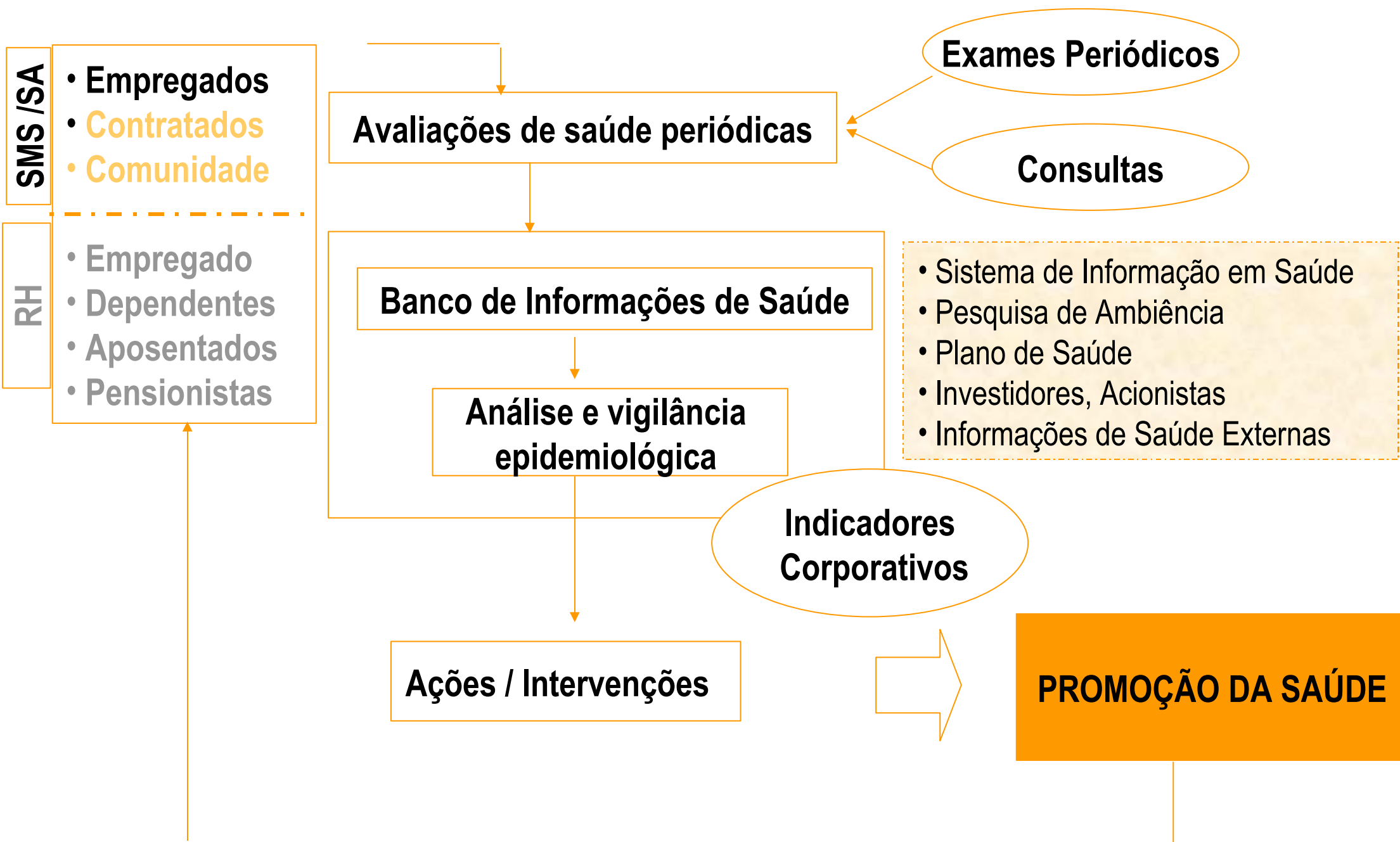
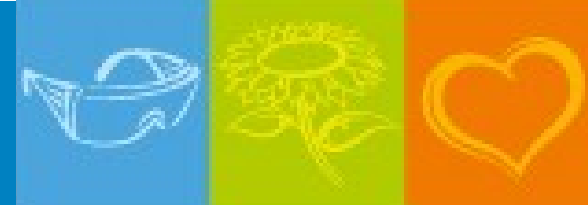
**Conceitos e Referências**

