



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
IFPB – Campus João Pessoa
BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO**

PLANO DE DISCIPLINA

IDENTIFICAÇÃO

CURSO: Bacharelado em Administração

DISCIPLINA: Saúde e Trabalho

CÓDIGO DA DISCIPLINA: TEC.0225

PRÉ-REQUISITO: Não existe

UNIDADE CURRICULAR: Obrigatória [X] Optativa [] Eletiva [] SEMESTRE: 2º

CARGA HORÁRIA

TEÓRICA: 10h

PRÁTICA: 23

EaD:

CARGA HORÁRIA SEMANAL: 2horas-aula

CARGA HORÁRIA TOTAL: 33h

DOCENTE RESPONSÁVEL: Eudna Maria Barbosa de Araujo

EMENTA

Qualidade de Vida, Saúde, Saúde Laboral, Doença Degenerativa, Promoção da Saúde, Promoção da Saúde no Lugar do Trabalho (PSLT), Educação para a Saúde; Estilo de vida saudável e degenerativos, Ergonomia; As probabilidades de EPS no lugar de trabalho; Doenças que mais afetam os trabalhadores no ambiente laboral e extra laboral e a AF na saúde do indivíduo/trabalhador.

OBJETIVOS

Geral:

Proporcionar ao aluno uma apresentação clara e lógica dos conceitos e princípios fundamentais da saúde e suas variações relacionadas ao mundo do trabalho.

Específicos:

- Ter uma noção geral sobre conceito e conteúdo da Qualidade de Vida, Saúde, Saúde Laboral, Doença Degenerativa, Promoção da Saúde, Promoção da Saúde no Lugar do Trabalho (PSLT), Educação para a Saúde; Estilo de vida saudável e degenerativo e Ergonomia.
- Conhecer as debilidades orgânicas degenerativas na sociedade contemporânea e no local de trabalho/doenças do mundo moderno.
- Conhecer sobre os estilos de vida saudável e degenerativo e sua influência em nossas vidas. Conhecer a relação da qualidade de vida com o trabalho.
- Conhecer as vantagens da Atividade física para a saúde

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE 1 – APRESENTAÇÃO / CONCEITOS

1.1 – Conceitos: Saúde, Saúde Laboral, Doença Degenerativa, Promoção da Saúde, Promoção da Saúde no Lugar do Trabalho (PSLT).

1.2 – Conceitos: Educação para a Saúde, Estilo de Vida, Qualidade de Vida, Ergonomia e trabalho

UNIDADE 2 - ESTILO DE VIDA (EV)

2.1 – EV Degenerativos X Saudáveis

2.2 – Consumo de álcool.

2.3 – Consumo de cigarro

2.4 – Alimentação

2.5 – Sedentarismo

UNIDADE 3 – QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT)

3.1 – Gestão de programas de saúde nas empresas (Promoção da saúde no local de trabalho).

3.2 – Ergonomia

3.3 – Enfermidades mais comuns no ambiente do trabalho (DORT, Lombalgias, Distúrbios psíquicos etc.).

UNIDADE 4 – ATIVIDADE FÍSICA/SAÚDE - INDIVÍDUO/TRABALHADOR

4.1 – Vantagens da atividade física para saúde

4.2 – Prática de atividades preventivas.

4.3 – Atividades práticas (oficinas de alongamento, relaxamento).

METODOLOGIA DE ENSINO

Aulas expositivas utilizando recursos didáticos, Seminários, Palestras, grupo de discussão, aulas práticas em variados ambientes (sala de vivência, auditório.)

RECURSOS DIDÁTICOS

[x] Quadro



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
IFPB – Campus João Pessoa
BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO**

- Projeto
- Vídeos/DVDs
- Periódicos/Livros/Revistas/Links
- Equipamento de Som
- Laboratório
- Softwares:
- Outros:

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

A Avaliação contínua (frequência nas aulas, participação nas atividades sugeridas, realização das tarefas determinadas).

BIBLIOGRAFIA

Bibliografia Básica:

SANT'ANNA, Anderson de Souza ; KILIMNIK, Zélia Miranda . Qualidade de vida no trabalho: abordagens e fundamentos. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011. 300 p.
BELLUSCI, Silvia Meirelles. Doenças profissionais ou do trabalho. 12. ed. São Paulo: Senac São Paulo, 2013. 149 p.
MICHEL, Oswaldo. Saúde do Trabalhador - Cenários e Perspectivas numa Conjuntura Privatista. Rio de Janeiro: LTR. 2009.

Bibliografia Complementar:

FALZON, P. Ergonomia. São Paulo: Blucher, 2007.
FIGUEIREDO, F.; MONT ALVÃO. Ginástica Laboral e Ergonomia. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.
GONÇALVES, A; VILARTA; R. Qualidade de vida e Atividade Física. Barueri, SP, Manole, 2004.
DOLAN, S. Estresse, auto-estima, saúde e trabalho. Rio de Janeiro: Qualitymark. 2006.
KROEMER, K. H. E; GRANDJEAN, E . Manual de ergonomia adaptando o trabalho ao homem. 5. ed. Porto Alegre: Bookman, 2005. 327 p.