

## João Pessoa vai sediar evento sobre saúde mental e trabalho



João Pessoa (PB) recebe o Seminário: Saúde Mental, Relações de Trabalho e Adoecimento, de 13 e 14 de agosto de 2013 no Auditório do SESI, Centro de Atividades Pedro Franciscano do Amaral, Rua Rodrigues Chaves, 90, centro.

As várias formas que a reestruturação produtiva e a divisão do trabalho assumem, têm acentuado a precarização do trabalho, com repercussões sobre a saúde do trabalhador, especialmente na esfera psíquica.

Segundo a Previdência Social, os transtornos mentais constituem a terceira causa de afastamentos do trabalho por doença, embora, na prática, haja dificuldade de reconhecê-los como doenças advindas do trabalho.

Por este motivo o Seminário sobre Saúde Mental, relações de trabalho e adoecimento será realizado para partilhar múltiplos olhares e o conhecimento de aspectos relevantes ligados à saúde mental no trabalho.

O evento é voltado para Pesquisadores do campo da saúde mental e trabalho, profissionais de recursos humanos, de segurança e saúde no trabalho, empresários e gestores de empresas, dirigentes sindicais, membros de CIPAs, operadores do Direito e demais envolvidos com a temática.

O seminário está sob coordenação do Comitê Permanente Regional Sobre Condições e Meio Ambiente do Trabalho na Indústria da Construção da Paraíba com apoio de várias outras entidades.

Entre as atividades a serem desenvolvidas destacamos:  
Palestra "TRABALHO CONTEMPORÂNEO, MENTAL PRECARIZAÇÃO E SAÚ-

DE" com Petilda Serva Vazquez, Doutora em Ciências Sociais, professora de Hermenêutica, História do Direito e Sociologia Jurídica, Pesquisadora do Núcleo de Estudos Interdisciplinares Sobre a Mulher da Universidade Federal da Bahia; "ASSÉDIO MORAL NO TRABALHO" com Antonio Wellington Cavalcante de Sousa, Auditor Fiscal do Trabalho da Superintendência Regional do Trabalho e Emprego (PB); "VISÃO SINDICAL E EMPRESARIAL FRENTE À QUALIDADE NAS RELAÇÕES DE TRABALHO" com Stelo Olímpio Barata de Queiroga, Engenheiro Civil, Construtor, Ex-presidente do Sindicato da Indústria da Construção Civil de João Pessoa, e Paulo Marcelo Lima, Pedreiro, Membro do CPR-PB, Diretor do Sindicato dos Trabalhadores da Construção Civil de João Pessoa, Presidente da Central Única dos Trabalhadores na Paraíba; "SUSTENTABILIDADE DO SER" com Sâmia Simurro Brandão, Mestre em Psicologia na Área de Neurociências e Comportamento, Consultora de Empresas em Gestão Emocional e Qualidade de Vida, Vice-Presidente de Projetos da Associação Brasileira de Qualidade de Vida (SBP).

### INSCRIÇÕES / INFORMAÇÕES:

[www.fiepb.com.br/saudemental](http://www.fiepb.com.br/saudemental)

Telefone: (83) 2108-8750

A inscrição será confirmada mediante entrega de 2 KG DE ALIMENTOS NÃO PERECÍVEIS NO DIA DO EVENTO.

## Sindicato da Construção confirma: "Cerca de 9 mil atuam sem EPI no Sul de Minas Gerais"

Órgão estima que 60% dos trabalhadores trabalham sem segurança. Pedreiros informais não respeitam o uso de equipamentos de proteção.

Fonte: G1 Sul de Minas

Cerca de 60% dos 15 mil pedreiros que atuam no Sul de Minas não usam o Equipamento de Proteção Individual, conforme números do Sindicato dos Trabalhadores na Indústria de Construção e Mobiliário daquela região. Na última quinta-feira (18), um pedreiro de 55 anos morreu em Poços de Caldas depois de cair de um andaime de seis metros de altura em uma construção. Ele não usava equipamentos de proteção.

De acordo com o diretor do sindicato do setor, José Natalício de Oliveira, a ausência de EPIs é uma prática comum tanto no mercado informal da construção civil quanto em algumas empreiteiras. Na região, pelo menos 9 mil trabalhadores atuam sem respeitar a determinação do uso dos equipamentos de proteção. "A questão do uso dos equipamentos é bastante difundida, tanto que falamos sobre isso em toda oportunidade que temos e destacamos essa importância aos trabalhadores, mas muitos negligenciam isso e tem também a parte dos empreiteiros, que deixam de investir na segurança para ter um lucro maior em outras áreas", pontuou o diretor do sindicato.

Oliveira acredita também que a maioria dos acidentes acontece em obras onde os trabalhadores atuam por conta própria. "O número de ocorrências é maior em obras que não tem grandes

Construtoras", acrescentou.

A afirmação dele é completada pela situação do pedreiro Pedro Teixeira. Mesmo com o conhecimento da obrigatoriedade dos EPIs, ele afirma que deixa de lado a proteção. "Eu sei que tenho que usar, mas trabalho todos os dias e não uso tanto", disse.

"Empreiteiros deixam de investir na segurança para ter um lucro maior em outras áreas", disse José Natalício de Oliveira, Diretor do sindicato.

Questionado, o Ministério do Trabalho destaca que a fiscalização em obras pequenas é mais difícil, já que o trabalho é informal e muitos pedreiros negam a importância do uso dos equipamentos de segurança. "O que notamos é que em muitos casos não existe vínculo de trabalho entre o profissional e o dono da obra, isso dificulta aplicar o uso dos EPIs", pontuou o gerente regional do Ministério do Trabalho, Altair Júnior Barbosa.

Ainda de acordo com ele, com a falta de vínculo empregatício, em casos de acidentes cabe uma ação civil na Justiça, mas a orientação é de que os artigos de segurança sejam sempre utilizados. "É imprescindível que mesmo sem vínculo empregatício, exista um contrato entre as partes. Um acidente é sempre muito pesado, seja para a família, seja para os funcionários ou para a empreiteira. Use sempre EPI. #

## Regulamentada a Lei do Protetor Solar no Rio Grande do Sul

Distribuição deve começar no segundo semestre

Ocorreu no último dia 18 de julho de 2013 o lançamento do Plano Safra Estadual 2013/2014 do Rio Grande do Sul.

Entre as medidas anunciadas pelo governador Tarso Gerno, está a regulamentação da Lei do Protetor Solar, que prevê a distribuição do produto aos agricultores familiares gaúchos como forma de prevenção ao câncer de pele.

De autoria do deputado Heitor Schuch (PSB), a norma cria o Programa de Proteção à Saúde do Trabalhador Rural e também beneficia pescadores e aquicultores. "Desde a aprovação da lei, em 2010, o setor aguardava com expectativa a regulamentação dessa importante iniciativa, que é pioneira no Brasil, e vai beneficiar milhares de pessoas que trabalham diariamente expostas ao sol, por isso mais propensas ao desenvolvimento dessa doença", afirma o parlamentar.

### Projeto piloto

Com a publicação do decreto de regulamentação, a expectativa é de que o programa comece a ser operacionalizado pela Secretaria da Saúde (RS) a partir do final do segundo semestre. Inicialmente, será realizado um projeto piloto abrangendo em torno de 130 municípios gaúchos, definidos a partir de critérios técnicos como maior ocorrência de casos de câncer de pele, de acordo com dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca). Para esta primeira etapa, o Estado deverá adquirir através do Laboratório Farmacêutico do Rio Grande

do Sul (Lafers) 300 mil filtros solares com fator de proteção (FTP) 30 para serem distribuídos aos beneficiários, cadastrados por entidades autorizadas, como o Sindicato dos Trabalhadores Rurais, mediante apresentação de receituário médico. "A ideia é fazermos uma campanha de divulgação e orientação junto aos produtores para incentivar a cultura de uso do protetor. Ainda não temos a dimensão exata da demanda, por isso o projeto piloto servirá de base para ajustes futuros. Estamos trabalhando para que no prazo de dois anos todos os municípios gaúchos sejam atendidos", explica Schuch.

### Recursos

Em sua terceira edição, o Plano Safra RS vai priorizar ações de inclusão social e produtiva nas áreas rurais com extrema pobreza e disponibilizará R\$2,7 bilhões para ações que vão da produção à comercialização. Além de garantir continuidade às políticas desenvolvidas nos anos anteriores - em sintonia com o Governo Federal - como assistência técnica a pequenos produtores, projetos para irrigação e a cadeia produtiva leiteira, o Plano Safra deste ano apresenta outras inovações, além da questão do protetor solar, como o Bolsa Juventude, voltado a jovens das áreas rural e urbana, e o apoio à implantação do Cadastro Ambiental Rural (CAR), que prevê remuneração de serviços para inclusão de estabelecimentos no CAR conforme o novo Código Florestal, e deve atender 60 mil famílias. #

## DDS ONLINE

### Doenças de inverno: conhecendo para evitar! Dicas!

Neste DDS, vamos chamar a atenção para a estação do inverno que inicia, hoje, 21 de junho! Já dizia o velho ditado que saúde não tem preço, e saúde é o que interessa segundo certo humorista na TV. E, sobretudo, com a chegada do inverno, essa preocupação aumenta devido ao alto índice de pessoas alérgicas e expostas às intempéries do clima.

Como o potencial dessas enfermidades são diretamente contagiosas, como a gripe, o volume de pessoas doentes aumentam e as policlínicas e hospitais ficam congestionadas. Esse fluxo acarreta um aumento explosivo de infecções diretas e indiretas.

Oficialmente, o inverno começa hoje, no dia 21 de junho. Com a queda abrupta do clima, alguns problemas de saúde, normalmente relacionados às alergias e doenças respiratórias, como gripe, bronquite, pneumonia, asma, rinite, sinusite, amigdalite e Otite (dor de ouvido) são as mais comuns.

FIQUE SABENDO: As doenças respiratórias derivam do aumento do ar seco e assimilam as partículas poluentes do ar. Atingem mais as crianças do que adultos. Pior para quem mora próximo às indústrias e fábricas onde apesar dos filtros antipoluentes, ainda o ar não fica 100% puro, e essa concentração de poluentes atmosféricos gera danos ao aparelho respiratório, causando dor de garganta, dor ao engolir, fadiga, dor no peito, tosse seca, falta de ar, espirros e nariz entupido e etc.

Aprenda algumas dicas mitigatórias e medidas de profilaxia:

Evite beber água gelada nesta época, e tudo que for gelado, pois seu organismo fica mais frágil, para não expor seus anticorpos à prova; prefira água natural; use frutas ricas em vitamina C, é uma opção alimentar prioritária; mel com própolis é tiro e queda; e há quem goste: conhaque com mel abre o apetite (já tentou?).

Uma ação estratégica é manter a limpeza de casa ou local de trabalho mais consistente: No verão, coloquem no sol os casacos, blusas, cobertores, sobretudo aquelas com cheiro de mofo; manter ambiente ventilado também é uma

boa dica; nos ônibus, metrô, táxis e lugares fechados (abra pouco a janela); FIQUE ATENTO: Outro cuidado para evitar a proliferação de doenças virais, como gripe: evitar ambientes fechados com grande aglomeração de pessoas, a exemplo de cinemas e shopping; saindo, agasalhe-se bem;

ATENÇÃO: É importante que antes de vestir as peças compradas, elas sejam lavadas. No caso de quem já passa por processos alérgicos é relevante evitar roupas de crochê ou tricô e dar preferência por peças de algodão. E os edredons são os mais viáveis que os cobertores de lã; são mais saudáveis; atualize suas vacinas;

FIQUE DE OLHO: Observe as oscilações de temperatura. Em casa, no trabalho e em outros locais fechados, é comum sentir abafamento, sensação de ofegância. Porém, ao sair destes ambientes, a brusca queda de temperatura pode facilitar a ocorrência de doenças, vulgar "choque térmico", atente-se a isso;

USE E ABUSE: Use soro fisiológico para olhos e narinas, em caso de irritação; se quiser use vaporização nas narinas; exercícios físicos melhora sua capacidade respiratória; as frutas ricas em vitaminas C são excelente fonte de nutrientes; a natação é ideal;

DICA IMPORTANTE: Durma em local arejado e úmido. Tenha o hábito de usar umidificadores de ar, toalhas molhadas ou baldes ou bacias com água nos quartos; não feche tudo, deixe saídas de ar; e os caldos, canjicas e quentões são as melhores opções nas noites mais frias, ok?

