

Curso Técnico em Manutenção e Suporte em Informática

Higiene e Segurança no Trabalho

Sandra Greice Becker



SANDRA GREICE BECKER

ESCOLA TÉCNICA ABERTA DO BRASIL - E-TEC BRASIL
CURSO TÉCNICO EM MANUTENÇÃO E SUPORTE EM INFORMÁTICA

Disciplina: Higiene e Segurança no Trabalho

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS - CENTRO DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA DO AMAZONAS

Manaus - AM

2009



Presidência da República Federativa do Brasil
Ministério da Educação
Secretaria de Educação a Distância

© Universidade Federal do Amazonas

Este Caderno foi elaborado em parceria entre a Universidade Federal do Amazonas e a Universidade Federal de Santa Catarina para o Sistema Escola Técnica Aberta do Brasil – e-Tec Brasil.

Equipe de Elaboração

Universidade Federal do Amazonas – UFAM

Coordenação Institucional

Zeina Rebouças Corrêa Thomé/UFAM

Professora-autora

Sandra Greice Becker/UFAM

Comissão de Acompanhamento e Validação

Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

Coordenação Institucional

Araci Hack Catapan/UFSC

Coordenação do Projeto

Silvia Modesto Nassar/UFSC

Coordenação de Design Instrucional

Beatriz Helena Dal Molin/UNIOESTE e EGC/UFSC

Design Instrucional

Renato Cislaghi/UFSC

Web Design

Gustavo Mateus/UFSC

Projeto Gráfico

Beatriz Helena Dal Molin/UNIOESTE e EGC/UFSC

Araci Hack Catapan/UFSC

Elena Maria Mallmann/UFSC

Jorge Luiz Silva Hermenegildo/CEFET-SC

Mércia Freire Rocha Cordeiro Machado/ETUFPR

Silvia Modesto Nassar/UFSC

Supervisão de Projeto Gráfico

Luís Henrique Lindner/UFSC

Diagramação

André Rodrigues da Silva/UFSC

Gabriela Dal Toé Fortuna/UFSC

Revisão

Julio César Ramos/UFSC

Catálogo na fonte elaborada na DECTI da Biblioteca da UFSC

B396h Becker, Sandra Greice

Higiene e segurança no trabalho / Sandra Greice Becker.
– Manaus : Universidade Federal do Amazonas, CETAM,
2009.

42 p. : il.

Inclui bibliografia

Curso Técnico em Manutenção e Suporte em Informática,
desenvolvido pelo Programa Escola Técnica Aberta do Brasil.

ISBN: 978-85-63576-07-1

1. Saúde e trabalho. 2. Segurança do trabalho. 3. Higiene industrial. 4. Ensino à distância. I. Título. II. Título: Curso Técnico em Manutenção e Suporte em Informática.

CDU: 331.45

PROGRAMA E-TEC BRASIL

Amigo(a) estudante!

O Ministério da Educação vem desenvolvendo Políticas e Programas para expansão da Educação Básica e do Ensino Superior no País. Um dos caminhos encontrados para que essa expansão se efetive com maior rapidez e eficiência é a modalidade a distância. No mundo inteiro são milhões os estudantes que frequentam cursos a distância. Aqui no Brasil, são mais de 300 mil os matriculados em cursos regulares de Ensino Médio e Superior a distância, oferecidos por instituições públicas e privadas de ensino.

Em 2005, o MEC implantou o Sistema Universidade Aberta do Brasil (UAB), hoje, consolidado como o maior programa nacional de formação de professores, em nível superior.

Para expansão e melhoria da educação profissional e fortalecimento do Ensino Médio, o MEC está implementando o Programa Escola Técnica Aberta do Brasil (e-Tec Brasil). Espera, assim, oferecer aos jovens das periferias dos grandes centros urbanos e dos municípios do interior do País oportunidades para maior escolaridade, melhores condições de inserção no mundo do trabalho e, dessa forma, com elevado potencial para o desenvolvimento produtivo regional.

O e-Tec é resultado de uma parceria entre a Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica (SETEC), a Secretaria de Educação a Distância (SEED) do Ministério da Educação, as universidades e escolas técnicas estaduais e federais.

O Programa apóia a oferta de cursos técnicos de nível médio por parte das escolas públicas de educação profissional federais, estaduais, municipais e, por outro lado, a adequação da infra-estrutura de escolas públicas estaduais e municipais.

Do primeiro Edital do e-Tec Brasil participaram 430 proponentes de adequação de escolas e 74 instituições de ensino técnico, as quais propuseram 147 cursos técnicos de nível médio, abrangendo 14 áreas profissionais. O resultado desse Edital contemplou 193 escolas em 20 unidades federativas. A perspectiva do Programa é que sejam ofertadas 10.000 vagas, em 250 polos, até 2010.

Assim, a modalidade de Educação a Distância oferece nova interface para a mais expressiva expansão da rede federal de educação tecnológica dos últimos anos: a construção dos novos centros federais (CEFETs), a organização dos Institutos Federais de Educação Tecnológica (IFETs) e de seus *campi*.

O Programa e-Tec Brasil vai sendo desenhado na construção coletiva e participação ativa nas ações de democratização e expansão da educação profissional no País, valendo-se dos pilares da educação a distância, sustentados pela formação continuada de professores e pela utilização dos recursos tecnológicos disponíveis.

A equipe que coordena o Programa e-Tec Brasil lhe deseja sucesso na sua formação profissional e na sua caminhada no curso a distância em que está matriculado(a).

SUMÁRIO

PALAVRAS DO PROFESSOR	7
PROJETO INSTRUCIONAL.....	9
ÍCONES E LEGENDAS.....	10
MAPA CONCEITUAL DA DISCIPLINA.....	13
INTRODUÇÃO	15
UNIDADE 1 – IMPORTÂNCIA E ORGANIZAÇÃO DE SAÚDE OCUPACIONAL	17
1.1 Objetivo de aprendizagem.....	17
1.2 Saúde do trabalhador e suas interfaces políticas e assistenciais.	17
1.3 Atividades de aprendizagem e avaliação.....	18
1.4 Síntese.....	19
UNIDADE 2 – HIGIENE, SEGURANÇA E SAÚDE DO TRABALHADOR: CONCEITOS ESSENCIAIS	21
2.1 Objetivo de aprendizagem.....	21
2.2 Higiene e trabalho.....	21
2.3 Segurança do trabalho.....	21
2.4 Saúde ocupacional.....	22
2.5 Acidente de trabalho.....	24
2.6 Atividades de aprendizagem e avaliação.....	25
2.7 Síntese.....	25
UNIDADE 3 – ORGANIZAÇÃO DE UM SERVIÇO DE SAÚDE OCUPACIONAL.....	27
3.1 Objetivo de aprendizagem.....	27
3.2 Ações de implantação de um serviço de saúde ocupacional	27
3.3 Atividades de aprendizagem e avaliação.....	28
3.4 Síntese.....	28
UNIDADE 4 – HIGIENE E PRIMEIROS SOCORROS.....	29
4.1 Objetivos de aprendizagem.....	29
4.2 Higiene do trabalho.....	29
4.3 Primeiros socorros.....	30

4.4 Atividades de aprendizagem e avaliação	35
4.5 Síntese.....	35
LEITURAS RECOMENDADAS.....	36
REFERÊNCIAS.....	37
GLOSSÁRIO	40
CURRÍCULO SINTÉTICO DA PROFESSORA – AUTORA	41

PALAVRAS DO PROFESSOR

Prezado estudante,

Quero iniciar parabenizando-o pela escolha de se profissionalizar por meio do Programa e-Tec Brasil. Este primeiro passo, que é da ordem do **desejar e decidir**, deverá nos acompanhar em cada momento desta caminhada em direção à construção da sua profissionalização técnica em Informática.

Eu **quero** acompanhá-lo e **decidi** preparar este material didático com a finalidade de oferecer a você a possibilidade de **aprender** sobre **Higiene e Segurança no Trabalho**. Trata-se um material dinâmico em que você e eu estaremos integrados numa rede social, aproximados pela internet, com o objetivo de construir a capacitação profissional almejada. Nele serão encontradas informações de como o Governo se organizou para atender o trabalhador, como a empresa deve se estruturar e como o trabalhador pode agir para ter um ambiente de trabalho com higiene e segurança.