**Projeto Estratégico de Segurança, Meio Ambiente e Saúde**

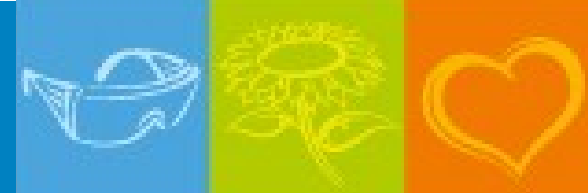
**Promoção da Saúde na Petrobras**

**Conclusão**

# Promoção da Saúde na Petrobras



# Promoção da Saúde na Petrobras



SD2000 - Microsoft Internet Explorer

Arquivo Editar Exibir Favoritos Ferramentas Ajuda

Endereço <http://sd2000-ba.corp.petrobras.biz/PaginaDinamica.asp?Grupo=245> Ir Links

Sistema Corporativo Informatizado de Gestão de Saúde SD2000

ACESSO ÀS BASES DO SD2000

- Publicações
- Padrões Corporativos
- Consensos
- Legislação
- Organizações
- Universidades
- Conselhos Federais
- Normas
- Códigos / Resoluções
- Relatórios
- Cultu...

SEGURANÇA, MEIO AMBIENTE E SAÚDE

PETRO NET

BUSCA EMPREGADOS

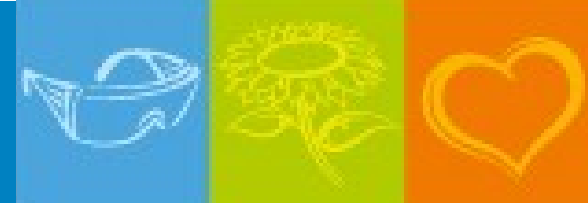
BUSCA AMS

- Prevalências de doenças relacionadas ao trabalho
- Prevalência de fatores de Risco
- Afastamentos ao trabalho e morbidades
- Mortalidade

Concluído Sites confiáveis

Iniciar Fabiana Abr... Fabiana 2º Fórum Bra... Bem-vindo à ... SD2000 - Mic... 12:25

# Promoção da Saúde na Petrobras

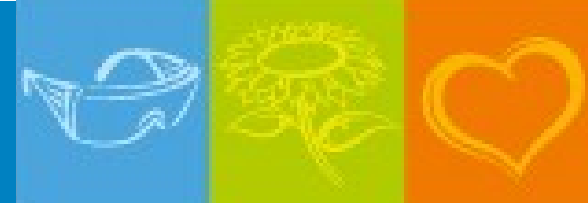


## • Indicadores de Gestão de Saúde

The screenshot displays the SD2000 WEB application interface. The main content area shows a table titled "Indicadores" with the following data:

Tempo	Ocorrências	Efetivo	Índice
2002	829	33.347	2,49%
2003	743	36.251	2,05%
2004	1500	38.881	3,86%
2005	206	40.400	0,51%

The interface includes a sidebar with navigation options such as "Home", "Sua Saúde", "Afastados por Licença", "Acompanhamento de Exames", "Indicadores", "Login", and "Trocar Senha". The bottom of the screen shows the Windows taskbar with the system clock at 15:52 and the Internet Explorer status bar.