CONCLUSÃO: E, aí, caro leitor do DDS online, percebeu que com a chegada do inverno, todo o cuidado é pouco? Observou as dicas preventivas que podem ser úteis e determinantes para a manutenção de sua saúde? Portanto, nesse início de inverno: Cuide-se e o melhor remédio é sempre a prevenção! Abraço e sucesso!

\*Este tema de DDS foi desenvolvido por [www.ddsonline.com.br](http://www.ddsonline.com.br). Sinta-se à vontade para enviar esse tema para seus colegas profissionais, amigos ou familiares. Pedimos-lhe apenas que informe que esse tema foi desenvolvido pelo DDS Online. Ou seja, distribua à vontade, mas cite a fonte!\*

## SRTE/SP debateu Assédio Moral

Superintendência informa que 87% das denúncias dizem respeito ao assédio moral

A Superintendência Regional do Trabalho e Emprego de São Paulo (SRTE/SP) realizou o 1º Ciclo de Debates sobre Assédio Moral e Discriminação nas Relações de Trabalho, no auditório do Sindicato dos Trabalhadores em Processamento de Dados e Tecnologia da Informação do Estado de São Paulo (Sindpd), na última quinta-feira (18).

O evento reuniu cerca de 300 pessoas, entre lideranças políticas, sindicais e empresarias, advogados e profissionais de recursos humanos de instituições públicas e privadas. Para o superintendente, Luiz Antonio Medeiros, "o assédio moral não pode acontecer impunemente. O Ministério do Trabalho tem que ser o grande protagonista das relações de trabalho no país e essas palestras servirão de guia para nossas ações".

De acordo com dados divulgados no 1º Ciclo de Debates, do total de denúncias de discriminação que chegam à SRTE/SP, 87% dizem respeito ao assédio moral. Os recordistas de denúncias são os setores de telemarketing e serviços. Para Jaudenir da Silva Costa, coordenador da Comissão de Igualdades de Oportunidades de Gênero, de Raça e Etnia, Pessoas com Deficiência e Combate à Discriminação da SRTE/SP, "o assédio é um tema que envolve uma modificação profunda nas relações do trabalho e nas relações humanas".

Segundo o coordenador, do total de pessoas cujas denúncias chegam à Superintendência, 26% tem ensino superior, 43% possuem ensino médio e 18% o ensino fundamental, o que mostra que o assédio atinge indiscriminadamente todas as classes sociais e ramos de atividade. "Fazemos um trabalho de mediação para encontrar o caminho da dignidade da vítima, pois quem procura atendimento já chega desestabilizado, machucado e com a saúde degradada", relatou Jaudenir. #

Assessoria de Comunicação Social/MTE  
Com informações do Serviço de Comunicação da SRTE/SP



Para melhorar fluxo de atendimento telefônico, a Meta estará fazendo alteração em seu sistema de telefonia, isso poderá ocasionar uma paralisação temporária nas nossas linhas no dia 25/07 no período das 14 às 18 horas.

Deixamos a disposição todos os nossos números de celulares para contato nesse período:

**Atendimento** (18) 9197-6737; **Comercial** (18) 9751-2439; **Financeiro** (18) 9197-6726; **Segurança do Trabalho** (18) 9197-6723; **Entregagem (Patrícia Marques)** (18) 9143-7714; **Entregagem (Patrícia Russo)** (18) 9751-2445; **Silvio** (18) 9751-2441; **Dr. Magno** (18) 9751-2440

Manutenção será apenas para a Meta de Araçatuba.

## CLEALCO oferece vagas de emprego:

- \* Mecânico de colheitadeira de cana;
  - \* Mecânico de veículos e máquinas;
  - \* Mecânico de maquinas pesadas;
  - \* Borracheiro;
  - \* Motorista;
  - \* Eletricista automotivo;
  - \* Operador evaporador;
  - \* Soldador motomecanização;
  - \* Supervisor de comercialização de energia.
- Envie o seu currículo para: [recrutamento@clealco.com.br](mailto:recrutamento@clealco.com.br)  
Entre em contato pelo telefone: (18) 3658-9067- Clementina (Amanda)  
(14) 3458-9267- Queiroz (Alana) Recrutamento & Seleção.

## Prorrogado prazo para consulta pública da NR-18

"O SECRETÁRIO DE INSPEÇÃO DO TRABALHO, no uso das atribuições conferidas pelo art.14, incisos II e XIII, do Decreto n.º 5.063, de 3 de maio de 2004, em face do disposto no inciso I do art.155 da Consolidação das Leis do Trabalho - CLT, aprovada pelo Decreto n.º 5.452, de 1º de maio de 1943, resolve:

Art.1º Prorrogar por 30 (trinta) dias o prazo estabelecido na Portaria SIT n.º 383, de 21 de maio de 2013, publicada no DOU de 22 de maio de 2013, referente à consulta pública da Norma Regulamentadora n.º 18 - Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção".

As sugestões podem ser encaminhadas ao Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho - DSST, até o dia 22 de julho de 2013, das seguintes formas: a) e-mail: [normatizacao.sit@mte.gov.br](mailto:normatizacao.sit@mte.gov.br) b) via correio: MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO, Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho, Coordenação-Geral de Normatização e Programas, Esplanada dos Ministérios - Bloco "F", Anexo "B" - 1º Andar - Sala 107 - CEP 70059-900 - Brasília - DF.

Prazo até 22/08/2013.

**META**  
ASSESSORIA EM SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO  
Rua Major Mendonça, 375 - Araçatuba - SP  
**(18) 2103-3757**  
SEGURANÇA: PPRa; LICAT; PPP; POMAT; APR; PPR; PCA e Outros  
SAÚDE: PCMSO; Exame Clínico (ASO); Acuidade Visual Simples; Audiometria; ECG; EEG; Espirometria e outros.  
CURSOS: Curso trabalho em altura NR 35; Curso para espaço confinado; Curso NR 10; Curso CIPA; Brigada de incêndio e outros.  
Rua Minas Gerais, 668 - Andradina - SP  
**(18) 3723-6516**

**SINDALCO**  
O BRAÇO FORTE DO TRABALHADOR  
Araçatuba e Região  
Rua Frei Chiquinho Fernandes, 100 - Araçatuba - SP  
[www.sindalco-ata.org.br](http://www.sindalco-ata.org.br) **(18)3622-2251**  
Empenhado sempre na busca de melhores condições e bem estar de todos associados.  
José Roberto da Cunha  
Presidente

**Fisioterapia MAESTRO CARDIM**  
**(11) 97444-0902**  
Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de Lesões; Pilates Studio; RPG; Locomoção; Fisioterapia Marcelino Kazuaki Simpfido - marcelo.kazuaki@net.com  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP (perto do metrô Paraíso)

**GoBrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
Aqui você encontra o website que tanto procura  
[www.goBrasil.com.br](http://www.goBrasil.com.br)

**ESGALHA**  
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
**(18) 3301-9320**  
Venda e Manutenção de: Extintor, Hidrante, Alarme Contra Incêndio, Bomba de Emergência, detecção e Sprinkler.  
Projeto para Bombeiros com Assessoria Técnica Especializada  
Cursos de Formação Brigada de Incêndio com Certificado e Apatilha  
[esgalha.sistemas@terra.com.br](mailto:esgalha.sistemas@terra.com.br)  
[esgalha.projetos@terra.com.br](mailto:esgalha.projetos@terra.com.br)  
**(18) 3301-9322**  
Av. Prestes Maia, 2.860 - Araçatuba - SP

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades  
**(18) 3622-2281** [www.equipeni.com.br](http://www.equipeni.com.br)  
Av. José Ferreira Batista, 3435 Araçatuba - SP

Uniformes profissionais e vestimentas de segurança NR-10  
**VECTRA Assessoria Técnica**  
**(11) 98433-6261 - (18) 91177-6952**  
**Caio Cachoni**  
Coordenador de Vendas

## Estão querendo tirar nosso direito garantido pela NR 18

Por Eli Almeida (Técnico de Segurança do Trabalho) Campina Grande/PB

O novo texto da Norma Regulamentadora - NR 18 poderá tirar direitos dos técnicos de segurança do trabalho do Brasil, garantidos na atual legislação da Norma. Se não mobilizarmos estamos correndo o risco de perder o direito de elaborar o PCMAT. De acordo com a nova redação proposta para análise pública, o Programa de Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção (PCMAT), deverá ser de responsabilidade técnica do engenheiro de segurança do trabalho. Com isso, caso seja alterado o texto, outros profissionais perdem o direito de fazer este Programa. Temos que garantir nosso direito já estabelecido na atual redação da NR 18. Técnicos de segurança do trabalho do Estado de São Paulo e do Paraná já preparam um manifesto de protesto junto ao Ministério do Trabalho, em Brasília, para que seja mantido o texto atual que garante a elaboração do PCMAT pelo técnico de segurança, uma vez, ser este profissional habilitado em segurança do trabalho, como cita a NR 18.

Leia, abaixo, o que diz esta decisão Judicial sobre nosso direito em elaborar o PCMAT:

**MANDADO DE SEGURANÇA - CONSELHO REGIONAL DE ENGENHARIA, ARQUITETURA E AGRONOMIA - CREA/SP - ELABORAÇÃO DO PCMAT - LIMITAÇÃO AO DIREITO PROFISSIONAL - NR 18 DO MINISTÉRIO DO TRABALHO 1.**

Os Conselhos de profissões regulamentadas têm dentre os seus objetivos não apenas a fiscalização dos inscritos em seus quadros, mas também a defesa da sociedade, sob o ponto de vista ético, uma vez que esta necessita de órgãos que a defendam contra os profissionais não habilitados ou despreparados para o exercício da profissão. 2. A Lei 6.839/80, no que disciplina a obrigatoriedade do registro nos conselhos profissionais, adota o critério da pertinência a partir da atividade básica. 3. A Lei 5.194/66 dispõe em seu artigo 6º acerca do exercício ilegal da profissão de engenheiro, arquiteto ou engenheiro-agrônomo. 4. Verifica-se nos autos que

não há restrição imposta à elaboração do PCMAT aos profissionais registrados nos quadros do Conselho Regional de Engenharia, Arquitetura e Agronomia do Estado de São Paulo. 5. A Lei 5.194/66 dispõe em seu artigo 7º as atividades e atribuições profissionais do engenheiro, do arquiteto e do engenheiro-agrônomo. 6. A Resolução do CONFEA 359/91 prescreve acerca do exercício profissional, do registro e das atividades do Engenheiro de Segurança do Trabalho disciplinando as atividades dos engenheiros e arquitetos especializados nessa área, sem, no entanto, arrolar dentre as atividades exclusivas destes profissionais a elaboração do PCMAT. 7. De acordo com a Norma Regulamentadora 18 do Ministério do Trabalho e Emprego, a elaboração e o cumprimento do PCMAT são obrigatórios nos estabelecimentos com 20 trabalhadores ou mais, contemplando os aspectos desta NR e outros dispositivos complementares de segurança, devendo ser elaborado e executado por profissional legalmente habilitado na área de segurança do trabalho. 8. A NR 18 prescreve somente que o profissional autorizado para elaborar o PCMAT deve ser habilitado na área de segurança do trabalho, não há que se falar em competência exclusiva do profissional registrado no CREA, bem como em vedação a outros profissionais, desde que habilitados na área de segurança laboral. 9. Tendo-se em vista o princípio da legalidade privada, qualquer restrição ao direito do cidadão deve estar consignada em lei strictu sensu, sob pena de violação do artigo 5º, inciso XIII, da Constituição Federal. 10. Verifica-se que a empresa conta com profissionais devidamente habilitados para a elaboração do Programa de Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria da Construção - PCMAT. 11. Não podem prosperar as razões alegadas pelo CREA/SP quanto à exigência de o PCMAT ser elaborado exclusivamente pelo profissional de engenharia. 12. Apelação e remessa oficial, tida por ocorrida, não providas. Processo: AMS 29992 SP 2007.61.00.029992-0 Relator(a): DESEMBARGADOR FEDERAL NERY JUNIOR Julgamento: 30/09/2010 Órgão Julgador: TERCEIRA TURMA #

## Senac SP prevê capacitar cerca de 18 mil aprendizes em 2013

Programa Aprendizagem oferece formação técnico-profissional gratuita a jovens de 14 a 24 anos em parceria com empresas que cumprem lei federal

Por: Amanda Marchini - Lacerda Comunicação Empresarial

Há mais de 10 anos, o Senac São Paulo promove o Programa Aprendizagem, capacitação profissional pela qual jovens podem ter sua primeira experiência no mercado de trabalho. O curso é gratuito e a inscrição do aluno é feita pela empresa em que ele atuará como aprendiz em paralelo às aulas.

