

SEGURANÇA DO TRABALHO

Núcleo de Segurança do Trabalho

Prédio 48C do Campus da UFSM

- 4 Técnicos em Segurança do Trabalho
- 1 Médico do Trabalho
- 1 Médico- área
- 1 Engenheiro do Trabalho

04/11/2024

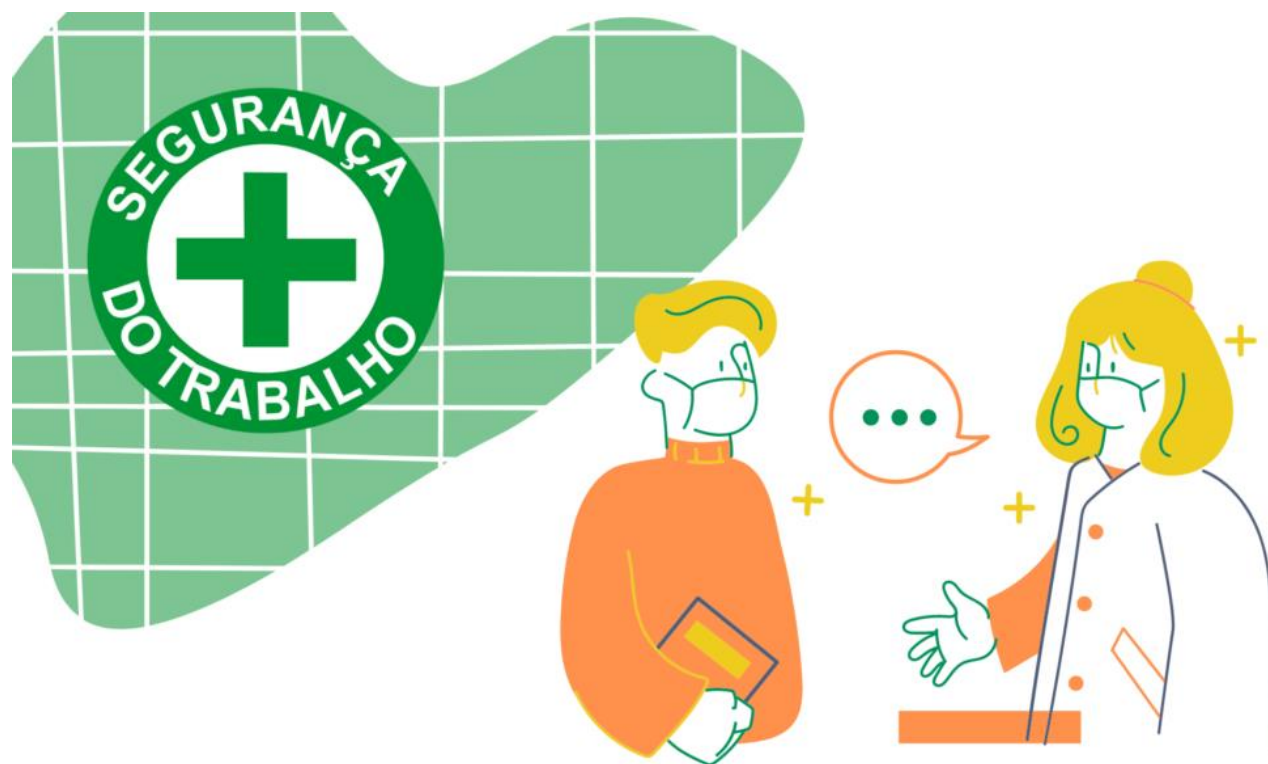


A segurança do trabalho

é um conjunto de práticas, normas e procedimentos que visam proteger a saúde e a integridade física dos trabalhadores(as) no ambiente laboral.

Seu principal objetivo é prevenir acidentes e doenças ocupacionais, garantindo um ambiente de trabalho seguro e saudável.

Por que surgiu a segurança do trabalho?



REVOLUÇÃO INDUSTRIAL





BERNARDINO RAMAZZINI

AS DOENÇAS DOS
TRABALHADORES



[...] E flutuou no ar como se fosse um pássaro

E se acabou no chão feito um pacote flácido

Agonizou no meio do passeio público

*Morreu na contramão
atrapalhando o tráfego [...]*

(Construção – letra e música de Chico Buarque de Holanda)

Figura – Operário, de Cândido Portinari

- *A música do compositor Chico Buarque (1971) narra a vida cotidiana de um trabalhador da construção civil e o episódio em que sofre um acidente. O autor considera sua música como um simples jogo de palavras – “Não passava de experiência formal, jogo de tijolos...” (Status, 1973 entrevista a Judith Patarra) – mas na época em que foi gravada, retratava a situação de descaso em que viviam nossos trabalhadores da construção civil.*




- No Brasil, em 1988, com a promulgação da Constituição, vieram importantes conquistas sociais como o surgimento do Sistema Único de Saúde (SUS), que permitiu a recepção à saúde para todos(as). Em 1990 instituiu-se o Regime Jurídico Único (RJU) na Lei 8.112/90, criando uma estrutura “jurídico-institucional para o serviço público” (MARTINS et al., 2016, p. 1430).