Vale salientar que você está se profissionalizando para um mercado de trabalho que espera um **profissional qualificado**, e esta qualificação não é uma roupa que vestimos e tiramos. É a **pessoa** que se qualifica. Nessa perspectiva, quanto mais buscarmos a interface do conteúdo estudado com as questões de vida e seus relacionamentos, mais tranquilos caminharemos.

Já sei que vou trabalhar com uma pessoa corajosa, que desejou e decidiu estudar. Agora, seguiremos caminhando, nos conhecendo e aprendendo a **SER um técnico de informática**.

PROJETO INSTRUCIONAL

UNIDADE	OBJETIVOS	MATERIAL IMPRESSO	RECURSOS DIGITAIS	CARGA HORÁRIA	ESTRATÉGIAS	ATIVIDADES DE AVALIAÇÃO	REFERÊNCIAS
1	Levar o estudante a reconhecer a organização política que envolve a Saúde do trabalhador no Brasil. Promover reflexão sobre Segurança e Higiene do trabalho.	A unidade apresenta a organização dos serviços do Governo que tratam da saúde do trabalhador	Hiperdocumento apresentando informações sobre os ministérios. Apresentação de hiperligações para outros sítios na internet sobre o tema.	6 horas	Fórum de discussão. Realização de exercícios. Navegação em sítios do Governo.	Participação nos fóruns de discussão e de dúvidas. Responder questões de avaliação no AVEA. Produção de um material digital (<i>blog</i>) a partir de pesquisa sobre o tema.	BRASIL. Ministério da Saúde, 2001 BRASIL. Constituição, 1988. CENTRAL ÚNICA DOS TRABALHADORES, 2008.
2	Apresentar fatores relacionados à Higiene, Segurança e Saúde no ambiente de trabalho. Trabalhar a questão do acidente de trabalho.	A unidade apresenta conceitos de Higiene, Segurança, Saúde Ocupacional, bem como traz informações básicas de acidente de trabalho	Mapa conceitual dos fatores de Segurança, de Saúde e de Higiene no Trabalho	7 horas	Fórum de discussão sobre "Acidente de trabalho, saúde, segurança e higiene". Desenvolvimento cooperativo de mapas conceituais sobre memória.	Participação nos fóruns de discussão e de dúvidas. Produção de um material digital (<i>blog</i>) com um plano de ação apontando estratégias e atitudes que levem a Segurança do Trabalho.	ACIDENTE, 2008. COSTA, 2004. MARAGON, 2005.
3	Trabalhar questões relacionadas à organização e implementação de um serviço de saúde ocupacional.	A unidade apresenta informações sobre como estruturar e implementar um serviço de saúde ocupacional.	Hiperdocumento apresentando esquema de funcionamento do serviço de saúde ocupacional. Hiperligações a outros sítios na internet sobre saúde ocupacional.	9 horas	Fórum de discussão . Filme no YOUTUBE Monstros S/A: Os desafios de ser empreendedor	Participação nos fóruns de discussão e de dúvidas. Produção de um material digital (<i>blog</i>) a partir de pesquisa em livros e internet sobre o tema. Resolução de exercícios de avaliação.	ALCALDE, E., <i>et al.</i>, 1991. 1991. MARAGON, 2005. SOUNIS, 1991. Ministério da Saúde, 2008.
4	Levar a discussão sobre acidentes de trabalho e primeiros socorros.	A unidade apresenta como discussão principal as ações relacionadas aos primeiros socorros em caso de acidente de trabalho.	Hiperdocumento apresentando questões associadas a acidentes de trabalho e aos primeiros socorros.	8 horas	Fórum de discussão. Desenvolvimento cooperativo de mapas conceituais sobre o tema.	Participação nos fóruns de discussão e de dúvidas. Produção de um material digital (<i>blog</i>) a partir de pesquisa em livros e internet sobre o tema.	OBSERVATÓRIO DE SAÚDE DO TRABALHADOR, 2008. ACIDENTE, 2008.

ÍCONES E LEGENDAS

Caro estudante! Oferecemos para seu conhecimento os ícones e sua legenda que fazem parte da coluna de indexação. A intimidade com estes e com o sentido de sua presença no caderno ajudará você a compreender melhor as atividades e exercícios propostos (DAL MOLIN, *et al.*, 2008).

Saiba mais



Ex: <http://www.etecbrasil.mec.gov.br>

Este ícone apontará para atividades complementares ou para informações importantes sobre o assunto. Tais informações ou textos complementares podem ser encontrados na fonte referenciada junto ao ícone.

Para refletir...



Ex: Analise o caso... dentro deste tema e compare com..., Assista ao filme...

Toda vez que este ícone aparecer na coluna de indexação indicará um questionamento a ser respondido, uma atividade de aproximação ao contexto no qual você vive ou participa, resultando na apresentação de exemplos cotidianos ou *links* com seu campo de atuação.

Mídias integradas



Ex.: Assista ao filme... e comente-o.

Quando este ícone for indicado em uma dada unidade significa que você está sendo convidado a fazer atividades que empreguem diferentes mídias, ou seja, participar do AVEA, assistir e comentar um filme, um videoclipe, ler um jornal, comentar uma reportagem, participar de um *chat*, de um fórum, enfim, trabalhar com diferentes meios de comunicação.

Avaliação



Este ícone indica uma atividade que será avaliada dentro de critérios específicos da unidade.

Lembre-se



Ex.: O canal de satélite deve ser reservado com antecedência junto à Embratel.

A presença deste ícone ao lado de um trecho do texto indicará que aquele conteúdo significa algo fundamental para a aprendizagem.

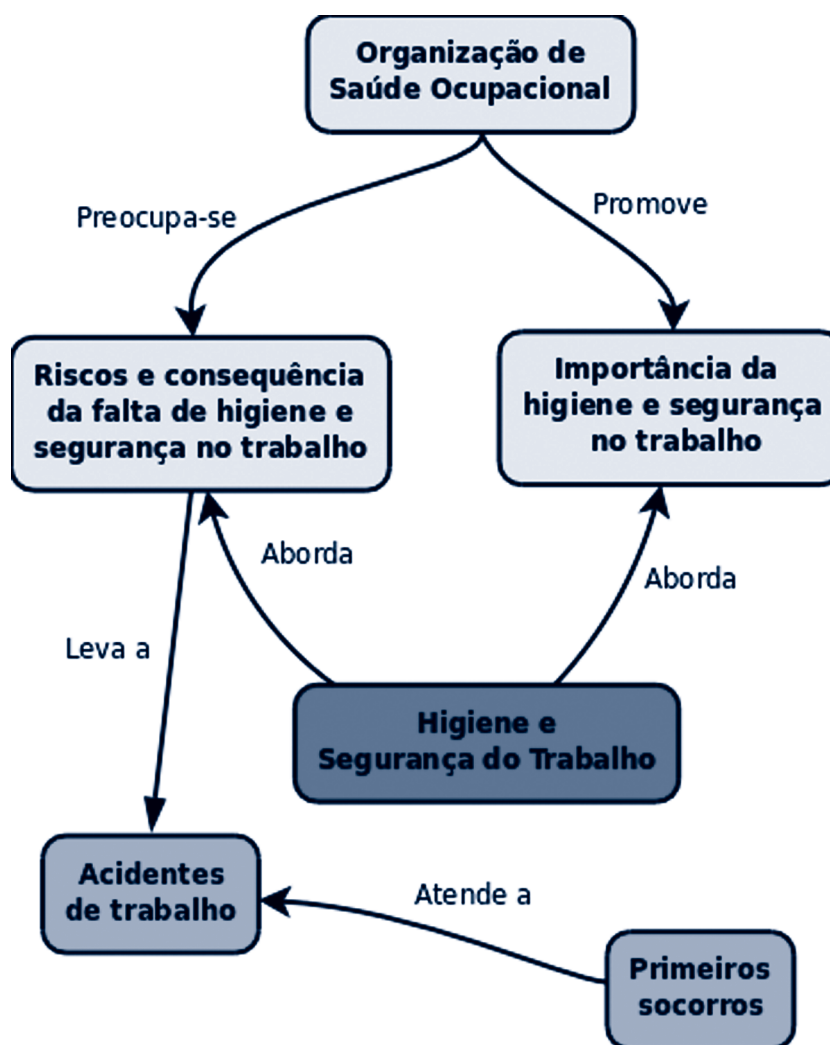
Destaque

Retângulo com fundo colorido.