Em 2013, a estimativa é atender aproximadamente 18 mil jovens em todo o Estado.

O programa é uma formação técnico-profissional vinculada à Lei da Aprendizagem, nº 10.097/2000, ampliada pelo Decreto Federal nº 5.598/2005, que determina que todas as empresas de médio e grande porte contratem um número de jovens de 14 a 24 anos incompletos equivalente a um mínimo de 5% e um máximo de 15% do seu quadro de funcionários, assegurando a eles sua formação, ou seja, aprendizes.

"No âmbito da lei, aprendiz é o jovem que estuda e trabalha, recebendo, ao mesmo tempo, formação teórica e prática, sob a orientação de uma entidade qualificada. Ele precisa estar frequentando escola regular, caso não tenha concluído o ensino médio", explica Erleni Andrade, coordenadora do Programa Aprendizagem no Senac São Paulo.

A carga horária do programa é de 1.333 horas. O papel do Senac é oferecer a parte teórica, gratuita tanto para o aluno quanto para a empresa do segmento de comércio de bens, serviços e turismo, que matricula seu aprendiz e promove a parte prática, fiscalizada pelo Ministério do Trabalho e Emprego. Desde 2000, o Senac capacitou aproximadamente 47 mil jovens por meio do Programa Aprendizagem.

Modalidades: Há quatro títulos disponíveis, direcionados a diferentes áreas e departamentos. No Programa Aprendi-

zagem: infraestrutura, o jovem é preparado para atuar em empresas de saneamento e conservação, prestando serviços de limpeza em áreas públicas e privadas, zeladoria, portaria, lavagem e jardinagem. O Programa Aprendizagem: gestão e negócios capacita para ações de organização e operações gerais administrativas e comerciais de empresas dos ramos atacadista, varejista e de serviços, podendo exercer as funções de auxiliar de escritório, vendedor, repassador, operador de telemarketing, entre outras.

Já o Programa Aprendizagem: hospitalidade e lazer favorece o desenvolvimento de competências para o aprimoramento dos aprendizes nos diversos segmentos da hospitalidade, para atuar como recepcionista, recreador, atendente ou auxiliar em serviços de alimentação, hospedagem, eventos e lazer.

Por fim, o Programa Aprendizagem: informação e comunicação promove ampla formação relacionada ao conjunto de ocupações em tecnologia da informação. Ao fim do curso, o jovem poderá trabalhar como programador de computador, apoio ao usuário de informática, operador de computador, ajudante de reparador em telecomunicações, entre outras funções.

Em pesquisa realizada em 2011, o Senac identificou que 80% dos alunos que participaram do curso estavam inseridos no mercado, seja por efetivação nas empresas nas quais foram aprendizes, seja por contratação em outras organizações.

Ao integrar-se ao programa, a empresa, além de cumprir seu papel legal de contratante do aprendiz, é convidada a compartilhar experiências como parceira do Senac e atuar no processo de transformação do jovem, dando oportunidade de trabalho e ajudando-o a construir uma vida pessoal e profissional mais digna.

[www.sp.senac.br/aprendizagem](http://www.sp.senac.br/aprendizagem) #

## Campinas terá curso de capacitação em técnicas de resgate

Será realizado em Campinas (SP) o Curso de Técnicas de Resgate nos dias 05 e 06 de agosto de 2013, das 08 às 17h00.

O curso é voltado para técnicos de segurança do trabalho e demais interessados e no conteúdo programático destacamos: Montagem de sistemas de recuperação; utilização de maca envelope; resgate simples; resgate em ambiente elevado; primeiros socorros (estabilizando a vítima) e avaliação prática.

O docente será Carlos Alberto Franco, coordenador da equipe de resgate e salvamento da empresa Kaefy; professor e consultor técnico na área de saúde e

segurança do trabalho; instrutor de treinamento do SINTESP.

O curso será realizado na Rua Onze de Agosto, 411 no centro de Campinas (SP) e o investimento para associados em dia com o SINTESP é de R\$250,00 e para demais interessados o valor é de R\$500,00.

As inscrições devem ser feitas pelos seguintes e-mails: [sintespcampinas@sintesp.org.br](mailto:sintespcampinas@sintesp.org.br) ou [pradocorrea@bol.com.br](mailto:pradocorrea@bol.com.br)

O evento é uma realização da regional do SINTESP (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo) de Campinas (SP). #

## Expresso Jundiá capacita brigadista em Presidente Prudente

O "Expresso Jundiá Logística e Transporte Ltda." de Presidente Prudente (SP), capacitou sua Brigada de Incêndio no último dia 13 de julho, com duração de 08 horas, respeitando Portaria 3.214/78, NR-23, NBR - 14276, Decreto Estadual 56.819/11 e Instrução Técnica 17/04.

O curso foi aplicado sob comando de Nilson Flausino Dias, 2º Tenente da Reserva da Polícia Militar do Estado de São Paulo (Corpo de Bombeiros), Técnico de Segurança do Trabalho e Higienista Ocupacional.

Entre os demais assuntos, também foram abordados durante o curso introdução e objetivo da brigada de incêndio, definição de fogo, elementos do fogo, propagação do fogo, métodos de extinção do fogo, classes de incêndios, acionamento do socorro, agentes extintores com treinamento teórico e prático em pista de treinamento, noções de primeiros socorros, local do evento, biossegurança do socorrista, análise primária, colocação do colar cervical, respiração cárdio pulmonar, vítima engasgada, ferimentos, hemorragias e fraturas.



Treinamento teórico, colocação do colar cervical.

No encerramento do treinamento, o Instrutor Nilson Flausino Dias pregou junto aos formandos que a capacitação não termina no encerramento do curso, pois as ações devem ser aplicadas periodicamente, sempre visando a prevenção, pois assim estarão sempre prontos para agirem em situação de emergência.

## Fimap capacita colaboradores em trabalho em altura



O curso foi aplicado pelos TST Altamir Clementino e Jorge João da Silva (EM-TREPREV Assessoria).

O treinamento foi realizado nas próprias dependências da FIMAP em Birigui (SP), com aplicações teóricas e práticas, respeitando a NR-35.



Imobilização e colocação da bandagem triangular.



Treinamento prático com agentes extintores.



epi.com@ig.com.br  
**EPI.com**  
Equipamento de Segurança  
Comércio de Equipamentos de Proteção Individual  
TREINAMENTOS: Trabalho em Altura; Operador de Empilhadeira; NR-10; Operador de Ponte Rolante; Laudo de Compressores; CIPA; Operador de Guincho  
**(18) 3301-1514**

**ASOMED**  
MEDICINA DO TRABALHO  
Segurança do Trabalho - Medicina Ocupacional  
Exames Complementares - Treinamentos  
**(18) 3305-8004 - 3608-7491**  
[asomedm@terra.com.br](mailto:asomedm@terra.com.br)  
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

**ASOMED e EPI.com são nossos parceiros a partir desta edição.**  
Publicidades:  
[contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

## Ministro do Trabalho e Emprego esteve com secretário americano

No encontro eles destacaram a importância do emprego estar entre as questões primordiais do G-20

Na manhã da última sexta-feira (19), durante a Reunião Ministerial do G-20, em Moscou (Rússia), o ministro do Trabalho e Emprego, Manoel Dias, se reuniu com o secretário em exercício do Trabalho dos Estados Unidos, Harris Seth David. Os representantes dos dois países destacaram a importância do G-20 assumir maior responsabilidade na liderança de uma estratégia global de promoção do emprego, com apoio da OIT.

O secretário americano felicitou Manoel Dias por estar à frente da pasta do Trabalho no Brasil e elogiou o modelo de políticas públicas implementadas pelo governo brasileiro no processo de enfrentamento da crise econômica e financeira internacional, além dos avanços alcançados na geração de postos de trabalho e ampliação da proteção social no país.

O problema do desemprego entre os jovens, com destaque aos programas de aprendizagem e da transição escola/trabalho desenvolvidas pelos dois países, foi um dos temas tratados no encontro. Eles trocaram impressões sobre o processo de implementação do Memorando de Cooperação bilateral em matéria de trabalho e emprego firmado entre os dois países em 2012.

Para os representantes, a jornada bilateral, realizada em outubro de 2012 no Brasil e que buscou promover a cooperação hemisférica em questões de trabalho e reforçar a cooperação em matéria de trabalho teve um papel importante e muito positivo.

O objetivo da jornada foi garantir o crescimento econômico equitativo, apoiar a prosperidade amplamente compartilhada e focar áreas de desafio, incluindo a promoção do emprego, o provimento da proteção social, a proteção dos direitos dos trabalhadores e o fortalecimento do diálogo social, em conformidade da Agenda Hemisférica de Trabalho Decente. Em comum acordo, decidiram aproveitar a reunião dos grupos de trabalho da Conferência Interamericana de Ministros do Trabalho, prevista para setembro 2013, para realizar o segundo seminário no marco da cooperação bilateral.



Ministro Manoel Dias

Na oportunidade, Manoel Dias reforçou o convite ao secretário americano para participação dos Estados Unidos na III Conferência Global sobre o trabalho infantil a ser realizada no Brasil em outubro próximo. Harris David garantiu uma forte delegação presente na Conferência Global declarando que o seu país está "disposto a cooperar com o Brasil no que for preciso para assegurar o sucesso da Conferência". #

Assessoria de Comunicação Social/MTE

**(18) 8801-3114**  
[joice@doisdi.com](mailto:joice@doisdi.com)  
A idéia nasce da pergunta  
BRANDING Design de Marca; Populário; Manual de Identidade  
WEB: Sites; Sistemas Administrativos; Redes Sociais  
MULTIMÍDIA: Vídeos; Animações; Representações  
PRODUTO: Modelagem 3D; Embalagens; Material de PPD  
**(18) 8801-2115**  
[luiz@doisdi.com](mailto:luiz@doisdi.com)  
A idéia nasce da pergunta

**(18) 3641-8015**  
**Birigui e MultSeg Região**  
O EPI que você precisa tem aqui!  
Assessoria e Consultoria  
Orientações técnicas  
Rua Pedro Álvares Cabral, 899

**ESGALHA**  
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
**(18) 3301-9320**  
Venda e Manutenção de: Extintor, Hidrante, Alarma Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sprinkler.  
Projeto para Bombeiro com Assessoria Técnica Especializada  
Curso de Formação Brigada de Incêndio com Certificado e Apatista  
[esgalha.sistemas@terra.com.br](mailto:esgalha.sistemas@terra.com.br)  
[esgalha.projetos@terra.com.br](mailto:esgalha.projetos@terra.com.br)  
**(18) 3301-9322**  
Av. Prestes Maia, 2.860 - Araçatuba - SP

**MC**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
O EPI QUE VOCÊ PRECISA  
**(18) 3652-9703**  
Avenida Bento da Cruz, 39  
PENÁPOLIS E REGIÃO

**MÉDICO DO TRABALHO**  
Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.  
Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:  
[contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

**TOTVS e uMov.me**  
lançam solução de mobilidade para médicos  
Profissionais agora podem acessar do smartphone, a qualquer hora, agenda do consultório e prontuário de pacientes.

A TOTVS, brasileira líder no Desenvolvimento de softwares de gestão empresarial, lança uma solução de mobilidade feita sob medida para clínicas e consultórios médicos de micro e pequeno porte. Agora, os médicos e seus funcionários poderão acessar via smartphone ou tablet, a qualquer hora, a agenda do consultório e o prontuário dos pacientes. A oferta é direcionada a clientes dos produtos Série 1 da TOTVS, para micro e pequenas empresas, com baixo custo de aquisição e de manutenção e rápida implantação.

A solução para dispositivos móveis foi desenvolvida pela TOTVS na plataforma tecnológica da uMov.me, empresa gaúcha de tecnologia em mobilidade. No início do ano, a uMov.me recebeu um investimento de R\$ 3,2 milhões da TOTVS | Ventures, unidade de negócios da TOTVS voltada a investimentos em startups com alto potencial de mercado. "O aporte vem cumprindo o seu papel de acelerar o desenvolvimento da uMov.me e expandir a oferta de mobilidade para os clientes TOTVS. A nova solução para Série 1 é prova inequívoca do sucesso dessa parceria", afirma o diretor da TOTVS | Ventures, Fernando Taliberti.

Para conhecer detalhes da novidade, os clientes de Saúde da Série 1 devem telefonar para 0800 70 98 100. A assinatura mensal tem custo de R\$ 9,90 por usuário. O aplicativo roda em celulares e tablets com os sistemas IOS e Android.

