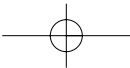
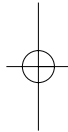
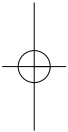
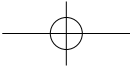




Segurança e Saúde no Trabalho



**Ministério
da Educação**



Apresentação

Ao longo de sua história, o Brasil tem enfrentado o problema da exclusão social que gerou grande impacto nos sistemas educacionais. Hoje, milhões de brasileiros ainda não se beneficiam do ingresso e da permanência na escola, ou seja, não têm acesso a um sistema de educação que os acolha.

Educação de qualidade é um direito de todos os cidadãos e dever do Estado; garantir o exercício desse direito é um desafio que impõe decisões inovadoras.

Para enfrentar esse desafio, o Ministério da Educação criou a Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização e Diversidade – Secad, cuja tarefa é criar as estruturas necessárias para formular, implementar, fomentar e avaliar as políticas públicas voltadas para os grupos tradicionalmente excluídos de seus direitos, como as pessoas com 15 anos ou mais que não completaram o Ensino Fundamental.

Efetivar o direito à educação dos jovens e dos adultos ultrapassa a ampliação da oferta de vagas nos sistemas públicos de ensino. É necessário que o ensino seja adequado aos que ingressam na escola ou retornam a ela fora do tempo regular: que ele prime pela qualidade, valorizando e respeitando as experiências e os conhecimentos dos alunos.

Com esse intuito, a Secad apresenta os *Cadernos de EJA: materiais pedagógicos para o 1.º e o 2.º segmentos do ensino fundamental de jovens e adultos*. “Trabalho” será o tema da abordagem dos cadernos, pela importância que tem no cotidiano dos alunos.

A coleção é composta de 27 cadernos: 13 para o aluno, 13 para o professor e um com a concepção metodológica e pedagógica do material. O caderno do aluno é uma coletânea de textos de diferentes gêneros e diversas fontes; o do professor é um catálogo de atividades, com sugestões para o trabalho com esses textos.

A Secad não espera que este material seja o único utilizado nas salas de aula. Ao contrário, com ele busca ampliar o rol do que pode ser selecionado pelo educador, incentivando a articulação e a integração das diversas áreas do conhecimento.

Bom trabalho!

Secretaria de Educação Continuada,
Alfabetização e Diversidade – Secad/MEC

Sumário

TEXTO

1. Os riscos de cada jornada	
2. Equipamentos de proteção individual	8
3. O direito dos passivos	12
4. Ambiente tem de ser saudável	13
5. Dinheiro com gosto de sangue	14
6. As CIPAS são portas de entrada	18
7. Proteger é de lei	19
8. Local de risco	20
9. O templo da saúde	21
10. Ler/Dort: fatores de risco	22
11. Na forma da lei	23
12. Reunião de OIT/UNAIDS sobre AIDS e o mundo do trabalho na América	28
13. Na corda bamba	26
14. Os males do barulho	28





15. Pioneers go first	29
16. Foram-se os dedos	30
17. Modelo mexicano	32
18. Completely beneficial	37
19. Na construção civil, o perigo é a dermatose causada pelo cimento	38
20. Mercedes Benz promove acordo mundial pela saúde do trabalhador	41
21. Pacto contra o regime de escravidão	42
22. Leis nós temos	44
23. A saúde na sociedade 24 horas	46
24. Responsabilidade, a parte da empresa	47
25. A voz do corpo	48
26. O que é assédio moral no trabalho?	50
27. Índios do Xingu ameaçados por DST, diabetes e obesidade	52
28. Sóbria decisão	56
29. Fora, amianto!	63

TEXTO 1

Riscos do ambiente de trabalho

OS RISCOS DE CADA JORNADA

*De acordo com o Ministério do Trabalho, os perigos
no ambiente laboral podem ser classificados em cinco tipos*

Foto: Celso Junior / AE

RISCOS E SEUS AGENTES

1 Risco de acidente

Qualquer fator que coloque o trabalhador em situação vulnerável e possa afetar sua integridade e seu bem-estar físico e psíquico. São exemplos de risco de acidente: as máquinas e equipamentos sem proteção, probabilidade de incêndio e explosão, arranjo físico inadequado, armazenamento inadequado, etc.

2 Risco ergonômico

Qualquer fator que possa interferir nas características psicofisiológicas do trabalhador, causando desconforto ou afetando sua saúde. São exemplos de risco ergonômico: levantamento de peso, ritmo de trabalho excessivo, monotonia, repetitividade, postura inadequada, etc.

3 Risco físico

Consideram-se agentes de risco físico as diversas formas de energia a que possam estar expostos os trabalhadores, tais como: ruído, calor, frio, pressão, umidade, radiações ionizantes e não-ionizantes, vibração, etc.

4 Risco químico

Consideram-se agentes de risco químico as substâncias, compostos ou produtos que possam penetrar no organismo do trabalhador pela via respiratória, na forma de poeiras, fumos, gases, neblinas, névoas ou vapores, ou que sejam, pela natureza da atividade, de exposição, possam ter contato com o organismo ou ser absorvidos por ele através da pele ou por ingestão.

5 Risco biológico

Consideram-se agentes de risco biológico bactérias, vírus, fungos, parasitos, entre outros.

Extraído de www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/lab_virtual/tipos_de_riscos.html

EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Todo trabalhador tem direito a dispositivos que preservem sua integridade física

Considera-se EPI, para os fins de aplicação desta Norma, todo dispositivo de uso individual destinado a preservar e proteger a integridade física do trabalhador.

O empregador rural é obrigado a fornecer, gratuitamente, EPI adequados ao risco e em perfeito estado de conservação e funcionamento nas seguintes circunstâncias:

- a) sempre que as medidas de proteção coletiva forem tecnicamente inviáveis ou não oferecerem completa proteção contra os riscos de acidentes de trabalho e/ou doenças profissionais;
- b) enquanto as medidas de proteção coletiva estiverem sendo implantadas;
- c) para atender a situações de emergência.

Atendidas as peculiaridades de cada atividade, o empregador rural deve fornecer aos trabalhadores os seguintes EPI:

I - Proteção da cabeça:

- a) capacete de segurança contra impactos provenientes de queda ou projeção de objetos;
- b) chapéu de palha de abas largas e cor clara para proteção contra o sol, chuva, salpicos, etc.;
- c) protetores de cabeça impermeáveis e resistentes nos trabalhos com produtos químicos.



II - Proteção dos olhos e da face:

- a) protetores faciais destinados à proteção contra lesões ocasionadas por partículas, respingos, vapores de produtos químicos e radiações luminosas intensas;
- b) óculos de segurança para trabalhos que possam causar ferimentos provenientes do impacto de partículas, ou de objetos pontiagudos ou cortantes;
- c) óculos de segurança contra respingos para trabalhos que possam causar irritação e outras lesões decorrentes da ação de líquidos agressivos;
- d) óculos de segurança contra poeira e pólen.

III - Proteção auditiva:

Protetores auriculares nas atividades em que o ruído seja excessivo.

IV - Proteção das vias respiratórias:

- a) respiradores com filtros mecânicos para trabalhos que impliquem produção de poeira;
- b) respiradores e máscaras de filtro químico para trabalhos com produtos químicos;
- c) respiradores e máscaras de filtros combinados (químicos e mecânicos) para atividades em que haja emanção de gases e poeiras tóxicas;
- d) aparelhos de isolamento, autônomos ou de adução de ar para locais de tra-

Texto 2 / Normas de segurança

balho onde o teor de oxigênio (O_2) seja inferior a 18% (dezoito por cento) em volume.

V - Proteção dos membros superiores:

Luvas e/ou mangas de proteção nas atividades em que haja perigo de lesões provocadas por:

- a) materiais ou objetos escoriantes, abrasivos, cortantes ou perfurantes;
- b) produtos químicos tóxicos, alergênicos, corrosivos, cáusticos, solventes orgânicos e derivados de petróleo;
- c) materiais ou objetos aquecidos;

- d) operações com equipamentos elétricos;
- e) tratos com animais, suas vísceras e detritos e na possibilidade de transmissão de doenças decorrentes de produtos infecciosos ou parasitários;
- f) picadas de animais peçonhentos.

VI - Proteção dos membros inferiores:

- a) botas impermeáveis e com estrias no solado para trabalhos em terrenos úmidos, lamacentos, encharcados ou com dejetos de animais;
- b) botas com biqueira reforçada para trabalhos em que haja perigo de queda de

materiais, objetos pesados e pisões de animais;

- c) botas com cano longo ou botina com perneira onde existam animais peçonhentos;
- d) perneiras em atividades nas quais haja perigo de lesões provocadas por materiais ou objetos cortantes, escoriantes ou perfurantes;
- e) calçados impermeáveis e resistentes em trabalhos com produtos químicos;
- f) calçados de couro para as demais atividades.

VII - Proteção do tronco:

Aventais, jaquetas, capas e outros para proteção nos trabalhos em que haja perigo de lesões provocadas por:

- a) riscos de origem térmica;
- b) riscos de origem mecânica;
- c) riscos de origem meteorológica;
- d) produtos químicos.

VIII - Proteção contra quedas com diferença de nível:

Cintas e correias de segurança.

Os EPI e roupas utilizados em tarefas em que se empregam substâncias tóxicas ou perigosas serão rigorosamente higienizados e mantidos em locais apropriados, onde não possam contaminar a roupa de uso comum do trabalhador e seus familiares.

Compete ao empregador rural, exigir de seus subcontratantes de mão-de-obra, quanto aos EPI:

- a) instrução e conscientização do trabalhador quanto ao uso adequado;
- b) substituição imediata do equipamento danificado ou extraviado;
- c) responsabilidade pela manutenção e esterilização.

Compete ao trabalhador:

- a) usar obrigatoriamente os EPI indicados para a finalidade a que se destinarem;
- b) responsabilizar-se pela danificação dos EPI, que pode ser ocasionada pelo uso inadequado ou fora das atividades a que se destinam, bem como pelo seu extravio.

Compete aos órgãos regionais do Ministério do Trabalho:

- a) orientar os empregadores e trabalhadores rurais quanto ao uso dos EPI, quando solicitados ou em inspeção de rotina;
- b) fiscalizar o uso adequado e a qualidade dos EPI.

O Ministério do Trabalho poderá determinar o uso de outros EPI, quando julgar necessário.

Extraído de http://www.ceset.com.br/dbf/ler/NRR_41.pdf

O DIREITO DOS PASSIVOS

Cigarro no trabalho é insalubridade e pode dar direito a adicional

Renato Pompeu



O artigo 192 da Consolidação das Leis do Trabalho garante adicional de até 40 por cento do salário no caso de o ambiente de trabalho ser insalubre. Nos últimos anos, juristas têm considerado que o trabalhador não-fumante tem direito a esse adicional, no caso de o fumo ser permitido no local de trabalho.

Os médicos há décadas constataram que os chamados fumantes passivos, isto é, aqueles que aspiram a fumaça emitida pelos cigarros, charutos e cachimbos e pelos pulmões daqueles que, estando no ambiente, efetivamente fumam, correm o risco de sofrer todos os males provocados pelo tabaco, a partir do câncer do pulmão até ataques cardíacos. Entre fumantes e não-fumantes, morrem por ano no mundo, segundo estatísticas da Organização Mundial de Saúde, 3 milhões de pessoas, por causa de males causados pelo tabagismo.

Os não-fumantes, ou fumantes passivos, correm riscos até maiores do que os fumantes, pois inalam a fumaça saída imediatamente da ponta do cigarro, sem passar pelo filtro que fica na boca do fu-

mante, e assim recebem substâncias ainda mais perigosas do que o próprio fumante.

O artigo 192 da Consolidação das Leis do Trabalho foi originalmente concebido para os casos de insalubridade provocados por substâncias tóxicas oriundas da matéria-prima ou que surgem a partir das alterações físico-químicas provocadas pelo processo de trabalho. Também foi concebido para o caso de ambientes de trabalho naturalmente insalubres, como minas subterrâneas cheias de gases tóxicos, ou ambientes em que há riscos de explosão. Afinal, quando a CLT entrou em vigor, nos anos 1940, ainda não havia consciência dos riscos em que incorrem os fumantes passivos – na verdade nem estava prevista a insalubridade causada por agrotóxicos, sejam fertilizantes, sejam pesticidas. Atualmente, porém, muitos juristas consideram que o tabagismo passivo está incluído na insalubridade e dá direito ao adicional de salário.

Renato Pompeu é escritor e jornalista.

AMBIENTE TEM DE SER SAUDÁVEL

Washington Novaes

Vivem dizendo que os atuais padrões de produção e consumo no mundo são insustentáveis, que estão muito acima da capacidade da biosfera terrestre de repor os recursos naturais consumidos. Também se diz que é insustentável a atual concentração de renda no mundo, com apenas 20 por cento de toda a população da Terra, aqueles que habitam os países industrializados, detendo 80 por cento da renda do planeta. Tudo isso representa a mais grave crise no mundo de hoje.

