informativo

CEREST Registro

Centro de Referência em Saúde do Trabalhador de Registro • Edição nº 15 **Dezembro / 2021**

Cerest Registro reforça ações de prevenção à Covid com caminhoneiros

O CEREST Registro intensificou ações de atenção à saúde dos motoristas de caminhão que trafegam pela BR-116 na região, realizadas em parceria com o SEST SENAT. Também houve atividade em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Registro, em mais uma edição do Programa Saúde na Estrada. > PÁGINA 2

Urio Pioker: semeando a cultura da prevenção

O registrense Urio Pioker, tecnólogo em Segurança do Trabalho, fala sobre a importância de "semear" a cultura da prevenção em saúde junto aos trabalhadores. > PÁGINA 8

Ações educativas do CEREST pela região

Visitas de sensibilização, realização de palestras, rodas de conversa e distribuição de informativos fazem parte das atividades educativas do CEREST na região. > PÁGINAS 4 E 6

Projeto divulga e busca ampliar práticas integrativas na região

O projeto Promoção da Saúde e Práticas Integrativas e Complementares para os trabalhadores divulgou o Caderno de Resultados, com recomendações para ampliar a oferta das PICS na região. > PÁGINA 7

Livro resgata sentido do Cuidar

Exemplares do livro "Autocuidado: a dinâmica da Saúde Integral" foram entregues pelo CEREST a profissionais de saúde de Registro. > PÁGINA 7

Cerest participa de Congresso e Mostra Virtual de Vigilância em Saúde

O trabalho do CEREST Registro mereceu reconhecimento durante o evento online. Um E-book do Ministério da Saúde terá capítulo dedicado a esse trabalho. > PÁGINA 3

As gestantes e seus direitos no trabalho

A trabalhadora grávida tem o direito de se manter afastada do trabalho presencial enquanto durar a pandemia de Covid-19. Conheça outros direitos garantidos em lei para as gestantes no mundo do trabalho. > PÁGINA 8

CEREST CENTRO DE REFERÊNCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR DE REGISTRO

RENAST REDE NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DO TRABALHADOR

PREFEITURA DE REGISTRO

SUS

COVID-19

Cerest reforça ações de atenção à saúde de caminhoneiros durante a pandemia

Em mais um ano de vigência da emergência de saúde pública decorrente da pandemia da Covid-19, o Centro de Referência em Saúde do Trabalhador de Registro (CEREST) deu continuidade em 2021 às ações de prevenção e vigilância em saúde do trabalhador, atuando de forma educativa e orientativa para garantir proteção, segurança e saúde aos trabalhadores da região.

Entre os trabalhos intensificados pelo CEREST nesse período está a linha de atenção à saúde dos motoristas de caminhão que trafegam na Rodovia Régis Bittencourt (BR-116), um dos principais corredores rodoviários do País.

Técnicos do CEREST e SEST SENAT orientam motoristas sobre prevenção em saúde, com foco na COVID-19; trabalho também inclui testes gratuitos e distribuição de materiais informativos

Em parceria com o SEST-SENAT, foram realizadas diversas atividades em três semanas dos meses de agosto, setembro e novembro (23 a 27/08, 21 a 23/09 e 08 a 12/11/2021), em um posto de serviços da rodovia. No total, mais de 370 caminhoneiros receberam atendimento, com oferecimento de serviços como a aferição da pressão arterial e testes de glicemia, além de orientações sobre medidas de prevenção e cuidados sanitários relativos à Covid-19.

Materiais informativos foram distribuídos para reforçar as orientações sobre os cuidados a serem tomados para prevenir a doença e evitar o contágio, a importância da vacina e também como os motoristas devem proceder em caso de infecção pela Covid-19.

Nas atividades foi aplicado um questionário com o público participante para coleta de informações sobre a situação da categoria no mercado de trabalho e sua condição previdenciária, além de identificar o grau de conhecimento dos motoristas sobre as práticas e formas de prevenção à Covid-19, como eles se protegem para evitar o contágio, se conhecem os principais sintomas e implicações da doença e se perderam familiares ou pessoas conhecidas pela Covid. A pesquisa averiguou ainda a situação vacinal dos motoristas. Técnicos do CEREST Registro e do SEST-SENAT orientaram sobre a importância da imunização para aqueles que ainda não haviam completado o ciclo vacinal.

PARCERIA

Programa Saúde na Estrada realiza atendimentos na região

Equipes do CEREST e da Secretaria Municipal de Saúde de Registro participaram no dia 19 de outubro de mais uma edição do Programa Saúde na Estrada, promovido pela companhia Ipiranga e que oferece uma série de serviços gratuitos a caminhoneiros usuários da BR-116. Desenvolvido em todo o país há mais de 14 anos, o programa tem o objetivo de promover orientação educacional de trânsito aos motoristas e cuidados com a saúde do público das estradas e comunidades locais.