"A TOTVS investe constantemente em ofertas para atender aos micro e pequenos empresários. O próximo segmento de Série 1 para o qual o aplicativo estará disponível é o Varejo", afirma o diretor de Small Business da empresa, André Bretas. Os produtos de Série 1 atendem aos segmentos de Varejo, Serviços, Manufatura e Saúde. Além dessa área, a TOTVS tem intenção de expandir a tecnologia móvel para os outros diversos segmentos atendidos por ela. #



## Por onde anda o Presidente?

Marcos Antonio de Almeida Ribeiro

**SINTESP**

Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo

## Presidentes do SINTESP e FENATEST participam de reunião na SRT

No dia 22 de julho, o presidente do SINTESP, Marquinhos; e o presidente da FENATEST, Armando Henrique; participaram de uma reunião com o superintendente Regional do Trabalho de São Paulo, Luiz Antônio Medeiros.

Entre os assuntos discutidos na pauta da reunião, a questão da emissão da Credencial do Técnico de Segurança do Trabalho foi um dos destaques. "O companheiro Medeiros sinaliza a possibilidade do retorno da emissão da Credencial do TST e vamos trabalhar juntos nesta tentativa de recuperar a credencial da nossa categoria", informou o presidente Marquinhos.

Armando Henrique avaliou que a reunião foi muito positiva. "A ajuda de Medeiros na articulação, junto com a Federação e o Sindicato, para resgatarmos a credencial do TST é muito importante, pois precisamos de um parecer favorável que venha de Brasília e vamos atuar em parceria para que isso aconteça", declarou o presidente da FENATEST.



Armando Henrique, Medeiros e Marquinhos articulam ações para retorno da Credencial do TST

## SINTESP participou de evento sobre Assédio Moral

O Sindpd - Sindicato dos Trabalhadores em Processamento de Dados e Tecnologia da Informação do Estado de São Paulo, sediou, no dia 18 de julho, o 1º ciclo de debates sobre assédio moral e discriminação no trabalho. Com o lema de estar "sempre presente" o presidente do SINTESP, Marquinhos, participou do evento, que foi organizado pelo Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) em parceria com o Sindpd.

O encontro reuniu cerca de 500 pessoas de diversas áreas profissionais para discutir a questão do assédio moral nos ambientes corporativos. Com a presença do Superintendente Regional do Trabalho e Emprego do Estado, Luiz Antônio de Medeiros, além de psicólogos, sociólogos e advogados, o encontro serviu para apresentar as pesquisas e avanços tanto no diagnóstico quanto no combate ao abuso. "Esse é um estudo relativamente novo, essas palestras servem de guia para nossas ações, afinal, vivemos em uma democracia onde ninguém pode assediar ninguém, ninguém pode impedir a carreira de uma pessoa dessa maneira", disse Medeiros.

Marquinhos declarou que o Técnico de Segurança do Trabalho é um dos profissionais que mais é assediado moralmente nos ambientes de trabalho, em parte porque não tem, na maioria das empresas, liberdade para exercer o seu trabalho como mandam os trâmites legais. "Este fato faz com que ele deixe de executar suas tarefas de forma completa, por vários fatores, principalmente, o financeiro. O assédio moral é muito prejudicial para a saúde do trabalhador, pois acarreta problemas psicossomáticos e temos que nos atentar para evitar este tipo de problema junto à nossa categoria. Eventos como este são importantes para nos ajudar a ampliar o conhecimento e encontrar formas de lidar com essas situações", completou Marquinhos.



Marquinhos representou os Técnicos de Segurança do Trabalho durante o evento sobre assédio moral.

## SINTESP irá comemorar 41 anos de existência do SESMT durante a Expo Proteção 2013

O presidente do SINTESP, Marquinhos, convida todos os profissionais que compõem o SESMT a participarem do café da manhã comemorativo, no dia 30 de julho de 2013, no Pavilhão Verde do Expo Center Norte, durante a Expo Proteção 2013 - 5ª Feira Internacional de Saúde e Segurança no Trabalho, da qual o SINTESP é co-promotor.

O evento é gratuito e terá entrega de certificados de participação. Confirme sua presença!

Durante a Expo Proteção o SINTESP buscará capacitar ainda mais os Técnicos de Segurança do Trabalho, disponibilizando gratuitamente no auditório de seu stand, no período da tarde, 3 palestras técnicas por dia, com 1 hora de duração cada. No auditório, para um grande público, ocorrerão eventos de maiores dimensões, no período da manhã.

As inscrições prévias podem ser feitas no e-mail: eventos@sintesp.org.br ou [www.sintesp.org.br](http://www.sintesp.org.br) sujeitas a confirmação. Informações no fone: (11) 3362.1104.

## Programa 'Educações' oferece 5,5 mil bolsas de graduação

Praça do Congresso, no centro de Manaus (AM). Foto: Alex Pazuello/Agcom



Iniciado em janeiro de 2013, o programa Educações já conta com cerca de 1.000 beneficiários em Manaus (AM), consolidando parceria com instituições privadas de ensino superior

O Programa Educações abre, na última quinta-feira (18), inscrições eletrônicas ofertando 5.500 bolsas de estudo de até 50% do valor das mensalidades para cursos de nível superior, graduação e tecnológicos, em Manaus. As vagas irão beneficiar estudantes com renda familiar per capita de até três salários mínimos.

Os candidatos podem se inscrever por meio do [www.educacoes.com.br](http://www.educacoes.com.br) no período de 18 a 28 de julho. Até o momento, as Instituições Universidade Nilton Lins, Faculdade Martha Falcão e Instituto de Ensino Superior Materdei já enviaram vagas para o certame de 2013/2.

Novas faculdades ainda podem se credenciar até o final deste processo seletivo.

Iniciado em janeiro de 2013, o programa Educações já conta com cerca de 1.000 beneficiários, consolidando parceria com instituições privadas de ensino superior, as quais concedem bolsas de estudo para cursos de graduação, pós-graduação, idiomas, supletivos e educação profissional. Estão previstos, para as próximas seleções, benefícios para o ensino fundamental, médio e cursos livres.



Para o presidente do Educações, professor Rony Siqueira, o programa busca promover a inclusão educacional de pessoas em Manaus que ainda não tiveram acesso a cursos de nível superior. "Nosso trabalho teve origem com criação de centros culturais nos bairros de Manaus e, no poder público, tive a honra de estar à frente, desde o primeiro momento, da criação e gestão técnica do Programa Bolsa Universidade, que concedeu mais de 50.000 benefícios. A-

gora, na iniciativa privada, criamos o Educações", disse.

### Processo

Rony Siqueira explica que, para concorrer às bolsas de graduação, os candidatos devem fazer a inscrição eletrônica no portal [www.educacoes.com.br](http://www.educacoes.com.br), prestar no vestibular em instituição parceira do Educações (ver datas de agendamento junto às IES), e após aprovação em vestibular, deve procurar um posto de atendimento do Programa Educações, localizado na própria faculdade para a qual concorre ao benefício.

Poderá o candidato apresentar nota obtida no Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), para o devido ingresso na faculdade, respeitadas as normas da instituição de ensino para a qual for concorrer. Informações adicionais podem ser obtidas através do e-mail [contato@educacoes.com.br](mailto:contato@educacoes.com.br) e nas próprias IES parceiras.

Para os estudantes iniciantes ou não matriculados, o professor Rony Siqueira informa que é preciso possuir renda familiar per capita de até três salários mínimos, para os benefícios de 50%.

Benefícios de menor percentual poderão ser ofertados. "Se uma família possui quatro membros na mesma residência (e, apenas uma pessoa trabalha, com ganhos de R\$2.000,00, então deve dividir esta renda (total) pelo número de membros, o que daria uma renda familiar per capita de R\$500", explicou.

Siqueira também informa que a classificação priorizará candidatos com menor renda familiar per capita e maior nota de admissão na IES, podendo ser utilizada a nota do ENEM. Em caso de empate, prevalecerá o candidato com maior idade.

### Postos

NILTON LINS - Escritório modelo (ao lado do auditório Nina Lins), Avenida Professor Nilton Lins, 3259, Parque das Laranjeiras.

MARTHA FALCÃO - Sala da ouvidoria - Rua Natal, N. 300, Adrianópolis.

MATERDEI - Prédio administrativo - Av. Leonardo Malcher, 1167. #

## Coragem no Stress

Se engana quem pensa que as barras de aço à esquerda não dizem nada. Quando olhadas do ângulo certo, elas mostram a silhueta de Nelson Mandela. A escultura foi inaugurada este ano, em homenagem aos 50 anos da prisão do líder político sul-africano. (Fonte: [www.pharol-rh.com.br](http://www.pharol-rh.com.br))



Numa liderança, o essencial, sem dúvida, é ter confiança e otimismo, inclusive nos momentos mais difíceis, mesmo que tudo pareça sombrio.

Nestas horas é quase inevitável não lembrar a figura de Nelson Mandela, que foi presidente da África do Sul. Ele ficou por 27 anos na prisão.

Agora pense! Em quantas ocasiões ele teve desânimo? Não sabemos! Mas pelo que se sabe, nunca renunciou à sua convicção de que algum dia a África do Sul evoluiria de um regime racial ferrenho para uma democracia multirracial. Alguns membros de seu partido, o Congresso Nacional Africano chegara a

lhe dizer: "Mandela, agora chega, isso é ridículo, seu otimismo não tem cabimento." Acho até que em momentos de reflexão ele teve dúvidas, mas externamente sempre mostrou otimismo. Então a coragem é estressante?

Nos meus workshops e palestras sobre Stress e Qualidade de Vida costumo ressaltar que o stress é uma energia de ação.

Na psicologia organizacional se utiliza um gráfico que prova que o desempenho das pessoas experientes quando estão em níveis muito baixos de stress não tem boa performance. É preciso um certo nível de tensão. Repito, para pessoas experientes

## Aula pública em Santo André debateu impactos do Estatuto do Nascituro

Para organizadora do evento, articulação entre setores religiosos fundamentalistas ataca direitos das mulheres à sexualidade e à reprodução

Por Redação RBA (Rede Brasil Atual) - Foto: MARCELO CAMARGO/ABR



Na Marcha das Vadias em São Paulo, em maio, mulheres denunciavam violência e repressão

No último dia 23 de julho de 2013, foi realizada em Santo André, no ABC paulista, uma aula pública que teve pretensão de mostrar os impactos negativos da eventual aprovação do Projeto de Lei 478, de 2007, conhecido como Estatuto do Nascituro. Os movimentos feministas criticam a proposta por considerá-la um retrocesso na questão da autonomia da mulher em relação ao seu próprio corpo e à saúde.

De acordo com a militante da organização feminista Entre Nós, Dulce Xavier, a aprovação do Estatuto do Nascituro irá ferir os direitos conquistados pelas mulheres e garantidos pela legislação brasileira. "O projeto funciona para impedir o direito da mulher de abortar nos três casos permitidos por lei, garantidos pelo Código Penal e pelo Supremo Tribunal Federal. Os direitos de escolha da mulher foram completamente deixados de lado", explicou à Rádio Brasil Atual. O aborto, atualmente, é permitido em casos de gravidez que apresentem risco de vida para a mãe, em caso de feto anencéfalo, ou quando a gravidez é decorrente de um estupro.

O PL 478 prevê que o aborto seja proibido em qualquer circunstância, já que o feto estará "protegido" por um estatuto jurídico. O projeto já passou por duas comissões e agora está na de Constituição e Justiça (CCJ) da Câmara, onde o relator é o deputado Marcelo Almeida (PMDB-PR). O texto foi apresentado pelos então deputados Luis Bassuma e Miguel Martini, ligados a grupos religiosos contrários à descriminalização do aborto.

### Direitos do feto

Nascituro é o ser humano concebido, mas ainda não nascido. O artigo 3º do projeto estabelece que "desde a concepção são reconhecidos todos os direitos do nascituro, em especial o direito à vida, à saúde, ao desenvolvimento e à integridade física e os demais direitos da personalidade", enquanto o artigo 5º diz que "nenhum nascituro será objeto de qualquer forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão, sendo punido na forma da lei, qualquer atentado, por ação ou omissão, aos seus direitos."

Dois artigos, o 12º e o 13º, podem interferir diretamente nas situações em que hoje já é permitido à mulher fazer o aborto - em caso de estupro ou de risco à própria vida, conforme prevê o Código Penal Brasileiro.

O 12º diz que "é vedado ao Estado ou a particulares causar dano ao nascituro em razão de ato cometido por qualquer de seus genitores". Já o 13º estabelece uma série de direitos ao nascituro "concebido em decorrência de estupro".