Há, entretanto, um ângulo dessa discussão que só agora está começando a aparecer, mas que já envolve alguns setores sociais no Brasil, principalmente na área sindical. É a que trata da sustentabilidade dos recursos humanos, que são as pessoas que integram o mercado de trabalho.

Pergunta-se, por exemplo, quais os efeitos da exigência de uma produtividade cada vez maior sobre a saúde de trabalha-

dores. Também se quer saber quais as conseqüências da instalação no Brasil de empresas poluidoras que são impedidas de funcionar em seus países de origem e aqui encontram as facilidades de uma legislação ou fiscalização que não funcionam direito. Quais as conseqüências para a população do fato de alguns Estados oferecerem vantagens a empresas poluidoras para se instalarem em seus territórios? Quais as conseqüências sociais de as empresas restringirem cada vez mais a admissão de trabalhadores a partir de determinada idade? (Algumas já não contratam ninguém com mais de 30 anos.)

É uma discussão difícil, principalmente no momento em que as empresas lutam para permanecer num mercado altamente competitivo. Mas é preciso criar regras para proteger as pessoas. Sem elas, não haverá quem consuma. Nem quem produza.

*Washington Novaes, Jornalista, é supervisor geral do Repórter Eco e consultor de meio ambiente da TV Cultura - SP.
Extraído de <http://www.tvcultura.com.br>*

DINHEIRO COM GOSTO DE SANGUE

Érico Verissimo



Atravessou o pátio interno da fábrica. Os grandes pavilhões de concreto pareciam estremecer ao ritmo das máquinas. Eugênio ouviu aquela pulsação surda que lhe sugeria o bater dum enorme coração subterrâneo. Ela lhe dava uma vaga angústia, causava-lhe um indefinível temor: dir-se-ia a aflição dum homem que sente no subsolo o agitar-se duma subumanidade que trabalha com silêncio seus propósitos de destruição. O atroar das máquinas era um ruído ameaçador.

O escritório lhe pareceu mais frio e convencional que nos outros dias. Sentou-se à mesa, abriu uma das gavetas, remexeu nos papéis... Não encontrando os que procurava, chamou a secretária, uma rapariga magra de ar cansado.

– Boa tarde, D. Ilsa. Alguém me procurou?

– Não senhor, ninguém.

– Onde estão aquelas folhas que vão para o Ministério do Trabalho?

– Na gaveta do centro.

Tornou a abrir a gaveta e encontrou os papéis.

– Tem razão, cá estão eles.

Pô-los em cima da mesa, tomou da caneta.

– A senhora anda muito pálida e com jeito de cansada.

Por que não tira umas férias?



Assinava os papéis automaticamente, sem revisá-los. Sentia agora um interesse fraternal pela secretária. A criatura tinha um jeito encolhido de passarito doente.

– E a dor nas costas... ainda não passou?

– Às vezes, quando me deito, ela vem.

– Deve ser da posição em que fica quando escreve à máquina. Precisa cuidar-se, D. Jisa.

A moça sorria, meio constrangida.

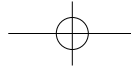
Eugênio se perguntava a si mesmo o que era que de repente o fazia assim tão solícito, tão atencioso, como um irmão mais velho. concluiu que era porque tinha pena da moça: pena de todos os que sofriam. Por um breve instante se sentiu reconciliado consigo mesmo. Entretanto seu eu puro e implacável lhe cochichou que se ele se demonstrava assim fraternal para com a secretária e para com os outros empregados da fábrica era para com essa atitude comprar a cumplicidade, a boa vontade e a simpatia deles. Porque todos ou quase todos sabiam da sua situação de inferioridade naquela firma. Não passava dum manequim, dum autômato que assinava papéis preparados pelos que realmente entendiam do negócio, pelos que trabalhavam de verdade mas que no entanto, em questões de ordenado, se achavam muito abaixo dele. Aquela gente sabia que ele ali era apenas o marido da filha do patrão. E, mostrando-se benevolente e atencioso, ele como que procurava comprar-lhes pelo menos a tolerância, já que a simpatia não era possível.

Escreveu o nome com raiva, a pena rasgou o papel, um pingo de tinta saltou e espalhou-se no centro da folha. A secretária avançou com a prensa de mata-borrão.

– Obrigado.

O telefone tilintou. Eugênio levantou o fone ao ouvido.

– Alô! Aqui fala Eugênio. (Tinha escrúpulos de dizer “doutor” Eugênio, podia parecer um acinte aos que não eram formados, ou uma exibição vaidosa) – Quem?... ah!...



Texto 5 / Acidentes de trabalho

Ficou escutando em silêncio, enquanto seu rosto se enevoava numa expressão de contrariedade.

Repôs o fone no lugar e ergueu-se. No pavilhão nº 3, o chefe das máquinas o esperava. Tinha apanhado um de seus homens a escrever imoralidades numa das paredes do laboratório. Queria que Eugênio visse com seus próprios olhos. Tratava-se dum operário chamado Galvez, que já estivera preso como agitador comunista: Era um sujeito perigoso – garantia o chefe das máquinas –, um tormento de desordem.

Eugênio encaminhou-se para o pavilhão nº 3. Ia contrariado. Tinha horror a questões daquela natureza, era-lhe desagradável tratar com o pessoal da fábrica, resolver pendências, dar conselhos, aplicar sanções... Seria mil vezes melhor viver longe de todas aquelas coisas!

– Galvez é um patife! – disse o homem com os lábios apertados. – Venha ver.

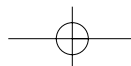
Seu rosto era uma máscara de pedra.

– Onde está ele?

Entrou. Deu três passos sobre o chão de cimento do pavilhão. E, como ao sinal dum invisível e cruel contra-regra que estivesse apenas esperando a sua entrada em cena, algo de pavoroso aconteceu.

– Galvez! – berrou o alemão.

Sua voz, que tinha uma qualidade metálica, soou acima do surdo matraquear das máquinas. Eugênio olhou na direção em que o outro lançara o grito. E viu, horrorizado, que a polia grande de uma das máquinas naquele instante apanhava o corpo dum operário. Ouviu-se um grito agudo. O corpo rodopiou enrolado na polia e depois, como um boneco de pano, foi lançado ao ar, caindo longe no meio de outras máquinas. Houve um momento de atarantamento. De todos os lados partiam exclamações. O alemão precipitou-se para a tábua dos comutadores e puxou a chave geral. As máquinas pararam. O silêncio que se seguiu gelou o



sangue de Eugênio. Os homens correram numa só direção. Trouxeram depois um corpo ensangüentado e o puseram aos pés de Eugênio, como se – deus cruel – ele tivesse pedido aquele sacrifício. Fazendo um enorme esforço para vencer o tremor das pernas, ele se inclinou. Não havia mais nada a fazer. O crânio do operário estava todo esfacelado, seu rosto absolutamente irreconhecível. O corpo perdera quase a forma humana. No chão ao redor do cadáver, se formava uma poça de sangue.

O pavor estrangulava aqueles homens, reduzindo-os ao silêncio. Os olhos do chefe das máquinas se conservaram frios e seu rosto era uma máscara inumana de pedra.

Quando tornou a sentar-se à sua mesa, Eugênio teve a impressão de que saíra dali não apenas havia vinte minutos mas sim vinte anos. Sentia-se mais velho, mais cansado e amargurado. Ficou com os cotovelos fincados na mesa, as mãos segurando o rosto, a olhar fixamente para o tinteiro. Do pátio interno chegava até ele, através das janelas, um rumor de vozes.

– Mandem tocar de novo as máquinas – disse o gerente.
– Não podemos ficar parados. Tempo é ouro.

Ouro... Por que era que os homens não se esqueciam nunca do ouro? Ouro lhe lembrava outra palavra: sangue. Tempo também era sangue. Ouro se fazia com sangue.

Trecho do livro Olhai os Lírios do Campo, Porto Alegre, Globo, 1981.



AS CIPAS SÃO PORTAS DE ENTRADA

A CIPA, Comissão Interna de Prevenção de Acidentes, é velha conhecida dos trabalhadores brasileiros. Foi criada em novembro de 1944, por ato do Presidente Getúlio Vargas. Ao longo desses mais de sessenta anos, muita coisa mudou no Brasil, mas na estrutura de funcionamento das CIPAs, quase nada.

No dia-a-dia, os “cipeiros” eleitos pelos companheiros encontram muitas barreiras para desenvolver suas funções, mas, apesar dos problemas impostos pela lei e pelos patrões, devem continuar procurando utilizar a Cipa como instrumento de organização e de melhores condições de trabalho e saúde. Para isso é fundamental:

- Que os cipeiros eleitos trabalhem em conjunto e de forma organizada em torno dos principais objetivos.
- Que nunca trabalhem rachados, pois a desunião enfraquece a luta.
- Que façam um planejamento de trabalho, para cada mandato, pois ele é muito curto e sem organizar o trabalho não se obtêm conquistas.



- Que os cipeiros vão as reuniões bem preparados, com clareza dos problemas que serão discutidos: devem organizar a pauta de reivindicações e discutir os problemas por ordem de prioridade.
- Que os funcionários tomem cuidado para não se deixar envolver por falsas promessas de solução dos problemas que os cipeiros indicados costumam fazer. Não esquecer que eles representam os interesses da empresa.
- Que o cipeiro acompanhe a investigação dos acidentes e levante suas possíveis causas. Isto também é válido quando houver suspeita ou diagnóstico de doenças.
- Os cipeiros devem ter em mente que foram eleitos pelos companheiros de trabalho para representá-los. Por isso, é fundamental discutir com eles e encaminhar suas reivindicações.

Sem o apoio dos colegas, os cipeiros não têm força para negociar com a empresa. Buscar informação e assessoria no sindicato também é importante.

Extraído de Livro da CIPA, publicação da FUNDACENTRO – MTE.

PROTEGER É DE LEI

O equipamento individual, em certos casos, é obrigatório

Por que usar EPI?

EPI (Equipamento de Proteção Individual) são ferramentas de trabalho que visam proteger a saúde do trabalhador rural que utiliza produtos fitossanitários,

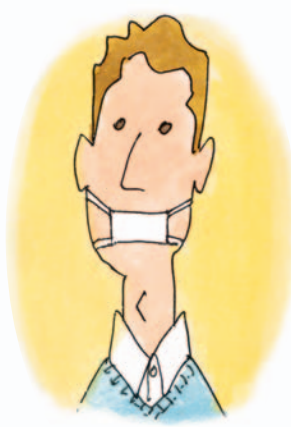
reduzindo os riscos de intoxicações. O uso de EPI é uma exigência da legislação trabalhista brasileira e o seu cumprimento poderá acarretar processos, além de multas aos infratores.

AS VIAS DE EXPOSIÇÃO SÃO:



INALATÓRIA

► NARIZ



ORAL

► BOCA



OCULAR

► OLHOS



DÉRMICA

► PELE

Ilustração: Alcy

A função básica dos EPI é proteger o organismo do produto tóxico, minimizando o risco de contaminação. Intoxicação du-

rante o manuseio ou a aplicação de produtos fitossanitários é considerada acidente de trabalho.

Extraído e adaptado de <http://www.andeef.com.br/epi/>



Os trabalhadores passam a ter voz ativa na análise dos perigos típicos de seu ambiente profissional

Durante muito tempo acreditou-se que o problema dos acidentes e doenças relacionados ao trabalho era assunto para engenheiros de segurança, médicos, gerentes e outros especialistas. Pensava-se que só eles tinham conhecimento para analisar os riscos e propor soluções. Nessa visão, os trabalhadores seriam meros e passivos coadjuvantes, apenas para fornecer informações ou se submeter aos exames e responder perguntas aos médicos. Isso quando não eram acusados como responsáveis pelos acidentes...

Obviamente, essa falsa visão não interessa aos trabalhadores, embora ainda hoje esteja presente em muitas empresas. A análise dos riscos nos locais de trabalho deve contar com a vivência, o conhecimento e a participação dos trabalhadores, já que são eles que realizam o trabalho cotidiano e sofrem seus efeitos. Portanto, são eles os mais indicados para identificar, eliminar e controlar os riscos.

Extraído de www.instcut.org.br/pub3.htm
Série: Cadernos de Saúde do Trabalhador - Nº3

O TEMPLO DA SAÚDE

Nosso corpo é uma máquina perfeita, mas exige manutenção



Já diz a sabedoria popular que nosso corpo é nosso maior tesouro. E o povo sabe muito. O nosso corpo é nossa morada e nossa melhor ferramenta. A ciência ensina que ele é uma máquina perfeita, feito para durar e funcionar por muito tempo. Comer, andar, correr, dançar, nadar no rio ou no mar, tomar chuva de vez em quando, descansar e dormir são cuidados importantes que devemos ter para que esta máquina funcione de maneira equilibrada e supra suas próprias necessidades.

Sentimentos, sensações e atitudes não estão fora de nosso corpo. Eles têm funções diferentes e sustentam a vida tanto quanto a respiração, a digestão ou a circulação de nosso sangue. O corpo é bom para trabalhar, para brincar, para descansar, para amar, para estar com outro corpo. E, evidentemente, ninguém vive sem um corpo!