A presença do retângulo de fundo indicará trechos importantes do texto, destacados para maior fixação do conteúdo.

MAPA CONCEITUAL DA DISCIPLINA

Este mapa conceitual oferece uma visão da arquitetura hipertextual e conceitual da organização da disciplina **Higiene e Segurança no Trabalho**. Tem a finalidade de apresentar a disciplina de forma esquemática, para que se compreenda como os conteúdos se relacionam.



INTRODUÇÃO

Este caderno foi elaborado a partir da proposta do Programa e-Tec Brasil, para ser uma das ferramentas de ensino-aprendizagem na disciplina de Higiene e Segurança no Trabalho, que integra a formação profissional do técnico em manutenção e suporte em informática, na modalidade a distância.

Nesta modalidade é importante termos clareza que a proposta de educação a distância não é para ser distante; ao contrário, esta modalidade chega até nós na forma de política educacional pública. Ela visa oferecer oportunidades de alto nível nos processos de ensino-aprendizagem, atendendo às necessidades de profissionalização de uma sociedade que convive também com tecnologias de comunicação digital e, por isso, não aprende só na sala de aula. É com a sua vida real que propomos trabalhar, para que você desenvolva novas competências profissionais e sociais.

Nesse sentido, o seu relacionamento com este caderno, com as mídias integradas, com a internet e com o professor deverá ser de compromisso ético e estético, para obtermos um resultado satisfatório.

O resultado esperado é que você possa relacionar os conteúdos apresentados, os pesquisados, os vividos e os construídos às situações de vida cotidiana, para que o aprendizado possa ser aplicado na sua formação técnica, na sua formação cidadã e numa forma feliz de viver.

Lembramos que as noções aqui apresentadas são a base, mas não o todo, dos aspectos de higiene, saúde e segurança do trabalhador no exercício de suas atividades e que, portanto, para o estudante, complementam os conhecimentos mais técnicos da área. São igualmente úteis para aumentar a sua eficiência no desenvolvimento de suas atividades laborais.

UNIDADE 1 – IMPORTÂNCIA E ORGANIZAÇÃO DE SAÚDE OCUPACIONAL

Dentro da relação entre empregados e empregadores existem dois fatores elementares: o custo operacional e a saúde do trabalhador. O custo operacional envolve o pagamento de impostos, multas, seguros; de outro lado, existem normas e legislações que amparam o trabalhador para o desempenho adequado das suas atividades.

Escute novamente a música “a Fábrica”, preste atenção neste trecho e reflita sobre a relação entre empregador, empregado, Governo e sociedade:

“[...]quero trabalhar em paz. Não é muito o que lhe peço: eu quero um trabalho honesto, em vez de escravidão[...]”



Leia a letra ou escute a música da Legião Urbana: “A Fábrica”
<http://www.youtube.com/watch?v=I5YWukK-TVI>

1.1 Objetivo de aprendizagem

Nesta unidade vamos identificar o papel do Ministério do Trabalho e Emprego, Ministério da Previdência e Assistência Social, Ministério da Saúde e Ministério do Meio Ambiente no que tange à questão dos direitos legais do trabalhador e das obrigações do empregador, visando à saúde do trabalhador.

1.2 Saúde do trabalhador e suas interfaces políticas e assistenciais.

Ter sua Carteira de Trabalho assinada não é apenas um direito, é uma garantia de melhor assistência no momento com o qual não costumamos nos preocupar.

O desenvolvimento produtivo da humanidade está ligado ao processo dinâmico de saúde e doença que também se associa ao trabalho (DIAS, 2001).

Assim, espera-se que o papel dos ministérios relacionados ao trabalho seja o de organizar as ações produtivas do país, garantindo a dignidade e a saúde do trabalhador.

Conhecer um pouco dessa estrutura vai lhe favorecer no entendimento do que é segurança e saúde no ambiente de trabalho, conforme as legislações vigentes. Nosso objetivo não é inicialmente torná-lo um especialista em segurança no trabalho, mas fazê-lo conhecer a estrutura que regula os direitos e deveres dessa relação entre trabalhador, empregador e sociedade.

Construa os conceitos de trabalhador e empregador, pesquisando nas páginas do Ministérios do Trabalho e Emprego e do Ministério da Previdência e Assistência Social, na internet.



<http://www.mte.gov.br/>
<http://www.previdenciasocial.gov.br>

Vamos então olhar em que parte da nossa vida produtiva cada ministério influencia?

De forma resumida, o Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) tem o papel, entre outros, de realizar a inspeção e a fiscalização das condições e dos ambientes de trabalho em todo o território nacional. No âmbito estadual, o MTE é representado pelas Delegacias Regionais do Trabalho e Emprego – que possuem um setor responsável pela operacionalização da fiscalização dos ambientes de trabalho, no nível regional.

No Ministério da Previdência e Assistência Social (MPAS), o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) ainda é o responsável pela perícia médica, reabilitação profissional e pagamento de benefícios. Salienta-se que só têm direito aos benefícios garantidos pelo MPAS/INSS os trabalhadores assalariados com Carteira de Trabalho assinada, inseridos no mercado formal de trabalho.



Conheça a Lei Orgânica da Saúde – LOS (Lei n 8.080/90), no portal do Ministério da Saúde.

<http://portal.saude.gov.br/saude>

No Brasil, o Sistema Público de Saúde vem atendendo os trabalhadores ao longo de toda sua existência. Porém, uma prática diferenciada do setor que considere os impactos do trabalho sobre o processo saúde/doença surgiu apenas no decorrer dos anos 1980, passando a ser ação do Sistema Único de Saúde (SUS), quando a Constituição Brasileira de 1988 instituiu como atribuição do SUS executar as ações de vigilância sanitária e epidemiológica, bem como as de saúde do trabalhador [...]. (BRASIL, 1988).

A criação do Observatório de Saúde do Trabalhador atende a uma demanda da sociedade organizada, que tem manifestado a necessidade de definir e implementar indicadores de saúde, de gestão e de impacto do processo de implantação da Política Nacional de Saúde do Trabalhador.



http://portal.saude.gov.br/portal/sas/strabalhador/area.cfm?id_area=859

O Ministério do Meio Ambiente (MMA) atua em virtude da degradação ambiental que está fortemente ligada a diversos fatores de ordem econômico-social, como a ocupação urbana desordenada e, principalmente, aos modos poluidores dos processos produtivos, devendo estabelecer articulações com os setores da sociedade civil organizada, trabalhando em sintonia permanente com os setores de governo, em especial da saúde, educação e trabalho.



<http://www.mma.gov.br/>

Além dos ministérios, os Conselhos Nacionais constituem importantes órgãos de deliberações e de controle social. Ressalta-se, aqui, que o Conselho Nacional de Saúde (CNS) se faz representar pelos conselhos estaduais e municipais de Saúde, nos seus fóruns de debates (BRASIL, 2001).



1.3 Atividades de aprendizagem e avaliação

Caro estudante, responda às questões abaixo e deposite-as no AVEA.

1. A assinatura da Carteira do Trabalho é uma mera formalidade a ser realizada pelo empregador.
() Verdadeiro () Falso
2. Cabe somente ao SUS garantir a saúde do trabalhador.
() Verdadeiro () Falso
3. Para o Ministério do Trabalho e Emprego, quem é considerado trabalhador?

1.4 Síntese

Conhecer a estrutura governamental de apoio às atividades produtivas do país permite a nós, trabalhadores, contar com ferramentas e condições para buscar segurança e saúde no trabalho.

UNIDADE 2 – HIGIENE, SEGURANÇA E SAÚDE DO TRABALHADOR: CONCEITOS ESSENCIAIS

2.1 Objetivo de aprendizagem

Espera-se que o estudante, ao final da unidade, possa compreender os aspectos mais relevantes que envolvem o trabalho em ambiente seguro, saudável e higiênico.

2.2 Higiene e trabalho

Qual a primeira imagem que lhe vem à cabeça ao pronunciar a palavra “higiene”? Esta imagem está associada à limpeza e ao asseio?