Este último artigo, no entanto, recebeu uma emenda da deputada Solange Almeida (PMDB-RJ), quando a matéria passou pela Comissão de Seguridade Social e Família, em 2010. Relatora do projeto naquela comissão, a deputada incluiu no texto uma ressalva segundo a qual tais direitos não se sobrepõem ao Código Penal. Em junho, o projeto foi aprovado pela Comissão de Finanças e Tributação.

Um dos pontos mais polêmicos é a chamada "Bolsa Estupro", um benefício financeiro que seria concedido pelo Estado à mulher que engravidar após ser estupro. Além disso, se o agressor for identificado, ficaria estipulado que ele pagasse pensão alimentícia à mãe de criança, até ela completar 18 anos.

"Além de ser uma continuidade da violência a mulher vai ter de conviver com este agressor. É praticamente uma indulgência, ou uma desculpa que se dá ao criminoso que comete o estupro, uma vez que ele vai pagar o bolsa estupro. É ofensivo para a mulher", opina Dulce. "O Estatuto representa um retrocesso enorme em todos os avanços que tivemos. Essas pesquisas já foram reconhecidas no STF como legítimas. De forma geral, percebemos uma articulação entre os setores religiosos para propor medidas que representam retrocessos nos direitos conquistados. Especialmente em relação à sexualidade e reprodução."

**META**  
ASSESSORIA EM SEGURANÇA  
E MEDICINA DO TRABALHO

Rua Major Mendonça, 375 - Araçatuba - SP

**(18) 2103-3757**

SEGURANÇA: PPRA; LTCAT; PPP; PCMAT; APR; PPR; PCA e Outros.  
SAÚDE: PCMSO; Exame Clínico (ASO); Acuidade Visual Simples; Audiometria; ECG; EEG; Espirometria e outros.  
CURSOS: Curso trabalho em altura NR 35; Curso para espaço confinado; Curso NR 10; Curso CIPA; Brigada de Incêndio e outros.

Rua Minas Gerais, 668 - Andradina - SP

**(18) 3723-6516**

**Fisioterapia MAESTRO CARDIM**  
**(11) 97444-0902**

Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de Lesões; Pilates Studio; RPG; Exercícios;  
Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio - marcelo\_ks@hotmail.com  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP (perto do metrô Paraíso)

**Uniformes profissionais e vestimentas de segurança NR-10**

**VECTRA Assessoria Técnica**

(11) 98433-6261 - (18) 9117-6952  
**Caio Cachoni**  
Coordenador de Vendas

**O EPI QUE VOCÊ PRECISA**

**(18) 3652-9703**

Avenida Bento da Cruz, 39  
**PENÁPOLIS E REGIÃO**

## Trabalho em Altura: Chapecó (SC) terá curso de formação de instrutores



O Curso de capacitação para formação de Instrutor para Curso de Trabalho Seguro em Altura, conforme NR-35, será realizado em Chapecó (SC) nos dias 09, 09 e 10 de agosto, com carga horária de 20 horas.



A capacitação dos Instrutores para Trabalhos em Altura será realizada com conteúdo programático estabelecido abaixo, garantindo o entendimento e aprendizagem dos participantes, das técnicas e das metodologias e práticas pedagógicas em seus treinamentos futuros:



**1ª Parte Teórica:** Repasse da metodologia e da prática pedagógica para treinamentos; como desenvolver o conteúdo programático visando o entendimento do público e realidade do ambiente de trabalho do treinando; explanação do conteúdo da NR-35.



**2ª Parte Prática:** Montagem e desmontagem segura de andaimes, salvamento e resgate em altura e primeiros socorros; aprendizado de nós; sistemas, equipamentos e procedimentos de proteção coletiva; instalação e deslocamento de linha de vida; comentários sobre instalações de pontos de fixação; comentários sobre utilização de andaimes; sistemas de ancoragem; comentários sobre utilização de vara de manobra; condutas em situações de emergência, noções de técnicas de resgate e de primeiros socorros; preenchimento da Análise de Risco e Permissão de Trabalho Especial; preenchimento da ficha de avaliação; posicionamentos com o uso do cinto; trabalhos em equipe; condições inseguras; técnica de descida em cordas (rapel); resgate simples de vítimas; teste demonstrativo de como avaliar o trabalhador em seu próprio ambiente de trabalho.

Será fornecido apostila e certificado de participação no curso pela AMBISEG, bem como extenso material didático para aqueles que levarem pen drive, para os participantes organizarem seus treinamentos posteriormente.



Contatos, informações e solicitação de ficha de inscrição: (49) 3436-0904 / 9976-2719 / (49) 9148-9112 (c/ Lucilene) [lucilenesperotto@hotmail.com](mailto:lucilenesperotto@hotmail.com) #

## APAMT vai comemorar o Dia Nacional de Prevenção ao Acidente de Trabalho em Curitiba (PR)

Fonte: Associação Paranaense de Medicina do Trabalho



“A Diretoria da APAMT (Associação Paranaense de Medicina do Trabalho) convida todos os seus Associados, Profissionais da Saúde e Parceiros para participarem da Grande Campanha de rua no Dia Nacional de Prevenção ao Acidente de Trabalho (27/7) em prol da Valorização da Categoria do Médico do Trabalho e dos Profissionais de Saúde e Segurança do Trabalho”.

Neste dia a APAMT terá na Rua XV, em frente a Boca Maldita, a partir das 9h da manhã do sábado, uma tenda com espaço para ações de orientação para prevenção de acidentes, uso de equipamentos de proteção individual e avaliação de saúde geral como a medição da pressão arterial.

Venha Participar! Sua Colaboração é muito significativa!

A gestão de saúde e segurança no trabalho através de boas práticas de proteção, contra os riscos presentes no ambiente de trabalho é fundamental para a prevenção e redução dos acidentes.

### Todos ganham!

A empresa torna-se mais competitiva, com menores custos, maior produtividade e, sobretudo, garante a integridade física dos trabalhadores através de ambientes de trabalho mais agradáveis e seguros.

O trabalhador desenvolve consciência individual de prevenção, sente-se mais seguro e confiante em seu trabalho e contribui coletivamente para a saúde e bem estar de todos!

No Brasil diariamente ocorrem centenas de acidentes de trabalho, sendo muitos com consequências leves e outros em que as lesões são muito graves e fatais.

Na grande maioria das vezes os acidentes e doenças no trabalho podem ser evitados através da prática de dicas relativamente simples de prevenção:

- Conheça os riscos da atividade que desenvolve e quais as formas de proteção para reduzir esses riscos;
- Esteja atualizado e participe sempre das ações (cursos, palestras, etc) oferecidos pela empresa;
- Siga todas as regras de segurança na realização de suas atividades, especialmente as perigosas;
- Mantenha seu local de trabalho organizado, não deixe objetos fora dos seus lugares ou mal arrumados;
- Use sempre os vestuários e equipamentos de proteção;
- Siga rigorosamente os procedimentos operacionais, não improvise e na dúvida PARE;

- Participe das campanhas de saúde e segurança e faça seus exames periódicos;
- Esteja sempre atento à percepção dos riscos.

O papel do médico do trabalho na prevenção dos acidentes de trabalho:

A prevenção dos acidentes, doenças do trabalho e a promoção da saúde e qualidade de vida dos trabalhadores são os principais objetivos do médico do trabalho.

O médico do trabalho faz abordagem multidisciplinar e transdisciplinar com vistas à prevenção primária, secundária e terciária em saúde do trabalhador e atua como gestor dentro da estrutura organizacional das empresas.

A prevenção primária é mais importante, acontece antes do acidente e inclui medidas de treinamento, como adotar posturas corretas, usar corretamente EPIs e realizar exames médicos ocupacionais com boa qualidade.

A prevenção secundária é o atendimento à pessoa que sofreu o acidente, inclui estratégia de primeiros socorros, abertura de CAT, tratamento, encaminhamento e acompanhamento do trabalhador acidentado até sua completa recuperação.

A prevenção terciária é a reabilitação do trabalhador que tenha sofrido sequelas por acidente de trabalho.

Todas as missões acima dependem de envolvimento e aprovação absoluta de todos os setores da empresa, o que desafia o médico do trabalho como gestor.

A promoção da saúde e a prevenção primária devem ser o maior foco do médico do trabalho e o maior investimento da empresa, de modo a evitar as consequências sócio econômicas do acidente de trabalho consumado. #

## Sucesso no curso de HO em Maringá (PR)

Nos dias 19 e 20 julho de 2013 mais um curso foi desenvolvido no Paraná sobre Higiene Ocupacional. Desta vez o SINTESPAR (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado do Paraná) realizou em Maringá, reunindo vários profissionais da SST e afins.

O curso contou com a mediação e apresentação de Sérgio Jonas Ferreira Júnior, TST e Higienista Ocupacional.

O evento foi realizado com uso de metodologia e estratégia de amostragem dos riscos físicos, químicos e biológicos, com a utilização prática de instrumentos de avaliação, debatendo a solução de problemas com exemplos e práticas já vivenciadas que pode ocorrer com os profissionais da área.

Por outro lado, o curso de Assistente Técnico em perícia trabalhista será agora nos dias 05 e 06/08 em Curitiba (PR) e em datas futuras em Cascavel (PR) e Foz do Iguaçu (PR).



As fotos acima e ao lado mostram alguns momentos do curso de HO desenvolvido em Maringá (PR).



**SINDALCO**  
O BRAÇO FORTE DO TRABALHADOR  
Araçatuba e Região  
Rua Prof. Chiquita Fernandes, 09  
www.sindalco-ata.org.br (18)3622-2251  
Empenhado sempre na busca de melhores condições e bem estar de todos associados.  
José Roberto da Cunha  
Presidente

**doisDI** (18) 8801-3114  
joice@doisdi.com  
A idéia nasce da pergunta  
BRUNO: Direção de Mercado, Operações, Mercado de Trabalho  
WED: Sites, Sistemas, Administração, Redes Sociais  
MULTIMÍDIA: Vídeos, Animações, Representações  
PRICONZI: Modelagem 3D, Embalagem, Material de Pólv  
(18) 8801-2115  
luiz@doisdi.com  
A idéia nasce da pergunta

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades  
(18) 3622-2281 www.equipeim.com.br  
Av. José Ferreira Batista, 3435 Araçatuba - SP

**ESGALHA**  
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
(18) 3301-9320  
Venda e Manutenção de: Extintor, Hidrante, Alarma Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sirenes  
Projeto para Bombeiro com Assessoria Técnica Especializada  
Cursos de Formação Brigada de Incêndio com Certificação e Apostila  
esgalha.sistemas@terra.com.br  
esgalha.projetos@terra.com.br  
(18) 3301-9322  
Av. Prestes Maia, 2.860 - Araçatuba - SP

(18) 3641-8015  
**Birigui e MultSeg Região**  
O EPI que você precisa tem aqui!  
Assessoria e Consultoria  
Orientações técnicas  
Rua Pedro Alvares Cabral, 899

**ESTUDANTES, EMPRESÁRIOS E LIBERAIS**  
Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.  
Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:  
[contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

**GERENTES, DIRETORES, CHEFES E ENCARREGADOS**  
Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.  
Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:  
[contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

**“Motivação com saúde e bom humor”**  
Qualidade de Vida  
Fabio\_lais@hotmail.com - Consultor, Palestrante, Hunting, Professor e Cronista

Certa vez um amigo de um amigo meu reservou a manhã inteira para levar sua filha ao médico, em São Paulo. A esposa preparou um e-mail com todas as informações de preparo pré-exame, local, data, hora, médico, tipo de exame e o que tinha de levar a mais, como sucos e biscoitos, caso a menina sentisse fome ou o exame se prolongasse.

Como ele praticamente não leu o e-mail, foi para outro hospital e chegando lá, logo viu uma mini brinquedoteca com bolas, bonecas e papéis para colorir. Deixou sua filha toda entretida com aquele ambiente enquanto fazia a ficha para o tal exame. A funcionária, que se chamava Camila, muito atenciosa, estava com cara de interrogação procurando no sistema quem tinha agendado aquele exame. Após alguns minutos de procura, ela perguntou ao pai da garota, se, de fato, o exame estava agendado para aquele hospital. O pai respondeu que sim e que provavelmente o sistema de agendamento de consultas tinha um erro, o que era um absurdo. O pai ainda argumentou o quão absurdo era, por motivo de um erro interno, uma criança de quatro anos ficar em jejum por tantas horas, em vão. Revoltou-se também, pois acreditava que por pagar um convênio tão caro, esse tipo de evento era inadmissível.