Nosso tesouro, morada, máquina é sempre bonito.

Estar de bem com ele é sinal de muita saúde..



Trecho do livro Crianças em Férias - Alcides P. da Fonseca - Quatá - SP, 1943, citado em CUT – Todas as Letras, Caderno do Educando.

LER / DORT: FATORES DE RISCO



O uso excessivo
do teclado pode
causar LER/DORT

***O Ministério da Saúde adverte:
repetir movimentos sem pausas causa inflamação***

LER/DORT significa *lesão por esforço repetitivo e distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho*. A sigla foi criada para identificar um conjunto de doenças que atingem músculos, tendões e membros superiores (dedos, mãos, punhos, antebraço, braços e pescoço). São inflamações provocadas por atividades do trabalho que exigem movimentos manuais repetitivos, continuados, rápidos ou vigorosos, durante um longo período de tempo.

Não há uma causa única e determinada para a ocorrência de LER/DORT – vários fatores podem contribuir para seu surgimento: repetitividade de movimentos, manutenção de posturas inadequadas

por tempo prolongado, esforço físico, invariabilidade de tarefas, pressão mecânica sobre determinadas partes do corpo, trabalho muscular estático, choques e impactos, vibração, frio etc.

Outros fatores, como exigência de ritmo intenso de trabalho, conteúdo das tarefas, pressão, autoritarismo das chefias e avaliação de desempenho baseados em produtividade também favorecem o aparecimento de LER/DORT. Entretanto, para que esses fatores sejam considerados como de risco, é preciso observar sua intensidade, duração e frequência.

Extraído do Protocolo de Investigação, Diagnóstico, Tratamento e Prevenção de LER / DORT. Ministério da Saúde / 2000 – pg. 10.

NA FORMA DA LEI

Empresa é condenada a indenizar trabalhadora com LER/DORT

Uma funcionária da empresa CMR – Indústria e Comércio Ltda. entrou com reclamação na 1ª Vara do Trabalho de Jundiaí, SP, pedindo indenização por danos morais e materiais pela doença que adquiriu no trabalho. Condenada em 1ª instância, a empresa recorreu ao Tribunal Regional do Trabalho alegando que não teve culpa pela doença da trabalhadora.

Para a empresa, a empregada não era submetida a ritmo acelerado de trabalho, já que cumpria jornada semanal de 36 a 40 horas. Mas a empresa foi condenada pelo Tribunal a pagar uma indenização de R\$ 50 mil à trabalhadora.

O juiz da 5ª Câmara do Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região – Campinas, SP, deu a seguinte sentença:

O empregador é obrigado a conceder aos empregados intervalos extras para descanso quando as atividades exigirem movimentos repetitivos. Também deve permitir e exigir que seus funcionários reali-



Foto: Sebastião Moreira / AE

zem exercícios de alongamento e respiratórios, a fim de evitar a LER/DORT (distúrbio osteomuscular relacionado ao trabalho). Não adotando essas medidas, a empresa deverá indenizar o funcionário por danos morais e materiais pela doença adquirida em decorrência do trabalho realizado.

A perícia realizada concluiu que a funcionária adquiriu LER/DORT no braço esquerdo, o que limitou a força e execução de movimentos repetitivos, e que por isso ela ficou impedida de desempenhar o seu trabalho de costureira.

Para o juiz, a empresa agiu com culpa, pois, embora soubesse que a atividade exigia movimentos repetitivos, não incluiu nenhuma pausa extra, o que poderia evitar os efeitos maléficos do trabalho desenvolvido.

Extraído de www.observatoriosocial.org.br/portalcontent/view/759/112/



Foto: Dida Sampaio / AE

REUNIÃO DE OIT/UNAIDS SOBRE AIDS E O MUNDO DO TRABALHO NA AMÉRICA

A Organização Internacional do Trabalho, OIT, está propondo que se intensifique nos locais de trabalho a mobilização contra o HIV/AIDS na América Latina e no Caribe.

“Precisamos de mobilização, mobilização e mais mobilização”, disse o diretor-geral da OIT, Juan Somavia. “Nosso desafio é fazer com que o local de trabalho seja um local de proteção, prevenção, atenção e esperança no coração da resposta ao HIV e à AIDS.”

Cerca de 2 milhões de pessoas vivem com o vírus na América Latina e 600 mil morreram nos últimos 20 anos. A estimativa é de que cerca de 500 pessoas contraem o vírus diariamente na região, conforme informação divulgada no encontro “AIDS e o mundo do trabalho na América Latina e no Caribe”, realizado em Brasília em 2005.

“O local de trabalho é um reflexo da sociedade”, disse Somavia, acrescentando que “a lógica do compromisso da OIT é clara: a pandemia golpeia com maior força os indivíduos em idade produtiva”. Segundo dados divulgados na reunião, no mundo, 36 milhões de pessoas em idade produtiva estão afetadas pelo HIV/AIDS.

Na reunião se discutiu sobre a maneira de abordar o tema HIV/AIDS no local de trabalho. Foram discutidas ações que poderão ser levadas adiante por governos, empregadores e trabalhadores.

Desde 2000 existe o Programa OIT/AIDS, que cuida especialmente de enfrentar os desafios gerados pela pandemia no local de trabalho e que atualmente coopera com os esforços nacionais em mais de 40 países.

Para Somavia, um desafio fundamental é lutar contra a discriminação – um dos princípios da Agenda de Trabalho Decente promovida pela Organização –, de forma a garantir a vida laboral de pessoas afetadas e seu acesso a um tratamento adequado: “É possível contribuir para eliminar o medo, a desconfiança, o estigma e a discriminação”.

As ações no local de trabalho também são consideradas fundamentais para intensificar a prevenção por meio da educação e de medidas práticas de apoio aos trabalhadores e proporcionar atenção e tratamento.

Extraído de www.oitbrasil.org.br/news/nov/ler_nov.php?id=1439

Para maiores informações sobre OIT/AIDS: **www.ilo.org/aids**

TEXTO 13

Ambiente de trabalho



Ilustração: Alcy

NA CORDA BAMBA

As ameaças ao equilíbrio emocional do trabalhador

A pesquisa "Assédio Moral no Trabalho: Impactos sobre a Saúde dos Bancários e sua Relação com Gênero e Raça", realizada pelo Sindicato dos Bancários de Pernambuco em 2006, apontou que mais de 40% dos bancários de todo o país sofrem agressões morais no trabalho e quase um terço dos trabalhadores do setor se diz estressado. Foram ouvidos 2.609 trabalhadores e trabalhadoras de bancos públicos e privados de todo o país.

De acordo com o estudo, as agressões duram quase o ano todo: metade dos casos ocorre várias vezes por semana. A maior queixa é de que "o chefe o enche de trabalho". Outras situações descritas: "O chefe prejudica sua saúde"; "Dá instruções confusas e imprecisas"; "Pede trabalhos urgentes sem nenhuma necessidade".

Entre as 20 situações colocadas como

agressivas, estão também: "chefe falar mal de você em público"; "proibir seus colegas de falar/almoçar com você"; "forçar você a pedir demissão" e "insinuar e fazer correr boato de que você está com problema mental ou familiar". Esta última é a situação mais frequente entre as mulheres. Já para os entrevistados do sexo masculino é o fato de o chefe "não lhe dar qualquer ocupação".

De acordo com os pesquisadores, a violência moral é "a exposição do trabalhador a situações constrangedoras com objetivo de desestabilizar a relação no ambiente de trabalho, diminuir a auto-estima e atentar à dignidade da pessoa". A diferença entre a falta de educação e o assédio moral, é "usar de valores culturais, sexuais ou que deixem a pessoa fragilizada para humilhá-la, para atingir a dignidade".

SUICÍDIO

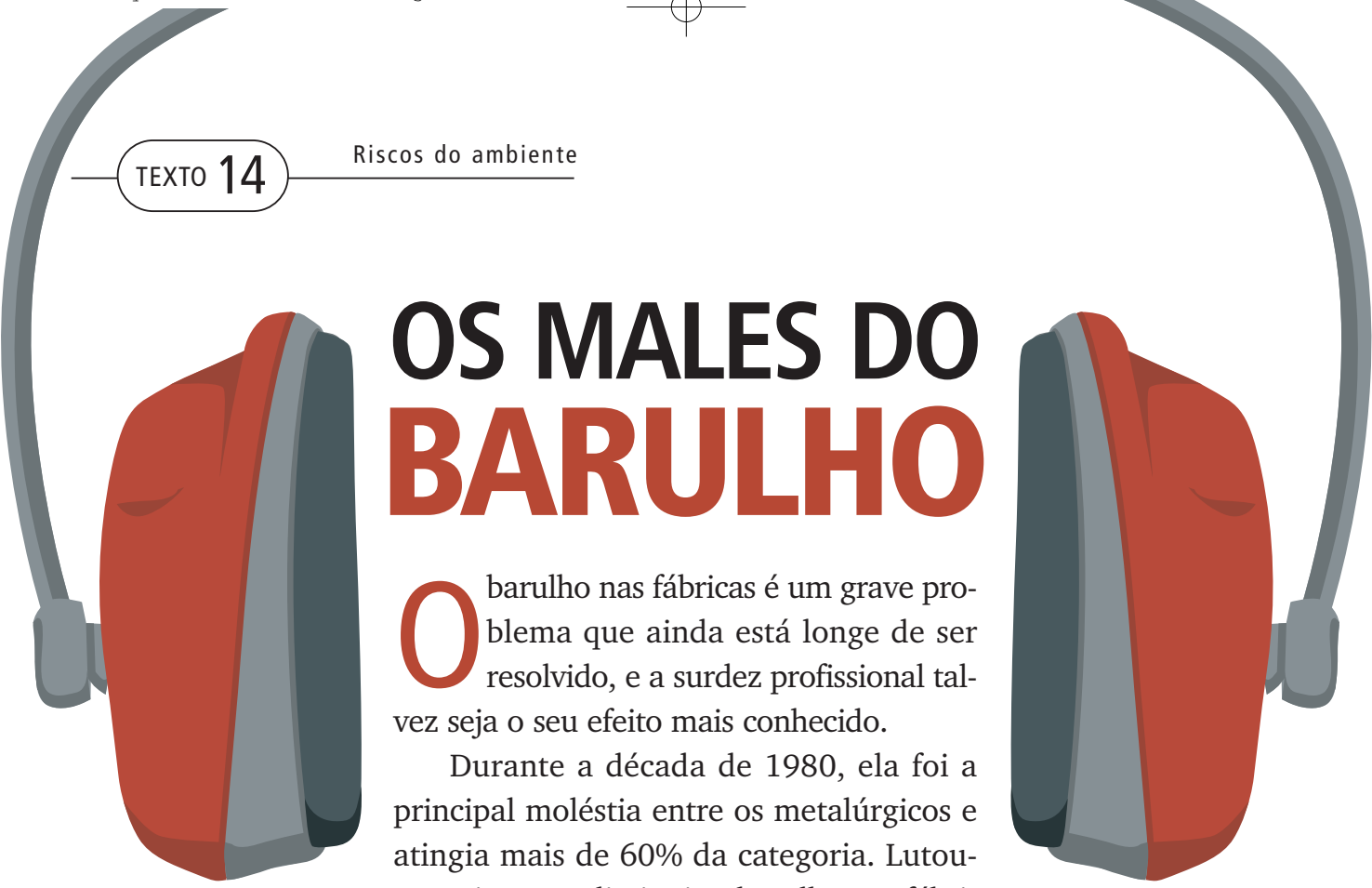
A pesquisa também mostra que 4,37% dos bancários já pensaram em suicídio devido à pressão emocional que sofrem no trabalho. "Tremores nas mãos", "falta de apetite" e "chorar mais do que de costume" foram outros itens mencionados.

A principal consequência relatada pelas vítimas é nervosismo, tensão ou preocupação. Em menor escala, o bancário dorme mal, se cansa com facilidade, se sente triste, tem dores de cabeça, dificuldade para realizar com satisfação suas atividades, sente-se cansado o tempo todo, tem sensações desagradáveis no estômago e má digestão.

Os sintomas de depressão muitas vezes aparecem porque a pessoa pensa que a culpa é dela, está com esse peso e não consegue distinguir o que é erro dela e o que é do chefe.

Mais da metade das mulheres e um pouco menos dos homens entrevistados se dizem estressados. Diferentemente do esperado, boa parte das agressões morais sofridas pelos bancários no ambiente de trabalho não são feitas pelo chefe. Ele continua sendo o maior agressor, mas não o único. Os colegas, inclusive os subordinados, são apontados por boa parte dos entrevistados.

Fonte ► <http://www.cut.org.br/>



OS MALES DO BARULHO

O barulho nas fábricas é um grave problema que ainda está longe de ser resolvido, e a surdez profissional talvez seja o seu efeito mais conhecido.

Durante a década de 1980, ela foi a principal moléstia entre os metalúrgicos e atingia mais de 60% da categoria. Lutou-se muito para diminuir o barulho nas fábricas, e esse esforço, somado às novas tecnologias, permitiu uma sensível redução do número de casos da doença. O uso obrigatório de protetores auditivos, por exemplo, contribuiu para essa redução.

