

E2-AF12-2
15/7/2009

FHEMIG

Enfermagem (graduado) e Núcleo Comum dos Especialistas

- Conhecimentos Específicos



© 2009 Vestcon Editora Ltda.

Todos os direitos autorais desta obra são reservados e protegidos pela Lei nº 9.610, de 19/2/1998. Proibida a reprodução de qualquer parte deste material, sem autorização prévia expressa por escrito do autor e da editora, por quaisquer meios empregados, sejam eletrônicos, mecânicos, videográficos, fonográficos, reprográficos, microfilmicos, fotográficos, gráficos ou outros. Essas proibições aplicam-se também à editoração da obra, bem como às suas características gráficas.

Título da obra: Errata – FHEMIG – Enfermagem (graduado) e Núcleo Comum dos Especialistas – Conhecimentos Específicos

Autor:

Tatiane de Souza / Wesley Rossi

DIRETORIA EXECUTIVA

Norma Suely A. P. Pimentel

DIREÇÃO DE PRODUÇÃO

Cláudia Alcântara Prego de Araújo

SUPERVISÃO DE PRODUÇÃO

Julio Cesar Jovelí

CAPA

Bertoni Design
Agnelo Pacheco

EDITORAÇÃO ELETRÔNICA

Daniel dos Santos Sampaio

REVISÃO

Kátia Ribeiro



SEPN 509 Ed. Contag 3º andar CEP 70750-502 Brasília/DF
SAC: 0800 600 4399 Tel.: (61) 3034 9576 Fax: (61) 3347 4399

www.vestcon.com.br

Publicação em 15/7/2009
(E2-AF12-2)

SAÚDE DO TRABALHADOR

A Saúde do Trabalhador é uma área técnica da Saúde Pública que busca intervir na relação entre o sistema de produção e a saúde, no sentido de promover um trabalho que dignifique, ao invés de denegrir o homem. Sua missão é auxiliar na estruturação de uma sociedade que promova a saúde por meio dos espaços de trabalho.

O trabalho é um dos elementos que mais interferem nas condições e qualidade de vida do homem e, portanto, na sua saúde. Muitas das lutas travadas por direitos trabalhistas que ocorreram no último século estão ligadas às demandas dos trabalhadores por um ambiente de trabalho saudável, e a própria existência de doenças profissionais, isto é, de enfermidades ligadas à atividade produtiva que já era reconhecida pela Organização Internacional do Trabalho desde o início do século XX.

No Brasil, a Constituição Federal de 1988 retirou o assunto Saúde do Trabalhador do campo do Direito do Trabalho e o inseriu no campo do Direito Sanitário, isto porque existe um entendimento de que a saúde é um direito que não pode ser negociado e deve ser garantido integralmente.

O SUS vem assumindo as questões relacionadas à saúde do trabalhador por meio das Secretarias de Saúde que são responsáveis tanto por programas preventivos, quanto pelo atendimento de pacientes com danos decorrentes da atividade produtiva. Tais danos à saúde do trabalhador incluem acidentes de trabalho, doenças e agravos (lesão ou função do corpo prejudicada) que o trabalhador sofra, adquira ou desenvolva no local de trabalho, trajeto entre a residência e o local de trabalho ou na prestação de serviço para o empregador, independente de ter ou não carteira assinada e do local onde o dano à saúde ocorreu.

São fatores que podem gerar dano à saúde do trabalhador:

- aspectos ligados à dimensão corporal, isto é, locais, espaços e instrumentos de trabalho que não são adequados e não respeitam as necessidades físicas do trabalhador, podendo gerar problemas osteomusculares, circulatórios, alterações de postura, problemas visuais, alteração de humor, acidente de trabalho etc.;
- aspectos ligados aos movimentos do corpo, principalmente em trabalhos que exigem força ou movimentos repetitivos;
- aspectos ligados ao planejamento e execução de tarefas, como uma pressão muito grande do chefe, ritmo de trabalho muito acelerado, exigências irreais de produtividade, jornada de trabalho longa, trabalhos noturnos, proibição de ir ao banheiro, falta de intervalos e pausas para descanso, prejuízo das relações entre colegas de trabalho, capacitação inadequada etc. A combinação destes fatores podem levar à alterações de humor, fadiga, estresse, problemas digestivos, falta ou excesso de sono, aumento da pressão arterial etc. (Para saber mais leia também sobre assédio moral);

- aspectos químicos, físicos e biológicos, como o contato com substâncias químicas prejudiciais à saúde sem a devida proteção, exposição à ruídos muito altos, temperaturas extremas (muito altas ou muito baixas), vibração e radiação, ou ainda a contaminação por fungos, bactérias e vírus presentes no ambiente. Tais fatores podem provocar efeitos tóxicos e prejudiciais à saúde, desencadeando doenças agudas e crônicas;
- aspectos mecânicos, como máquinas, ferramentas e equipamentos que não oferecem manuseio e segurança adequada, causando acidentes de trabalho.