Equipes do CEREST e da Secretaria Municipal de Saúde de Registro participam de mais uma edição do programa que atende motoristas na BR-116

No posto de serviço escolhido como local do evento, os motoristas receberam orientações sobre a Covid-19, ISTs/AIDS, dengue, zoonoses, saúde do homem e do trabalhador, além de esclarecimentos sobre questões trabalhistas e previdenciárias, entre outros temas referentes à categoria profissional. O público prioritário do programa teve acesso à verificação da pressão arterial, testes de glicemia, avaliação nutricional e atendimento médico e odontológico. Na oportunidade os técnicos do CEREST distribuíram materiais informativos que promovem a saúde e a prevenção de doenças, além de dicas de segurança no trânsito e orientações sobre os direitos dos motoristas. A Covid-19 foi o foco das orientações dadas aos motoristas, com distribuição de material informativo específico sobre prevenção e cuidados para evitar a doença. Durante os atendimentos, os caminhoneiros responderam a um questionário aplicado pelo CEREST Registro para levantar as percepções da categoria sobre temas como mercado de trabalho, situação previdenciária e o grau de conhecimento dos caminhoneiros a respeito da Covid-19.

Expediente:

INFORMATIVO DO CENTRO DE REFERÊNCIA DE SAÚDE DO TRABALHADOR DE REGISTRO

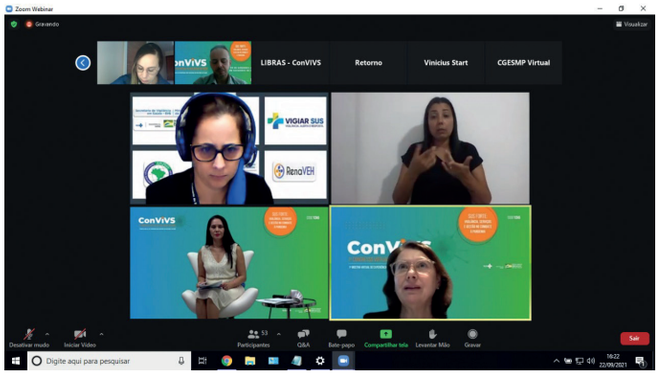
Edição: **MM Assessoria e Comunicação** | Jornalista responsável: **Margarete Micheletti** – DRT/MT 2201/09/04 | Projeto Gráfico e Diagramação: **Márcio Lima Leiautes**

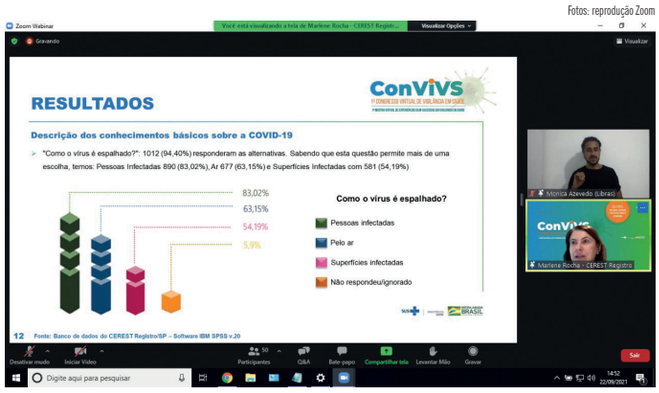
Impressão: **MD Vendas e Serviços** | Tiragem: **3 mil exemplares**

CONVIVS

CEREST participa de Congresso Virtual de Vigilância em Saúde

Fotos: reprodução Zoom





Durante o Congresso, experiência do CEREST Registro é apresentada na 1ª Mostra Virtual de Experiências Bem-Sucedidas em Vigilância em Saúde

A vigilância das coberturas de vacinas Covid-19 na população brasileira, pesquisas realizadas durante a pandemia e estratégias de enfrentamento das doenças e agravos não transmissíveis pós-pandemia. Esses foram alguns temas discutidos no 1º Congresso Virtual de Vigilância em Saúde (ConViVS), promovido pela Secretaria de Vigilância em Saúde (SVS), do Ministério da Saúde, em parceria com a Organização Pan-Americana de Saúde (Opas).

O encontro, direcionado para profissionais, gestores, comunidade acadêmica e pesquisadores em saúde, foi realizado entre setembro e novembro e contou com uma vasta programação sobre diversos assuntos relacionados à vigilância em saúde. O objetivo foi debater questões da vigilância em saúde no âmbito do enfrentamento da pandemia da Covid-19.

O CEREST Registro participou do evento e também apresentou o trabalho de atenção à saúde desenvolvido com condutores de caminhão na BR-116, durante a Mostra Virtual de Experiências Bem-Sucedidas em Vigilância em Saúde, realizada no decorrer do Congresso. A experiência do CEREST foi uma das selecionadas também para compor o E-book que será produzido pelo Ministério da Saúde sobre experiências bem-sucedidas em Vigilância em Saúde.

Durante o encerramento do Congresso, o secretário de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde, Arnaldo Medeiros, destacou a importância da produção e da troca de conhecimentos proporcionadas pelo evento. "Devido à pandemia, aprendemos a trabalhar de forma virtual. Essa troca de experiências foi extremamente interessante porque nos permitiu expandir a participação de todo o país de forma ampla e democrática", afirmou.