Segundo Ferreira (2004), higiene é um substantivo feminino que se refere a um ramo da medicina que visa à prevenção da doença.

O termo higiene mental pode ser entendido como a prática educativa ou psicoterápica aplicada para prevenir perturbações mentais.

No contexto de trabalho, higiene do trabalho diz respeito às técnicas aplicadas contra os possíveis agentes geradores de agravos ou doenças profissionais, avaliando a presença de agentes químicos, físicos, biológicos, psicológicas e sociais, presentes no meio ambiente do trabalho (COSTA; COSTA, 2004).

Portanto, higiene pode ter sua raiz conceitual na limpeza, mas traz uma aplicabilidade que envolve o ambiente físico e emocional do trabalhador, dentro e fora do seu ambiente de trabalho.

Assim, o que você considera um ambiente de trabalho salubre? Se você fosse planejar uma sala de montagem de computadores, quais itens de higiene você consideraria? Será que a cor e a luminosidade do ambiente fazem alguma diferença?

Organize suas respostas em uma lauda e poste-a no Ambiente Virtual de Ensino-Aprendizagem (AVEA).

Você acredita que a energia do local de trabalho pode influenciar o viver saudável? Assista ao vídeo indicado ao lado e reflita. Você pode postar suas impressões nos fóruns de discussão.



<http://grupos.terapiadeambientes.com/video/2012047:Video:91>

2.3 Segurança do trabalho

Segurança do trabalho pode ser definida como uma série de medidas técnicas, médicas e psicológicas, destinadas a prevenir os acidentes profissionais, educando as pessoas nos meios de evitá-los, como também procedimentos capazes de eliminar as condições inseguras do ambiente. (SOUNIS, 1991).

A principal área de trabalho de um técnico de manutenção e montagem de equipamentos de microinformática é composta por uma bancada de montagem/desmontagem e testes, armários para disposição de peças e equipamentos, e caixa de ferramentas.

A altura de fixação da bancada e dos armários são fatores importantes não só para a segurança, como para a saúde do profissional.



A organização das tomadas de energia elétrica para evitar sobrecarga deve ser considerada como um ponto de destaque no quesito segurança? Por quê?

Utilize-se do fórum de discussões no ambiente virtual de ensino-aprendizagem para criar, juntamente com seus colegas, uma relação de ações e observações que devam ser levadas em consideração para tornar seguro o seu ambiente profissional.

2.4 Saúde ocupacional

Para Minayo-Gomes e Thedim-Costa (1997) o conceito de Saúde Ocupacional avança numa proposta interdisciplinar, com base na Higiene Industrial, relacionando ambiente de trabalho-corpo do trabalhador. Incorpora a teoria da multicausalidade, na qual um conjunto de fatores de risco é considerado na produção da doença, avaliada através da clínica médica e de indicadores ambientais e biológicos de exposição e efeito.

Saúde ocupacional é um conceito complexo, difícil de discutir, principalmente porque envolve interesses políticos, econômicos e sociais. Interessante, se fosse possível discutir a história das Reformas Sanitárias e políticas de saúde no Brasil.

Para a empresa a perda de um funcionário qualificado acarreta em prejuízos de investimentos, inclusive financeiros, em treinamentos e para suprir a ausências do funcionário por atestado médico, dentre outros. Para a sociedade e governo o ônus é também financeiro, na medida em que a sociedade economicamente ativa que contribui com a Previdência Social terá que pagar aposentadoria a este trabalhador, precocemente, onerando também o governo.

Os trabalhadores podem adoecer ou morrer por causas relacionadas ao trabalho, como consequência da profissão que exercem ou exerceram, ou pelas condições adversas em que seu trabalho é ou foi realizado. Assim, o perfil de adoecimento e morte dos trabalhadores resultará do conjunto desses fatores.

Valorize a posição das mãos, o apoio para os pés de modo a não comprimir vasos sanguíneos das pernas, a distância entre a tela do compu-

tador e os olhos, lembrando a importância da iluminação do ambiente, dos ruídos externos, da posição da coluna cervical e das costas, e tudo o mais que puder observar.

Classicamente, os fatores de risco para a saúde e segurança dos trabalhadores, presentes ou relacionados ao trabalho, podem ser classificados em cinco grandes grupos, conforme o Ministério da Saúde (DIAS, 2001), que podem ser ampliados, conforme Carvalho (2001):

a) FÍSICOS: ruído, vibração, radiação ionizante e não ionizante, temperaturas extremas (frio e calor), pressão atmosférica anormal, entre outros. As radiações eletromagnéticas são uma forma de energia que se apresentam em ondas elétricas vibratórias e se propagam no espaço, acompanhadas por um campo magnético vibratório, numa espécie de movimento ondulatório.

b) QUÍMICOS: agentes e substâncias químicas, sob a forma líquida, gasosa ou de partículas e poeiras minerais e vegetais. Define-se poeira por partículas sólidas cujo tamanho varia entre $0,1\mu$ e 25μ . De modo geral, as poeiras não se difundem no ar e se depositam por força da gravidade, como poeira de madeira, oriunda de lixamentos, de carvão, de sílica, de chumbo.

Entre as mais facilmente respiráveis e que causam danos respiratórios estão as fibras de algodão, de asbesto ou amianto, de poliéster, fibra de vidro, fumos, na forma de névoa que é a suspensão no ar de diminutas gotas de líquido produzidas pela desintegração do estado líquido por atomização - *spray*, aerossol e ebulição. No Brasil, existem legislações e normatizações sobre o limite de tolerância do trabalhador a determinados agentes químicos.

c) BIOLÓGICOS: exposições a vírus como os da AIDS, hepatites, fungos, pólenes de plantas, pelos de gato, bactérias, parasitas, geralmente associados ao trabalho em hospitais, laboratórios e agricultura e pecuária.

Existem medidas de avaliação de contaminantes biológicos, bem como medidas de controle como o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), campanhas de vacinação, controle de pragas e roedores nos ambientes de trabalho, medidas de limpeza e higiene, etc.

d) ERGONÔMICOS E PSICOSSOCIAIS: decorrem da organização e gestão do trabalho, como, por exemplo, da utilização de equipamentos, máquinas e mobiliário inadequados, levando a posturas e posições incorretas; locais adaptados com más condições de iluminação, de ventilação e de conforto para os trabalhadores; trabalho em turnos e noturno; monotonia ou ritmo de trabalho excessivo, exigências de produtividade, relações de trabalho autoritárias, falhas nos treinamentos e supervisão dos trabalhadores, entre outros.



Consulte a lista de doenças relacionadas ao trabalho: http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/lista_doencas_relacionadas_trabalho.pdf



Acesse o link e faça os exercícios físicos que ajudam a evitar doenças de LER e DORT: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/saude/ult560u3.shtml>

No caso dos técnicos de informática, os fatores ergonômicos estão frequentemente presentes, necessitando atenção deles em como utilizar suas ferramentas de trabalho de modo a produzir uma Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), evitando assim doenças ocupacionais.

e) MECÂNICOS E DE ACIDENTES: ligados à proteção das máquinas, arranjo físico, ordem e limpeza do ambiente, sinalização, rotulagem de produtos e outros que podem levar a acidentes de trabalho.

Os distúrbios mentais também podem estar relacionados ao trabalho. Os determinantes do trabalho que desencadeiam ou agravam distúrbios psíquicos irão, geralmente, se articular a modos individuais de responder, interagir e adoecer, ou seja, as cargas do trabalho vão incidir sobre um sujeito particular, portador de uma história singular preexistente ao seu encontro com o trabalho. O uso abusivo de álcool e drogas, estresse e depressão são alguns exemplos.

2.5 Acidente de trabalho



Figura 2.1 – Acidente de trabalho

Fonte: <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=view&id=409801>



Estatísticas mundiais e brasileiras
de acidentes do trabalho [http://
podcast.fundacentro.sc.gov.
br/?p=12](http://podcast.fundacentro.sc.gov.br/?p=12)

Acidentes de trabalho são aqueles que acontecem no exercício do trabalho prestado à empresa e que provocam lesões corporais ou perturbações funcionais que podem resultar em morte, perda ou redução, permanente ou temporária, das capacidades físicas ou mentais do trabalhador.