Coração em perigo

Uma pesquisa realizada com quatro mil pacientes cardíacos, na Alemanha, levou à conclusão de que homens que vivem ou trabalham em ambientes muito barulhentos correm um risco 50% maior que os demais de sofrer ataques cardíacos. Para as mulheres, o risco é triplicado. Os pesquisadores concluíram que os problemas cardíacos são causados pela maior liberação de hormônios ligados ao estresse provocado pelo barulho.

Normas não são seguras

É interessante notar que a maior parte das ocorrências de problemas cardíacos foi em trabalhadores de empresas com níveis de ruído próximos dos 85 decibéis – considerados saudáveis pelas normas internacionais de segurança e saúde. Mas se mesmo assim estão colaborando para o aumento dos riscos cardíacos, sua segurança deve ser reavaliada pelos responsáveis pelas normas.

Extraído de http://www.smabc.org.br/mostra_materia.asp?id=6199



PIONEERS GO FIRST

The United Kingdom laws were the inspiration for other countries

Workers' health and safety

All workers, whether they are permanent staff, agency or contractors, need to be aware of issues that affect their health and safety at work.

These web pages are about helping workers become more aware of the health and safety issues that affect them and their responsibilities, so they can play their part in improving health and safety in the workplace.

Did you know that:

- all workers have a right to work in places where risks to their health and safety are properly controlled? The primary responsibility for this is down to the employer.
- workers have a right to join and be represented by a trade union?

- both workers and employers have a legal responsibility to look after health and safety at work together?
- workers who contribute to health and safety at work are safer and healthier than those who do not?



GLOSSARY

whether. se

health. saúde

become. tornar-se

aware of. consciente(s) de

improving. melhorar

to join. unir-se

trade union. sindicato

both. ambos; tanto um quanto o outro

Fonte ► <http://www.hse.gov.uk/workers/>

FORAM-SE OS DEDOS

O operador de máquinas João Roque Correia Neto, de 20 anos, teve quatro dedos da mão esquerda esmagados quando operava uma calandra sem proteção (sensor) na Usimatic, em São Bernardo, no dia 5 de maio de 2006. Apesar de imediatamente levado por companheiros ao hospital, João teve amputados os dedos anular e médio nesta semana.

O trabalhador era contratado pela Premium Serviços Temporários Terceirizados e estava apenas há dois meses na Usimatic. Seu contrato venceria dia 12. Casado, pai de um filho de três meses e com o aluguel atrasado, o metalúrgico reclama que não recebe qualquer ajuda da empresa ou da agência sequer para comprar remédio.

“O ferimento dói pra caramba e piora com todo esse frio. Eles passaram uns comprimidos mais fortes, mas não tenho dinheiro para comprar”, reclama João,

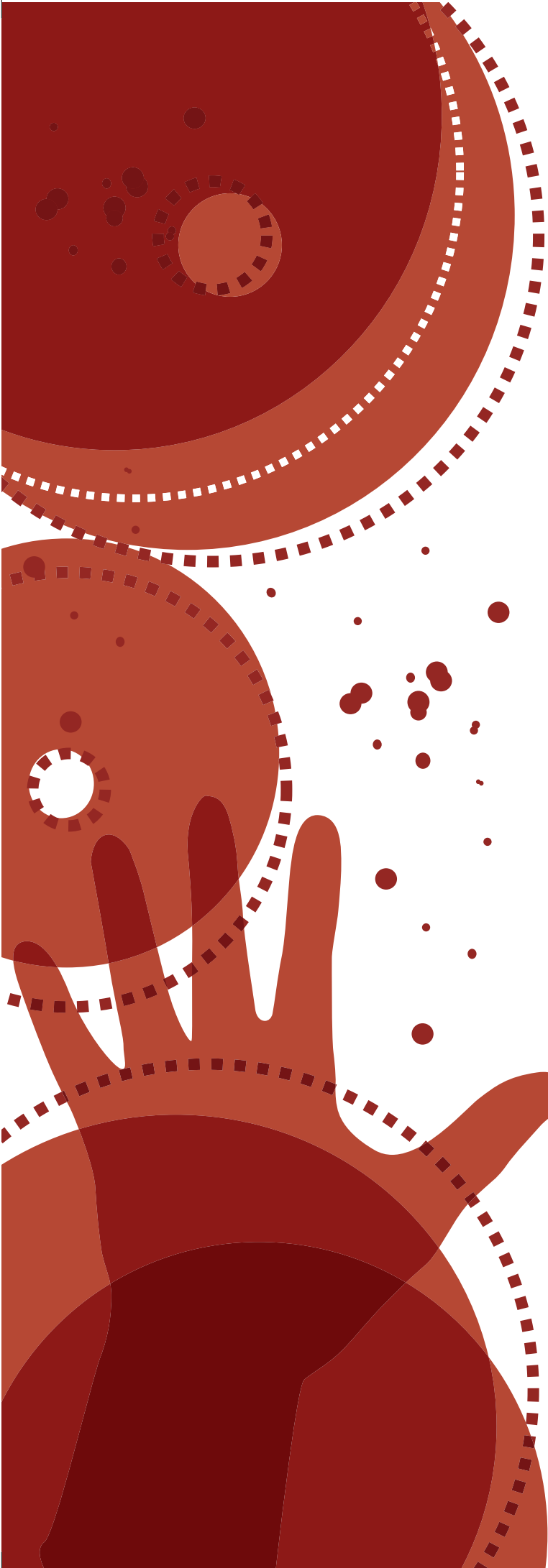
que recebe pouco mais de R\$ 500,00 e está gastando cerca de R\$ 400,00 em medicamentos.

“Se o pessoal na fábrica não fizesse uma vaquinha e meu pai não ajudasse no aluguel não sei como seria”, conta. “A empresa e a agência ficam me jogando de um lado para outro sem resolver nada”, protesta ele.

Sobre a perda dos dedos, João revela que está tentando se conformar. “Sei que vou ficar muito abalado. Não tem dinheiro no mundo que pague. Ainda mais agora, que estou no começo da carreira”, lamenta.

O diretor do Sindicato, José Paulo Nogueira, disse que a luta agora é para garantir a João todos os direitos previstos na convenção coletiva e na legislação. “A fábrica tem de assumir suas responsabilidades”, avisa.

“Era previsível que este acidente com o João iria acontecer. O pior é que ele



poderia ter sido evitado”. O autor da denúncia é Clayton Luciano, do CSE na Usimatic. Ele conta que, quando a máquina foi instalada, a empresa foi informada pela CIPA de que a falta do sensor poderia provocar algum acidente.

“O problema é que a Usimatic é omissa na questão da segurança do trabalhador, eles só querem produção”, prossegue Clayton. Ele mesmo perdeu quatro falanges de uma mão em uma prensa. Só depois do acidente a empresa trocou as máquinas. “O técnico de segurança é sobrinho do patrão e só faz o que a empresa manda, nunca escuta o cipeiro”, diz o membro do CSE. Outra crítica é a jornada absurdamente longa que os encarregados obrigam os trabalhadores a cumprir. “Eles ameaçam com demissão quem não fizer horas extras. O acidente de agora ocorreu por esse excesso de pressão”, afirma Clayton.

João teve os dedos esmagados às 3h30 da manhã, quando seu horário é das 13h40 às 22h. Mesmo assim estava sozinho, aumentando o estresse da longa jornada. Quando esticou a mão para pegar a peça, encostou no cilindro da calandra. A máquina puxou sua mão e triturou os dedos.

Se a calandra tivesse um sensor funcionando como deveria, o acidente com o rapaz não teria acontecido.

Trecho extraído da Tribuna Metalúrgica do ABC. Terça-feira, 30 de maio de 2006. Publicação do Sindicato dos Metalúrgicos do ABC.

MODELO MEXICANO

las normas para las Comisiones de Seguridad e Higiene en el Trabajo son muy rigurosas

CONCEPTOS BÁSICOS DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO

Seguridad en el Trabajo es el conjunto de acciones que permiten localizar y evaluar los riesgos, y establecer las medidas para prevenir los accidentes de trabajo.

La seguridad en el trabajo es responsabilidad compartida tanto de las autoridades como de empleadores y trabajadores.

Cuando se presenta un accidente en la empresa intervienen varios factores como causas directas o inmediatas de los mismos.

Estos pueden clasificarse en dos grupos:

a) Condiciones Inseguras:

Se refieren al grado de inseguridad que pueden tener los locales, la maquinaria, los equipos, las herramientas y los puntos de operación.

b) Actos Inseguros:

Es la causa humana que actualiza la situación de riesgo para que se produzca el accidente. Esta acción lleva aparejado el incumplimiento de un método o norma de seguridad, explícita o implícita, que provoca dicho accidente.

Las condiciones inseguras más frecuentes son:

- Estructuras o instalaciones de los edificios y locales deteriorados, impropiedades diseñadas, construidas o instaladas.
- Falta de medidas de prevención y protección contra incendios.
- Instalaciones en la maquinaria o equipo impropiedades diseñadas, construidas, armadas o en mal estado de mantenimiento.
- Protección inadecuada, deficiente

o inexistente en la maquinaria, en el equipo o en las instalaciones.

- Herramientas manuales, eléctricas, neumáticas y portátiles, defectuosas o inadecuadas.
- Equipo de protección personal defectuoso, inadecuado o faltante.
- Falta de orden y limpieza.
- Avisos o señales de seguridad e higiene insuficientes, faltantes o inadecuados.

Los actos inseguros más frecuentes que los trabajadores realizan en el desempeño de sus labores son:

- Llevar a cabo operaciones sin previo adiestramiento.
- Operar equipos sin autorización.
- Ejecutar el trabajo a velocidad no indicada.
- Bloquear o quitar dispositivos de seguridad.
- Limpiar, engrasar o reparar maquinaria cuando se encuentra en movimiento.
- Realizar acciones de mantenimiento en líneas de energía viva, sin bloqueo.
- Viajar sin autorización en vehículos o mecanismos.
- Transitar por áreas peligrosas.
- Sobrecargar plataformas, carros, montacargas, etc.
- Usar herramientas inadecuadas.
- Trabajar sin protección en lugares peligrosos.
- No usar el equipo de protección indicado.
- Hacer bromas en el sitio de trabajo.

Los factores que pueden propiciar la ocurrencia de la condición o del acto inseguro, como causas indirectas o mediatas de los accidentes son:

1 La falta de capacitación y adiestramiento para el puesto de trabajo, el desconocimiento de las medidas preventivas de accidentes laborales, la carencia de hábitos de seguridad en el trabajo, problemas psicosociales y familiares, así como conflictos interpersonales con los compañeros y jefes.

2 Características personales: la confianza excesiva, la actitud de incumplimiento a normas y procedimientos de trabajo establecidos como seguros, los atavismos y creencias erróneas acerca de los accidentes, la irresponsabilidad, la fatiga y la disminución, por cualquier motivo, de la habilidad en el trabajo.

Texto 17 / Prevenção de acidentes**Los controles de seguridad que deben considerarse en los centros de trabajo son:****A) CONTROLES DE INGENIERÍA:**

- Diseño de procesos con seguridad.
- Aislamiento por sistemas cerrados.
- Sistemas de extracción y humidificación.
- Protecciones en los puntos de operación y mecanismos de transmisión.
- Diseños ergonómicos.

B) CONTROLES ADMINISTRATIVOS:

- Supervisión.
- Rotación de personal.
- Descansos periódicos.
- Disminución del tiempo de exposición.

C) EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL:

- Caretas.
- Mandiles.
- Mascarillas.
- Guantes.
- Zapatos de seguridad, etc.

La supervisión, como una actividad planeada, sirve para conocer oportunamente los riesgos a que están expuestos los trabajadores, antes de que ocurra un accidente o una enfermedad de trabajo, que pueda provocar una lesión o la pérdida de la salud del trabajador.

La supervisión debe hacerse, de acuerdo con las necesidades, en forma periódica (diaria, semanal o por lo menos mensual) y siguiendo una guía que contenga los puntos por comprobar, que debe complementarse con la observación de otros detalles importantes de seguridad.

En esta actividad, las Comisiones de Seguridad e Higiene deben apoyar a las autoridades, para que se dé cumplimiento a la normatividad.

El orden y la limpieza en la prevención de los riesgos de trabajo, son de gran importancia, ya que la falta de los mismos en los centros laborales son las causas de un gran número de accidentes, especialmente en: incendios, explosiones, contacto con corriente eléctrica; golpeado por: caídas, resbalones y sobreesfuerzos.

Además, con el orden, la limpieza y la prevención de riesgos de trabajo, se obtiene un ambiente más agradable para el desarrollo de las actividades laborales.

El Reglamento Federal de Seguridad, Higiene y Medio Ambiente de Trabajo, establece que los patrones tienen la obligación de proveer el equipo de protección personal necesario para proteger la integridad física, la salud y la vida de los trabajadores; que éstos deben usarlo invariablemente en los casos en que se requiera, y que para su selección, los empleadores deben realizar un análisis de los riesgos a los que aquéllos se exponen (artículo 101).