## Principais Fatores de Riscos

- Sedentarismo
- Sobrepeso / Obesidade
- Dislipidemia

Promoção da Atividade Física

## Principais Causas de Afastamentos

- Osteomusculares
- Transtornos Mentais
- Causas Externas

Promoção da Alimentação

Saudável

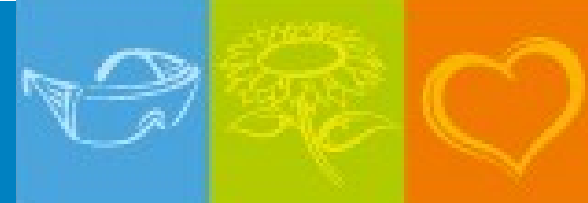
Alcool, Tabaco e Outras Drogas

## Principais Causas de Mortalidade

- Causas externas
- Doenças Cardiovasculares
- Câncer

Estresse no Trabalho

Política Nacional de Promoção da Saúde



## Projeto Excelência de SMS

### Saúde dos Trabalhadores

**Estimular e facilitar adoção de hábitos pessoais e práticas organizacionais saudáveis focando na Atividade Física, Alimentação Saudável, Gerenciamento do Estresse, Tabagismo e outras drogas, Saúde Social e Profissional e na Organização do Trabalho.**

**Estimular e facilitar**



**Atuação da Empresa**

**Adoção de hábitos pessoais**

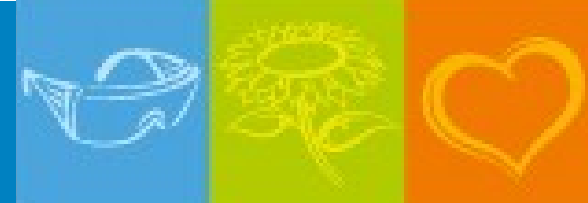


**Auto Responsabilidade**

**Práticas organizacionais saudáveis**

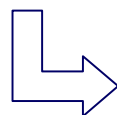


**Ambiente Saudável**



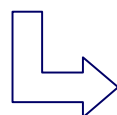
## Promoção da Saúde na Petrobras

Implementação de políticas públicas saudáveis



Implementação de orientações corporativas

Criação de ambientes favoráveis



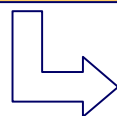
Implementação de orientações corporativas

Desenvolvimento de habilidades individuais e coletivas



Educação e Capacitação em SMS

Capacitação das comunidades



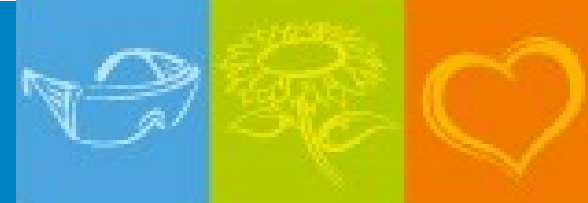
Envolvimento dos Trabalhadores

Reorientação do atendimento de saúde



Exames Ocupacionais

# Promoção da Saúde na Petrobras



## Foco na Organização

Gestão e Políticas

Criação de Ambientes Saudáveis

Estilo de vida da Empresa

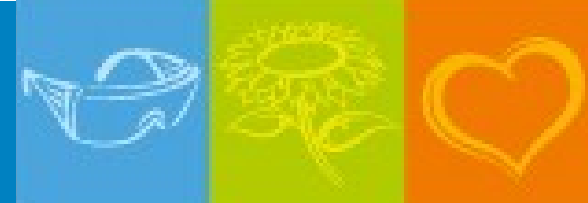
Abordagem abrangente e integrada  
Parcerias e Interdisciplinaridade

## Foco no Indivíduo

Auto Responsabilidade

Estilo de vida das pessoas





## Tabaco, Álcool e Outras Drogas

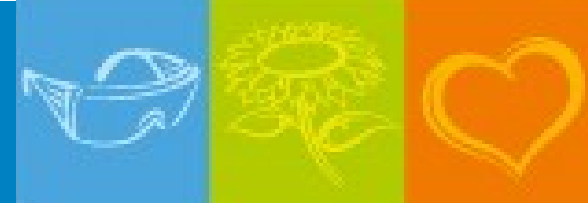
Uso Indevido, Uso Nocivo e Dependência

Abordagem e Tratamento

Regulamentações na Empresa



# Promoção da Saúde na Petrobras



## Promoção da Alimentação Saudável

Educação Nutricional

Alimentação Oferecida pela Empresa

Avaliação Nutricional

30 minutos de atividade física

5 porções entre frutas, legumes e verduras

7 de abril. Dia Mundial da Saúde.