- As primeiras atuações na área da saúde com o RJU foram na regulação de algumas normas, específicas para as licenças médicas e aposentadorias por invalidez, mas foi com a construção do SIASS que se principiou o registro e uma maior atenção à saúde de servidores(as) no Brasil.

A Política de Atenção à Saúde e Segurança no Trabalho do Servidor Público Federal (PASS)

A Política de Atenção à Saúde e Segurança no Trabalho do Servidor Público Federal (PASS) é um documento que fornece diretrizes e parâmetros para a elaboração de projetos e ações de atenção à saúde dos servidores públicos.

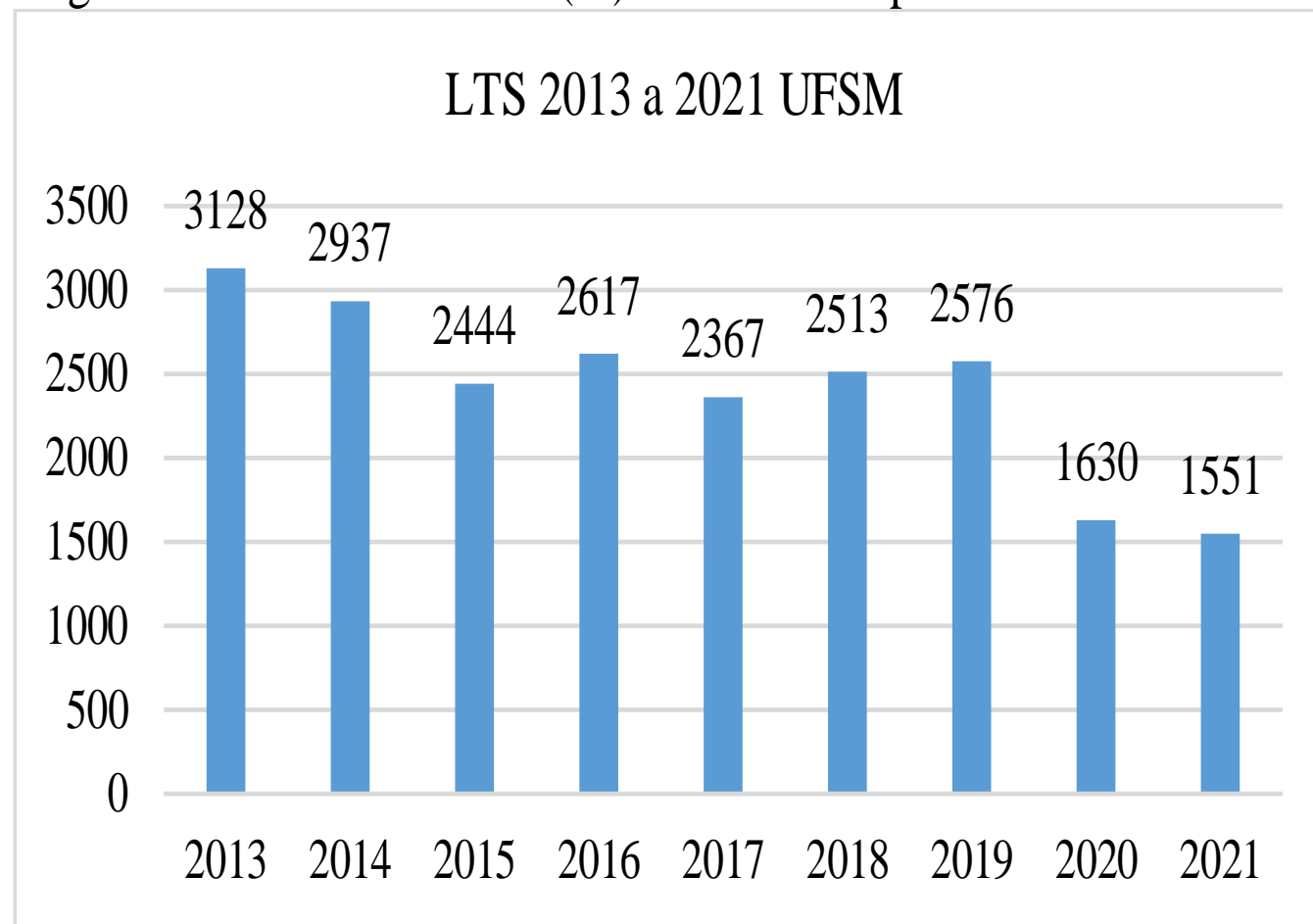


A PASS é baseada em três eixos: Vigilância e promoção à saúde, Assistência à saúde do servidor, Perícia em saúde.

Por que foi necessário ser criada a
PASS e o SIASS?