Las Comisiones de Seguridad e Higiene deberán vigilar:

1. Que el equipo de protección personal se seleccione de acuerdo con los riesgos a que estarán expuestos los trabajadores.
2. Que el equipo sea facilitado siempre que se requiera.
3. Que el equipo se mantenga en óptimas condiciones higiénicas y de funcionamiento; y
4. Que sea utilizado por los trabajadores en forma adecuada y correcta.

Las propias Comisiones de Seguridad e Higiene reportarán a los patrones y a las autoridades del trabajo, cualquier falla en el cumplimiento de estas disposiciones. El equipo de protección personal más usado para seguridad, por región anatómica, es:

a) Protección de la cabeza

- Casco de seguridad, de diseño y características adecuadas.

b) Protección de la cara y los ojos

- Caretas, pantallas o cualquier otro equipo de protección contra radiaciones luminosas más intensas de lo normal, infrarrojas y ultravioletas, así como contra cualquier agente mecánico.

c) Protección del cuerpo y de los miembros

- Guantes, guanteletes, mitones, mangas y cualquier otro equipo semejante, construido y diseñado de tal manera que permita los movimientos de manos y dedos, y que pueda quitarse fácil y rápidamente.

- Polainas construidas con materiales de acuerdo con el tipo de riesgo, que puedan quitarse rápidamente en caso de emergencia.

- Calzado de seguridad.

- Mandiles y delantales construidos con materiales adecuados al trabajo y tipo de riesgo de que se trate.

- Cinturones de seguridad o arneses; cuerdas de suspensión o líneas de vida y equipos de protección semejante.

Riesgos de Trabajo:

"Son los accidentes y enfermedades a que están expuestos los trabajadores en ejercicio o con motivo del trabajo" (artículo 473, Ley Federal del Trabajo).

Accidente de Trabajo:

"Es toda lesión orgánica o perturbación funcional, inmediata o posterior, o la muerte, producida repentinamente en ejercicio, o con motivo del trabajo, cualesquiera que sean el lugar y el

Texto 17 / Prevenção de acidentes

tiempo en que se preste. Quedan incluidos en la definición anterior los accidentes que se produzcan al trasladarse el trabajador directamente de su domicilio al lugar del trabajo y de éste a aquél" (artículo 474, Ley Federal del Trabajo).

Los accidentes de trabajo no solamente ocurren en el local cerrado de la fábrica o negociación, sino también en cualquier otro lugar, incluyendo la vía pública que use el trabajador para realizar una labor de la empresa, así como cualquier medio de transporte que utilice para ir de su domicilio al centro de trabajo y de éste a aquél.

Se les llama tipo o mecanismo de accidente de trabajo a las formas según las cuales se realiza el contacto entre los trabajadores y el elemento que provoca la lesión o la muerte. Los más frecuentes, son:

- Golpeado por o contra...
- Atrapado por o entre...
- Caída en el mismo nivel
- Caída a diferente nivel
- Al resbalar o por sobreesfuerzo
- Exposición a temperaturas extremas
- Contacto con corriente eléctrica
- Contacto con objetos o superficies con temperaturas muy elevadas que puedan producir quemaduras
- Contacto con sustancias nocivas, tóxicas, cáusticas o de otra naturaleza, que provoquen daños en la piel o en las membranas mucosas, o bien se

introduzcan en el organismo a través de las vías respiratorias, digestiva o por la piel y que den lugar a intoxicaciones agudas o muerte

- Asfixia por inmersión (ahogados)
- Mordedura o picadura de animales

El responsable de dar aviso sobre los accidentes de trabajo es el patrón.

La Ley Federal del Trabajo, en su artículo 504, fracción V establece, entre otras, la siguiente obligación a los patrones:

"Dar aviso a la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, al Inspector del Trabajo y a la Junta de Conciliación Permanente o a la de Conciliación y Arbitraje, dentro de las 72 horas siguientes, proporcionando los siguientes datos o elementos:

1. Nombre y domicilio de la empresa;
2. Nombre y domicilio del trabajador, así como su puesto o categoría y el monto de su salario;
3. Lugar y hora del accidente, con expresión sucinta de los hechos;
4. Nombre y domicilio de las personas que presenciaron el accidente; y
5. Lugar en que se presta o haya prestado atención médica al accidentado.

Texto publicado pela Subsecretaría del Trabajo, Seguridad y Previsión Social. Dirección General de Seguridad y Salud en el Trabajo del México

TEXTO **18**

Cuidados com o corpo

COMPLETELY BENEFICIAL

Glasbergen



**"I exercise every morning before work.
It increases my energy, reduces stress, and makes me smell
so bad that nobody comes into my cubicle to bother me."**

<http://www.selfhelpmagazine.com/psychtoons/glasbergen/workout.gif>

TEXTO 19

Riscos do ambiente de trabalho

NA CONSTRUÇÃO CIVIL, O PERIGO É A

DERMATOSE CAUSADA PELO CIMENTO

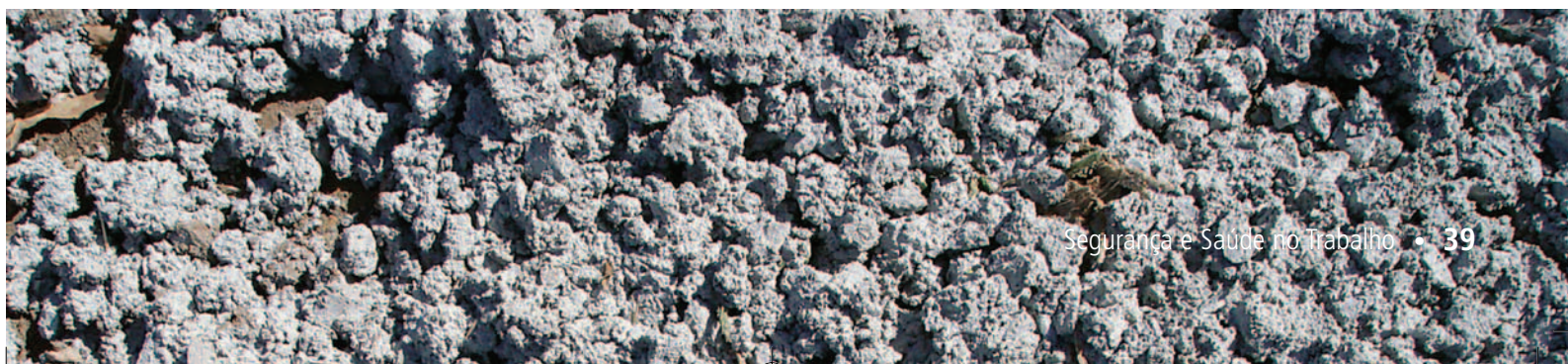
O cimento, a massa de cimento ou concreto, quando em contato frequente com a pele de muitos trabalhadores da construção civil, pode:

- Ressecar, irritar ou ferir as mãos, os pés ou qualquer local da pele onde a massa de cimento permanecer por certo tempo.
- Produzir reações alérgicas, e isso depende do contato do cimento com essas partes do corpo.

Se as mãos ou os pés de um trabalhador da construção civil estiverem feridos ou irritados após contato com o cimento, ele deve fazer o seguinte:

- Procurar o serviço médico da empresa.
- Caso esse serviço não exista, o trabalhador deverá procurar o posto de saúde mais próximo de sua casa ou de seu trabalho.

- Nessa fase, deve evitar o contato com cimento até as mãos ou os pés melhorarem.
- Será preciso usar luvas e/ou botas ao voltar ao trabalho.
- Se for obrigado a trabalhar ou insistir em fazê-lo com as mãos ou os pés irritados ou feridos poderá piorar e até ficar alérgico ao cimento.
- Se sofrer algum arranhão ou ferimento no serviço, deve procurar rapidamente pelo socorro médico. Antes disso, é preciso lavar bem o local ferido com água corrente e sabão ou sabonete, e desinfetar com água oxigenada.
- A dermatose ocorrida no serviço é como se fosse acidente de trabalho. Deve, pois, ser tratada pelos serviços médicos do SUS que atendem a esses casos. Se



Texto 19 / Riscos do ambiente de trabalho

isso acontecer, a empresa de-verá emitir a Comunicação de Acidente do Trabalho (CAT), a fim de assegurar o salário do trabalhador e o tratamento integral da dermatose gratuitamente.

Para proteger sua pele, siga estas recomendações:

- Na preparação da massa de cimento use luvas e botas de borracha forradas internamente.
- Não trabalhe descalço ou de sandália havaiana, ou de bermuda.
- Se sua roupa estiver suja de massa ou calda de cimento ou concreto, troque-a logo que possível.
- Deve-se evitar trabalhar de bermuda, o melhor é usar calça comprida. Trabalhar de sandália havaiana prejudica a pele: botas de borracha ou couro protegem os pés.
- Sempre que possível, quando trabalhar em contato com a massa de cimento, use luvas de borracha forradas.
- Luvas ou botas rasgadas ou furadas são um perigo! Precisam ser trocadas imediatamente.
- Se cair massa ou calda de cimento dentro da luva, é preciso retirá-la imediatamente e lavar as mãos e as luvas por dentro e por fora. Deixe escorrer toda a água.
- Se a bota furar ou rasgar, deve ser trocada rapidamente. Não trabalhe com bota furada ou rasgada
- Pó ou cavaco de madeira dentro dos sapatos ou das botas pode irritar os pés. O melhor é usar meias de futebol.
- Se entrar massa ou calda de cimento pelos furos ou rasgos da bota, pode provocar dermatoses graves nos pés.
- Se cair massa de cimento ou calda de concreto dentro da bota, o trabalhador deve retirar a bota e a meia imediatamente e lavar os locais atingidos.
- Não deixe a calça úmida de calda do cimento em contato com a pele.
- Nunca use o agitador sem proteção e sempre use óculos de segurança, luvas, botas e capacete.
- Se cair concreto dentro da luva ou bota, deve-se lavá-los imediatamente, assim como as mãos e os pés. Isto evitará ferimentos e queimaduras pelo cimento.
- Ao final do trabalho diário, os pés e as mãos devem ser muito bem lavados, para retirar restos de cimento que ficaram na pele e nas unhas.

Extraído da cartilha Dermatose profissional na Construção civil causada pelo cimento, publicação da FUNDACENTRO – MTE



Foto: Robson Fernandes / AE

MERCEDES BENZ PROMOVE ACORDO MUNDIAL PELA SAÚDE DO TRABALHADOR

A direção da Mercedes Benz e o Comitê Mundial dos Trabalhadores assinaram protocolo estabelecendo princípios de saúde e segurança a serem seguidos em todas as fábricas da multinacional.

A empresa se compromete a desenvolver processos integrados de saúde e segurança, garantindo todos os investimentos necessários. A prevenção das doenças ocupacionais e de acidentes de trabalho passa a fazer parte das metas da empresa.

“É um avanço, pois a Mercedes colocou no papel as conquistas acumuladas pelos trabalhadores na área de saúde e

segurança”, disse Valter Sanches, secretário geral da Confederação Nacional dos Metalúrgicos da CUT. Outro avanço é que tais princípios valem também para os trabalhadores nas empresas fornecedoras. Princípios que devem, a partir de agora, constar do contrato entre a Mercedes e as terceiras. “É mais uma bala na agulha para melhorar a qualidade dos empregos nas fornecedoras e terceiras, exigindo investimentos”, comentou Sanches.

A Mercedes tem fábricas em 21 países e emprega 372 mil trabalhadores.

Extraído de http://www.smabc.org.br/mostra_materia.asp?id=6888

TEXTO 21

A luta pelo trabalho decente

PACTO CONTRA O REGIME DE ESCRAVIDÃO

Trabalho decente e trabalho escravo não se resolvem da noite para o dia

Trabalhador mantido em regime escravo em fazenda no interior do Rio Grande do Sul: mais de 30 pessoas foram libertadas depois que a situação foi denunciada.



Foto: Ricardo Wolffenbuttel

Na Conferência Internacional Empresas e Responsabilidade Social 2006, realizada pelo Instituto Ethos, foram analisados os desafios de disseminar melhores práticas de promoção do Trabalho Decente e de avançar na aplicação do Pacto de Combate ao Trabalho Escravo.

Utopia ou Possibilidade?

A socióloga Laís Abramo, diretora da Organização Internacional do Trabalho (OIT) no Brasil, apresentou conceitos criados pela OIT que estão incluídos na Agenda Nacional do Trabalho Decente. Segundo ela, “entende-se por trabalho decente um trabalho adequadamente remunerado, exercido em condições de liberdade, equidade e segurança, capaz de garantir uma vida digna”.

A socióloga reconheceu que o pensamento pode ser chamado de utópico, mas acredita que cada sociedade deve definir quais as possibilidades e necessidades a ser abordadas e persegui-las com afinco: “O trabalho decente é uma condição fundamental para a superação da pobreza, a redução das desigualdades sociais, a garantia da governabilidade democrática e o desenvolvimento sustentável”, declarou Laís Abramo. Apesar de a Agenda propor diversos planos para o combate ao trabalho escravo e ao trabalho infantil, entre outros, ainda não é um programa. Para a socióloga, esses são

problemas possíveis de eliminar num horizonte razoável.