Pratique todo dia

SMS

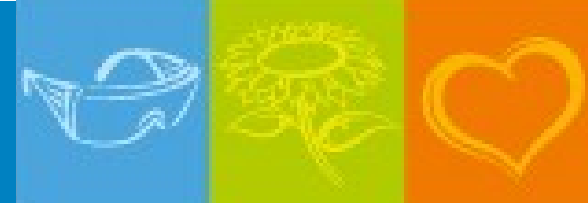
PETROBRAS

30 minutos de atividade física

5 porções entre frutas, legumes e verduras

Pratique todo dia

SMS



## Promoção da Atividade Física

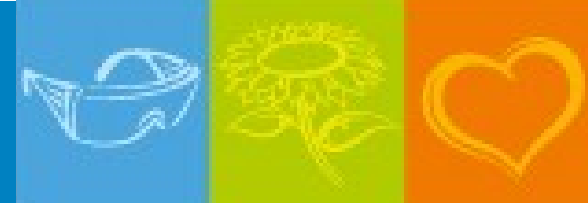
Estilo de Vida Ativo

Condicionamento Físico  
- Grupos Específicos

Aptidão física para o trabalho

Esporte e Movimento



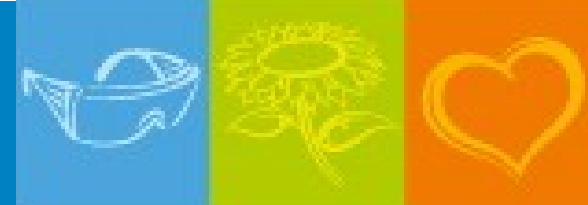


## Gestão do Estresse no Trabalho



Eventos Estressantes, estratégias de enfrentamento e sinais / sintomas

Métodos de intervenção para prevenção e tratamento



Diretores, Gerentes  
Executivos, Gerentes Gerais

DIP explicando o Plano de Comunicação

Orientação sobre Alimentação Saudável - Cardápio



Peça de Apoio –  
fruta lembrete



**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL AGORA É PADRÃO**

Os indicadores de saúde da Petrobras demonstram a necessidade de a empresa desenvolver ações mais eficientes no sentido de levar a força de trabalho a uma mudança de comportamento e consequente adoção de hábitos de vida mais saudáveis, dentro e fora do trabalho. As iniciativas pela adoção de um cardápio mais saudável ganharam corpo na Petrobras a partir de 2006 e, no segundo semestre de 2007, foi aprovado o Padrão de Promoção da Alimentação Saudável. Este Padrão fornece orientações sobre o planejamento, implantação, acompanhamento e avaliação das ações de promoção da alimentação saudável na companhia. Sua aplicação não implica em servir pratos sem sabor e sim em adequar as preparações culinárias primando pela redução dos teores de gordura e calorias que, quando consumidos em excesso, são causadores de doenças.

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NÃO É DIETA**

Alimentar-se saudavelmente não significa abrir mão dos prazeres da mesa. Ao contrário, alimentação saudável tem cor e sabor como qualquer outra - com a vantagem de poder proporcionar mais disposição no dia-a-dia, melhor qualidade de vida e menores riscos de doenças.

**DICA SAUDÁVEL**

TENHA CUIDADO ESPECIALMENTE COM O EXCESSO DE ALIMENTOS FRITOS E RICOS EM AÇÚCARES E ESTIMULE O CONSUMO DE FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS.

**O INDISPENSÁVEL TEMPERO DA LIDERANÇA**

• A alimentação fornecida pela companhia é de responsabilidade das lideranças e deve estar alinhada com o conceito de alimentação saudável.

• O conceito de alimentação saudável deve estar presente não só nos refeitórios das nossas Unidades, como em todas as situações em que a companhia seja responsável pelo fornecimento de alimentação - almoços, e coffee-breaks de eventos internos e externos.

• É importante também que, além de nossa força de trabalho e familiares, as empresas contratadas sejam estimuladas a se adequar ao Padrão de Alimentação Saudável da Petrobras.