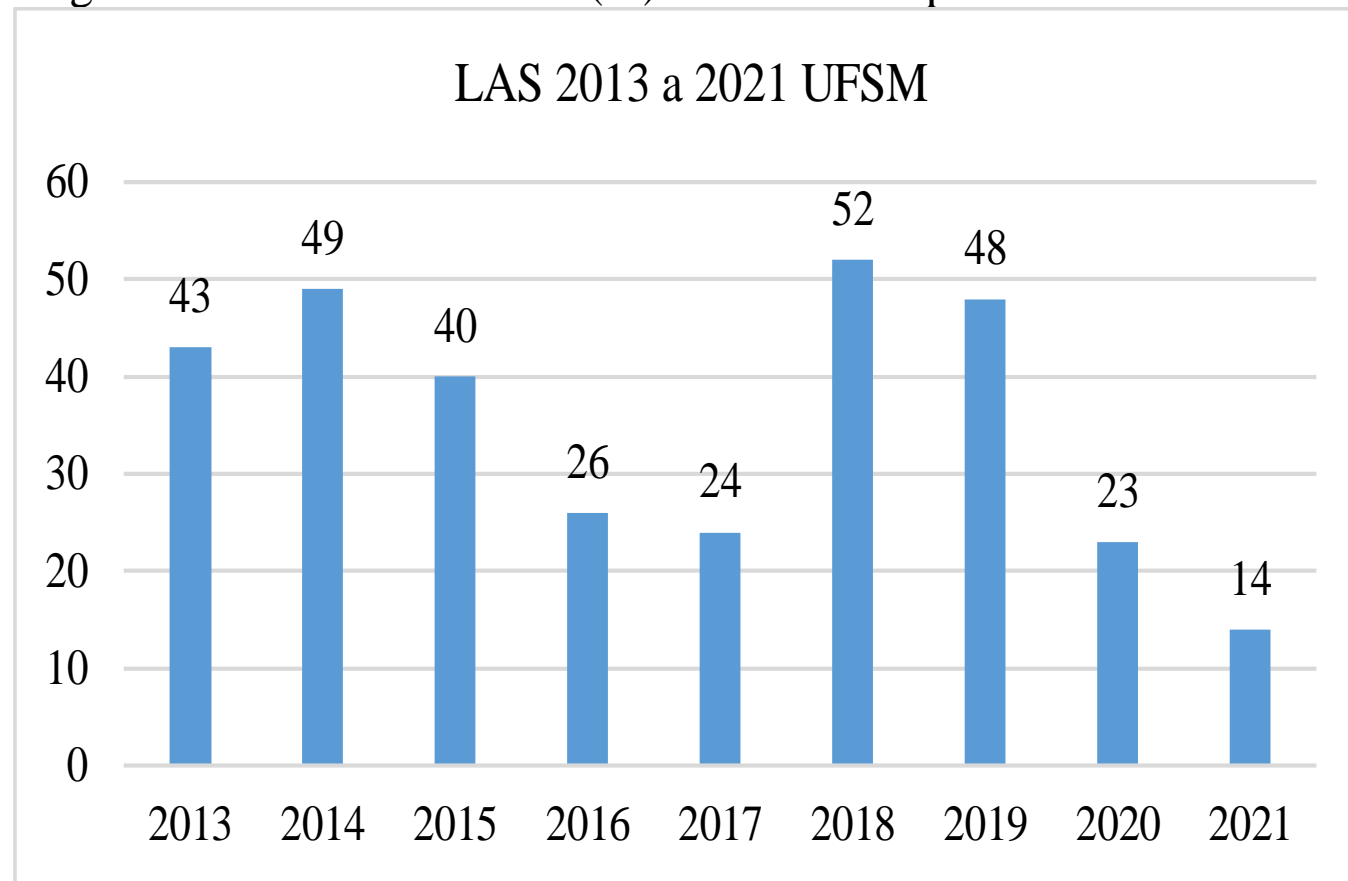
O que temos hoje sobre os acidentes e
doenças no serviço público?

Figura 1– LTS de servidores(as) da UFSM no período de 2013 a 2021



Fonte: dados da pesquisa (2022), elaborada pela autora.

Figura 2 – LAS de servidores(as) da UFSM no período de 2013 a 2021



Fonte: dados da pesquisa (2022), elaborado pela autora.

LTS

1º TMC representadas pela CID-10 F

2º Doenças do sistema musculoesquelético e do tecido conjuntivo representadas pela CID-10 M

LAS

1º Doenças por Lesão, envenenamento e algumas outras consequências de causas externas, representadas pelo CID-10 S

2º Doenças do sistema musculoesquelético e do tecido conjuntivo, representadas pelo CID-10 M

PREVENÇÃO

CONFORME A LEGISLAÇÃO

PORTARIA NORMATIVA Nº 3, DE 25 DE MARÇO DE 2013 Institui as diretrizes gerais de promoção da saúde do servidor público federal, que visam orientar os órgãos e entidades do Sistema de Pessoal Civil da Administração Federal - SIPEC.