A atendente por sua vez, insistiu que não havia qualquer exame agendado para a menina. O homem já bastante irritado respondeu que sua esposa tinha até lhe enviado um e-mail contendo todas as informações necessárias para a realização do exame da filha. Para provar à atendente que ela estava errada, o homem imediatamente acessou seu e-mail pelo celular e o leu em voz alta.

Ao se dar conta do tamanho erro, lembrou-se da esposa ressaltando o quanto era importante a leitura atenta daquelas informações, já que o exame havia sido cancelado e reagendado por diversas vezes. Naquele momento, aquele pai envergonhou-se imensamente por sua falha, sua falta de atenção e pelo modo como tratara a simpática recepcionista a sua frente. Pediu dois minutos à recepcionista para que fosse buscar sua filha na brinquedoteca. Sabia que tinha que pedir desculpas à ela, mas sentia-se tão envergonhado que não sabia de que forma poderia se redimir.

Ao retornar, o homem percebeu que Camila estava ao telefone: durante sua ausência, a atendente entrou em contato com o hospital correto e estava tentando encontrar uma oportunidade para que a criança realizasse o exame ainda aquele dia, já que estava de jejum há mais de nove horas. Camila conseguiu uma brecha na agenda do hospital, marcou o exame para algumas horas mais tarde e, não contente ainda, pediu que o ticket do estacionamento fosse validado sem custo algum. Mesmo após tomar essas medidas, pediu humildemente desculpas àquele homem por não poder ajudá-lo de outra forma. Sorriu e desejou boa sorte!

Neste instante, aquele pai ficou completamente pasmo e encantado com a situação, com o atendimento daquela moça que poderia muito bem tê-lo tratado com indiferença ou falta de educação, já que o erro cometido era dele. Contudo, a atitude tomada por ela frente a esse conflito foi movida pela empatia, humildade e vontade de ajudar; ela focou num problema que nem era dela, solucionando e superando as expectativas daquele homem.

Em suma, o tempo foi suficiente para que a menina realizasse o exame e que a atitude de Camila realmente valesse a pena. No fim do dia, ao retornar para a casa, o homem contou toda essa saga, relatando seus sentimentos, frustrações, assumindo seus erros e como aquela desconhecida resolveu seu problema, fazendo, com apenas uma atitude, toda a diferença.

Todos os dias podemos fazer a diferença na vida das pessoas em diversas situações. Sabemos que em muitos casos as pessoas agem com indiferença frente aos problemas do próximo, falta empatia, falta solidariedade. Pequenas atitudes como a de Camila podem fazer a diferença num momento de compra, de avaliação de um atendimento ou até num momento para assegurar novos negócios.

Grande parte das pessoas acredita que para fazer a diferença é preciso recursos, ocupar um alto cargo, ter boas relações... Mas o que realmente pode fazer a diferença está em pequenas atitudes, carregadas de boa vontade. Isso faz a diferença, isso pode gerar grandes resultados.

Depois desse incidente, a família alterou seu plano de saúde para que este, pudessem incluir o hospital em que Camila trabalhava dentre os disponíveis para o plano. O sentimento foi o seguinte:

“Se uma recepcionista fez tudo isso por nossa filha, para apenas um exame, imagine o que a equipe médica poderá fazer em casos de maior gravidade. Não queremos passar por isso, mas se precisarmos é melhor, mais confortável e muito mais confiável ter pessoas com esse comprometimento por perto.”

(Caê Nóbrega - Formado em Educação Física, com especialização em Administração e Marketing)

**Abraços, saúde e sucesso!**

**FÁBIO R. LAIS**  
[fabio\\_lais@hotmail.com](mailto:fabio_lais@hotmail.com)  
[www.facebook.com/fabio.lais.turnover](http://www.facebook.com/fabio.lais.turnover)  
[www.facebook.com/TurnoverConsultoria](http://www.facebook.com/TurnoverConsultoria)

**Instrutor de Ponte Rolante** Inscreva-se

**OBJETIVO:** Capacitar os participantes a serem instrutores de Ponte Rolante de forma segura e eficiente, uniformizando procedimentos para inspeção, manutenção e conservação de guindastes.

**Exercícios Práticos** 22, 23 e 24 de Agosto

Exercícios evolutivos:  
Verificação da manutenção diária pelo operador (conforme NR11),  
Identificação das partes da máquina,  
Identificação das alavancas de comando e instrumentos.

Dia 22 e 23/08 das 14:00 às 18:00  
Dia 24/08 das 08:00 às 12:00

Para Associados do SINTESPAR R\$ 350,00 não associados R\$ 550,00.  
Formas de pagamento: Boleto bancário ou depósito na conta do SINTESPAR

CARGA HORÁRIA: 20 HORAS, sendo 14 horas de teoria e 06 horas de prática.  
Local - Hotel Estrela do Sul - Rua Francisco Torres, 386 - Curitiba

SINTESPAR BRASIL FENATEST UGT  
Informações:  
[sintespar@yahoo.com.br](mailto:sintespar@yahoo.com.br)  
Tel: (41) 3363-4152



# Nutrição Com Equilíbrio

Kelly Cristina Souza Silveira  
Nutricionista

## Adoçantes



Adoçante é uma substância que adoça os alimentos assim como o açúcar, mas deve ser administrado em menores quantidades já que adoça mais que a sacarose (açúcar da cana). Os adoçantes, também conhecidos como edulcorantes, podem ser artificiais (produzidos em laboratório), não contendo calorias, ou naturais (provenientes de plantas e vegetais), contendo menor quantidade de calorias que o açúcar.

Dentre os adoçantes artificiais temos os aspartames, a sacarina, o ciclamato, a sucralose, acessulfame-k, e o neotame.

**Aspartames:** É o tipo mais utilizado entre os adoçantes, tem capacidade de adoçar 200 vezes mais que a sacarose. Seu valor energético é de 4 calorias/gramas. Não são recomendados por pessoas que sofrem de fenilcetonúria, pois contém fenilalanina em sua composição.



**Sacarina:** É o tipo mais antigo de adoçantes com capacidade de adoçar 500 vezes mais que a sacarose, porém deixa sabor residual na boca. É amplamente utilizado em alimentos, cosméticos e medicamentos, pois possui baixo valor econômico.

**Ciclamato:** É bastante utilizado em alimentos, mas é proibido em alguns países por provocar efeitos cancerígenos e alérgicos, seu consumo tem sido alvo de pesquisas e estudos. Adoça 50 vezes mais que a sacarose.



**Sucralose:** É bastante utilizada em produtos esterilizados, UHT, pasteurizados e assados, pois é estável à grandes temperaturas. Não induz a produção de cáries. Adoça 600 vezes mais que a sacarose.

**Acessulfame-k:** É o adoçante mais resistente ao tempo e a altas temperaturas. Adoça 200 vezes mais que a sacarose e é eliminada totalmente pelo organismo através da urina.

**Neotame:** É proveniente do aspartame, foi descoberto em 1990, e adoça em torno de 7 mil a 13 mil vezes mais que a sacarose.

Dentre os adoçantes naturais temos a frutose, o sorbitol, o manitol e o esteviole.



**Frutose:** É extraído de frutas, cereais e mel, tem capacidade de adoçar 173 vezes mais que a sacarose. Deve ser usado com moderação já que provoca cáries e seu consumo por diabéticos deve ser orientado por profissional nutricionista.

**Sorbitol:** Originado de frutas e algas marinhas, adoça 50 vezes mais que a sacarose. Resiste a altas temperaturas, à evaporação e ao cozimento.

**Manitol:** É encontrado em vegetais e algas marinhas, tem capacidade de adoçar 70 vezes mais que a sacarose. Não é recomendado a diabéticos e produz efeito laxativo se usado em grandes quantidades.

**Esteviole:** Tem capacidade de adoçar 300 vezes mais que a sacarose e é encontrado na planta Stevia Rebaudiana. Não contém calorias e é estável em altas temperaturas.

Existem diversos mitos e dúvidas a respeito do consumo dos adoçantes e seus efeitos na saúde. Faz mal? Existem contraindicações? Qual a recomendação? Causa câncer?

Essas e outras especulações a respeito do seu uso continuaremos na próxima edição.

Até lá!  
Kelly Cristina Souza Vieira  
Nutricionista



## Equilibrium Consultoria

Nutrição e Acupuntura  
nutricao.acupuntura@gmail.com

## Para se libertar dos vícios



Por: Louise L. Hay  
Fonte: <http://universonatural.wordpress.com/>

É comum não quereremos aceitar certos aspectos de nós mesmos. Isso leva ao abuso de álcool, cigarros, drogas, comida etc. É uma forma de nos castigarmos por não sermos perfeitos. Mas... perfeitos para quem? De quem são as exigências e expectativas que continuamos tentando atender? Proponha-se a deixar ir embora de sua vida as exigências e os padrões de outras pessoas. Sendo apenas você mesmo, descobrirá que é maravilhoso, exatamente como é neste instante.

Uma das formas primárias de mascarar nossos medos é por meio dos vícios. Os vícios suprimem as emoções para que não sintamos. Entretanto, existem muitos tipos de vícios além dos vícios químicos. Existe o que chamo de vício padrão - padrões de comportamento que adotamos para evitar estarmos presentes em nossas vidas. Se não queremos lidar com o que se encontra a nossa frente ou não queremos estar onde estamos, possuímos um padrão que nos mantém fora do contato com nossas vidas. Para algumas pessoas, é um vício em comida ou químico. Existe uma predisposição genética para o alcoolismo; entretanto, a escolha de ficar doente é sempre individual. Frequentemente quando dizemos que algo é hereditário, na verdade é a manifestação da aceitação, por parte da criança, da forma como os pais lidam com o medo.

Para outros existem vícios emocionais. Você pode ser viciado em encontrar defeitos nas pessoas. Não importa o que aconteça, sempre encontra alguém para culpar. É culpa deles. Foram eles que fizeram isso para mim. Talvez esteja viciado em empilhar contas. Existem muitos de nós viciados em contrair dívidas; fazem tudo para manter a si mesmo endividados, o que

não parece estar relacionado com quantidade de dinheiro que possuem.

Você pode ser viciado em rejeição. Em todos os lugares que vai só atrai pessoas que o rejeitam. Entretanto a rejeição exterior é um reflexo da própria rejeição. Se você não rejeita a si próprio, ninguém mais vai rejeitá-lo.

Existem pessoas viciadas em doença. Sempre estão doentes ou preocupado com doença.

Se você vai se viciar em alguma coisa, por que não se viciar em amar a si mesmo? Pode se tornar viciado em fazer afirmações positivas ou a fazer algo que apoie você. Os vícios acontecem porque não sabemos como amar a nós mesmos. Temos medo de explorar a nós próprios; em vez disso usamos o vício para fugir da nossa autodescoberta.

Se podemos mudar o que pensamos a respeito de nós mesmos, podemos parar de fugir, apender a nos amar e descobrir nosso poder interior.

### Afirmações para abandonar vícios

Vejo qualquer padrão de resistência em meu interior apenas como algo especial a libertar.

Sou amado, nutrido e apoiado pela vida em si.

Estou fazendo o melhor que posso. Casa dia fica mais fácil.

Desejo me libertar da necessidade de meus vícios

Vou além de meus vícios e me liberto. Aprovo a mim mesmo e a maneira como estou mudando.

Sou mais forte do que meus vícios. Agora descobro como sou maravilhoso.

Escolho amar e apreciar a mim mesmo.

É seguro para mim estar vivo. #

## O que fazer quando o funcionário não quiser usar EPI

Por: Nestor Waldhelm Neto - [Segurança do Trabalho NWN](#)



A empresa é obrigada a disponibilizar \*EPI, mas, e quando o funcionário se recusa a usar?

Essa situação é bem comum no dia a dia de trabalho, o pessoal da Segurança do Trabalho e da \*CIPA são cobrados por isso. E muitas vezes ficam chateados por não conseguirem fazer alguns dos funcionários usarem os EPIs.

Compete ao empregador dirigir a forma como o trabalho é conduzido (Artigo 2 da \*CLT). Cabe a ele a responsabilidade pelo fazer, e pela omissão.

Cabe a ele fazer cumprir as normas de segurança do trabalho e fazer os funcionários cumprirem. Para isso se for necessário poderá até em último caso disciplinar os funcionários.

### A legislação, obrigações do empregador

NR 6.6.1 Cabe ao empregador quanto ao EPI:

- adquirir o adequado ao risco de cada atividade;
- exigir seu uso;
- fornecer ao trabalhador somente o aprovado pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho;
- orientar e treinar o trabalhador sobre o uso adequado, guarda e conservação;

### A legislação, obrigações dos funcionários

NR 6.7 Responsabilidades do trabalhador.