Ficar atento aos danos à saúde do trabalhador que podem:

- 1) gerar perda da capacidade para o trabalho;
- 2) gerar redução temporária ou permanente da capacidade para o trabalho;
- 3) levar à morte.

São direitos dos trabalhadores urbanos e rurais além de outros que visem à melhoria de sua condição social: XXII – redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança.

Constituição Federal de 1988, artigo 7º

Ao Sistema Único de Saúde (SUS), compete: II – executar as ações de vigilância sanitária e epidemiológica, bem como as de saúde do trabalhador.

Constituição Federal de 1988, artigo 200

Os Acidentes do Trabalho e Seus Aspectos Legais

O empregador pode, dentro de seu poder regulamentar, elaborar regulamento interno que institua normas sobre utilização de roupas e sobre a aparência, em geral, de todos os funcionários da empresa (uso de chinelos, bermudas, camisetas cavadas etc.), ainda que não esteja obrigado pela legislação ao fornecimento de uniformes ou roupas especiais para o trabalho. O regulamento interno também pode prever normas quanto ao asseio dos empregados, com apresentar-se de unhas cortadas, cabelos presos para mulheres e curtos para homens, dependendo da atividade exigida pelo profissional. Desta forma, cabe a cada empregador observar as atividades internas e a necessidade de boa apresentação diante dos seus clientes e estabelecer regras de conduta a serem seguidas por seus empregados.

As Leis nºs 8.212 e 8.213 de 9/12/1991 estabelecem a responsabilidade civil do empregador pelo acidente do trabalho e a corresponsabilidade dos diretores, sócios, gerentes e administradores por crimes contra a Previdência Social também autoriza a Previdência promover ação regressiva contra a empresa ou terceiros causadores do acidente do trabalho, garantindo a estabilidade de emprego ao acidentado por 12 meses após à cessação do auxílio-doença da Previdência Social.

Ordem e Limpeza

Esses conceitos não são novos. Todavia, ainda não foram assimilados em alguns locais de trabalho. Ha quem pense que a ordem e a limpeza, no ambiente de trabalho, são responsabilidade apenas da equipe de limpeza. Pensar assim não é sensato. A responsabilidade da ordem e da limpeza pertence a todos.

Cada empregado é responsável por manter limpo e ordenado seu ambiente de trabalho, de modo que cada equipamento ou ferramenta de trabalho esteja no seu devido lugar, não haja sujeiras e nem materiais espalhados no local.

A falta da ordem e limpeza cria, com frequência, problemas que afetam a produtividade e a eficácia das operações, contribuem para o relaxamento dos hábitos de higiene pessoal e aumenta a propensão a doenças profissionais e acidentes do trabalho.

Quando há boa ordem e limpeza no local de trabalho, existe um ambiente mais agradável e saudável que reforça a atitude positiva dos funcionários, aumentando a produção e diminuindo os riscos de acidentes. Devido a isso, a **ordem e a limpeza** são necessidades básicas que fazem parte integrante do nosso ambiente de trabalho. A seguir, veremos os mais comuns.

Lesões Por Esforços Repetitivos (LER)

São lesões que acometem os membros superiores por sobrecargas provocadas pelo **trabalho repetido**, sem pausas e repouso adequados à recuperação física. As **lesões por esforços repetitivos** são doenças progressivas e, em muitos casos, irreversíveis. A volta à mesma função nas mesmas condições é quase impossível, porque a recidiva ao quadro é a regra.

Vários fatores predis põem o trabalhador a contrair tais lesões. Entre eles citamos:

1. Trabalho repetitivo, monótono e com grande solitação dos membros superiores, provocadas por tarefas empobrecidas, tais como as que ocorrem em linhas de montagem.
2. Falta de pausas que garantam a recuperação física do esforço a que foram submetidos os trabalhadores.
3. Ritmos acelerados para o cumprimento de metas de produção, que não levam em conta a capacidade física do ser humano.

Obs.: Ao digitar, você deve manter os punhos retos ou, então, utilizar um apoio para os pulsos diminuindo, assim, a tensão dos músculos.

Stress

O **stress** é a resposta do organismo a determinados estímulos que representam circunstâncias súbitas ou ameaçadoras. Para se adaptar à nova situação, o corpo desencadeia reações que ativam a produção de hormônios, entre eles a adrenalina. Isso deixa o indivíduo em **estado de alerta** e em condições de reagir. Esta reação é normal e necessária ao ser humano, só passando a ser prejudicial quando se mantém de forma inadequada e por períodos prolongados; provoca uma infinidade de complicações, entre elas o enfraquecimento do sistema de defesa, deixando o corpo vulnerável a todo tipo de enfermidade.