NORMAS REGULAMENTADORAS

- <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs>
- Nr 38

RISCOS AMBIENTAIS

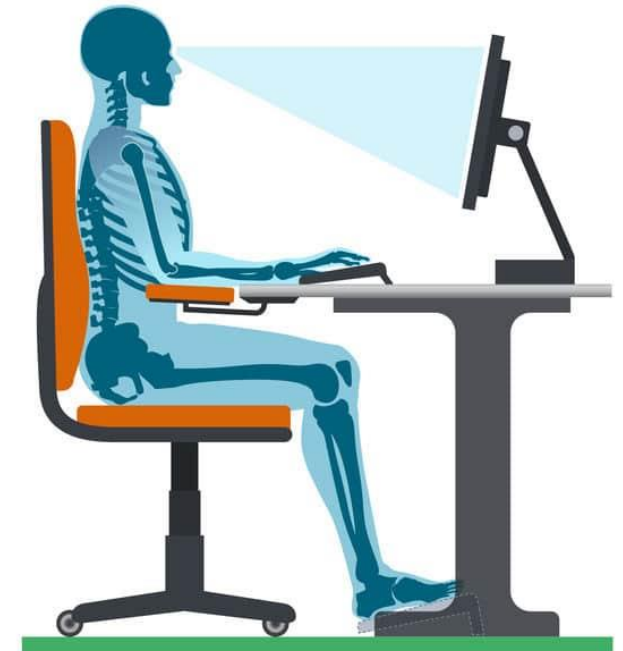
GRUPO I VERDE: FÍSICO	GRUPO II VERMELHO: QUÍMICOS	GRUPO III MARROM: BIOLÓGICOS	GRUPO IV AMARELO: ERGONÔMICOS	GRUPO IV AZUL: DE ACIDENTES
Ruídos	Poeiras	Vírus	Esforço físico intenso	Arranjo físico inadequado
Vibrações	Fumos	Bactérias	Levantamento e transporte manual de peso	Máquinas e equipamentos sem proteção
Radiações ionizantes	Névoas	Protozoários	Exigência de postura inadequada	Ferramentas inadequadas ou defeituosas
Radiações não-ionizantes	Neblinas	Fungos	Controle rígido de produtividade	Iluminação inadequada
Frio	Gases	Parasitas	Imposição de ritmos excessivos	Eletricidade
Calor	Vapores	Bacilos	Trabalhos em turnos diurnos e noturnos	Probabilidade de incêndio ou explosão
Pressões anormais	Substâncias, compostos ou produtos químicos em geral	-	Jornada de trabalho prolongada	Armazenamento inadequado
Umidade	-	-	Monotonia e repetitividade	Animais peçonhentos
-	-	-	Outras situações causadores de estresse físico e/ou psíquico	Outras situações de risco que poderão contribuir para a ocorrência de acidentes

NR 17 ERGONOMIA

-
- 17.1.1 Esta Norma Regulamentadora - NR visa estabelecer as diretrizes e os requisitos que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar conforto, segurança, saúde e desempenho eficiente no trabalho.



✘ WRONG SITTING POSTURE



✔ CORRECT SITTING POSTURE

17.4.3.1 As medidas de prevenção devem incluir duas ou mais das seguintes alternativas:

a) pausas para propiciar a recuperação psicofisiológica dos trabalhadores, que devem ser computadas como tempo de trabalho efetivo;

b) alternância de atividades com outras tarefas que permitam variar as posturas, os grupos musculares utilizados ou o ritmo de trabalho;

c) alteração da forma de execução ou organização da tarefa; e

d) outras medidas técnicas aplicáveis, recomendadas na avaliação ergonômica preliminar ou na AET.



17.4.3.2 Para que as pausas possam propiciar descanso e recuperação psicofisiológica dos trabalhadores, devem ser observados os requisitos mínimos:



a) a introdução das pausas não pode ser acompanhada de aumento da cadência individual; e



b) as pausas devem ser usufruídas fora dos postos de trabalho.

17.4.7 Os superiores hierárquicos diretos dos trabalhadores devem ser orientados para buscar no exercício de suas atividades:



a) facilitar a compreensão das atribuições e responsabilidades de cada função;



b) manter aberto o diálogo de modo que os trabalhadores possam sanar dúvidas quanto ao exercício de suas atividades;