Realizado totalmente em formato virtual, o ConViVS alcançou uma repercussão positiva com o público-alvo do evento. Com uma média de 400 participantes por encontro – webinários e mostra de experiências – o congresso destacou-se como uma alternativa viável em tempos de pandemia. Foram 5.571 acessos durante o período de realização do congresso e 439 experiências inscritas na mostra virtual. Dessas, 25 foram selecionadas para apresentação e três experiências foram premiadas por meio de pontuação de jurados.

A 1ª Mostra Virtual de Experiências Bem-Sucedidas em Vigilância em Saúde, com o tema "SUS Forte: Vigilância, Serviços e Gestão no Combate à Pandemia" aconteceu durante o ConViVS. Foram apresentados 25 trabalhos dentre os 439 inscritos das cinco regiões do Brasil.

Os participantes mostraram trabalhos sobre alternativas de enfrentamento à pandemia de Covid-19, como soluções de informatização para a implementação dos protocolos de testagem de Covid-19; controle e transparência dos dados epidemiológicos em tempo real; uso de tecnologias de informação e comunicação no cenário de pandemia; e utilização da tecnologia digital como instrumento de intervenção psicológica em hospitais no tratamento da Covid-19.

(Com informações do Ministério da Saúde)

MOÇÃO DE APLAUSO

Vereador homenageia CEREST por participação em Congresso

O vereador de Registro, Renato Machado, foi o autor da Moção de Aplauso ao CEREST Registro apresentada na sessão da Câmara Municipal de 22 de novembro. Sob o número 88/2021, a Moção homenageou o "excelente trabalho desempenhado por todos os funcionários do Centro de Referência Regional em Saúde do Trabalhador - CEREST Registro", destacando a experiência intitulada "Atenção à Saúde de Condutores de Caminhões e COVID-19", selecionada pela Comissão Científica do 1º Congresso Virtual de Vigilância em Saúde (ConViVS) para participar da 1ª. Mostra Virtual de Experiências Bem-Sucedidas em Vigilância em Saúde: "SUS Forte: Vigilância, Serviços e Gestão no Combate à Pandemia". A mostra foi promovida pela Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde.

O documento foi apresentado em sessão virtual da Câmara de Registro e encaminhado ao CEREST.

RECONHECIMENTO

E-book do Ministério da Saúde mostrará trabalho do Cerest Registro

Como resultado da participação do Cerest na 1ª Mostra Virtual de Experiências Bem-Sucedidas em Vigilância em Saúde: "SUS Forte: Vigilância, Serviços e Gestão no Combate à Pandemia", o CEREST terá participação em um capítulo do E-book "Catálogo de Experiências Bem-Sucedidas", que será produzido pelo Ministério da Saúde. O CEREST apresentará sua experiência regional na publicação, que ainda não tem data para ser lançada, mas será colocada virtualmente à disposição de todos.

AÇÕES EDUCATIVAS

CEREST sensibiliza fisioterapeutas da região sobre importância de notificar doenças ocupacionais

Como parte da programação anual do CEREST, a equipe multiprofissional faz visitas aos setores de fisioterapias de todo o Vale do Ribeira para conscientizar a categoria e, consequentemente, seus pacientes, sobre a importância da notificação de doenças como as LER/DORT – Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho, responsáveis pelo afastamento ou aposentadoria de profissionais de diferentes áreas ao longo do tempo.

Nesse período, as visitas foram feitas às equipes de 15 municípios do Vale do Ribeira. Além das orientações, os técnicos do CEREST distribuem materiais informativos sobre o assunto.

ASPECTO LEGAL

No Brasil, bem como em vários outros países, a Lesão do Esforço Repetitivo é considerada uma doença ocupacional e, portanto, sua ocorrência deve ser reportada aos órgãos competentes. A Norma Regulamentadora número 17 (NR 17) estabelece várias recomendações ergonômicas relativas ao ambiente do trabalho, dentre elas a de que o trabalho efetivo de digitação não pode ultrapassar 5 horas por dia e que a cada 50 minutos de digitação deve haver uma pausa de 10 minutos.

A LER é uma lesão relacionada com a atividade da pessoa, e ocorre sempre que houver incompatibilidade entre os requisitos físicos da atividade ou tarefa e a capacidade física do corpo humano.

A LER instala-se lentamente no organismo humano e muitas vezes passa despercebida ao longo de toda uma vida de trabalho e, quando é percebida, já existe um severo comprometimento da área afetada.

A digitação intensa é uma das causas mais comuns da incidência da LER e é a que mais tem contribuído para o aumento do número de casos de doenças ocupacionais.

PREVENÇÃO

As medidas preventivas destinadas a evitar a LER provém de estudos da adaptação ou ajustamento do meio ambiente (trabalho ou lazer) às características psico-fisiológicas ou particularidades do corpo humano. Os resultados desses estudos permitem a elaboração de projetos e a adoção de medidas apropriadas para evitar que a pessoa exponha sua saúde ao realizar atividades necessárias para sua subsistência ou lazer.