**SUGESTÃO DO CHEF**

O PADRÃO ESTÁ NA MESA. SIRVA-O À SUA EQUIPE, ENVOLVA OS FORNECEDORES E FAÇA COM QUE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL SE TRANSFORME NUMA FONTE DE SAÚDE E ENERGIA PARA TODOS.



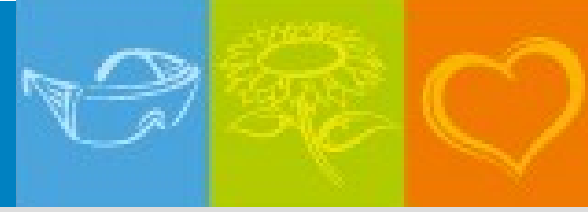
## Gerentes Setoriais, Coordenadores e Supervisores



## Orientação sobre Alimentação Saudável - Cardápio



# Plano de Comunicação Alimentação Saudável



Profissionais de Saúde (médicos, enfermeiro, nutricionistas, psicólogos, assistentes sociais, dentistas e técnicos de enfermagem)

**CARDÁPIO  
PARA UMA VIDA SAUDÁVEL**

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL  
AGORA É PADRÃO**

Os indicadores de saúde da Petrobras demonstram a necessidade de a empresa desenvolver ações mais eficientes no sentido de levar a força de trabalho a uma mudança de comportamento e adoção de hábitos de vida mais saudáveis, dentro e fora do trabalho. Com essa preocupação foi criado o Padrão de Promoção da Alimentação Saudável da Petrobras, um documento pioneiro que fornece orientações sobre planejamento, implantação, acompanhamento e avaliação das ações de promoção da alimentação saudável na companhia.

**O INDISPENSÁVEL TEMPERO  
DA LIDERANÇA**

- A adoção de uma alimentação saudável depende da seleção dos alimentos oferecidos e das escolhas individuais. A alimentação fornecida pela empresa deve estar alinhada com o conceito de alimentação saudável, para incentivar as escolhas saudáveis.
- O conceito de alimentação saudável deve estar presente não só nos refeitórios de nossas Unidades, como em todas as situações em que a companhia seja responsável pelo fornecimento de alimentação, como almoço, lanches e coffee-breaks de eventos internos e externos.
- É importante também que, além de nossa força de trabalho e familiares, as empresas contratadas sejam estimuladas a se adequar ao Padrão de Alimentação Saudável da Petrobras.

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL  
NÃO É DIETA**

Alimentar-se saudavelmente não significa abrir mão dos prazeres da mesa. Ao contrário, alimentação saudável tem cor e sabor como qualquer outra – com a vantagem de poder proporcionar mais disposição no dia-a-dia, melhor qualidade de vida e menores riscos de doenças em função do consumo de alimentos com menores teores de gordura e calorias.

**SUGESTÃO DO CHEF**

O PADRÃO ESTÁ NA MESA. SIRVA-O À SUA EQUIPE. ENVOLVA OS FORNEDORES E FAÇA COM QUE A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL SE TRANSFORME NUMA FONTE DE SAÚDE E ENERGIA PARA TODOS.

**DICA SAUDÁVEL**

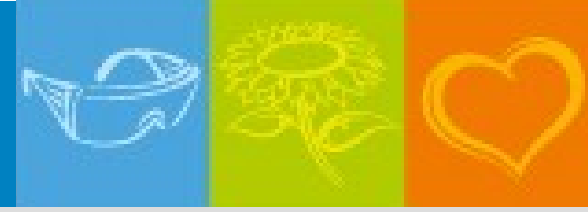
TEMA CUIDADO ESPECIALMENTE COM O EXCESSO DE ALIMENTOS FRITOS E RICOS EM AÇÚCARES E ESTIMULE O CONSUMO DE FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS.

Dessa forma, vamos contribuir para a promoção de uma vida mais saudável e com mais qualidade, não só na companhia como no conjunto das sociedades onde atuamos.