São considerados acidentes de trabalho:

- a) doenças profissionais provocadas pelo trabalho. Ex: problemas de coluna, audição, visão, etc;
- b) doenças causadas pelas condições de trabalho. Ex.: Lesão por Esforço Repetitivo (LER) ou Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), causados por esforços repetitivos;
- c) acidentes que acontecem na prestação de serviços, por ordem da empresa, fora do local de trabalho;
- d) acidentes que acontecem em viagens a serviço da empresa;
- e) acidentes que ocorram no trajeto entre a casa e o trabalho ou do trabalho para casa.

Se ficar caracterizado que o acidente ocorreu por culpa do empregador, ele deve indenizar o trabalhador por danos materiais, físicos e morais. No caso de a empresa não emitir a Comunicação de Acidente de Trabalho (CAT), o próprio trabalhador pode procurar assistência do INSS ou solicitar ao Sindicato que expeça esse documento, cabendo ainda recorrência ao Ministério do Trabalho e/ou à Delegacia Regional do Trabalho, para que as providências sejam tomadas.

O tempo máximo para solicitar indenização por acidente de trabalho é de cinco anos. O período é contado a partir da data em que foi caracterizado o acidente ou a doença ocupacional. Após esse período, há prescrição do prazo e a indenização não será paga.

2.6 Atividades de aprendizagem e avaliação

1) Acesse e leia o artigo A Polivalência e a "Síndrome De Ler", de Paulo Décio Ribeiro. Além deste, escolha outro texto sobre a temática estudada. Indique o nome dos textos que leu e responda à pergunta:

Por que é importante conhecer Higiene e Segurança no Trabalho e discutir sobre esse tema? (uma lauda a ser postada no AVEA, como parte da avaliação da disciplina).

2) Faça uma busca na internet sobre posições ergonomicamente corretas para quem trabalha com computadores, seja na montagem ou no uso do equipamento completo.



<http://www.institutomvc.com.br/costacurta/artpdr5polival%C3%Aancia.htm>



2.7 Síntese

Nesta unidade apresentaram-se três aspectos relevantes para o desenvolvimento de um trabalho de qualidade: segurança; higiene; e saúde ocupacional. Estes aspectos ajudam no melhor funcionamento da empresa e na qualidade de vida dos seus trabalhadores.

UNIDADE 3 – ORGANIZAÇÃO DE UM SERVIÇO DE SAÚDE OCUPACIONAL

3.1 Objetivo de aprendizagem

Com o pensamento de que você, ora em formação, poderá tornar-se tanto um trabalhador empregado, um microempresário ou gestor do próprio negócio, faz-se importante apontar propostas iniciais que envolvem a organização de um serviço de saúde ocupacional, buscando inicialmente a conscientização para a necessidade de promoção e prevenção da saúde do trabalhador. Acesse o *link* e e inspire-se para este estudo.



Assista ao filme: *Monstros S/A: Os desafios de ser empreendedor*. http://br.youtube.com/watch?v=V7b_DiB6LmE&feature=related

3.2 Ações de implantação de um serviço de saúde ocupacional

A saúde e a segurança ocupacional dependem do seguimento de regras claras e bem elaboradas, pois qualquer ambiente possui riscos que podem ser minimizados com os devidos cuidados.

De onde parte a qualidade de vida no trabalho? A qualidade de vida no trabalho é primeiramente individual, pois nasce de um desejo de ter saúde e viver saudavelmente. Em seguida, esse desejo se alia a conhecimentos que alcançam a consciência, processo ainda individual, que ganha o coletivo e social quando o trabalhador se relaciona e expõe suas ideias conscientes.

A partir disso, faz-se necessário **assumir compromissos**, pelos quais a empresa forma um GRUPO de trabalho para definir de forma clara e por escrito suas intenções em relação à segurança e à saúde no trabalho, bem como à política a ser adotada. Iniciam-se então as ações educativas de capacitação em processos de prevenção de acidentes para os funcionários. Depois, é preciso identificar as condições inseguras, agentes de risco e situações que possam gerar agravos à saúde ou interferir na qualidade de vida no trabalho. Fazendo a avaliação dos dados coletados, deve-se estabelecer o local ou tipo de atividade que ofereça risco, gravidade e possibilidade de ocorrência, para planejamento das ações corretivas.



A organização de um Serviço de Saúde Ocupacional varia de acordo com o porte da empresa, natureza de atividade e número de trabalhadores. Contudo, as questões éticas e de proteção da vida das pessoas que envolvem os processos laborais, tanto no espaço formal como informal de

Conheça as legislações sobre Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) no *link*: http://www.mte.gov.br/legislacao/normas_regulamentadoras/nr_05.asp

trabalho, devem também ser discutidas e avaliadas, para organização e implementação de um Serviço de Segurança do Trabalho.



3.3 Atividades de aprendizagem e avaliação

Para memorizar, pesquise, responda e poste no AVEA:

1. No contexto de saúde e segurança do trabalho, o que significa SESMT?
2. No que constitui a CIPA de uma empresa?
3. Faça uma pesquisa em uma empresa na sua comunidade e veja como ela se organiza em relação à saúde ocupacional dos seus empregados colaboradores. Investigue se ela possui CIPA, SESMT e se os trabalhadores são segurados? Podem ser órgãos públicos como correios, bancos, hospitais, etc.

3.4 Síntese

Foram levantados nesta unidade aspectos relacionados à implantação de serviços de saúde ocupacional, que envolvem tanto a questão da segurança quanto questões relacionadas à saúde e higiene.

UNIDADE 4 – HIGIENE E PRIMEIROS SOCORROS

*Eu não caibo mais nas roupas que eu cabia [...]
no espelho esta cara não é minha [...], os anos se
passaram enquanto eu dormia [...]*

Titãs

Para iniciar, faça o exercício acompanhando as orientações do *link* ao lado.



Escute a música de Arnaldo Antunes e Nando Reis (leia a letra) “Não vou me adaptar”: http://br.youtube.com/watch?v=Y_OU6TbAAZg&feature=related

4.1 Objetivos de aprendizagem

Esta unidade apresenta uma proposta de discussão crítico-reflexiva sobre os conhecimentos hoje aceitos sobre doenças ocupacionais ou do trabalho:

- como se caracteriza um acidente de trabalho, e como proceder em caso de ocorrência;
- quais as possibilidades de recursos legais.

Espera-se que tais conteúdos agreguem ou ampliem seus conhecimentos sobre questões políticas de saúde, auxiliando-o no exercício da cidadania e garantia dos direitos dos trabalhadores.

4.2 Higiene do trabalho

Imagine que você chegue em seu ambiente de trabalho e se depare com uma bancada lotada de equipamentos, semelhante à da Figura 2.1, e que aquele é o único local que você tem para manipular um equipamento do seu cliente que precisa ser entregue no final da manhã!

Ainda não bateu o desespero? Agora imagine que as etiquetas que identificam cada ordem de serviço descolaram-se e encontram-se no chão, como se tivessem sido molhadas. E que a equipe da limpeza, na hora da faxina, inadvertidamente, trocou de posição todas as CPUs ? E agora? Parece que o caos se instalou?

Essa situação hipotética não é tão incomum quanto aparenta. A falta de aplicação ou observação de regras e normas nas atividades cotidianas pode gerar um ambiente de trabalho desorganizado e propício a problemas.

A Higiene do Trabalho pode ser entendida como o “conjunto de normas e procedimentos voltados para a integridade física e mental do trabalhador, preservando-o dos riscos de saúde inerentes às tarefas do cargo e ao ambiente físico onde são executadas” (CHIAVENATO, 1999).

Assim, algumas ações podem deixar seu ambiente de trabalho mais harmonizado, facilitando uma maior produtividade. Entre elas:

- a) uso de placas de sinalização (“piso molhado”, “acesso restrito”, “não tocar”);
- b) redução de disputas sociais por *status*;

- c) observância das jornadas de trabalho, para que elas permitam descanso necessário (redução do excesso de horas extras);
- d) estudo e/ou eliminação de ruídos intermitentes (uma parafusadeira, ou um simples sinal sonoro de um sensor);
- e) melhoria do sistema de ventilação e/ou circulação e troca de ar;
- f) adequação do sistema de iluminação, buscando favorecer a luminosidade natural, quando possível;
- g) sistema de emergência, com extintores de incêndio adequados, sensores de fumaça e saídas de emergência bem sinalizadas.