Empenho na Busca

O presidente do Instituto Observatório Social, Kjeld Jakobsen, apresentou algumas metas e objetivos ligados ao trabalho decente, dizendo que o principal é verificar e medir os problemas trabalhistas. E afirmou que não é de responsabilidade do Instituto resolver esses problemas, mas apresentá-los de forma que as empresas e organizações ligadas ao trabalho, por exemplo, os sindicatos, se empenhem na busca pelo trabalho decente.

Agenda para Diálogo

A Agenda Nacional do Trabalho Decente procura demonstrar quais os aspectos a ser abordados para chegar ao respeito às normas internacionais do trabalho, à promoção do emprego de qualidade, à extensão da proteção social e, principalmente, ao diálogo social, ponto em que o Brasil tem avançado imensamente nos últimos anos. “Nenhum desses problemas se resolve da noite para o dia, por isso, estamos lutando para acabar com eles de forma organizada e multidimensional”, finalizou Laís Abramo.

Extraído de <http://www.gestaosindical.com.br/atualidades/materia.asp?idmateria=256>

LEIS NÓS TEMOS

No que diz respeito às atividades ao ar livre, elas são incrivelmente detalhadas

21.1 Nos trabalhos realizados a céu aberto, é obrigatória a existência de abrigos, ainda que rústicos, capazes de proteger os trabalhadores contra intempéries. (121.001-7 / I1)

21.2 Serão exigidas medidas especiais que protejam os trabalhadores contra a insolação excessiva, o calor, o frio, a umidade e os ventos inconvenientes. (121.002-5 / I1)

21.3 Aos trabalhadores que residirem no local do trabalho, deverão ser oferecidos alojamentos que apresentem adequadas condições sanitárias. (121.003-3 / I1)

21.4 Para os trabalhos realizados em regiões pantanosas ou alagadiças, serão imperativas as medidas de profilaxia de endemias, de acordo com as normas de saúde pública. (121.004-1 / I2)

21.5 Os locais de trabalho deverão ser mantidos em condições sanitárias compatíveis com o gênero de atividade. (121.005-0 / I1)

21.6 Quando o empregador fornecer ao empregado moradia para si e sua família, esta deverá possuir condições sanitárias adequadas. (121.006-8 / I1)

21.6.1 É vedada, em qualquer hipótese, a moradia coletiva da família. (121.007-6 / I1)

21.7 A moradia deverá ter:

- a) capacidade dimensionada de acordo com o número de moradores; (121.008-4 / I1)
- b) ventilação e luz direta suficiente; (121.009-2 / I1)
- c) as paredes caiadas e os pisos construídos de material impermeável. (121.010-6 / I1)

21.8 As casas de moradia serão construídas em locais arejados, livres de vegetação e afastadas no mínimo 50 m (cinquenta metros) dos depósitos de feno ou esterco, currais, estábulos, pocilgas e quaisquer viveiros de criação. (121.011-4 / I1)

21.9 As portas, janelas e frestas deverão ter dispositivos capazes de mantê-las fechadas, quando necessário. (121.012-2 / I1)

21.10 O poço de água será protegido contra a contaminação. (121.013-0 / I1)

21.11 A cobertura será sempre feita de material impermeável, imputrecível, não combustível. (121.014-9 / I1)

21.12 Toda moradia disporá de, pelo menos, um dormitório, uma cozinha e um compartimento sanitário. (121.015-7 / I1)

21.13 As fossas negras deverão estar, no mínimo, 15 m (quinze metros) do poço; 10 m (dez metros) da casa, em lugar livre de enchentes e à jusante do poço. (121.016-5 / I2)

21.14 Os locais destinados às privadas serão arejados, com ventilação abundante, mantidos limpos, em boas condições sanitárias e devidamente protegidos contra a proliferação de insetos, ratos, animais e pragas. (121.017-3 / I1)

Fonte ► NR21 do Ministério do Trabalho e Emprego



A SAÚDE NA SOCIEDADE 24 HORAS

De acordo com o recenseamento de 2000, no Brasil há cerca de 64 milhões de pessoas ocupadas em vários tipos de trabalho. Quase metade delas trabalha mais que as 44 horas semanais previstas na Constituição como a jornada máxima de trabalho semanal.

Assim sendo, existe muita gente que, além de trabalhar mais que o número de horas semanais previstas em lei, ainda o faz em horário noturno.

Calcula-se que mais de 10% da população brasileira ativa trabalha em turnos ou à noite. Talvez essa porcentagem seja até maior, já que a oferta de serviços que funcionam dia e noite, inclusive nos fins de semana e feriados, aumentou muito de alguns anos para cá: são serviços de telecomunicações, de processamento bancário, de distribuição de correspondência,

shopping centers e supermercados, hotéis, cinemas, restaurantes, academias de ginástica, clubes sociais e esportivos etc.

Como se pode observar, além dos serviços essenciais, há uma quantidade cada vez maior de produção de bens e prestação de serviços que funcionam o tempo todo. Para que esses bens sejam produzidos e os serviços prestados, aumenta a população que trabalha em turnos, em horário noturno ou em horários irregulares.

Não há como negar, portanto, a existência de uma "sociedade 24 horas", que depende de um grande contingente de trabalhadores. Trabalhadores estes sujeitos à exposição de fatores que podem estragar a sua saúde.

Fonte ► (São Paulo em Perspectiva ISSN 0102-8839 versão impressa São Paulo Perspec. v.17 n.1 São Paulo jan./mar. 2003 - fragmento)

RESPONSABILIDADE A PARTE DA EMPRESA

A legislação trabalhista específica para a indústria e a aplicação de produtos tóxicos prevê que:

É obrigação do empregador

- ▶ fornecer os EPI adequados ao trabalho
- ▶ instruir e treinar quanto ao uso dos EPI
- ▶ fiscalizar e exigir o uso dos EPI
- ▶ repor os EPI danificados

É obrigação do trabalhador

- ▶ usar e conservar os EPI

**Quem falhar
nestas obrigações
poderá ser
responsabilizado**

O empregador poderá responder na área criminal ou cível, além de ser multado pelo Ministério do Trabalho. O funcionário está sujeito a sanções trabalhistas, podendo até ser demitido por justa causa.

É recomendado que o fornecimento de EPI, bem como treinamentos ministrados sejam registrados através de documentação apropriada para eventuais esclarecimentos em causas trabalhistas.

Os responsáveis pela aplicação devem ler e seguir as informações contidas nos rótulos, bulas e nas Fichas de Informação de Segurança de Produto (FISPQ) forneci-

dos pelas indústrias sobre os EPI que devem ser utilizados para cada produto.

O papel do engenheiro agrônomo durante a emissão da receita é fundamental para indicar os EPI adequados, pois, além das características do produto, como a toxicidade, a formulação e a embalagem, o profissional deve considerar os equipamentos disponíveis para a aplicação (costal, trator de cabina aberta ou fechada, tipos de pulverizadores e bicos), as etapas da manipulação e as condições da lavoura, como o porte, a topografia do terreno, etc.

Extraído de <http://www.andef.com.br/epi/>

A VOZ DO CORPO

As reclamações do organismo podem ser ao mesmo tempo inoportunas e salvadoras

Moacyr Scliar

Ele não saberia dizer exatamente quando isso aconteceu, mas lá pelas tantas começou a ouvir a voz de seu corpo. Ou, melhor dizendo, as vozes eram várias. Mas tinham um característico comum: sempre reclamavam. “Você está acabando conosco”, protestavam os pés quando ele tinha de assistir a alguma cerimônia sem poder sentar. “Você está me castigando com essa comida”, gemia o estômago cada vez que ele comparecia a um jantar da empresa. Ele escutava, apreensivo, tais protestos, rezando para que não fossem audíveis, para que ficassem só entre ele e o corpo, inesperadamente transformado em adversário.

Por algum tempo optou por ignorar as reivindicações. Mas, então, ocorreu o incidente que mudou sua existência. Ele estava numa reunião importante, com dois diretores da companhia em que trabalhava, quando, de repente, ouviu uma voz surda, cavernosa, vinda das profundezas do ventre:

— Quero ir ao banheiro.

Era o intestino, claro. E o pedido tinha fundamento: saíra apressado, sem tempo de fazer as necessidades. Agora vinha a cobrança.

Mas não podia ir ao banheiro, não naquele momento. De modo que sussurrou:

— Agora não dá. Esta reunião é muito importante.

— Você disse alguma coisa? – perguntou um dos diretores, franzindo o cenho. Ele desconversou: não, não dissera nada, resmungara algo para si próprio. O homem ainda desconfiado voltou à longa agenda da reunião, mas aí ele ouviu de novo a voz, insistente:



— Vamos ao banheiro, ou faço aqui mesmo, e você vai morrer de vergonha.

Era uma ameaça terrorista, obviamente, mas ele sabia que era para valer. Levantou-se e, pedindo desculpas, disse que tinha de ir ao banheiro.

— O momento não é oportuno – disse o outro diretor, num tom ácido, ominoso, um tom que continha uma clara advertência: se você sair desta sala, seu emprego pode ir para o espaço.

Mas agora ele já não agüentava mais. Saiu correndo, embarafustou pelo banheiro. E ficou lá muito tempo: o intestino, numa espécie de brincadeira perversa, resolvera funcionar lentamente.

Mas foi sua sorte. Porque, enquanto ele estava sentado no vaso, quatro seqüestradores entraram na sede da empresa e levaram os dois diretores. Que ainda estão em lugar incerto e não sabido.

Com o que ele resolveu mudar de vida. Pediu demissão do emprego, mora num sítio, onde passa a maior parte do tempo de papo para o ar. Só que o dinheiro economizado está para terminar, e a mulher (de quem está separado) quer saber o que pretende fazer no futuro. Ele não diz nada. Aguarda pela voz do corpo. Que, no entanto, nunca mais se fez ouvir.

*Trecho do livro O Imaginário Cotidiano, de Moacyr Scliar
Editora Global – São Paulo – 2ª edição 2002.*

O QUE É ASSÉDIO MORAL NO TRABALHO?

A Organização Internacional do Trabalho classifica a violência como praga global



Ilustração: Alcy

A OIT considera a exposição dos trabalhadores e trabalhadoras a situações humilhantes e constrangedoras, repetitivas e prolongadas durante a jornada de trabalho e no exercício de suas funções, sendo mais comuns em relações hierárquicas autoritárias e assi-

métricas, em que predominam condutas negativas, relações desumanas e aéticas de longa duração, de um ou mais chefes dirigida a um ou mais subordinado(s), desestabilizando a relação da vítima com o ambiente de trabalho e a organização, forçando-a a desistir do emprego.

Caracteriza-se pela degradação deliberada das condições de trabalho em que prevalecem atitudes e condutas negativas dos chefes em relação a seus subordinados, constituindo uma experiência subjetiva que acarreta prejuízos práticos e emocionais para o trabalhador e a organização. A vítima escolhida é isolada do grupo sem explicações, passando a ser hostilizada, ridicularizada, inferiorizada, culpabilizada e desacreditada diante dos pares. Estes, por medo do desemprego e da vergonha de serem também humilhados, associado ao estímulo constante à competitividade rompem os laços afetivos com a vítima e, freqüentemente, reproduzem e reatualizam ações e atos do agressor no ambiente de trabalho, instaurando o “pacto da tolerância e do silêncio” no coletivo, enquanto a vítima vai gradativamente se desestabilizando e fragilizando, “perdendo” sua auto-estima.

O desabrochar do individualismo reafirma o perfil do “novo” trabalhador: “autônomo, flexível”, capaz, competitivo, criativo, agressivo, qualificado e empregável. Estas habilidades o qualificam para a demanda do mercado, que procura a excelência e saúde perfeita. Estar “apto” significa responsabilizar os trabalhadores pela formação/qualificação e culpabilizá-los pelo desemprego, aumento da pobreza urbana e miséria, desfocando a reali-

dade e impondo aos trabalhadores um sofrimento perverso.

A humilhação repetitiva e de longa duração interfere na vida do trabalhador e trabalhadora de modo direto, comprometendo sua identidade, dignidade e relações afetivas e sociais, ocasionando graves danos à saúde física e mental*, que podem evoluir para a incapacidade laborativa, desemprego ou mesmo a morte, constituindo um risco invisível, porém concreto, nas relações e condições de trabalho.

A violência moral no trabalho constitui um fenômeno internacional, segundo levantamento recente da Organização Internacional do Trabalho (OIT) com diversos países desenvolvidos. A pesquisa aponta distúrbios da saúde mental relacionados com as condições de trabalho em países como Finlândia, Alemanha, Reino Unido, Polônia e Estados Unidos. As perspectivas são sombrias para as duas próximas décadas, pois, segundo a OIT e Organização Mundial da Saúde estas serão as décadas do “mal, estar na globalização”, em que depressões, angústias e outros danos psíquicos, relacionados com as novas políticas de gestão na organização de trabalho e que estão vinculadas as políticas neoliberais.