Deptmail com versões eletrônicas

**Cartilha**  
sobre **lanches saudáveis**

**Cartilha**  
sobre **boas práticas**  
para **serviços de**  
**alimentação**



### PASTEL DE BATATA-BAROA COM RICOTA

**Rendimento**  
10 porções

#### Ingredientes

Batata baroa - 2 unid. méd.  
Cenoura - 0,6 unid. méd.  
Farinha de trigo - 2 col. sopa  
Ovo - 0,6 unid.  
Óleo - 0,6 col. sopa  
Ricota - 5,7 fatia méd.  
Salsa - 0,3 col. sopa  
Cebolinha - 0,3 col. sopa  
Requeijão light - 2,2 col. sopa  
Alho - 0,6 unid.  
Sal - 0,4 col. sopa

#### Informações Nutricionais

Energia	105,3 kcal	Gorduras saturadas	1,76 g
Proteína	5,27 g	Vitamina A	202,12 mcg RE
Carboidrato	8,35 g	Vitamina C	6,23 mg
Lipídios	5,29 g	Cálcio	60,75 mg
Colesterol	22,87 mg	Fósforo	60,33 mg



#### Modo de Preparo

##### Massa

- Lavar, descascar e cortar a cenoura e a batata.
- Cozinhar a batata e a cenoura, separadamente, com uma pitada de sal.
- Processar a batata e a cenoura.
- Lavar ao fogo, acrescentando a farinha de trigo, ovo e óleo.
- Mexer até soltar do fundo.
- Deixar esfriar.

##### Recheio

- Misturar a ricota lavada e ralada, salsa, cebolinha, requeijão, alho amassado e sal.

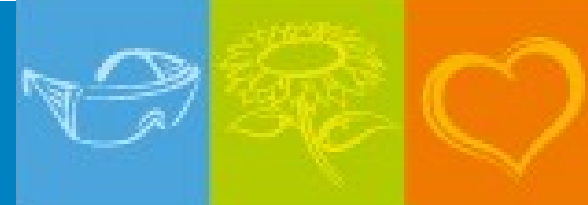
##### Montagem

- Dividir a massa em bolinhas.
- Abrir a massa com as mãos e rechear.
- Fechar com cuidado, dando o formato de pastel.
- Polvilhar farinha de rosca e assar em forno médio (180° C).

Deptmail com versão eletrônica da Cartilha de Lanches Saudáveis

Secretárias, Agentes de Apoio e Comunicação





**Força de Trabalho**

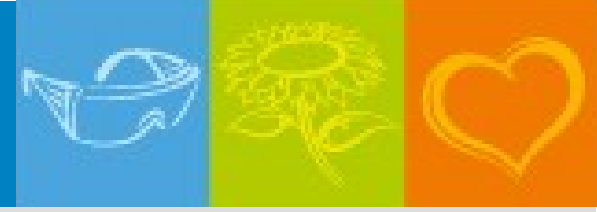
**Revista Petrobras de Abril/2008**

**Petronet: matéria - receitas**

**Programas e Filmes na Web TV**

**Cartazes para UNs**



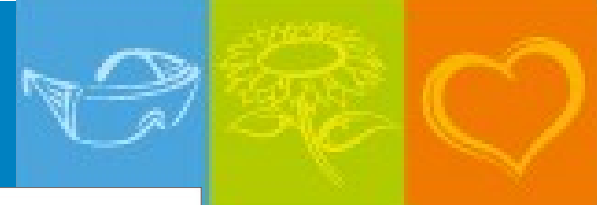


### **Estratégias de Comunicação**

- ✓ **Posicionamento do Presidente da Empresa**
- ✓ **Matéria na Revista Petrobras - abril/2006**
- ✓ **Matéria na Intranet**
- ✓ **Promoção – sorteio de brinde**
- ✓ **Filmes educativos sobre o tema**
- ✓ **Atividades a serem desdobradas pelas Unidades**
- ✓ **Peças de divulgação**

# Plano de Comunicação

## Campanha de Saúde pontual



30 minutos de atividade física

**30 + 5**

5 porções entre frutas, legumes e verduras

Pratique todo dia

SMS


30 minutos de atividade física

**30 + 5**

5 porções entre frutas, legumes e verduras

Pratique todo dia

SMS

 7 de abril. Dia Mundial da Saúde.