6.7.1 Cabe ao empregado quanto ao EPI:

- usar, utilizando-o apenas para a finalidade a que se destina;
- responsabilizar-se pela guarda e conservação;
- comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para uso; e,
- cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado.

### Na prática...

A Lei é muito bonitinha, mas, e quanto o funcionário mesmo recebendo treinamento não usar o EPI?

Nesse caso, alguns passos podem ser adotados para conseguirmos obter o sucesso na implantação do EPI na empresa.

Até por que, se a fiscalização flagrar algum funcionário sem EPI a culpa e a multa será do empregador. Então de um jeito ou de outro ele tem fazer cumprir o uso do EPI.

### Primeiros passos

A empresa precisa se resguardar com a documentação necessária para depois pensar em punir os funcionários desobedientes.

Para a empresa se resguardar ela precisa provar que não só entrega o EPI.

Precisa provar que segue o que as normas no que se refere à conscientização do trabalhador. Para isso é só seguir as dicas que estarei mostrando abaixo.

### Ordem de Serviço

É importante colocar na Ordem de Serviço as obrigações dos funcionários em relação às normas de Segurança do Trabalho entre elas devem estar à obrigação do uso de EPI.

Na Ordem de Serviço deve haver um campo no qual o funcionário assina se comprometendo a usar o EPI durante o turno de trabalho.

### Treinamentos

Orientações sobre uso de EPI conforme vimos acima é parte importante na proteção da empresa.

O empregador deve fornecer treinamento sobre uso, formas de conservação e guarda do EPI.

É importante haver registro desses treinamentos, e o mesmo deve ser assinado pelo funcionário. É importante colocar na lista de presença o título do treinamento.

### APR - Análise Preliminar de Risco

Deve conter todos os EPIs usados pelos funcionários nos trabalhos de risco elevado.

### Ficha de EPI

De todos os documentos relacionados a ficha de EPI é o mais importante.

Por duas vezes em ações movidas por funcionários tivemos que enviar a ficha de EPI como prova em defesa da empresa. E tivemos resultados favoráveis!

O empregador precisa documentar que entregou o EPI. E precisa que na Ficha de EPI tenha algum termo de responsabilidade no qual o funcionário se comprometa a seguir as normas de segurança, entre elas precisa estar o uso.

Após o empregador deixar claro ao funcionário a obrigatoriedade do uso do EPI. Deixar claro que treinou e que entregou o EPI indicado ao trabalho. Poderá então, adotar as medidas punitivas para fazer cumprir a lei:

- **1º Advertência verbal:** É importante, e deve ser usada sempre que possível.

Ao aplicar advertência verbal deixe isso claro ao funcionário. Diga que após a virá a advertência por escrito;

- **2º Advertência por escrito:** Não há na CLT ou normas regulamentadoras previsão para advertência. Seu uso vem de longa data e já se tornou costume, amplamente aceito em jurisprudência. A aplicação do costume tem previsão legal baseada no Artigo 8 da CLT.

A advertência é o começo do tratamento de choque ao funcionário desobediente.

Penso até que se o empregador pensasse melhor nem deveria chegar a nível, talvez a demissão sem justa já fosse um caminho a ser cogitado;

- **3º Suspensão:** Não pode ser maior do que 30 dias.

Nos termos do Artigo 474 da CLT, a suspensão do empregado por mais de 30 (trinta) dias consecutivos importa na rescisão injusta do contrato de trabalho.

Os dias de suspensão não são remunerados. É bom deixar isso claro para o funcionário;

- **4º Demissão por justa causa:** Para chegar até esse último passo é preciso estar bem documentado da forma que temos mostrado desde o início do artigo.

Esse último passo deve ser evitado ao máximo. Pois apesar de ser legal, traz muita dor ao funcionário. Que normalmente recorre à justiça na tentativa de reverter o processo e ainda ser indenizado.

Se o empregador estiver feito sua parte de acordo com os passos acima, tendo a documentação necessária, comprovação dos treinamentos, etc. Não terá dificuldade em vencer um possível combate judicial.

O Artigo 482 da CLT dá \*embasamento a demissão por justa causa. Nesse caso em questão o trabalhador seria enquadrado como na letra "H", ato de indisciplina ou insubordinação.

Conclusão: O que não pode é o funcionário ficar sem usar EPI.

A empresa precisa agir dentro da legalidade. Precisa mostrar que fez a parte dela e que o funcionário é que foi omissos com suas obrigações. E ir aplicando as punições que podem culminar na justa causa.

A lei se aplica a ambas as partes e o empregado precisa se atentar a isso, ele tem direitos, mas, também tem obrigações.

A empresa precisa ser dura para garantir o uso do EPI e evitar problemas posteriores.

O foco principal nesse processo deve ser a conscientização do funcionário através de treinamentos, conversas e palestras.

E somente se não der certo a empresa deve adotar as medidas punitivas que foram descritas. Até por que, depois do tratamento punitivo é possível que funcionário fique descontente e desmotivado. E até desista de continuar trabalhando na empresa.

Então é isso. Espero que tenham gostado!

Glossário: EPI - Equipamento de Proteção Individual; CIPA - Comissão Interna de Prevenção de Acidentes; CLT - Consolidação das Leis do Trabalho

Jurisprudência - É o conjunto de decisões judiciais que vão no mesmo sentido, mostrando uma tendência a ser seguida. #



**SINDALCO**  
O BRAÇO FORTE DO TRABALHADOR  
Araçatuba e Região  
(18) 3622-2251  
Rua Profª Chiquita Fernandes, 09  
www.sindalco-ata.org.br

Empenhado sempre na busca de melhores condições e bem estar de todos associados.

José Roberto da Cunha  
Presidente



**EQUIPE** (18) 3622-2281  
Araçatuba - SP  
www.equipe.com.br  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS



**Fisioterapia MAESTRO CARDIM**  
(11) 97444-0902  
Reabilitação Esportiva, Fisioterapia Ortopédica, Prevenção de Lesões, Pilates Studio, RPG;  
Fisioterapeuta Marcelo Kazuki Simplicio - marcelo\_ks@hotmail.com  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP  
(perto do metrô Paraíso)



**ESGALHA**  
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO  
(18) 3301-9320  
Venda e Manutenção de: Extintores, Hidrante, Alarme Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sprinkler.  
Projeto para Bombeiros com Assessoria Técnica Especializada  
Cursos de Formação Brigada de Incêndio com Certificado e Apostila  
esgalha.sistemas@terra.com.br  
esgalha.projetos@terra.com.br  
(18) 3301-9322  
Av. Prestes Maia, 2.860 - Araçatuba - SP



**GoBrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer  
Aqui você encontra o website que tanto procura  
www.goobrasil.com.br

## Curso de Ergonomia Aplicada em Mogi das Cruzes



O curso será ministrado por Dr. Enrique Diez Parapar, fisioterapeuta, professor de educação física, pós graduado em fisioterapia do trabalho, pós graduado em atividades em academia, pós graduado em segurança do trabalho e meio ambiente, com formação em reeducação postural global, professor de ergonomia, diretor da EDP Consultoria.

A capacitação sobre ergonomia aplicada será desenvolvida nos dias 05 e 06 de outubro de 2013, das 08 às 12 e das 14 às 18h00, com carga horária total de 16 horas.

Os participantes receberão um CD com o material didático, pasta, crachá, bloco de anotações e caneta e um conteúdo programático de excelência.

O investimento é de R\$350,00 ou 2 X R\$185; 3 X R\$130; 4 X R\$102,50; ou 5 X R\$86.

A data limite para inscrições é em 30 de setembro de 2013; e os interessados poderão obter mais informações e realizarem suas inscrições através do e-mail [edp@edpconsultoria.com.br](mailto:edp@edpconsultoria.com.br) ou pelos telefones (11) 3713-7385 e/ou (11) 9822-4365.

**(18) 8801-3114**  
 joice@doisdi.com  
 A idéia nasce da pergunta  
 BRANCO: Design de Marca; Populário; Manual de Identidade  
 WEB: Sites; Sistemas Administrativos; Redes Sociais  
 MULTIMÍDIA: Vídeos; Animações; Representações  
 PRODUTO: Modelagem 3D; Embalagem; Material de PVP

**(18) 8801-2115**  
 luiz@doisdi.com  
 A idéia nasce da pergunta

**(18) 3641-8015**  
**Birigui e Região**  
**MultSeg**  
 O EPI que você precisa tem aqui!  
**Assessoria e Consultoria**  
**Orientações técnicas**  
 Rua Pedro Álvares Cabral, 899

Uniformes profissionais e vestimentas de segurança NR-10  
**VECTRA Assessoria Técnica**  
 (11) 98433-6261 - (18) 9117-6952  
**Caio Cachoni**  
 Coordenador de Vendas

**MC**  
 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
**O EPI QUE VOCÊ PRECISA**  
**(18) 3652-9703**  
 Avenida Bento da Cruz, 39  
**PENÁPOLIS E REGIÃO**

**ASOMED**  
 MEDICINA DO TRABALHO  
 Segurança do Trabalho - Medicina Ocupacional  
 Exames Complementares - Treinamentos  
**(18) 3305-8004 - 3608-7491**  
 asomedm@terra.com.br  
 Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

epi.com@ig.com.br  
**EPI.com**  
 Equipamento de Segurança  
 Comércio de Equipamentos de Proteção Individual  
 TREINAMENTOS: Trabalho em Altura; Operador de Empilhadeira; NR-10; Operador de Ponte Rolante; Laudo de Compressores; CIPA; Operador de Guincho  
**(18) 3301-1514**

**SINDALCO**  
 O BRAÇO FORTE DO TRABALHADOR  
**Araçatuba e Região**  
 Rua Prof.ª Chagata Fernandes, 09  
 www.sindalco-ata.org.br  
**(18) 3622-2251**  
 Empenhado sempre na busca de melhores condições e bem estar de todos associados.  
**José Roberto da Cunha**  
 Presidente

## Acidentes de trabalho crescem 11% no primeiro semestre em Araçatuba (SP)

Neste ano já foram registradas quatro mortes sendo duas típicas e duas de trajeto

Fonte: O Liberal Araçatuba e CEREST

"Acidente do Trabalho é aquele que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa provocando lesão corporal ou perturbação funcional que causa a morte ou a perda, ou redução permanente ou temporária da capacidade para o trabalho" - essa é a definição do artigo 19 da Lei nº 8.213/91.

No primeiro semestre deste ano os acidentes de trabalho em Araçatuba (SP) cresceram 11% de acordo com as notificações da unidade regional do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST). De janeiro a junho de 2012 o órgão registrou 1.028 acidentes de trabalho, já no mesmo período deste ano foram registrados 1.122 acidentes deste tipo. Do total de acidentes ocorridos no primeiro semestre deste ano 513 foram típicos (no local do trabalho); 154 de trajeto (a caminho ou voltando para casa do trabalho) e 455 ficaram sem registro de tipificação. Em 2012 o Cerest registrou quatro mortes por acidente de trabalho no município, sendo duas típicas e duas de trajeto. Neste ano também já foram registradas quatro mortes, sendo também duas típicas e duas de trajeto.

A coordenadora do Cerest em Araçatuba (SP), Isabel Teresa Martim, diz que esse aumento pode representar o reforço da consciência do registro, já que o órgão passou a fazer esse levantamento desde 2010. "Atribuo o aumento às notificações depois de um trabalho que fizemos para estimular as unidades de atendimento a registrar esses acidentes", disse Isabel. O registro desses acidentes é feito pelos Prontos Socorros municipais e particulares e repassado ao Cerest.

A coordenadora lembrou que na semana passada os representantes do órgão fizeram uma reunião com funcionários das unidades de atendimento em saúde para alertar da importância de registrar os acidentes de trabalho. Os números registrados podem ser superiores, levando em consideração que em

muitos casos não há registro. "Em algumas ocasiões recorremos à imprensa para conseguir a informação se o acidente foi de trabalho, principalmente nos casos de trajeto", reforçou Isabel.

O Cerest é responsável por atuar na prevenção e orientação das empresas principalmente no uso dos equipamentos de segurança. O órgão também deve fiscalizar as prováveis causas de um acidente e repassar as considerações juntamente com as estatísticas mensais para a Procuradoria Regional do Trabalho (PRT) que atua na esfera judicial para a garantia dos direitos do trabalhador acidentado.