Extraído de <http://www.assediomoral.org/site/assedio/AMconceito.php>

ÍNDIOS DO XINGU AMEAÇADOS POR DST, DIABETES E OBESIDADE

Apesar de ter bom atendimento médico, os índios do Xingu estão ameaçados por doenças modernas, como câncer de colo de útero, obesidade, hipertensão e diabetes.

O médico sanitarista Douglas Rodrigues é coordenador do projeto Xingu da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) e responsável pelo atendimento médico de 2.263 índios que vivem nas aldeias do Médio e Baixo Rio Xingu. Nesta entrevista, ele conta como enfrenta o desafio de estancar o avanço de “novas” enfermidades, como as doenças sexualmente transmissíveis (DSTs), obesidade, hipertensão e desnutrição infantil.

ISA: Como o senhor avalia o sistema de saúde indígena atual?

Douglas Rodrigues: Eu sou do tempo em que a Fundação Nacional do Índio (Funai) era a responsável pela saúde indígena e acompanhei a mudança a partir de 1999, com a entrada da Funasa (Fundação Nacional de Saúde) e a criação dos Distritos Sanitários Especiais Indígenas os Dseis, e a inclusão dos indígenas no atendimento pelo SUS, Sistema Único de Saúde. A melhora é inquestionável, mas existem

propostas para a Funai reassumir o sistema. Acho que isso vai ser uma catástrofe, pois a Fundação não tem estrutura nem gente qualificada para um trabalho desse porte. Já demonstrou isso.

ISA: Por que o trabalho da Funasa não funciona direito?

Douglas Rodrigues: Porque a Funasa continua trabalhando com os índios como no tempo em que controlava malária no meio do mato. As pessoas precisam entender que o trabalho de saúde indígena é muito complexo. São 400 mil índios aldeados no Brasil, mas cada grupo de mil é diferente de outros mil e estes de outros 500 e por aí vai. Assim, os critérios comuns de saúde pública, como um médico para dois mil habitantes – que valem para cidades como São Paulo –, não servem para os índios do Xingu, nem para os ianomâmis, onde talvez seja necessário um médico para 500, 300 habitantes. Os índios são muito vulneráveis, estão em locais distantes e de difícil acesso.



Foto: Brant Olson

Galpão comunitário em aldeia Araweté, no Xingu: diversidade dos povos complica o serviço médico.

ISA: *Qual a mudança necessária mais urgente?*

Douglas Rodrigues: Preparar as associações indígenas para defender os direitos dos índios junto ao Estado e brigar por esses direitos. E não agir como no modelo atual, que as torna dependentes do financiamento, e elas ficam com o rabo preso. Hoje, o que mais se encontra nas coordenações regionais são os “consultores”, muitas vezes apadrinhados políticos em cargos totalmente loteados, com muita rotatividade e nenhum entendimento do trabalho. Cada um que entra quer reinventar a roda. Isso ocorre em todos os lugares, com raras exceções, e o

Xingu é uma delas, graças à presença da Unifesp.

ISA: *Qual o diferencial do Xingu?*

Douglas Rodrigues: O diferencial do atendimento de saúde no Xingu é que tem uma universidade por trás, que atua na região há mais de 40 anos e que acumulou conhecimento sobre a população indígena e tem o seu apoio. Sei de ONGs e associações indígenas que ficam seis meses sem receber salário. E se não há dinheiro para salário, também não tem para gasolina, para motor, para remédio. E isso é para as ações que chamamos de curativas. As de promoção de saúde, que são as que deve-

Texto 27 / Saúde Indígena

riam ser priorizadas neste modelo, nem chegam a acontecer.

ISA: Qual deveria ser a prioridade, prevenção ou cura?

Douglas Rodrigues: Tem que ter recursos para as duas coisas. A prevenção é fundamental para evitar doenças no futuro, mas há momentos em que você precisa de recursos, humanos e financeiros, para cuidar das doenças que estão acontecendo naquela hora. O ideal é que as doenças fossem tão poucas que se pudesse trabalhar basicamente com prevenção. Mas na situação atual isso nunca vai acontecer, pois não há recursos para melhorar a saúde indígena. Então ficamos sempre apagando incêndio, correndo atrás da doença. E ainda tendo que escolher quais tratar, pois muitas vezes só dá para cuidar das que oferecem risco de vida.

ISA: Quais são os principais problemas de saúde no Xingu?

Douglas Rodrigues: Há uma epidemia de câncer de colo de útero. Em abril de 2006 operamos 21 mulheres com lesões graves, uma proporção altíssima, já que só há cerca de 900 mulheres sexualmente ativas no parque, que é o grupo de risco para o HPV, o vírus causador das lesões. Algumas pacientes morreram pela demora nos diagnósticos e realização das operações. O câncer

de colo de útero é uma doença nova, apareceu há uns quinze anos no parque. Quando comecei a trabalhar no Xingu, há 25 anos, uma gripe derrubava um índio adulto e forte na rede, com 39 graus de febre, o pulmão chiando. Era um agente agressor novo. Com o tempo, os organismos vão se adaptando às infecções e as manifestações clínicas deixam de ser tão intensas.

ISA: As doenças modernas são mais ameaçadoras do que a tuberculose, gripe ou malária?

Douglas Rodrigues: Sim. O Xingu não é mais um lugar isolado, as pessoas entram e saem o tempo todo, ficam em permanente contato com a sociedade branca, e com isso vem o contágio. Diminuiu a incidência das doenças chamadas tradicionais, mas há outras doenças surgindo, muitas delas ligadas ao estilo de vida mais sedentário e à alimentação. Antes a malária matava terrivelmente, até a década de 1980 apareciam 30 ou 40 casos semanalmente, enquanto hoje esse número é registrado ao longo de um ano. Em compensação, naquela época não havia praticamente casos de hipertensão arterial, obesidade ou diabetes. Há aldeias com quase 40 pessoas hipertensas, precisando tomar remédios. Tivemos dois óbitos por acidente vascular cerebral, os primeiros da história do Xingu. Já há índios usando marca-passos, devido a cardiopatias conseqüentes de hipertensão arterial.

ISA: Quais os outros impactos desta mudança no estilo de vida dos índios do Xingu?

Douglas Rodrigues: A mudança de hábitos alimentares leva a dois extremos: obesidade e desnutrição, principalmente nas grávidas, nas crianças e nos idosos. A desnutrição em crianças praticamente não existia, e hoje temos 15 a 20% das crianças menores de cinco anos com algum grau de desnutrição. No Xingu não temos casos graves, tirando uma ou outra exceção. Mas isso está avançando e é intrigante. Como pode ter criança desnutrida numa aldeia com tanta fartura de alimentos? A conclusão, a partir dos relatos dos próprios índios, é que isso tem a ver com mudança de hábitos relativos aos cuidados com as crianças. Por exemplo, alimentação especial. No Xingu, uma criança pequena não come uma série de coisas, só um ou outro peixe, ela se alimenta basicamente de caldos. Esse hábito está se perdendo. Os antigos Kaiabi contam que antigamente as crianças andavam com uma cuiazinha cheia de farinha de peixe para comerem quando tivessem fome, isso não existe mais. As roças estão diminuindo, a rapaziada está mais interessada nas coisas da cidade do que em abrir roça. Querem mais é arrumar emprego e comprar o arroz e o feijão.

Outra coisa que está acabando no Xingu é o intervalo interpartal, o período durante o qual o casal não mantém rela-

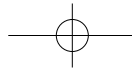
ções sexuais, que entre os índios é de um a dois anos, exatamente para evitar que venha um filho atrás do outro. A tradição manda que o homem não mexa com a mulher até o filho começar a andar. Por isso é que muitos homens têm duas ou três mulheres. Hoje em dia ninguém respeita mais isso. E dizem que é “porque é assim que os brancos fazem”. É comum ver mulher grávida e amamentando, que daqui a algum tempo vai ter sete, oito crianças para dar de comer, a roça vai ter que aumentar, e a mãe acaba cuidando mais de uns do que de outros. Portanto, os problemas de saúde não são por falta de comida.

ISA: A obesidade também é problema?

Douglas Rodrigues: Também. Antigamente todo mundo remava seus barcos para cima e para baixo. Agora é só barco a motor. Cortavam madeira no machado, agora é com motosserra. E estão consumindo mais sal e açúcar. Gastando menos energia nas atividades diárias, e tendo comida o tempo todo, o cara fica obeso e pode desenvolver diabetes. Esse problema atinge os índios norte-americanos desde a década de 1960 e agora está acontecendo no Brasil. São ameaças importantes, atuais, e a Funasa não está nem pensando em tratar, o negócio deles é vacinar e controlar diarreia.

Extraído de <http://www.metaong.info>

Texto adaptado de entrevista concedida a Bruno Weis, do ISA



TEXTO 28

Cuidados com o corpo

SÓBRIA DECISÃO



Foto: Caio Guatelli / AE

Doença muitas vezes favorecida pela atividade profissional, o alcoolismo tem sido enfrentado por empresas e seus funcionários dependentes

Krishma Carreira

Geraldo mal abre os olhos pela manhã e com a luz do dia vem uma vontade visceral: bebida! Quando menos espera está com o copo de cachaça na mão trêmula. Sem fome, segue para a fábrica. De vez em quando, corre para o armário onde esconde uma garrafa. Um gole, outro, e volta ao trabalho. Na saída, mais um trago. Por dia, enxuga duas garrafas e, por causa disso, chega a dar o cano quinze dias por mês. Geraldo está com 32 anos e começou a beber aos 18.

Na época, arrumou emprego de instalador de cortinas. “No final do serviço, o cliente pagava uma bebidinha.” Logo começou a tomar cerveja todos os dias. Um dia, a situação saiu de controle. Depois de beberem umas e outras, Geraldo e o companheiro de trabalho começaram a trocar socos enquanto o amigo dirigia, por causa da divisão da gorjeta. Saldo: um

acidente de trânsito, ferimentos e demissão. O patrão toleraria um acidente de trânsito, mas não um empregado bêbado.

Esta história já está no passado de Geraldo de Souza, hoje com 45 anos e há 13 sem beber. “Antes, eu não tinha identidade. Eu nem me olhava no espelho.” Ele atribui à conquista da abstinência a realização de antigos sonhos. Fez curso de fotografia. Comprou apartamento – onde vive com a mulher e dois filhos –, que temeu perder durante a era dos porres. E virou atleta. No futuro pretende pedalar 535 quilômetros até Belo Horizonte, sua cidade natal.

Geraldo ainda vive uma luta diária contra o vício. “Quando vejo alguém tomando uma cervejinha me dá vontade, mas eu resisto.” Ele é dependente químico. A Organização Mundial de Saúde considera que o alcoolismo é doença – que não tem cura, mas tem controle. Está em quarto lugar na lista das doenças que mais incapacitam os trabalhadores. Pode ter causa hereditária, psicológica, sociocultural ou

Texto 28 / Cuidados com o corpo

todas juntas. Segundo o Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (Cebid), 11,2% dos brasileiros são alcoólatras. No Nordeste, a média chega a 16,9%. Quem começa a beber com menos de 15 anos tem quatro vezes mais chances de se tornar dependente do que quem começa entre os 15 e os 21.

Muito a oferecer

Antônio Ribeiro Santos tomou a primeira pinga aos 10 anos, em casa, com o pai. “Disseram: ‘este é homem pra valer’”, lembra. Antônio é alcoólatra em recuperação há 15 anos. Parou de beber com terapias em grupo e com o apoio dos amigos, e ainda faz parte do programa de ajuda aos dependentes químicos da Ford, onde trabalha há 13 anos. O grupo, de 24 pessoas, reúne-se a cada quinze dias durante duas horas para apoio mútuo e troca de experiências.

“O grupo está mais forte a cada dia. Aqui é uma família”, diz Ana Maria Feliciano, assistente social da companhia, que lembra casos de recuperação, como o de um funcionário que pegou um carro na linha de produção para beber na portaria. “A pessoa em recuperação tem muito a oferecer para a firma. Depositaram confiança em mim e me deram até função com maior responsabilidade”, diz um integrante do grupo, que chegou a ficar internado por um mês e em cujo tratamento a fábrica empregou 7 mil reais.

Programas de prevenção e de recuperação de dependentes químicos dentro das empresas – públicas e privadas – são cada vez mais comuns, ainda que a embriaguez habitual ou em serviço possam levar à demissão por justa causa. Edson Lisboa, superintendente regional do Sesi do Rio Grande do Sul, acompanhou de perto uma experiência de sucesso que tem 11 anos e beneficiou mais de 100 mil trabalhadores. Com orçamento de 30 mil reais, o Sesi faz durante um ano e meio um mapeamento sobre os problemas de uma empresa em relação ao álcool e outras substâncias químicas. Com o levantamento em mãos, são traçadas ações específicas para cada fábrica. A identidade dos dependentes é preservada.