30 minutos de exercício físico

**30 + 5**

7 de abril. Dia Mundial da Saúde.

5 porções de frutas, verduras e legumes

SMS

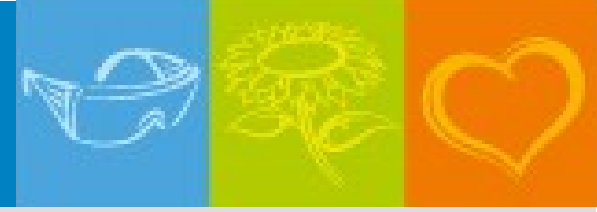
Faça essa combinação todo dia e tenha uma vida saudável por inteiro

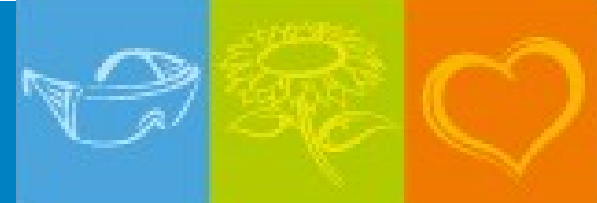




# Plano de Comunicação

## Campanha de Saúde pontual





**Petrobras em números**

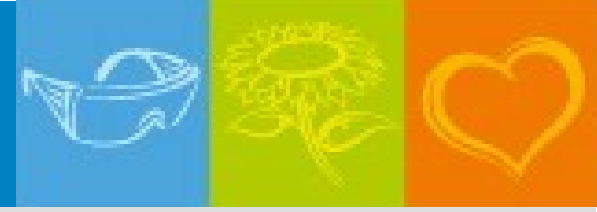
**Conceitos e Referências**

**Projeto Estratégico de Segurança, Meio Ambiente e Saúde**

**Promoção da Saúde na Petrobras**

**Conclusão**

# Conclusão



- Promoção da Saúde contribuindo na manutenção da aptidão para o trabalho;



- Foco na capacitação das pessoas e conseqüente mudança de comportamento;

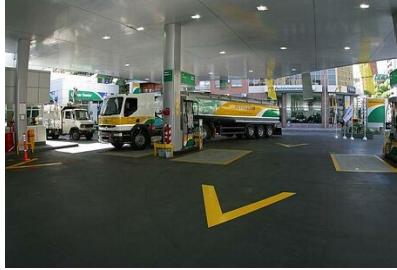
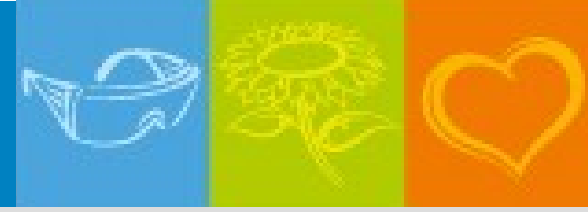


- Foco na atuação das práticas organizacionais, ambientais e sociais;



- O limite entre a atuação da Empresa e a autonomia dos trabalhadores;

# Conclusão



- A incorporação da percepção e o envolvimento dos trabalhadores no planejamento e formulação das políticas;



- Abordagem abrangente e integrada; parcerias e disciplinaridade;

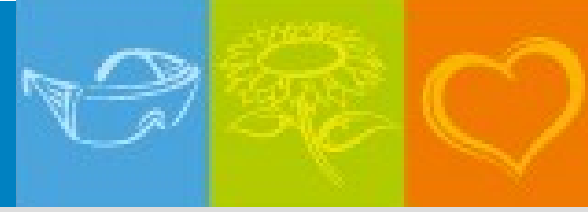


- Alinhamento dos atendimentos de saúde na Empresa.



- A necessidade de avaliação da eficácia da evidência em promoção da saúde.





Obrigada

Fabiana Abrahão

Coordenadora Programa de Promoção da  
Saúde

[fabia@petrobras.com.br](mailto:fabia@petrobras.com.br)

Chave: BAW3

Tel: 3229 1251