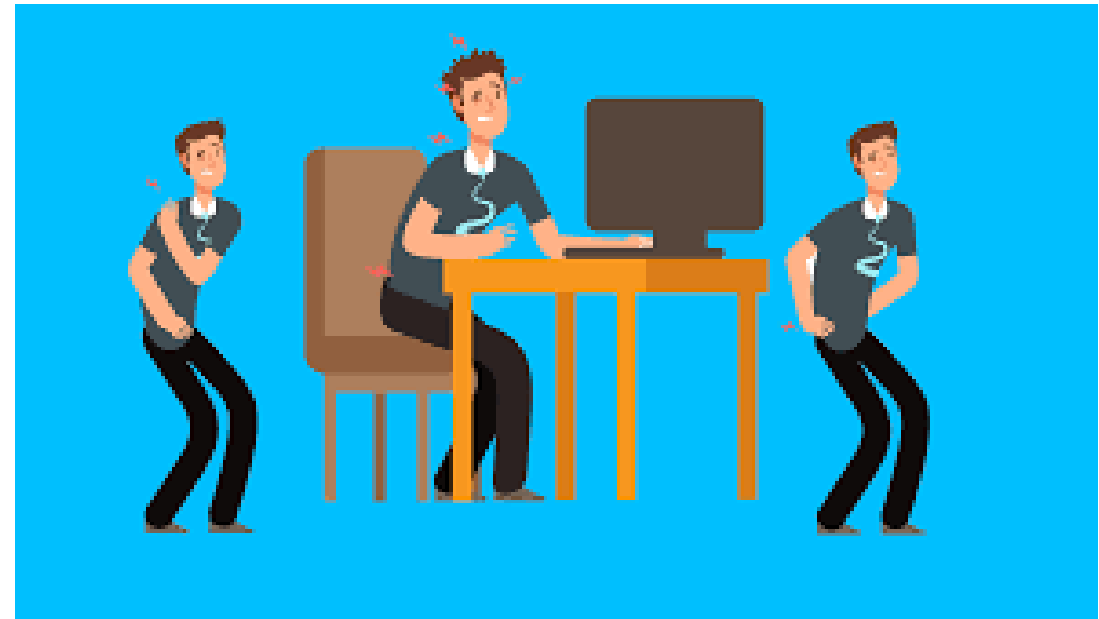
c) facilitar o trabalho em equipe; e



d) estimular tratamento justo e respeitoso nas relações pessoais no ambiente de trabalho.

17.6 Mobiliário dos postos de trabalho



- 17.6.1 O conjunto do mobiliário do posto de trabalho deve apresentar regulagens em um ou mais de seus elementos que permitam adaptá-lo às características antropométricas que atendam ao conjunto dos trabalhadores envolvidos e à natureza do trabalho a ser desenvolvido.



||| BANCADA DE
LINHA DE
PRODUÇÃO





- 
- 17.6.2 Sempre que o trabalho puder ser executado alternando a posição de pé com a posição sentada, o posto de trabalho deve ser planejado ou adaptado para favorecer a alternância das posições.
- 

17.6.6 Os assentos utilizados nos postos de trabalho devem atender aos seguintes requisitos mínimos:

a) altura ajustável à estatura do trabalhador e à natureza da função exercida;

b) sistemas de ajustes e manuseio acessíveis;

c) características de pouca ou nenhuma conformação na base do assento;

d) borda frontal arredondada; e

e) encosto com forma adaptada ao corpo para proteção da região lombar.

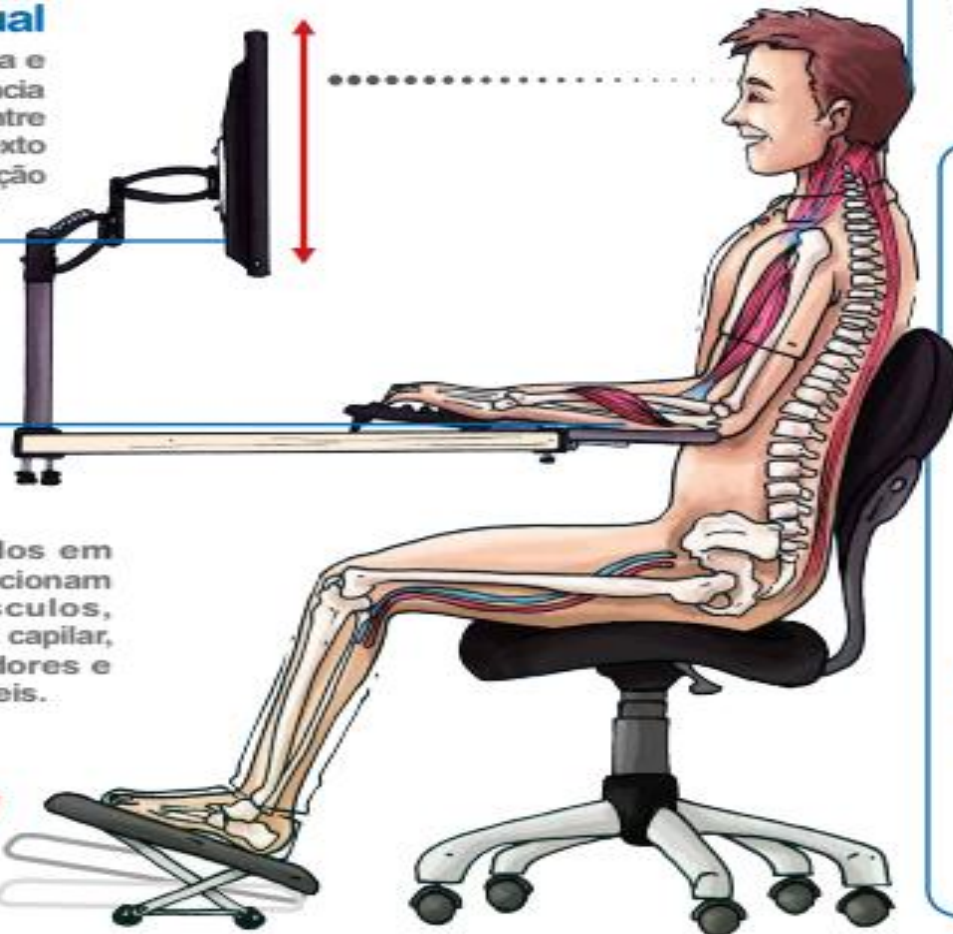
Postura correta

Correção da fadiga visual

O monitor na vertical, com altura e distância corretas reduz a incidência de reflexos. A distância mínima entre os olhos e a tela, o teclado e o texto deve ser de 50 cm. A cabeça na posição vertical reduz dores e desconforto.