(FONTE: **Ministério da Saúde**)

DICAS PARA EVITAR LESÕES:

– A cada uma hora de digitação, saia de sua cadeira e movimente-se;

– beba água regularmente ao longo do dia;

– tenha postura adequada: ombros relaxados, pulsos retos, costas apoiadas no encosto da cadeira;

– mantenha as plantas dos pés totalmente apoiadas no chão;

– mantenha um ângulo reto entre suas costas e o assento de sua cadeira;

– sua cadeira deve ser do tipo ajustável para sua altura em relação à mesa de trabalho, e seu encosto deve prover suporte integral para suas costas. O assento da cadeira deve se ajustar a você e nunca deverá tocar a parte interna de seus joelhos, pois se isto ocorrer poderá afetar a circulação do sangue em suas pernas. O apoio de braços para cadeira é ergonomicamente questionável, no entanto se desejá-los, certifique-se de que: os apoios não estão muito próximos ou muito afastados; muito baixos ou muito altos. A cadeira é uma das peças mais importantes na prevenção de lesões, portanto não justifica economizar algum dinheiro e adquirir algo deficientemente projetado;

– não utilize apoio de pulso durante a digitação, pois se assim o fizer estará correndo o risco de provocar compressão nos nervos de seu pulso (túnel do carpo); a digitação deve ser feita com os pulsos ligeiramente levantados. Os apoios de pulso são projetados para permitir o repouso confortável de seu pulso durante as "pausas";

– o monitor do computador deverá estar a uma distância mínima de 50 e máxima de 70 centímetros, ou de maneira prática a uma distância equivalente ao comprimento de seu braço. A regulagem da altura da tela deve ser tal que se situe entre 15 e 30 graus abaixo de sua linha reta de visão.

SAÚDE DO TRABALHADOR

A vigilância dos ambientes e dos processos de trabalho no Cerest

O trabalho e as condições em que ele é realizado podem constituir fatores determinantes para a ocorrência de doenças, agravos e óbitos. Dessa forma, a exposição dos trabalhadores a situações de risco nos ambientes de trabalho pode interferir no processo saúde-doença, refletindo no aumento da frequência de doenças e agravos, no surgimento precoce de certas patologias, ou potencializando a complexidade desses eventos.

Nesse sentido, a Vigilância em Saúde do Trabalhador, um dos componentes do Sistema Nacional de Vigilância em Saúde (SINAN), compreende "o conjunto de ações que visam promoção da saúde, prevenção da morbimortalidade e redução de riscos e vulnerabilidades na população trabalhadora, por meio da integração de ações que intervenham nas doenças e agravos e seus determinantes decorrentes dos modelos de desenvolvimento, de processos produtivos e de trabalho".

As principais atribuições do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador são: realizar a integração das práticas dos componentes da vigilância em saúde a partir da racionalidade epidemiológica na priorização das demandas e das respostas no território; fornecer apoio especializado e matriciamento em saúde do trabalhador para a Rede de Atenção à Saúde; realizar e disseminar ações para a manutenção de ambientes e processos de trabalho saudáveis e seguros; e articular ações intersetoriais de saúde do trabalhador no território.

A Vigilância em Saúde do Trabalhador contempla dois grandes eixos de ações: a vigilância epidemiológica das doenças e agravos relacionados ao trabalho; e a vigilância dos ambientes e processos de trabalho, com vistas a intervir nos fatores de risco ocupacionais e eliminar ou controlar doenças e agravos relacionados ao trabalho.

A vigilância dos ambientes e dos processos de trabalho (VAPT) é uma das ações de saúde do trabalhador com vistas a identificar os fatores e as situações de risco para doenças e agravos relacionados ao trabalho aos quais os trabalhadores podem estar expostos ao executar suas atividades laborais. É desenvolvida por meio de inspeções nos locais de trabalho; entrevistas com trabalhadores, empregadores, familiares; análise documental de prontuários, exames ocupacionais; e avaliação de documentos, como o Programa de Prevenção a Riscos Ocupacionais, Programa de Controle Médico e Saúde Ocupacional, Ficha de Informação de Segurança de Produtos Químicos, entre outros.

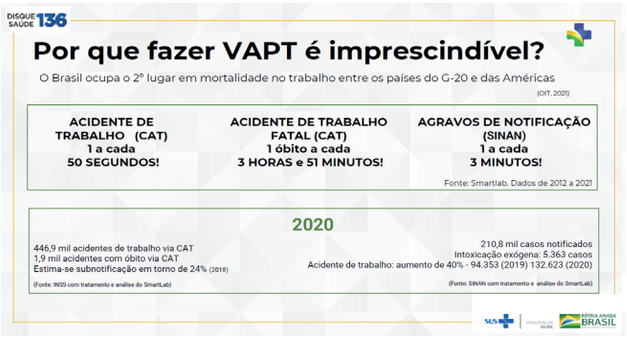
(FONTE: **Ministério da Saúde**)

Conheça as ações gerais de vigilância de ambientes e processos de trabalho:

- Identificação e análise das atividades laborais que apresentem risco de causarem doenças e agravos relacionados ao trabalho, como os acidentes de trabalho, incluindo os fatais e entre pessoas com idade abaixo de 18 anos;
- Realização de inspeções sanitárias em saúde do trabalhador de ambientes e processos de trabalho, para identificar e investigar in loco a presença de fatores e situações ocupacionais de riscos, analisar a relação das doenças e dos agravos com o trabalho e indicar medidas de promoção e de proteção da saúde dos trabalhadores em atividades com riscos associados, de forma participativa e territorializada;
- Articulação com outras vigilâncias em saúde (sanitária, epidemiológica e ambiental); demais serviços do Sistema Único de Saúde; e outros setores, como trabalho, meio ambiente, Previdência Social e áreas afins, no sentido de garantir maior eficiência das ações de Vigilância em Saúde do Trabalhador.

Saiba mais sobre a VAPT

O Centro de Referência Regional em Saúde do Trabalhador de Registro vem, desde sua fundação, realizando ações de Vigilância em Saúde do Trabalhador, dentre elas a Vigilância em Ambientes e Processos de Trabalho (VAPT), por meio da Inspeção Sanitária em Saúde do Trabalhador nas empresas urbanas e rurais.



(FONTE: **Ministério da Saúde**)

SINAN

Saiba o que é o Sistema de Informação de Agravos de Notificação

O conhecimento dos riscos e agravos à saúde relacionados ao trabalho é de fundamental importância para o planejamento das ações de assistência, de vigilância e de intervenção sobre os ambientes de trabalho. Assim, os sistemas para notificar/registrar casos de doenças e agravos relacionados ao trabalho são o Sistema de Informação de Agravos de Notificação (SINAN), do Ministério da Saúde, que tem objetivo epidemiológico e envolvem casos suspeitos e confirmados de relação com o trabalho, independentemente do vínculo de trabalho.

A notificação de doenças e agravos relacionados ao trabalho é compulsória e obrigatória para os médicos e outros profissionais de saúde ou responsáveis pelos serviços públicos e privados de saúde, que prestam assistência ao paciente, em conformidade com o art. 8º da Lei nº 6.259, de 30 de outubro de 1975. A notificação compulsória será realizada diante da suspeita ou confirmação de doença ou agravo. Portanto é necessário implementar, na Rede de Atenção à Saúde do SUS e na rede privada, a notificação compulsória dos agravos à saúde relacionados com o trabalho.

LISTA DOS ACIDENTES E AGRAVOS RELACIONADOS AO TRABALHO NOTIFICADOS PELO CEREST REGISTRO

1. Acidente de trabalho com exposição a material biológico;
2. Acidente de trabalho: grave, fatal e em crianças e adolescentes;
3. Acidente por animal peçonhento;
4. Intoxicação Exógena (por substâncias químicas, incluindo agrotóxicos, gases tóxicos e metais pesados);
5. Câncer Relacionado ao Trabalho;
6. Dermatose Ocupacional;
7. Lesões por Esforços Repetitivos / Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho / LER DORT;
8. Perda Auditiva Induzida por Ruído – PAIR;
9. Pneumoconioses relacionadas ao trabalho;
10. Transtornos mentais relacionados ao trabalho;
11. Violência Interpessoal/ Autoprovocada.

CAMPANHA

Novembro Azul: rodas de conversa sensibilizam sobre cuidados com a saúde

A Secretaria Municipal da Saúde de Registro promoveu em novembro atividades no âmbito da Campanha Novembro Azul, com o intuito de sensibilizar para os cuidados com a saúde masculina, principalmente sobre a incidência de câncer de próstata e a importância do diagnóstico precoce da doença. O Cerest Registro participou de uma roda de conversa que aconteceu no Bosque Municipal e realizou outra roda de conversa com o público masculino no auditório do Cerest.

Além do câncer de próstata, as rodas de conversa também versaram sobre doenças que causam os agravos da saúde de trabalho e outros tipos de câncer ligados ao trabalho. Aos participantes que demonstraram dúvidas sobre a possibilidade de ter uma das doenças e agravos foi aconselhada a realização dos exames o quanto antes.

Roda de conversa no Bosque Municipal de Registro trata da importância do cuidado com a saúde e da prevenção às doenças

ESTATÍSTICA

O câncer de próstata, tipo mais comum entre os homens, é a causa de morte de 28,6% da população masculina que desenvolve neoplasias malignas. No Brasil, um homem morre a cada 38 minutos devido ao câncer de próstata, segundo os dados mais recentes do Instituto Nacional do Câncer (Inca).

PREVENÇÃO E TRATAMENTO

A única forma de garantir a cura do câncer de próstata é o diagnóstico precoce. Mesmo na ausência de sintomas, homens a partir dos 45 anos com fatores de risco, ou 50 anos sem estes fatores, devem ir ao urologista para conversar sobre o exame de toque retal, que permite ao médico avaliar alterações da glândula, como endurecimento e presença de nódulos suspeitos, e sobre o exame de sangue PSA (antígeno prostático específico). Cerca de 20% dos pacientes com câncer de próstata são diagnosticados somente pela alteração no toque retal. Outros exames poderão ser solicitados se houver suspeita de câncer de próstata, como as biópsias, que retiram fragmentos da próstata para análise, guiadas pelo ultrassom transretal.