### CASOS

No dia 3 de abril de 2012 um acidente típico de trabalho deixou o jovem Jeferson de Lima Ferreira, então com 19 anos, paraplégico. Nesta data, Ferreira trabalhava para uma empresa de estruturas metálicas que prestava serviços para o Estaleiro Rio Tietê (ERT). O trabalho era a colocação de chapas metálicas no entorno do galpão de obras do empreendimento. Ele estava no chão prendendo as chapas quando um caminhão deu marcha ré e o atropelou. Segundo o Cerest, não havia sinalizador de freio nem mesmo uma pessoa que deveria avisar da ré. O homem que deveria ser o sinalizador estava no interior do caminhão. O jovem sofreu uma lesão na coluna e ficou paraplégico.



O jovem Jeferson de Lima Ferreira em entrevista no SBT Interior (Araçatuba-SP). Para assistir a entrevista, clique **AQUI**. Ou acesse o link: [http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=SXYA0o708w&hd=1](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=SXYA0o708w&hd=1)

No dia 30 de janeiro, a vítima de um acidente de trabalho de trajeto foi a auxiliar administrativa Gisele Martimiano da Silva Guimarães dos Santos, 28 anos. Ela voltava para a sua casa no final do dia após trabalhar na Colorvisão, quando foi atropelada por um caminhão de lixo da empresa Revita - Engenharia Ambiental. O acidente ocorreu no cruzamento da rua Aguapeí com a Travessa Chiquinha Gonzaga, no bairro Traitu.

No dia 6 de março de 2013, a vítima do acidente de trabalho típico acabou falecendo. O auxiliar de carpinteiro Cícero Raimundo da Silva, 53 anos, caiu de uma altura de aproximadamente 30 metros durante o seu trabalho na construção de um prédio residencial localizado na rua São Paulo, na Vila Mendonça. Ele despencou do 10º andar onde deveria ser construído um parapeito de madeira para a segurança dos trabalhadores.

Outra vítima de acidente de trabalho de trajeto foi o operador de máquinas Donizete Castilho Antônio de 55 anos, que morreu na manhã de 18 de maio deste ano, vítima de um acidente de trânsito no quilômetro 540 da rodovia Marechal Rondon, nas proximidades do Clube dos Advogados, quando estava a caminho de seu trabalho. Antônio era funcionário antigo da fábrica de tubos de concreto Copel e conduzia sua motocicleta CG 125 de 1979 pela rodovia sentido Araçatuba-Guararapes quando foi atingido na traseira por um veículo ainda não identificado e que fugiu do local sem prestar socorro. #

**CIPEIROS E TRABALHADORES**  
 Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.  
 Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:  
**contato@norminha.net.br**

**ESTUDANTES, EMPRESÁRIOS E LIBERAIS**  
 Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.  
 Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:  
**contato@norminha.net.br**

## Idéias para enfrentar o aquecimento global e outros desafios: 14 coisas que você não deve jogar na privada

Nem no ralo. Elas poluem rios, lagos e mares, o que contamina o ambiente e os animais. Também deixa mais difícil obter a água que nós mesmos usaremos. Alguns produtos, como fio dental, podem causar entupimentos.



Cotonete e fio dental



Medicamento e preservativo



Óleo de cozinha



Ponta de Cigarro



Poeira de varrição de casa



Fio de cabelo e pelo de animais



Tinta que não seja à base de água



Querosene, gasolina, solvente, tiner

Jogue estes produtos no lixo comum. Alguns deles, como óleo de cozinha, medicamentos e tinta, podem ser levados a pontos de coleta especiais, que darão a destinação final adequada. #

Fonte: Marcelo Moraes e Emasa

## DIA NACIONAL DA PREVENÇÃO DE ACIDENTES 27 DE JULHO

41 Anos dos Serviços Especializados em Segurança e em Medicina do Trabalho - SESMT - no Brasil

No dia 27 de julho de 1972, o Ministro do Trabalho Júlio Barata regularizou o artigo 164 da CLT, e publicou a Portaria 3.236, referente à formação técnica em Segurança e Medicina do Trabalho e a Portaria 3.237, regulamentando o artigo 164 da CLT, obrigando a existência de Serviço Especializado em Segurança e em Medicina do Trabalho (SESMT) nas empresas com mais de 100 funcionários, tornando o nosso país, o primeiro a ter um serviço obrigatório de segurança e medicina do trabalho. Um dos principais motivos da regularização desse artigo foi a imagem negativa que o quadro de acidentes de trabalho no Brasil causava perante o cenário mundial, quase 40% da força de trabalho sofria lesões. O índice era alarmante 1,7 milhão de acidentes ocorriam por ano. Havia grande pressão, inclusive do Banco Mundial, de retirar qualquer empréstimo ao Brasil se esse quadro permanecesse.

Durante esses 41 anos, a resposta foi dada, o empenho e a dedicação dos especialistas em segurança e saúde no trabalho diminuíram o número de acidentes, estando comprovado que o SESMT - Serviços Especializados em Segurança e em Medicina do Trabalho devem ser incentivados e apoiados por trabalhadores, empresários e governo de todas as maneiras possíveis, sendo imprescindível a presença desses profissionais nas empresas e nos ambientes de trabalho.

O SESMT ocupa hoje um papel preponderante nas empresas. Quando se fala em globalização, competitividade, abertura de mercado, o índice de acidentes de trabalho constitui indicador de qualidade, sendo indispensável à manutenção desses profissionais de segurança e medicina do trabalho dentro das empresas.

Esse dia 27 de julho, Dia Nacional da Prevenção de Acidentes, deve ser dedicado a todos os companheiros prevenicionistas desse país que foram e são responsáveis pela grande melhoria do ambiente e das condições de trabalho.

Com o Decreto N° 7.602, de 7 de novembro de 2011, que dispõe sobre a Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho é um novo marco para o Brasil, pois cresce e fortalece as nossas esperanças, pois haverá a necessidade de diversas iniciativas para reduzir os acidentes e melhorar as condições de trabalho no Brasil, através de ações por parte do Ministério do Trabalho, Previdência Social e Ministério da Saúde, ou melhor, a sociedade organizada deve fazer a sua parte e o governo de forma interministerial, devem propor medidas para aperfeiçoar as condições de trabalho, através de implantações de políticas públicas eficazes na área da segurança e saúde no trabalho.

Um alerta que fazemos para todos é que hoje, algumas centrais sindicais retomam, tardiamente, a posição de serem contrárias à terceirização em nosso País. No dia 11 último - apareceram faixas e cartazes nesse sentido nas ruas. Querem salvar as galinhas depois de terem colocado a raposa dentro do galinheiro? É uma tarefa praticamente impossível. Falamos isso, pois reapareceu um movimento no Brasil, querendo precarizar e banalizar o SESMT. Terceirização no Brasil foi e continua sendo sinônimo de precarização das relações e das condições de trabalho, portanto, a Terceirização do SESMT não será diferente através dos SESMT Coletivos.

Cuidar da segurança, da saúde e da vida dos trabalhadores, através de técnicas e de um processo educativo, sempre será o principal objetivo desses profissionais. Nesses 41 anos, mudamos rotinas, procedimentos, mentalidade de pessoas e demos a nossa contribuição, doamos também parte da nossa vida para que aconteça cada vez menos acidente.

Parabéns a todos que trabalham nessa área e vamos continuar nessa jornada, em defesa da segurança e saúde de todos, indiscriminadamente, acreditando e após-tando em dias melhores, novas conquistas, lutando contra o preconceito e atitudes antiéticas, pois o Brasil e o povo brasileiro merecem o empenho e a dedicação de todos nós.

**José Augusto da Silva Filho**  
 Diretor 1º Secretário da Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho - FENATEST;  
 Consultor em Segurança e Saúde no Trabalho da Engeseg Consultoria e Serviços SS Ltda.;  
 Consultor Técnico da Revista Proteção.  
 augustomehana@terra.com.br

## 27 DE JULHO: DIA DO MOTORISTA

25 de julho é o Dia de São Cristóvão, padroeiro dos motoristas. É uma data especial para a gente prestar homenagem aos profissionais do volante, pois é, também, o Dia do Motorista.

Por: Ubiratan Lustosa

Seja o chofer particular, quase membro da família à qual presta serviços; homem de confiança que ouve tantas confidências, que se dedica de corpo e alma àqueles que o acolheram, dirigindo seus carros, suportando as ranzinças dos mais velhos e as inconveniências dos mais jovens, babá e guardacostas, sem hora certa para dormir, mas sempre com hora marcada para acordar. Sejam os motoristas de táxi e de ônibus, que vivem tensos ante a possibilidade de assaltos; que enfrentam, no seu dia-a-dia, as barbeiragens daqueles que dirigem sem cuidado e tornam o trânsito cada vez mais louco; que suportam os ruídos das ruas e a irritação de passageiros nervosos; motoristas que, tão expostos às neuroses, têm que manter a calma e a serenidade. Seja o caminhoneiro, herói de tantas jornadas pelas estradas cheias de surpresas e perigos, que escreve sobre o asfalto a história do nosso progresso; motorista das longas vigílias, que passa dias e dias distante da família, que enfrenta sol e chuva, estradas boas e más, à mercê dos defeitos mecânicos e exposto à imprudência de alguns irresponsáveis que eventualmente dirigem pelos mesmos caminhos.

Abençoe e proteja, e que o seu trabalho seja sempre reconhecido e admirado, no carro bonito da família rica, no táxi que gira pela cidade agitada, no ônibus que vai e volta num repetido trajeto ou no caminhão que atravessa o Brasil por nossas longas estradas. E que todos os motoristas encontrem no seu trabalho, ao lado do sustento da família, do seu progresso, a sua realização profissional.

\* Nossa homenagem a todos os motoristas profissionais e, por extensão, também aos amadores, a todos os que dirigem veículos, com nosso abraço e nosso respeito.

**Frases Dia do Motorista**  
 "Temos coisas por fazer que vão além de só viver com queremos."

**História do dia do Motorista**

Comemora-se o Dia do Motorista em 25 de julho porque também é Dia de São Cristóvão, o padroeiro desse profissional. "Cristóvão" significa "aquele que carrega Cristo". Ele era um gigante que queria servir ao mais poderoso de todos os homens. À princípio, serviu a Satanás, mas quando soube que o mais poderoso era Jesus, converteu-se e foi viver na margem de um rio. Lá, carregava pessoas de uma margem a outra. Certa vez, foi carregar um menino e como a criança ficava cada vez mais pesada, ele disse que parecia que carregava o mundo nas costas. O menino, então, falou: "Não carregas o mundo, e sim seu criador. Sou Jesus, aquele a quem serves". Como o trabalho de Cristóvão era transportar os viajantes através dos rios, tornou-se padroeiro dos viajantes. Em épocas mais recentes, encontrou uma nova popularidade como padroeiro dos motoristas. #

Seja qual for o motorista, desejamos homenageá-lo e vai para ele o nosso abraço. São nossos votos que as ruas e estradas sejam boas, que as máquinas funcionem a contento, que o seu trabalho seja rendoso, que seus familiares tenham sempre um carinhoso sorriso para recebê-lo em seu retorno, e que haja sempre um irmão da estrada para socorrê-lo em caso de dificuldade. Que São Cristóvão, seu padroeiro, o

## Personalidade pode determinar gosto por alimentos picantes

Estudo diz que pessoas mais propensas a aventuras preferem comidas apimentadas

Foto: Getty Images



Apreciar ou não comida picante está relacionado à personalidade, de acordo com uma pesquisa da Universidade Estadual da Pensilvânia, nos Estados Unidos. O estudo concluiu que pessoas mais abertas a riscos e que gostam de buscar novas experiências são mais propensas a gostar. Os dados são do jornal Daily Mail.

Responsável pelo estudo, Nadia Byrnes analisou 184 participantes não-fumantes, com idade entre 18 e 45 anos, sem problemas que comprometam o paladar. Todos responderam a um teste que analisa a personalidade por meio da "busca de sensações". Os que pontuam acima da média são considerados mais abertos a novas experiências, enquanto

os que pontuam abaixo da média são menos adeptos a aventuras.

Os voluntários receberam uma refeição com 25 micrómetros de capsaicina, o componente ativo da pimenta, e tiveram de classificar o sabor. Aqueles do grupo abaixo da média rapidamente não gostaram da comida, principalmente quando a "queimação" aumentou.

As pessoas que ficaram acima da média aprovaram, mesmo quando a intensidade da picância aumentou. Aqueles que ficaram na média gostaram menos do prato quando o sabor picante ficou mais intenso, mas não tão rapidamente quanto os que se encaixaram no perfil abaixo da média.

#