Prevenção da L.E.R./ DORT

Punhos e antebraços apoiados em almofadas ergonômicas proporcionam conforto e relaxam os músculos, melhorando a irrigação sanguínea capilar, aliviando gradativamente as dores e lesões nas fases ainda reversíveis.



Cabeça na vertical

(Posição neutra) reduz dores musculares no ombro e pescoço.

Costas apoiadas

O músculo eretor fica relaxado e o disco intervertebral descomprimido, aliviando dores musculares na coluna cervical.



Músculo eretor relaxado:
Menor compressão

Correção da postura sentada

Pés corretamente apoiados evitam a compressão das artérias e veias femorais melhoram a circulação sanguínea e corrigem a postura, apoiando as costas.

- 17.6.7 Para as atividades em que os trabalhos devam ser realizados em pé, devem ser colocados assentos com encosto para descanso em locais em que possam ser utilizados pelos trabalhadores durante as pausas.



Pés de mesa com altura regulável

Banco Semi-Sentado



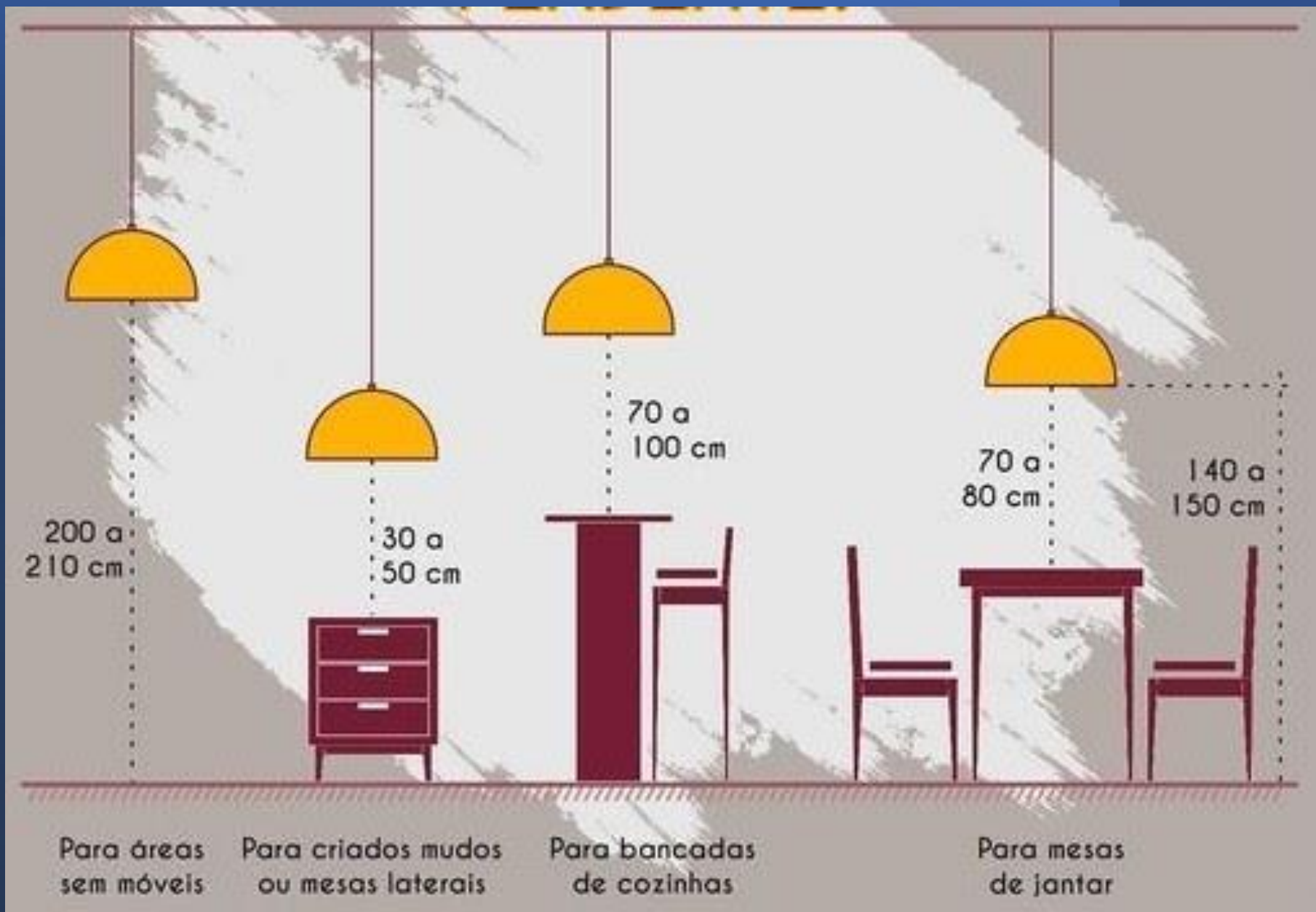
PRODAIR 20 EFS



PRODAIR 16 EFS

PRODUTO ERGONÔMICO

Especialmente desenvolvidos para trabalhos que exigem rápida transição, permite alternância de postura conforme a NR-17