A indicação da melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos, como estado de saúde atual, estadiamento da doença e expectativa de vida. Em casos de tumores de baixa agressividade há a opção da vigilância ativa, na qual periodicamente se faz um monitoramento da evolução da doença intervindo se houver progressão da mesma.

PREVENÇÃO

Cerest Registro participa da campanha #CHOQUENAO

Campanha sensibiliza sobre importância da prevenção a acidentes com eletricidade

Segurança com a rede elétrica foi tema de palestra durante a campanha

Levantamentos indicam que choques elétricos matam duas pessoas por dia no Brasil

O Cerest Registro, em parceria com a Elektro, promoveu uma série de ações durante a Campanha #CHOQUENAO, que visa reduzir o número de choques elétricos, ocorrências que matam duas pessoas por dia no Brasil, conforme levantamento da própria concessionária. A parceria resultou em ações em diversas partes do Estado no dia 26 de novembro, considerado o "Dia D" de combate a acidentes com eletricidade.

Os dados da Abracopel – Associação Brasileira de Conscientização para os Perigos da Eletricidade confirmam que, no ano de 2018, 721 pessoas perderam suas vidas em acidentes de origem elétrica. Destas, 622 mortes foram por choque elétrico, o que representa quase duas mortes por dia.

Entre os locais de maior incidência destes acidentes, as residências se destacam, bem como a área da construção civil. Os acidentes ocorridos dentro de residências somaram 209 mortes em 2018. Além das mortes por choque elétrico dentro de casa, os incêndios originados por sobrecarga e/ou curtos-circuitos vêm traçando uma ascendência alarmante: em 2015 foram 441 incêndios, em 2016, o crescimento continuou com 448 casos de incêndios, 2017 registrou 451 incêndios e, em 2018, o número saltou para 537. Mas o mais impressionante é que as mortes neste tipo de acidente estão crescendo ainda mais, se em 2016 e 2017 as mortes giravam em torno de 30, em 2018 subiram para 61, um aumento de 100%. Outro dado importante: cerca de 90% destas mortes ocorreram dentro de casa.

Na construção civil, os acidentes vitimam os profissionais do setor: pedreiros, serventes e pintores são as maiores vítimas. Segundo a Abracopel, em 2018 ocorreram 145 acidentes envolvendo estes profissionais, sendo 63 pedreiros ou ajudantes com 37 mortes. Os pintores e ajudantes vêm em seguida com 44 ocorrências, sendo 24 delas, fatais.

As causas destas mortes são, na maioria das vezes, por imprudência, falta de uso de equipamentos de segurança, os chamados EPIs e os EPCs. O manuseio de ferragens dentro das obras e a falta de atenção, tocando o metal na rede aérea ainda vitima muitos profissionais.

Mas existem também mortes com os chamados 'pedreiros de final de semana', que chamam um ou dois amigos e vão fazer aquela 'reforminha' em casa: um puxadinho, um acerto no telhado, enfim: o resultado, infelizmente, é o toque na rede ou o manuseio errado de equipamentos energizados e o choque, que muitas vezes, é fatal.

Em tempos de redes sociais, em que grandes mobilizações acontecem dentro do ambiente virtual, as entidades, organizações e empresas agrupadas em torno do "DIA D", utilizaram a hastag: #CHOQUENAO em suas várias publicações.

PROMOÇÃO À SAÚDE

PICS: projeto indica ações para ampliar práticas integrativas em saúde na região

Ampliar a divulgação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) para usuários, profissionais e gestores da saúde, oferecer atendimentos em PICS para os trabalhadores da saúde, elaborar protocolos e fluxos de atendimento em PICS nas unidades básicas de saúde, promover espaços de discussão de casos atendidos com PICS e organizar formação e capacitação em PICS para os profissionais da rede estão entre as principais recomendações propostas pelo projeto "Promoção da Saúde e Práticas Integrativas e Complementares para os trabalhadores da área de abrangência do CEREST Registro", realizado ao longo de um ano na região.

As recomendações integram o Caderno de Resultados do projeto, elaborado sob a coordenação da prof. Dra. Mariana Cabral Schveitzer (UNIFESP) e de Marlene Rocha, coordenadora do CEREST Registro. A publicação traz também a linha do tempo das diversas atividades desenvolvidas e a análise dos resultados obtidos com o projeto. Além do caderno, o projeto também elaborou quatro folders sobre as PICS e produziu o guia "Como fazer Chá" e 13 vídeos informativos sobre as práticas integrativas.

O projeto teve como objetivo promover a Saúde utilizando as Práticas Integrativas e Complementares como estratégia de cuidado em saúde para os trabalhadores da região e foi resultado de uma parceria entre o Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST Registro), a Secretaria Municipal de Saúde de Registro e o Grupo de Pesquisas CUIDAR da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP). As ações envolveram profissionais de saúde, gestores e usuários dos serviços de saúde.