Também o trabalhador precisa contribuir individualmente para a higiene do trabalho, porque o ambiente de trabalho envolve diretamente a participação dele. Assim, ele deve procurar:

- a) ter períodos de sono e descanso adequados;
- b) realizar as refeições adequadamente;
- c) organizar a vida pessoal de modo a possibilitar atividades sociais e de lazer;
- d) realizar alguma atividade física;
- e) cuidar da saúde e de suas vacinas.

4.3 Primeiros socorros

Com a organização e o efetivo funcionamento das medidas de segurança e proteção à saúde do trabalhador, espera-se que situações que ponham em risco a vida não aconteçam. Contudo, um trabalhador saudável pode desenvolver habilidades de socorrista, para ajudar outras pessoas.

Os primeiros socorros referem-se ao atendimento temporário e imediato de uma pessoa que está ferida ou que adoece repentinamente. Os primeiros socorros incluem reconhecer condições que põem a vida em risco, e tomar atitudes necessárias para manter a vítima viva e na melhor condição possível até que se obtenha atendimento profissional.

Vale ressaltar que os primeiros socorros não substituem o médico, a enfermeira ou os técnicos em emergências médicas. Devem ser considerados na abordagem aos primeiros socorros os aspectos legais, que podem ser encontrados em Hafen, Karren e Frandsen (2002).

Isto posto, o socorrista é aquela pessoa que presta os primeiros socorros em casos de acidentes ou de mal súbito. É importante que essa pessoa tenha iniciativa e certa liderança para prestar o atendimento e saiba controlar suas emoções como, por exemplo, o medo, para agir adequadamente nas situações de emergência, confiando no que sabe e reconhecendo as próprias limitações.

Entre as técnicas a serem apreendidas pelo socorrista, para que possa fazer uma boa avaliação da vítima, estão:

- a) OBSERVAÇÃO (olhar a vítima);
- b) PALPAÇÃO (tocar a vítima);
- c) DIÁLOGO (conversar com a vítima);
- d) AÇÃO (fazer alguma coisa).

Na **observação** da vítima, o socorrista verifica alteração ou ausência da respiração, hemorragias externas, deformidades de partes do corpo, coloração diferente da pele, presença de suor intenso, inquietação e expressão de dor.

Pela **palpação** o socorrista pode observar batimentos cardíacos, fraturas, umidade da pele e alteração da temperatura (alta ou baixa).

A tentativa de **diálogo** com a vítima permite ao socorrista perceber o nível de consciência dela, tentar localizar a sensação de dor, verificar a incapacidade de mover o corpo ou partes dele e investigar a perda de sensibilidade em alguma parte do corpo.

Definida e analisada a situação, a ação do socorrista deve ser dirigida para:

- a) pedido de ajuda qualificada e especializada, como médico, ambulância/SAMU;
- b) avaliação das vias aéreas;
- c) avaliação da respiração e dos batimentos cardíacos;
- d) prevenção do estado de choque;
- e) aplicação de medidas de manutenção da vida;
- f) preparação da vítima para remoção segura;
- g) providências para transporte e tratamento especializado.

IMPORTANTE: Ao pedir ajuda, o socorrista deve procurar passar o maior número possível de informações, como o endereço do local do acidente, ponto de referência, tipo de acidente e número de vítimas.

No cotidiano do viver, são inúmeras as situações que envolvem necessidade de atendimento de socorrista, não sendo objetivo desta unidade esgotar o tema. No entanto, vamos ver aspectos gerais de algumas ocorrências que percebemos mais diretamente relacionadas ao trabalho do técnico de informática. Dentre estas, estão o choque elétrico, distensão muscular, contusão, luxação, entorse, desmaio, convulsão, queimaduras e acidentes com animais peçonhentos.

a) Choque elétrico: dependendo das condições orgânicas da vítima e das características da corrente elétrica, o acidentado pode apresentar: sensação de formigamento, contrações musculares fracas, que poderão tornar-se violentas e dolorosas, inconsciência, dificuldade ou parada do coração, queima-

duras e traumatismos (fraturas, rotura de órgãos internos, etc.)

Nos acidentes elétricos, a vítima pode ficar presa ao condutor elétrico ou ser violentamente projetada a distância. Para socorrer uma vítima de choque, você deve, em primeiro lugar, afastar a vítima do contato com a corrente elétrica. Isto pode ser feito desligando o interruptor ou chave elétrica, se possível; outra forma pode ser removendo o fio condutor elétrico com o auxílio de material bem seco como, por exemplo, um cabo de vassoura, jornal dobrado, pano grosso dobrado, tapete de borracha, corda ou material isolante; ou ainda puxando a vítima pelo pé ou pela mão, sem lhe tocar a pele, usando para tanto um pano dobrado, uma corda ou outro material isolante disponível. Em seguida, verifique os sinais vitais da vítima e providencie sua remoção o mais rápido possível. No caso de parada cardiorrespiratória, veja como proceder, no próximo tópico.

b) Parada cardíaca: define-se como a interrupção do funcionamento do coração. É constatada quando não se percebe os batimentos do coração, através da pulsação, e há dilatação das pupilas diante de um estímulo luminoso, em termos gerais. Nos ambientes de trabalho onde se encontram trabalhadores expostos a determinados agentes químicos como monóxido de carbono, defensivos agrícolas (organofosforados), dentre outros, há o perigo de ocorrer parada cardíaca.

Além disso, pode acontecer parada cardíaca no enfarte do coração, em choques elétricos, intoxicações medicamentosas, acidentes graves e afogamentos. Na ocorrência de parada cardíaca, o socorrista deve colocar a vítima deitada de costas em uma superfície rígida; apoiar a metade inferior da palma da mão no terço inferior do osso esterno e colocar a outra mão por cima da primeira – os dedos e o restante da palma das mãos não devem encostar no tórax da vítima; esticar os braços e comprimir verticalmente o tórax do acidentado; fazer regularmente compressões curtas e fortes (cerca de sessenta por minuto); intercalar a respiração artificial com a massagem cardíaca, seguindo um ritmo de cinco compressões para cada respiração aplicada (veja em seguida como proceder na parada respiratória).

Tenha atenção para não fazer a massagem com força insuficiente, ou demasiada, levando à fratura de ossos, como o esterno ou as costelas, e ainda em superfície inadequada.

c) Parada respiratória: vários são os acidentes que provocam uma parada da respiração: asfixia, afogamentos, intoxicação por medicamentos e por monóxidos de carbono, sufocamento e choque elétrico. Assim sendo, a manutenção da oxigenação dos tecidos à custa da respiração artificial tem possibilitado recuperação de muitas pessoas. Quanto mais precocemente for instituída a conduta, melhor.

A respiração artificial deve ser iniciada e mantida pelos métodos manuais ou pelos métodos boca-a-boca até que possa ser instituída por aparelhos apropriados, no local do acidente ou em ambiente hospitalar.

A parada respiratória pode ser constatada pela coloração azulada dos lábios e extremidades das mãos e dos pés, e pela ausência de expansão do tórax. Através de um espelho ou metal polido colocado próximo ao nariz, nota-se que não há embaçamento, o que normalmente ocorreria.

Confirmada a situação de parada respiratória, você deve retirar da boca da vítima próteses, dentaduras, aparelhos de correção, se possível, e restos de alimentos, desobstruindo as vias aéreas; elevar com delicadeza o queixo da vítima, estabilizando a coluna cervical (é importante o cuidado com a medula e que a vítima não se movimente); tapar as narinas com o polegar e o indicador e abrir a boca da vítima completamente; a partir daí o socorrista deverá respirar fundo, colocar sua boca sobre a boca da vítima de forma oclusiva e soprar COM FORÇA por duas vezes seguidas, até encher os pulmões, que se elevarão; afastar-se, tomar novamente ar e repetir a operação em média 15 vezes por minuto, de maneira uniforme e sem interrupção (ou seja, a cada quatro segundos a pessoa deve repetir a operação).