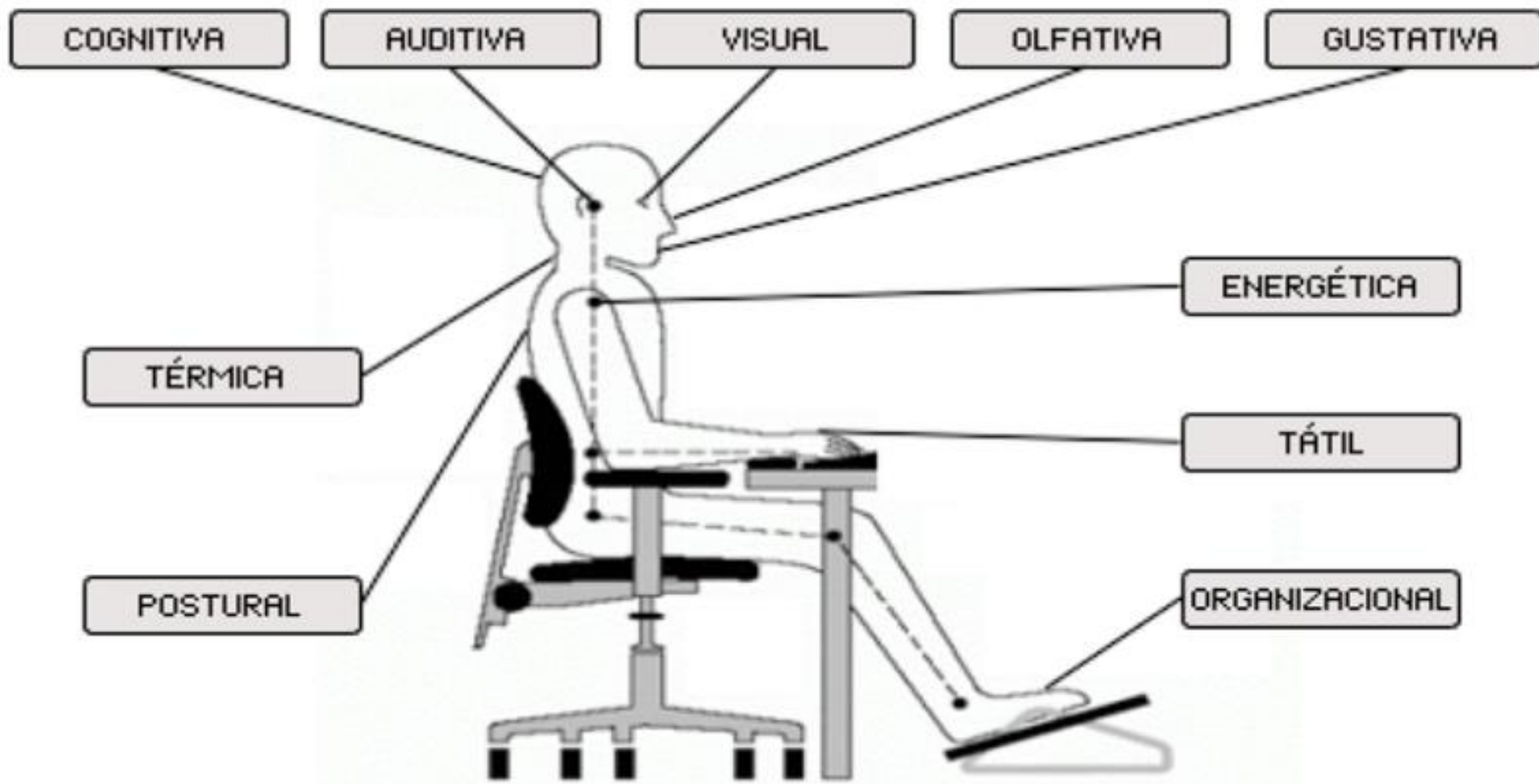


17.7 Trabalho com máquinas, equipamentos e ferramentas manuais.

- 17.7.1 O trabalho com máquinas e equipamentos deve atender, em consonância com a Norma Regulamentadora nº 12 - Segurança no Trabalho em Máquinas e Equipamentos, além das demais disposições desta NR, aos aspectos constantes neste capítulo.