Publicação traz os principais resultados e recomendações do projeto

PICS NO VALE DO RIBEIRA

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são terapias oferecidas no SUS desde 2006, de forma complementar ao tratamento convencional. Baseadas na proposta de cuidado integral, colaboram na promoção do autocuidado, na prevenção de doenças e agravos, e na redução de sintomas físicos e mentais. A Política Nacional de PICS prevê a possibilidade de oferta pelo SUS, de forma integral e gratuita, de 29 PICS à população.

Levantamento feito pelo projeto no sistema DATASUS mostra que as PICS totalizaram apenas 0,013% dos procedimentos ambulatoriais realizados nos serviços de saúde do Vale do Ribeira, no período de janeiro de 2008 a março de 2020, o que evidencia, segundo a equipe coordenadora, a necessidade de ampliar a divulgação e a promoção das PICS na região bem como a importância de garantir o registro adequado dessas atividades no sistema. O levantamento aponta ainda que, dentre as 29 PICS que podem ser oferecidas à população, pouco mais de uma dezena estão entre os procedimentos mais registrados no Vale, destacando-se a Acupuntura, Terapia Comunitária Integrativa, Tratamento Naturopático e Práticas Corporais em Medicina Tradicional Chinesa.

Tendo como metodologia a realização de entrevistas, a aplicação de questionários para avaliar o Índice de Bem-Estar dos trabalhadores, a organização de grupos focais e o desenvolvimento de histórias de vida, o projeto reuniu informações sobre os benefícios das PICS para o cuidado à saúde, a influência positiva da oferta das PICS na atenção básica, além de levantar os principais desafios para implementação das PICS e as possíveis soluções para as dificuldades encontradas.

SAÚDE INTEGRAL

Livro aborda Autocuidado e Práticas Integrativas

Uma oportunidade para aprofundar o conhecimento sobre as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) é o livro "Autocuidado: a dinâmica da Saúde Integral", lançado em setembro de 2021 pela Editora Epígrafe. As autoras são as irmãs Fernanda Cabral Schveitzer - médica, professora e pesquisadora especialista em Medicina do Trabalho, e Mariana Cabral Schveitzer - enfermeira, pós-doutora e professora do Departamento de Medicina Preventiva da Escola Paulista de Medicina da UNIFESP. Ambas cultivam o interesse pelas múltiplas abordagens de cuidado e saúde.

De acordo com as autoras, o propósito do livro é resgatar o significado do cuidar, com o intuito de ajudar as pessoas a compreenderem o que se deve considerar para alcançar o autocuidado e a saúde integral. O livro apresenta um método para organizar o autocuidado a partir de quatro etapas: Encontrar-Acolher-Movimentar-Recomeçar. A proposta é que o leitor qualifique seu autocuidado e possa aplicar o método no cotidiano, em benefício do próprio bem-estar e das pessoas com quem convive ou a quem assiste profissionalmente.

A Prof. Dra. Mariana Cabral Schveitzer coordenou, pelo Grupo de Pesquisas CUIDAR da UNIFESP, as ações do Projeto Promoção da Saúde e Práticas Integrativas e Complementares (PICS), desenvolvido em parceria com o CEREST Registro na região do Vale do Ribeira (ver matéria nesta página). Na publicação, Mariana agradece aos integrantes do Grupo CUIDAR e aos profissionais de saúde pelo espaço aberto para sua atuação com PICS. Logo após o lançamento do livro "Autocuidado: a dinâmica da Saúde Integral" a autora presenteou o CEREST Registro com alguns exemplares. As unidades foram entregues a profissionais de saúde de Registro.

Cerest fez a entrega dos livros a profissionais de saúde de Registro que participaram do projeto

HOMENAGEM

Urio Pioker: técnico destaca importância da cultura da prevenção e segurança no trabalho

Tecnólogo em Segurança do Trabalho, formado em engenharia civil e recém-iniciando o curso de Administração de Empresas, o registrense Urio Pioker atua desde julho de 2002 na área da saúde do município. Inicialmente como agente de vigilância sanitária, depois como coordenador da Vigilância Sanitária de Registro, função que ocupou até janeiro de 2017, quando começou a trabalhar no CEREST Registro na área da vigilância em saúde do trabalhador.

Entre outras ações que desenvolve, ele cita as inspeções nos ambientes de trabalho para averiguação das condições em que os trabalhadores se encontram nesses espaços, a partir de denúncias ou de demandas do Ministério Público do Trabalho.

Para ele, um dos desafios enfrentados no trabalho é a conscientização para a importância da prevenção e segurança nas questões relacionadas à vida laboral. "Não é tarefa fácil conscientizar tanto o empregador quanto o trabalhador de que talvez eles só consigam ver a médio e longo prazos os benefícios de todas as medidas protetivas que adotarem agora no ambiente de trabalho, em termos de qualidade de vida para eles e suas famílias", explica. E exemplifica com a situação de trabalhadores expostos diariamente a agrotóxicos, sem a utilização de medidas de proteção, como os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs). "Daqui a 15 ou 20 anos esse trabalhador poderá ser diagnosticado com câncer, por exemplo, mas ele não consegue fazer o link da doença com a atividade laboral dele ao longo do tempo".