É importante dizer que a parada respiratória pode anteceder ou acontecer concomitante a uma parada cardíaca, configurando o que chamamos de parada cardiorrespiratória. Nessa situação, se forem dois socorristas, um fará a respiração artificial alternadamente com a outra pessoa que fará a massagem cardíaca. Se for um socorrista apenas, fazer 15 compressões cardíacas e, com rapidez, aplicar duas respirações artificiais.

d) Desmaio: é a perda momentânea da consciência. Pode ser oriunda de nervosismo, emoções súbitas, fadiga, local mal ventilado, visão de hemorragia ou ferimento e jejum prolongado. Os sinais observados na vítima são: palidez, suor abundante, perturbação visual, tonteira e pulso fraco.

Nestes casos, remova a vítima para um ambiente arejado ou proporcione esta condição no local; desaperte as roupas, se for o caso, e coloque a vítima em decúbito dorsal ou de costas, com as pernas elevadas e a cabeça baixa; se perdurar o desmaio por mais de dois minutos, procure socorro especializado.

No caso de você ser a vítima e sentir que vai desfalecer, como, por exemplo, ao ver uma hemorragia ou um ferimento, baixe imediatamente a cabeça ou sente-se em uma cadeira, incline o corpo para frente, coloque a cabeça entre as pernas de modo a ficar mais baixa que os joelhos e respire profundamente. Como socorrista, proceda da mesma maneira com a vítima.

e) Convulsões ou epilepsia: são identificadas pela contratura involuntária dos músculos provocando movimentos desordenados e, em geral,

acompanhadas de perda da consciência. Em geral, a vítima tem queda desamparada, salivação abundante e, às vezes, eliminação de fezes e urina.

Como socorrista, você deve proceder protegendo a cabeça da vítima; afrouxe as roupas; deixe-a debater-se livremente, retirando objetos à sua volta que possam machucá-la, evite a mordedura da língua, colocando um lenço dobrado entre as arcadas dentárias; anote o horário de início da convulsão; mantenha a vítima em repouso. Cessada a convulsão, deixe-a dormir; evite comentários sobre o acidente; contate o médico da vítima e não tente despertá-la.

Sobre a saliva ou baba de um epilético, não tenha receio se encostar em você, pois o contato desta com sua pele não transmite doenças.

f) Entorse: é uma lesão nos tecidos moles (cápsula articular e/ou ligamentos) das articulações. Manifesta-se por dor que pode ser progressiva, ou imediata e intensa, durante a movimentação, acompanhada de edema (inchamento) na articulação lesada e pela incapacidade de o lesado mexer a articulação.

O socorrista deve proceder evitando a movimentação da região atingida; pode aplicar compressas geladas ou deixar correr água fria sobre a articulação. Não use compressa quente durante as primeiras 24h e não faça fricção nem procure “esticar” a região lesada. Atenção: a entorse é um traumatismo que sempre exige orientação médica.



No site dos Bombeiros de São Paulo, você poderá visualizar como agir em casos de fratura, acessando:

<http://www.bombeiroemergencia.com.br/imobilizacao.htm>

g) Fratura: é o rompimento total ou parcial de qualquer osso do corpo. Ela pode ser exposta ou fechada, quando mantém a integridade da pele. Nos casos de fratura ou suspeita de fratura, o socorrista deve colocar a vítima em posição confortável; expor a zona da lesão (desapertar ou se necessário cortar a roupa); verificar se existem ferimentos; tentar imobilizar as articulações que se encontram antes e depois da fratura usando talas apropriadas ou, na sua falta, improvisadas; em caso de fratura exposta, cobrir o ferimento com gaze ou pano limpo. Encaminhar a vítima para um serviço de saúde, para diagnóstico e tratamento adequado. **Jamais** tente encaixar as extremidades do osso partido; **jamais** coloque sal ou qualquer outro produto sobre a fratura, sem a orientação de um profissional de saúde; **jamais** tente, numa fratura exposta, colocar para dentro do corpo, as partes dos ossos que estejam visíveis.

Para saber mais detalhadamente sobre atendimento em primeiros socorros, você pode acessar a página dos bombeiros na internet: <http://www.bombeiroemergencia.com.br>.

Concluindo este tópico, é importante ter em mente que a tarefa do socorrista restringe-se sempre a prestar os primeiros socorros. Ele não deve fazer mais do que o rigorosamente essencial enquanto aguarda o auxílio de profissionais especializados. O objetivo do primeiro atendimento deve ser o de manter a vítima viva e protegê-la de novos e maiores riscos.

4.4 Atividades de aprendizagem e avaliação

Caro estudante, responda às perguntas abaixo e poste-as no AVEA.



1. Somente médicos, enfermeiros e fisioterapeutas podem fazer um curso de socorrista!
() verdadeiro () falso
2. O objetivo principal do socorrista é remover a vítima ao pronto socorro mais próximo!
() verdadeiro () falso
3. A higiene do ambiente de trabalho é conseguida apenas com ações de limpeza e dedetização!
() verdadeiro () falso.
4. Qual é o papel da empresa dentro das questões da higiene do trabalho?
5. Qual é o papel do trabalhador dentro das questões da higiene do trabalho?

4.5 Síntese

Nesta unidade foram abordados os temas Higiene do Trabalho, com seus aspectos ambientais, físicos, psicológicos e sociais, bem como noções de primeiros socorros em área extra-hospitalar.

LEITURAS RECOMENDADAS

Primeiros socorros. Disponível em: <<http://www.primeirossocorros.com/>> Acesso em: 17 jan. 2008. Nesse *site* você encontra informações sobre situações que necessitam primeiros socorros imediatos.

Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Disponível em: <<http://www.trt02.gov.br/geral/tribunal2/legis/CLT/INDICE.html>>. Acesso em: 15 jan. 2008 . Nesse *site* estão as normas que regulam as relações individuais e coletivas de trabalho e as normas de direito material e processual relacionadas ao direito trabalhista.

Organização Pan-americana da Saúde (OPAS). Disponível em: <http://www.opas.org.br/ambiente/temas_documentos_detalhe.cfm?id=44&iddoc=108>. Acesso em: 17 jan. 2008. Nesse *site* você pode acessar alguns manuais do MS.

CAT: como preencher? Disponível em: <<http://www.previdenciasocial.gov.br/conteudoDinamico.php?id=297>>. Acesso em: 23 abr. 2009. Nesse *site* você encontra orientações da Previdência Social.

REFERÊNCIAS

ACIDENTE no trabalho. Disponível em: <<http://nev.incubadora.fapesp.br/portal/trabalhoerenda/direitostrabalhistas/acidentedetrabalho>>. Acesso em: 17 jan. 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde do trabalhador**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. 66 p. (Cadernos de Atenção Básica, 5.)

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constitui%C3%A7ao.htm>. Acesso em: 18 jan. 2008.

CENTRAL ÚNICA DOS TRABALHADORES. Instituto Nacional de saúde no trabalho. Disponível em: < <http://www.cut.org.br/content/view/9866/170/>>. Acesso em: 23 abr. 2009.

CASTRO, Janete Lima de. (Org.). **PROFAE**: educação profissional em saúde e cidadania. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. 225 p.

CARVALHO, Geraldo Mota de. **Enfermagem do trabalho**. São Paulo: EPU, 2001. 315p.

COSTA, Marco Antonio F. da.; COSTA, Maria de Fátima Barrozo da. **Segurança e saúde no trabalho**: cidadania, competitividade e produtividade. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2004.

CHIAVENATO. Idalberto, **Teoria geral da administração**: abordagens descritivas e explicativas. 4. ed. São Paulo: Makron Books, 1999.

DAL MOLIN, Beatriz Helena et al. **Mapa Referencial para Construção de Material Didático** - Programa e-Tec Brasil. 2. ed. revisada. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, 2008.

