

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO ONOFRE LOPES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE
Avenida Nilo Peçanha, nº 620 - Bairro Petrópolis
Natal-RN, CEP 59012-300
- <http://huol-ufrn.ebserh.gov.br>

Norma - SEI nº 3/2025/SUP/HUOL-UFRN-EBSERH

Natal, 10 de junho de 2025.

A PRESIDENTE DO COLEGIADO EXECUTIVO DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO ONOFRE LOPES (HUOL-UFRN), filial da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (Ebserh), no uso das atribuições instituídas pela Portaria nº 196, de 29 de maio de 2023, publicada no DOU nº 104, de 1º de junho de 2023 e consoante a delegação de competência de que trata a Portaria-SEI nº 8, de 9 de janeiro de 2019, publicada no Boletim de Serviço nº 518, de 9 de janeiro de 2019, e considerando os termos do Processo - SEI nº 23526.010261/2025-71, bem como a aprovação desta Norma em reunião do Colegiado Executivo (COLEX) realizada em 27 de maio de 2024, resolve:

Art. 1º Instituir a presente Norma que estabelece os critérios e procedimentos para participação do trabalhador nas atividades desenvolvidas no Studio de Treinamento Físico no âmbito do Hospital Universitário Onofre Lopes.

CAPÍTULO I DO OBJETIVO DA NORMA

Art. 2º Estabelecer os critérios e procedimentos a serem adotados no âmbito do Hospital Universitário Onofre Lopes da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (Huol-UFRN) para participação do(a) trabalhador(a) nas atividades desenvolvidas no Studio de Treinamento Físico.

Parágrafo único. O Studio de Treinamento Físico é um espaço dedicado à prática de exercícios físicos supervisionado por profissionais de educação física do Hospital.

CAPÍTULO II DA PARTICIPAÇÃO NO STUDIO DE TREINAMENTO FÍSICO

Art. 3º A participação do(a) trabalhador(a) nas atividades desenvolvidas no Studio de Treinamento Físico poderá ocorrer a qualquer tempo, mediante a observância dos critérios e procedimentos estabelecidos nesta norma, de acordo com o encaminhamento dos (as) Médicos (as) e da junta médica que atuam na USOST, assim como por demanda espontânea.

Art. 4º Os(as) trabalhadores(as) encaminhados(as) para participarem das atividades desenvolvidas no Studio de Treinamento Físico deverão fazer parte dos programas:

I - programa "Força em Movimento":

a) trabalhadores do HUOL - Ebserh e RJU - com doenças osteomusculares e que estejam sedentários;

b) o objetivo é conscientizar e incentivar os participantes sobre a importância da prática regular de exercícios físicos no tratamento de doenças osteomusculares, contribuindo na redução das dores e conseqüentemente na redução do absenteísmo;

c) é sugerida uma frequência semanal de 3 dias para um melhor alcance dos resultados.

II - programa "Além do peso: saúde em foco":

a) trabalhadores do HUOL - EBSEH e RJU - com obesidade (IMC > 30) e/ou circunferência da cintura elevada (mulheres acima de 88 cm e homens acima de 102 cm) e que estejam sedentários;

b) o objetivo é conscientizar os participantes sobre a importância do tratamento da doença crônica que é a obesidade e incentivá-los a alcançar bons resultados com a prática regular de exercícios físicos, contribuindo na melhora das doenças crônicas associadas e na redução do absenteísmo;

c) é sugerida uma frequência semanal de 4 dias para um melhor alcance dos resultados.

III - programa "Mãe Ativa":

a) trabalhadoras em fase de lactação e quem estejam sedentárias;

b) o objetivo é contribuir no fortalecimento muscular, prevenção de lesões e redução do peso após a gestação;

c) é sugerida uma frequência semanal de 3 dias para um melhor alcance dos resultados.

Parágrafo único. Os(as) trabalhadores(as) só serão aptos a entrada no studio se estiverem sedentários.

CAPÍTULO III DO FLUXO DE FUNCIONAMENTO

Art. 5º O(A) trabalhador(a) que participa de um dos programas ofertados no Art. 4º deverá realizar agendamento de consulta e avaliação física através do *chat* da ferramenta *Teams* com profissionais de educação física do hospital, onde será considerado(a) apto(a) ou não a participar do programa, conforme os critérios definidos no artigo anterior.

Parágrafo único. O(A) trabalhador(a) considerado(a) apto(a) receberá uma declaração do profissional de educação física informando com, no mínimo, as seguintes informações:

I - nome completo do trabalhador;

II - programa que participa;

III - recomendação da frequência semanal de exercícios no studio para um melhor alcance dos resultados.

Art. 6º O(A) trabalhador(a) apto deve abrir um Processo-SEI e anexar o “*Formulário de liberação para participação do trabalhador no Studio de Treinamento Físico do Huol*”, conforme o Anexo I desta Norma, e a declaração do profissional de educação física prevista no artigo anterior.

§1º O formulário deverá conter assinatura do empregado e da chefia imediata, os dias e os horários da participação do trabalhador no programa devidamente acordados entre ambos.