O técnico considera fundamentais as atividades de formação e capacitação que realiza junto com a equipe técnica da entidade. Ele diz que nessas atividades são importantes também os depoimentos de trabalhadores que sofreram acidentes ou outros agravos nos ambientes de trabalho. "Nada melhor para sensibilizar os participantes do que os relatos de pessoas que sofreram o mesmo problema ou estão na mesma condição".

Urio Pioker apresenta trabalho do CEREST na 7ª Mostra de Experiências em Saúde do Trabalhador/SP

Faltando pouco tempo para se aposentar, Urio Pioker acredita que ao longo de sua trajetória profissional ajudou a plantar pequenas mudinhas na área da prevenção. "As sementes que plantamos hoje não dão frutos no imediato, mas nosso trabalho cotidiano ajuda a criar uma cultura prevencionista na comunidade". E finaliza compartilhando uma mensagem que gosta de usar nas atividades formativas com os trabalhadores: "Você é a ferramenta mais valiosa para a empresa. Tenha consciência de que a sua vida pode ser substituível para a empresa, mas é insubstituível para sua família. Por isso, valorize a sua vida. Evite acidentes".

DIREITOS NO TRABALHO

Lei garante à gestante afastamento do trabalho presencial durante a pandemia

Em vigor desde o dia 13 de maio de 2021, a Lei Federal nº 14.151 garante à empregada grávida o afastamento do trabalho presencial durante o período da pandemia de Covid-19. A empregada deverá ficar à disposição para exercer as atividades em seu domicílio, por meio de teletrabalho, trabalho remoto ou outra forma de trabalho à distância. A norma estabelece ainda que a substituição das atividades presenciais pelo trabalho remoto deverá ocorrer sem redução de salário.

A lei busca proteger as gestantes, consideradas grupos de risco para a Covid-19 por serem mais vulneráveis às complicações da doença. Técnicos do CEREST Registro estão atentos à lei e, ao longo dos últimos meses, atenderam solicitações de investigação de denúncias de não cumprimento da norma em 07 empresas urbanas e rurais da região.

É bem clara a norma no que diz respeito à sua destinatária: a empregada gestante que executa trabalhos presenciais, excluindo, por exemplo, a trabalhadora avulsa e a trabalhadora autônoma.

CONHEÇA MAIS DIREITOS DAS GESTANTES

Estabilidade provisória	Artigo 10 da CF/88	Proíbe a dispensa arbitrária e sem justa causa da funcionária gestante, desde quando se confirma a gravidez, até 5 meses após o parto.
Reintegração ou indenização	Artigo 10 da CF/88	A mulher que descobre a gravidez após uma demissão sem justa causa possui direito à reintegração de sua atividade profissional. Por meio dessa garantia, busca-se proteger a mulher e sua criança, uma vez que não será fácil encontrar um novo emprego estando grávida.
Realocação de função	Artigo 394-A da CLT	Para as mulheres que atuam em atividades que ofereçam risco para a sua saúde ou a da criança. Aqui, essa regra também se aplica à lactante.
Dispensa para consultas médicas	Artigo 392 da CLT	Ausentar-se do local de trabalho em razão do seu pré-natal e demais acompanhamentos necessários na gravidez, bastando apenas apresentar o atestado médico ao RH da empresa.
Licença-maternidade	Artigo 392 da CLT	Trata-se do período remunerado de 120 dias em que a mulher permanece afastada do trabalho após ganhar seu bebê, e deve ter início a partir do 28º dia antes do parto. A trabalhadora adotante (que adotar ou obtiver guarda judicial de uma criança) também tem direito à licença-maternidade. Um ponto muito importante para observação: as empresas cadastradas no Programa Empresa Cidadã devem conceder 180 dias de licença-maternidade — 120 dias pagos pela Previdência Social e 60 dias pagos pela empresa.
Ampliação do período de repouso	Artigo 392, § 2º da CLT	A solicitação de prorrogação da licença-maternidade após o nascimento do bebê, mas saiba que não basta um simples atestado para justificar a ampliação do afastamento. A prorrogação depende da excepcionalidade do caso, como em situações que envolvam risco para a criança e a mãe.
Salário-maternidade	Artigo 18 da Lei nº 8.213/1991	É a remuneração que a gestante ou adotante recebe durante a licença. A segurada que possui vínculo empregatício com carteira assinada deve solicitar o salário-maternidade diretamente com seu empregador. Para quem é contribuinte individual, facultativo ou segurado especial, o benefício deve ser solicitado pelo MEU INSS. Em casos de aborto espontâneo ou permitido por lei, a segurada tem acesso ao benefício por 14 dias.
Intervalos para amamentação	Artigo 396 da CLT	Para amamentar seu filho, inclusive se advindo de adoção, até que este complete 6 (seis) meses de idade, a mulher terá direito, durante a jornada de trabalho, a 2 (dois) descansos especiais de meia hora cada um.