DIAS, Elizabeth Costa (Org.). **Doenças relacionadas ao trabalho**: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2001.580p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

- FALCON G.S.; ERDMANN A.L.; MEIRELLES, B.H.S. A Complexidade na educação dos profissionais para o cuidado em saúde. **Revista Texto e Contexto Enfermagem**. Florianópolis, v.2, n. 15, , p. 343-51, abr./jun. 2006.
- FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo dicionário aurélio da língua portuguesa**. 3. ed. Curitiba: Positivo, 2004. 2119 p.
- OBSERVATÓRIO DE SAÚDE DO TRABALHADOR. Disponível em: <<http://www.opas.org.br/sausedotrabalhador/Apresentacao/apresentacao.cfm?HOBSSNUMCOD=17>>. Acesso em: 17 jan. 2008.
- HAFEN, Brent Q.; KARREN, Keith J.; FRANDSEN, Kathrin J. **Guia de primeiros socorros para estudantes**. 7. ed. São Paulo: Manole, 2002. 513 p.
- MINAYO-GOMEZ, Carlos; THEDIM-COSTA, Sonia Maria da Fonseca. A construção do campo da saúde do trabalhador: percurso e dilemas. **Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro**, v.13, p.21-32, 1997. Suplemento 2.
- PRIMEIROS socorros. Disponível em: <<http://www.bombeirosemargencia.com.br/choqueeletrico.htm>> . Acesso em: 17 jan. 2008.
- SEGURANÇA do trabalho (riscos ambientais) Disponível em: <<http://nev.incubadora.fapesp.br/portal/trabalhoerenda/direitostrabalhistas/riscosambientais>>. Acesso em: 15 jan. 2008.
- FAPESP **Incubadora empresarial** Disponível em: <<http://nev.incubadora.fapesp.br/portal/trabalhoerenda/direitostrabalhistas/acidentedetrabalho>>. Acesso em: 15 jan. 2008
- MARAGON, Carlos. **Introdução à segurança do trabalho em perguntas e respostas**. Editorial atualizado em 7 out. 2005. Disponível em: <<http://www.areaseg.com/seg/>>. Acesso em: 17 jan. 2008

SOUNIS, Emílio. **Manual de higiene e medicina do trabalho**. 3. ed. São Paulo: Ícone, 1991. 496 p.

Ministério da Saúde. **Lista de doenças relacionadas com o trabalho do Ministério da Saúde**. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/lista_doencas_relacionadas_trabalho.pdf>. Acesso em: 16 set. 2008.

BRANT, Luiz Carlos; MINAYO-GOMEZ, Carlos. Dispositivos de transformação do sofrimento em adoecimento numa empresa. **Psicol. estud.** , Maringá, v. 12, n. 3, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722007000300003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 16 Set. 2008.

BRANT, Luiz Carlos; MINAYO-GOMEZ, Carlos. A transformação do sofrimento em adoecimento: do nascimento da clínica à psicodinâmica do trabalho. **Ciência. saúde coletiva** , Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, 2004 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232004000100021&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 16 set 2008.

FAÇA exercícios que ajudam a evitar doenças de LER/Dort . **Jornal Folha online**. Caderno Equilíbrio. 6 mar. 2001. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/saude/ult560u3.shtml>>. Acesso em: 15 set. 2008.

GLOSSÁRIO

CST – Comissão de Saúde do Trabalhador

CAT – Comunicação de Acidente de Trabalho

CAPS – Centro de Assistência Psicossocial

EPI – Equipamento de Proteção Individual

SIPAT – Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho

SESMT – Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho ou Serviço de Segurança e Medicina do Trabalho

CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes

DORT – Doença(s) Osteomuscular(es) Relacionado(s) ao Trabalho

LER – Lesão por Esforço Repetitivo

NBR – Norma Brasileira

MMA – Ministério do Meio Ambiente

MTE – Ministério do Trabalho e Emprego

Para exercitar ferramentas que vão subsidiar, além do curso, sua vida profissional e social, veja o glossário eletrônico, no *site* da Biblioteca Virtual de Saúde, vinculada ao Ministério da Saúde e tire suas dúvidas.

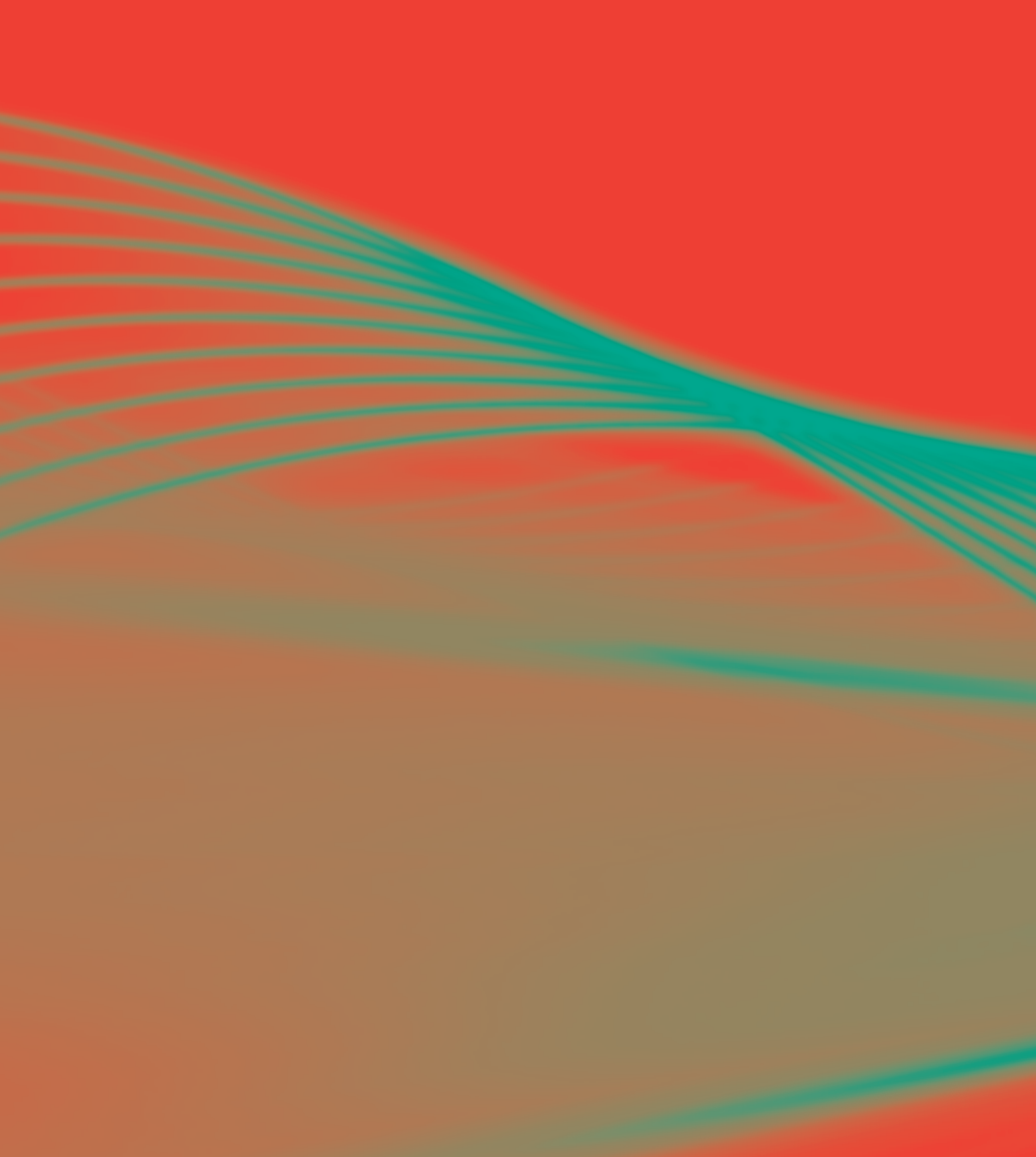
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_sgtes.pdf.

CURRÍCULO SINTÉTICO DA PROFESSORA – AUTORA

Sandra Greice Becker

Professora Assistente do Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica da Escola de Enfermagem de Manaus, da Universidade Federal do Amazonas; líder do Núcleo Interdisciplinar de Pesquisa em Enfermagem e Saúde (NIPES); e membro do Grupo de pesquisa NUPEQUIS-SC. Áreas de interesse: Saúde Mental e Psiquiatria, Saúde do Trabalhador; Representações Sociais; Estudos do Cotidiano e Viver Saudável; Tecnologias de Cuidado em Enfermagem e Saúde. Possui graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), 1999; graduação em Enfermagem, Licenciatura Plena, pela –UNISINOS, 1999; especialização em Saúde Mental pela Fundação Osvaldo Cruz (FIOCRUZ/AM–ENSP), 2006; mestrado em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), 2004. É doutoranda em Enfermagem na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), 2008.





e-Tec Brasil
Escola Técnica Aberta do Brasil

ISBN 978-85-63576-07-1



9 788563 576071