-
- **17.8 Condições de conforto no ambiente de trabalho**

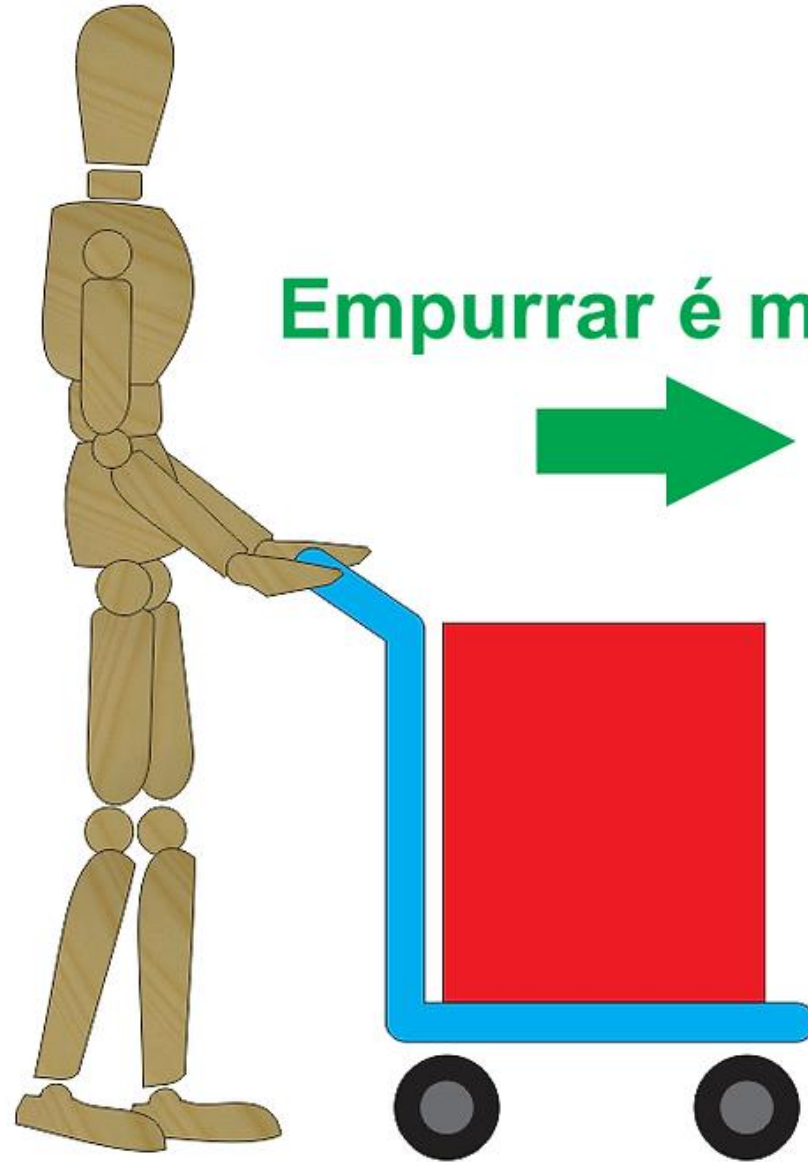
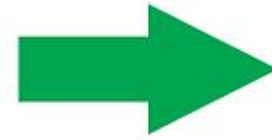




**DEMAIS MEDIDAS
DE SEGURANÇA
CONTRA OS RISCOS
ERGONÔMICOS**



Empurrar é melhor!





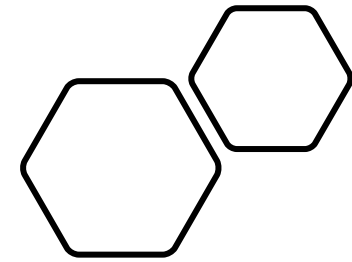


A Regra 20-20-20 é uma das formas de descansar a visão e melhorar ou reduzir o cansaço visual.

É bem fácil:

- A cada 20 minutos, faça uma pausa de 20 segundos, olhando para um objeto a 20 pés de distância (cerca de 6 metros).

Seus olhos agradecem!



- **PERGUNTAS**



ADICIONAIS

- INSTRUÇÃO NORMATIVA SGP/SEGEGG /ME Nº 15, DE 16 DE MARÇO DE 2022 Estabelece orientações sobre a concessão dos adicionais de insalubridade, periculosidade, irradiação ionizante e gratificação por trabalhos com raios-x ou substâncias radioativas, e dá outras providências.

<https://www.ufsm.br/pro-reitorias/progep/servicos/adicionais-de-insalubridade-e-periculosidade>

Abertura de processo no PEN-SIE

Formulário preenchido - envia para a chefia assinar e depois encaminha para o NSEG

O NSEG vai realizar a avaliação no ambiente de trabalho

NSEG Elabora o Parecer Técnico e o Laudo de Insalubridade/periculosidade

ACIDENTE DE TRABALHO





DOENÇAS RELACIONADAS AO TRABALHO

-
- DORTs.
 - LER.
 - Síndrome de burnout.
 - Surdez definitiva ou temporária.
 - Dorsalgia.
 - Varizes.
 - Transtornos mentais
(depressão/ansiedade/estresse
pós-traumático)
 - Transtornos das articulações.

LISTA DE DOENÇA RELACIONADA AO TRABALHO ATUALIZADA APÓS 24 ANOS



PRINCIPAIS SINTOMAS DAS DOENÇAS MENTAIS



REGISTRO DA CAT - COMUNICAÇÃO DE ACIDENTE DE TRABALHO

Acidente em Serviço

PROCESSO ABRE PELO PEN-SIE

<https://www.ufsm.br/pro-reitorias/progep/servicos/registro-acidente-em-servico-cat>

Quem pode
preencher!?

**QUALQUER PESSOA PODE
PREENCHER, DESDE QUE SAIBA DO
OCORRIDO, TENHA OS DADOS
PARA PREENCHER O FORMULÁRIO
E RELATE DE FORMA VERÍDICA E
FIDEDIGNA O ACIDENTE.**



PERGUNTAS

**OBRIGADA
PELA
ATENÇÃO!**

CONTATO

E-MAIL: nseg@ufsm.br

Ramal interno: 2497