§2º O Processo-SEI deverá ser tramitado para a Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (USOST) para que o(a) trabalhador(a) possa ser cadastrado como participante do Studio de Treinamento Físico.

Parágrafo único. Após o cadastro concluído, o colaborador também receberá um comunicado por meio do seu telefone cadastrado.

CAPÍTULO IV DAS RESPONSABILIDADES

Art. 7º É responsabilidade do(a) trabalhador(a) estar ciente do conteúdo estabelecido nesta norma.

Art. 8º O(A) trabalhador(a) deverá cumprir com os dias e horários preenchidos no formulário, bem como responsabilizar-se pela assinatura da lista de frequência.

Art. 9º As avaliações físicas e de saúde acontecerão a cada 3 (três) meses, a fim de mensurar os resultados de acordo com as metas estabelecidas nas consultas.

Art. 10. O(A) trabalhador(a) que faltar 3 (três) sessões consecutivas ou 4 (quatro) alternadas no mês será desligado(a) do Studio de Treinamento Físico.

§1º Ficarão justificadas as ausências informadas com até 15 minutos antes da sessão de treinamento, relacionadas às impossibilidades de saída de suas atribuições ou por atestados médicos/declarações de saúde.

§2º As ausências por folgas ou férias não serão consideradas faltas, assim como pela falta de professor nos dias e horários estabelecidos pelo(a) trabalhador(a).

Art. 11. Em caso de desligamento do(a) trabalhador(a) das atividades realizadas no Studio de Treinamento Físico, a chefia será comunicada.

Art. 12. O período de permanência nas atividades desenvolvidas pelo Studio de Treinamento Físico será de 6 (seis) meses, podendo ser prorrogado por até 1 (um) ano, dependendo da necessidade de saúde de cada trabalhador e avaliação pela medicina do trabalho.

Art. 13. O(A) trabalhador(a) que encerrar o seu período de permanência no Studio de Treinamento Físico continuará sendo acompanhado(a) a cada 3 (três) meses nas consultas e avaliações físicas, e será orientado(a) a dar continuidade à prática do treinamento, por meio de uma prescrição de exercícios físicos.

CAPÍTULO V DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

Art. 14. A depender da lista de espera e da necessidade de saúde de cada trabalhador(a), ele (a)

poderá retornar as atividades desenvolvidas pelo Studio de Treinamento Físico após um período mínimo de **4 (quatro) meses** do seu desligamento.

Art. 15. O(A) empregado(a) que estiver em gozo de férias ou qualquer outro afastamento legal terá a sua atividade no Studio de Treinamento Físico suspensa, podendo retornar assim que voltar as suas atividades laborais.

Art. 16. O Studio de Treinamento Físico também poderá ser utilizado para o desenvolvimento do ensino e pesquisas científicas, preferencialmente com trabalhadores.

Art. 17. Os casos omissos serão tratados pela Divisão de Gestão de Pessoas em conjunto com a Gerência Administrativa.

(assinado eletronicamente)
ELIANE PEREIRA DA SILVA
Matrícula: 9350627
Superintendente do Hospital Universitário Onofre Lopes

**ANEXO I -
FORMULÁRIO DE LIBERAÇÃO PARA PARTICIPAÇÃO DO TRABALHADOR NO STUDIO DE
TREINAMENTO FÍSICO DO HUOL (50164743)**

NOME COMPLETO DO TRABALHADOR

LOTAÇÃO: () EBSEH () RJU - UFRN

HORÁRIO DE TRABALHO () diarista () plantonista diurno () plantonista noturno () escala mista - Descrever a carga horária semanal

PROGRAMA (S) QUE PARTICIPA:

- () Além do Peso:saúde em foco
- () Força em Movimento
- () Mãe Ativa

DIAS E HORÁRIOS ACORDADOS ENTRE O TRABALHADOR E A CHEFIA PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS NO STUDIO DE TREINAMENTO FÍSICO

- () SEGUNDA () TERÇA () QUARTA () QUINTA () SEXTA () DIAS PLANTÃO
- () 7:40H () 11H () 15H () 18H* exceto nas sextas

O horário de participação no Studio pode ser flexibilizado de acordo com a disponibilidade de atribuições do trabalhador e desde que não prejudique o serviço, e com ciência da chefia imediata. Então pode ser marcado mais de 1 horário.

Data ____ / ____ / ____

nome.....
local de lotação.....

nome.....
chefe do(a)

Esse documento tem validade de 6 meses a partir da data de assinatura, exceto em caso de remanejamento interno do trabalhador, que deverá ser preenchido pela nova chefia. Este formulário deverá ser tramitado por Processo SEI para a Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (Usost) para que o (a) trabalhador (a) possa ser cadastrado como participante do Studio de Treinamento Físico.



Documento assinado eletronicamente por **Eliane Pereira da Silva, Superintendente**, em 10/06/2025, às 16:27, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ebserh.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **50311807** e o código CRC **82E44DAB**.

Referência: Processo nº 23526.010261/2025-71 SEI nº 50311807