Num universo de 73 firmas atendidas, o consumo de álcool diminuiu, em média, 13%. As faltas, 8%. Os atrasos, 32%. E os acidentes de trabalho, 34%. Para 70% dos alcançados pelo programa, o ponto de partida para enfrentar a dependência foram as empresas, que deixaram de perder 50 milhões de reais com os impactos da doença – de gastos com atendimento a perda de produtividade.

Ver o fundo

O programa de controle e recuperação de dependência química desenvolvido pela Embraer detectou que o álcool aparece em quarto lugar na lista de drogas mais consumidas e que aproximadamente 13%

dos 14 mil funcionários da empresa têm relação problemática com a bebida. “Nos últimos seis anos, houve uma redução de 53% no número de faltas na empresa”, comemora Carmine Sarao, diretor de RH da Embraer. A companhia estende ações de recuperação à participação da família, faz exames toxicológicos e usa bafômetros periodicamente nos funcionários. “Desde 2000, para cada trabalhador identificado no exame toxicológico, outros dois procuraram ajuda voluntariamente”, completa Carmine.

O exame é polêmico. O médico João Carlos Dias, da Associação Brasileira de Psiquiatria, diz que o exame só pode ser realizado se for consentido pelo trabalhador ou por acordo coletivo, e não pode ser usado de forma punitiva. “Tem que fazer parte de um programa de prevenção e dar direito ao contraditório. O exame mostra que o trabalhador usa uma substância química, mas não indica se ele é dependente. Ele pode ser útil em profissões cujo erro pode prejudicar seriamente outras pessoas, como no caso de um piloto de avião”, explica Dias.

Jefferson Luiz da Silva era funcionário da Embraer, trabalhava na administração do aeroporto de São José dos Campos (SP) e várias vezes chegou bêbado ao trabalho. “Eu maltratava as pessoas, assustava. Como conseguia ficar algum tempo sem beber, até um ano, eu achava que não era alcoólatra. Mas bastava começar. Quando

Sintomas da Síndrome de Dependência do Álcool e Explicação

- ▶ Estreitamento do repertório de beber – No início, a pessoa bebe alguns dias, em outros não. Com o aumento da dependência, começa a beber todos os dias, principalmente à noite. Depois, passa a ingerir bebidas no almoço até chegar a beber ao acordar. No auge, bebe de hora em hora.
- ▶ Priorização do comportamento da busca do álcool – A pessoa passa a beber até nas situações socialmente inaceitáveis (no trabalho, no carro etc.)
- ▶ Aumento da tolerância ao álcool - O dependente passa a beber mais para ter o mesmo efeito e consegue fazer tarefas com altas concentrações de álcool no sangue.
- ▶ Sintomas repetidos de abstinência – No começo, os sintomas são leves e incapacitam pouco. A intensidade deles aumenta com o tempo. Exemplos: tremores, náusea, câibras, inquietação, depressão e pesadelos.
- ▶ Consumo de álcool para aliviar ou evitar os sintomas de abstinência – Nas fases mais severas, o dependente bebe pela manhã para sentir-se melhor. Mas este sintoma também está presente nas fases iniciais: a pessoa pode sentir a ansiedade diminuir após beber, sem atribuir isso à abstinência.

Texto 28 / Cuidados com o corpo

eu abria a garrafa tinha que ver o fundo. Saí da casa da minha mãe por causa do descontrole”, descreve. Aos 31 anos, Jefferson procurou ajuda na empresa. “O tratamento é excelente porque o alcoólatra conta com uma estrutura e tem motivação.” Ele não bebe há 15 anos e mudou de atividade: hoje, é consultor de empresas que desejam implantar programas de prevenção e recuperação de dependentes.

Empresa lúcida

Para a médica e professora da Fundação Getúlio Vargas, Edith Seligmann, ajudar funcionários em vez de punir é, além de inteligente por parte da empresa, uma questão de justiça, já que algumas atividades favorecem o alcoolismo. Quem exerce um trabalho muito perigoso, por exemplo, pode passar a beber compulsivamente para “anestesiá-lo”. O agente penitenciário Luiz da Silva Filho, diretor de saúde do sindicato da categoria em São Paulo, reitera a explicação da professora. “Em geral, após seis meses de trabalho como agente penitenciário a pessoa começa a ter problemas com drogas; é estressante demais suportar tanta pressão. Temos muitos problemas com agentes alcoólatras.”

As profissões monótonas também podem gerar problemas com álcool, pois a bebida passa a ser usada como recurso compensatório que gera euforia e prazer. Atividades que causam afastamento

Ao lado: cartaz de estímulo a frequentadores de clínica para dependentes de álcool.

Profissões de alto risco

Edith Seligmann Silva, professora da Fundação Getúlio Vargas, médica e especialista em psiquiatria e saúde pública, aponta as profissões nas quais há maior ocorrência de alcoolismo:

1. Atividades socialmente desprestigiadas por envolverem atos ou materiais considerados desagradáveis ou repugnantes;
2. Situações em que a tensão gerada é constante e elevada, especialmente quando não ocorrem apoio social ou reconhecimento:
 - ▶ Trabalho perigoso;
 - ▶ Trabalho mental intensivo sob altas exigências de desempenho e rapidez;
 - ▶ Trabalho que exige auto controle emocional intenso e constante (exemplos: funcionários públicos que atendem pessoas, bancários, vendedores etc.);
 - ▶ Trabalho monótono, que gera tédio e insatisfação;
 - ▶ Trabalho em situação de isolamento (como vigias, maquinistas de trem etc.);
 - ▶ Atividades que envolvem afastamento prolongado do lar (mineração, viajantes comerciais, etc.).

ORAÇÃO DA SERENIDADE

Concedei-nos, **SENHOR**, a
SERENIDADE

necessária para aceitar as coisas
que não podemos modificar,

CORAGEM

para modificar aquelas que podemos e

SABEDORIA

para distinguir
uma das outras



Texto 10 / Cuidados com o corpo

prolongado do lar também podem ajudar no desenvolvimento de dependência. O Itamaraty mantém um programa dirigido a diplomatas que abusam do álcool. Médicos são também grandes vítimas da doença. A proximidade constante da morte e a exigência de auto-controle convidam para um drinque.

“Os programas de prevenção que podem efetivamente apresentar resultados são aqueles que primeiro vão estudar, com participação de especialistas e dos próprios funcionários, as condições do ambiente de trabalho e as relações que ele proporciona”, alerta a professora Edith. “A partir daí, identifica-se como surge o risco. O segundo passo é desenvolver as transformações dos aspectos nocivos do trabalho.” Para isso, a empresa também precisa empreender um esforço semelhante ao do dependente: admitir que tem problemas.

“Levei um choque e decidi me tratar”

Antônio Ribeiro Santos tem 52 anos e, hoje, considera-se um vencedor. “Eu gosto de viver intensamente...” Chefe do serviço do departamento de trânsito da prefeitura de Diadema (SP), Antônio conseguiu comprar uma casa para viver com os pais.

(...) fui chamado na escola do meu filho porque ele estava com problemas. Perguntei para a psicóloga qual era o problema dele e ela disse que era eu. Levei um choque e decidi me tratar: estou sem beber há 15 anos.

Foi uma conquista para quem chegou a morar em um porão e até mesmo a dormir no local de trabalho após se separar da mulher. Antônio bebia quando acordava. Bebia no almoço. Antes de chegar em casa. Antes de dormir.. Perdeu o controle

e três empregos. “Fiquei displicente, chegava ao trabalho com ressaca... Em um deles eu analisava projetos, mandava executar e dava problema porque eu não tinha raciocinado direito. Depois que me separei, fui chamado na escola do meu filho porque ele estava com

problemas. Perguntei para a psicóloga qual era o problema dele e ela disse que era eu. Levei um choque e decidi me tratar. Estou sem beber há 15 anos. No começo foi muito difícil; hoje me acho importante. Vou em festa e me polio diariamente. Parei de beber com ajuda de terapia e não precisei tomar medicamento.” Antônio pode não ter decifrado os motivos da dependência, mas o conforto dos amigos e o sorriso dos filhos foram bons motivos para se livrar dela.

Texto de Krishma Carreira disponibilizado pela Agência Carta Maior

FORA, AMIANTO!

O Brasil é fortemente criticado por usar amianto, apontado como causa de boa parte dos casos de câncer dos pulmões



Washington Novaes

Recentemente, a França divulgou um relatório apontando o amianto como responsável por uma catástrofe que matou 35 mil pessoas em 30 anos, e ainda causará a morte de outras milhares de pessoas nos próximos 25 anos. Na França, assim como em mais 41 países, a substância é proibida, mas no Brasil, apesar de vários Estados terem aprovado a lei proibindo, como Pernambuco, Rio Grande do Sul e Rio de Janeiro, além de vários municípios, em São Paulo e Mato Grosso do Sul o amianto continua sendo explorado.

Nosso país é um dos maiores consumidores e exportadores de amianto da variedade crisotila. Os produtores alegam que esta variedade não é prejudicial à saúde e

tem regras de controle, ao contrário da que era mais utilizada na Europa. Mas os cientistas afirmam que não há muita diferença entre as duas. Tanto que a Grã-Bretanha já proibiu também a crisotila.

Enquanto isso, no Brasil, não se consegue chegar a uma conclusão a respeito, embora muitos representantes do meio ambiente, da saúde e dos trabalhadores sejam favoráveis ao banimento do amianto, usado principalmente em caixas d'água, tubulações e telhas.

Não faz sentido protelar uma decisão quando a saúde da população está em jogo.

Extraído do portal virtual da TV Cultura
www.tvcultura.com.br

Expediente

Comitê Gestor do Projeto

Timothy Denis Ireland (Secad – Diretor do Departamento da EJA)
Cláudia Veloso Torres Guimarães (Secad – Coordenadora Geral da EJA)
Francisco José Carvalho Mazzeu (Unitrabalho) – UNESP/Unitrabalho
Diogo Joel Demarco (Unitrabalho)

Coordenação do Projeto

Francisco José Carvalho Mazzeu (Coordenador Geral)
Diogo Joel Demarco (Coordenador Executivo)
Luna Kalil (Coordenadora de Produção)

Equipe de Apoio Técnico

Adan Luca Parisi
Adriana Cristina Schwengber
Andreas Santos de Almeida
Jacqueline Brizida
Kelly Markovic
Solange de Oliveira

Equipe Pedagógica

Cleide Lourdes da Silva Araújo
Douglas Aparecido de Campos
Eunice Rittmeister
Francisco José Carvalho Mazzeu
Maria Aparecida Mello

Equipe de Consultores

Ana Maria Roman – SP
Antonia Terra de Calazans Fernandes – PUC-SP
Armando Lírio de Souza – UFPA – PA
Célia Regina Pereira do Nascimento – Unicamp – SP
Eloisa Helena Santos – UFMG – MG
Eugenio Maria de França Ramos – UNESP Rio Claro – SP
Giuliete Aymard Ramos Siqueira – SP
Lia Vargas Tiriba – UFF – RJ
Lucillo de Souza Junior – UFES – ES
Luiz Antônio Ferreira – PUC-SP
Maria Aparecida de Mello – UFSCar – SP
Maria Conceição Almeida Vasconcelos – UFS – SP
Maria Márcia Murta – UNB – DF
Maria Nezilda Culti – UEM – PR
Ocsana Sonia Danylyk – UPF – RS
Osmar Sá Pontes Júnior – UFC – CE
Ricardo Alvarez – Fundação Santo André – SP
Rita de Cássia Pacheco Gonçalves – UDESC – SC
Selva Guimarães Fonseca – UFU – MG
Vera Cecília Achatkin – PUC-SP

Equipe editorial

Preparação, edição e adaptação de texto:
Editora Página Viva

Revisão:
Ivana Alves Costa, Marilu Tassetto,
Mônica Rodrigues de Lima,
Sandra Regina de Souza e Solange Scattolini

Edição de arte, diagramação e projeto gráfico:
A+ Desenho Gráfico e Comunicação

Pesquisa iconográfica e direitos autorais:
Companhia da Memória

Fotografias não creditadas:
iStockphoto.com

Apoio

Editora Casa Amarela

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro. SP, Brasil)

Segurança e saúde no trabalho / [coordenação do projeto Francisco José Carvalho Mazzeu, Diogo Joel Demarco, Luna Kalil]. -- São Paulo : Unitrabalho-Fundação Interuniversitária de Estudos e Pesquisas sobre o Trabalho ; Brasília, DF : Ministério da Educação. SECAD-Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização e Diversidade, 2007, -- (Coleção Cadernos de EJA)

Vários colaboradores.

Bibliografia.

ISBN 85-296-0063-0 (Unitrabalho)

ISBN 978-85-296-0063-5 (Unitrabalho)

1. Higiene do trabalho 2. Livros-texto (Ensino Fundamental)
3. Segurança do trabalho I. Mazzeu, Francisco José Carvalho.
II. Demarco, Diogo Joel. III. Kalil, Luna. IV. Série.

07-0384

CDD-372.19

Índices para catálogo sistemático:

1. Ensino integrado : Livros-texto :
Ensino fundamental 372.19