O aparecimento do **stress** pode estar relacionado à situações reais ou imaginárias, e suas principais causas podem ser: acúmulo de raiva e sentimentos negativos,

problemas de relacionamento, descontrole diante de situações críticas, preocupação excessiva, falta de descanso.

Existem três fases de evolução do **stress**:

Fase de Alerta: ocorre quando existe reação a uma ação externa.

Fase de Resistência: o indivíduo pode controlar-se naturalmente ou continuar estressado.

Fase de Exaustão: persistindo a situação de **stress**, possivelmente surgirá uma série de doenças crônicas como, hipertensão, úlceras, alterações no sono etc. Procure evitar o **stress**; se isso não for possível, interrompa a sua sequência.

A seguir daremos algumas sugestões para a prevenção do **stress**.

1. Alimente-se de maneira saudável e em períodos regulares.
2. Evite fumo, café, e bebidas alcoólicas.
3. Mantenha pelo menos uma atividade física periódica, com orientação médica.
4. Programe e tire férias anuais.
5. Crie atividades de lazer.
6. Delege atividades e aprenda a trabalhar em grupo.
7. Procure ser mais compreensivo e menos exigente.
8. Reavalie suas atividades e modo de pensar.
9. Administre seu tempo realizando uma atividade por vez.

Seção I Disposições Gerais

Art. 154. A observância, em todos os locais de trabalho, do disposto neste Capítulo, não desobriga as empresas do cumprimento de outras disposições que, com relação à matéria, sejam incluídas em códigos de obras ou regulamentos sanitários dos Estados ou Municípios em que se situem os respectivos estabelecimentos, bem como daquelas oriundas de contratos coletivos de trabalho.

Incumbe ao órgão de âmbito nacional competente em matéria de segurança e medicina do trabalho:

I – estabelecer, nos limites de sua competência, normas sobre a aplicação dos preceitos deste Capítulo, especialmente os referidos no art. 200;

II – coordenar, orientar, controlar e supervisionar a fiscalização e as demais atividades relacionadas com a segurança e a medicina do trabalho em todo o território nacional, inclusive a Campanha Nacional de Prevenção de Acidentes do Trabalho;

III – conhecer, em última instância, dos recursos, voluntários ou de ofício, das decisões proferidas pelos Delegados Regionais do Trabalho, em matéria de segurança e medicina do trabalho.

Art. 156. Compete especialmente às Delegacias Regionais do Trabalho, nos limites de sua jurisdição:

I – promover a fiscalização do cumprimento das normas de segurança e medicina do trabalho;

II – adotar as medidas que se tornem exigíveis, em virtude das disposições deste Capítulo, determinando as obras e reparos que, em qualquer local de trabalho, se façam necessárias;

III – impor as penalidades cabíveis por descumprimento das normas constantes deste Capítulo, nos termos do art. 201.

Art. 157. Cabe às empresas:

I – cumprir e fazer cumprir as normas de segurança e medicina do trabalho;

II – instruir os empregados, através de ordens de serviço, quanto às precauções a tomar no sentido de evitar acidentes do trabalho ou doenças ocupacionais;

III – adotar as medidas que lhe sejam determinadas pelo órgão regional competente;

IV – facilitar o exercício da fiscalização pela autoridade competente.

Art. 158. Cabe aos empregados:

I – observar as normas de segurança e medicina do trabalho, inclusive as instruções de que trata o item II do artigo anterior;

II – colaborar com a empresa na aplicação dos dispositivos deste Capítulo.

Parágrafo único. Constitui ato faltoso do empregado a recusa injustificada:

a) à observância das instruções expedidas pelo empregador na forma do item II do artigo anterior;

b) ao uso dos equipamentos de proteção individual fornecidos pela empresa.

Art. 159. Mediante convênio autorizado pelo Ministério do Trabalho, poderão ser delegadas a outros órgãos federais, estaduais ou municipais atribuições de fiscalização ou orientação às empresas quanto ao cumprimento das disposições constantes.

Formato
15 x 21cm

Mancha
9,5 x 17,5cm

Papel
Offset

Gramatura
70 gr/m²

Número de páginas
8

Impressão e acabamento



SEPN 509 Ed. Contag 3º andar CEP 70750-502 Brasília/DF
SAC: 0800 600 4399 Tel.: (61) 3034 9576 Fax: (61) 3347 4399

www.vestcon.com.br