



Oficina da Norma
Sistema de Gestão Integrados: Saúde e Segurança Ocupacional, Meio Ambiente e Qualidade
Patricia Milla Gouveia
Engenharia Bioquímica e SGI
patricia.milla@yahoo.com.br

Como funciona o processo de certificação?

Normas técnicas são conjuntos de regras, diretrizes ou características relacionadas a um material, produto, processo ou serviço. Nem todas são passíveis de certificação, algumas são criadas apenas como padrão de referência para fundamentos, vocábulos ou diretrizes. Por exemplo, a norma ISO 9000:2005 - Sistema de Gestão da Qualidade - é composta por fundamentos e vocábulos, sendo uma norma orientadora e não certificável. A ISO 9001:2008 - Sistema de Gestão da Qualidade - é composta de requisitos, sendo uma norma certificável. Outros exemplos de normas certificáveis são: ISO 14001:2004, OHSAS 18001:2007, SA 8000, ISO 22000:2005, NBR 16001, TS 16949, entre outras.

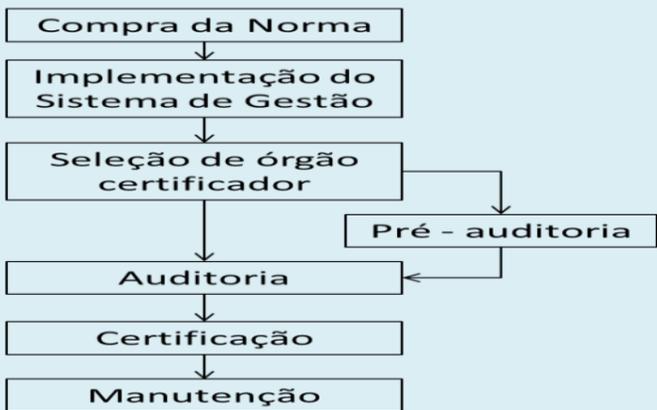
Independente da norma, quando a empresa decide passar por um processo de certificação, deve estar preparada para as modificações, que podem ser desde pequenas alterações nas atividades até uma grande mudança cultural, que se fará necessária para que a empresa se adeque aos novos padrões ditados pela norma em questão. O primeiro passo é comprar a norma na qual se quer obter o certificado. É necessário estudá-la e criar um sistema de gestão na empresa que vai garantir que todos os requisitos da norma estão sendo atendidos. Os funcionários responsáveis pela implantação deste sistema devem estar treinados e capacitados, pois as normas não descrevem como esses requisitos devem ser implementados, apenas indicam o que deve ser atendido. Pode-se considerar a ajuda de consultorias na execução desse trabalho, que normalmente têm grande contribuição na velocidade de implantação do sistema de gestão.

Quando a empresa estiver atendendo todos os requisitos da norma, ela deve entrar em contato com o órgão certificador para verificação de agendas e cotações. Estes órgãos (Exemplos: Vanzolini, BV, DNV, TECPAR, TUV, SGS, entre outros) estão ligados a organismos de acreditação que seguem as diretrizes da IAF (International Accreditation Forum) tendo assim habilitação para recomendar empresas para certificação.

Após a empresa determinar qual órgão certificador será contratado, são marcadas as datas para realização das auditorias, que podem ser realizadas em duas etapas: pré-auditoria e auditoria. Fica a critério da organização decidir se fará as duas ou apenas a auditoria. A pré-auditoria ajuda a organização a se preparar melhor para a auditoria, sendo totalmente desvinculada da etapa de auditoria. Para a ISO 9001:2008, por exemplo, a etapa de auditoria é dividida em dois estágios, sendo o primeiro uma análise documental e o segundo a verificação dos processos in loco.

Após contrato ser fechado, o órgão certificador fica comprometido com a empresa contratante por três anos, onde serão realizadas as auditorias iniciais e de manutenção. O período entre as auditorias de manutenção é definido em conjunto da empresa com o órgão certificador, sendo geralmente fechado para o período de um ano.

Segue abaixo um fluxograma resumindo o passo a passo do processo de certificação:



Essa é a descrição resumida das etapas do processo de certificação. É um processo longo, amplo, complexo e trabalhoso que exige muita paciência e dedicação. Além desses, é necessária a cooperação e envolvimento de todos e comprometimento da direção.

Uma ótima semana a todos e até a próxima quinta-feira!
Patricia Milla Gouveia

Empresa pagará R\$ 700 mil por assédio moral

Por Dr. Enrique Diez Parapar, Fisioterapeuta do Tra-balho, Professor de Educação Física. www.edpconsultoria.com.br

Empresa foi condenada pela 4ª Vara do Trabalho de Guarulhos ao pagamento de R\$700 mil em indenização por assédio moral contra os seus funcionários. A ré foi alvo de ação civil pública ajuizada pelo Ministério Público do Trabalho de Guarulhos após inquérito civil conduzido pela procuradora do Trabalho Rosemary Fernandes Moreira ter comprovado assédio moral por parte dos gerentes de vendas.

O assédio moral se caracteriza por ataques repetidos, cujos atos interferem na saúde emocional da vítima, causando o sentimento de humilhação e desprezo. Ao se encerrar as investigações, o MPT pode constatar que a empresa utilizava-se de conduta ofensiva ao lidar com seus vendedores e cobrá-los o alcance de metas de vendas.

O tratamento desrespeitoso acontecia não apenas em reuniões, mas também em conversas a sós, quando até xingamentos eram dispensados aos subordinados. Ameaças de mudança de região também eram usadas para tentar

evar o índice de vendas.

O MPT também pediu na ação que a empresa se abstenha de submeter, permitir ou tolerar quaisquer atos que manifestem preconceito, assédio ou discriminação, de qualquer espécie, para com seus empregados, aplicando as punições a seus autores previstas na legislação trabalhista.

Além disso, a empresa deve adotar medidas destinadas a efetivamente apreciar as reclamações ou denúncias de empregados, investigando e apurando a eventual procedência destas, referentes à prática de atos discriminatórios ou de assédio contra seus empregados, buscando inclusive promover a conciliação entre as partes envolvidas. Outra exigência é a de que seja levada ao conhecimento de todos os empregados a existência de canais de denúncia.

O descumprimento das obrigações previstas na sentença implicará em multa diária de R\$ 1 mil por trabalhador lesado. O valor da multa deverá ser revertido ao Fundo de Amparo ao Trabalhador (FAT).

Participe do IV Encontro Internacional do Bombeiros e Equipes de Resgate

Encontro será realizado em outubro na UNIFESP Guarulhos (SP)

A Seção de Segurança e Medicina do Trabalho da Universidade Federal de São Paulo - Campus Guarulhos tem a honra de convidar toda a comunidade prevencionista para o **IV ENCONTRO INTERNACIONAL DE BOMBEIROS E EQUIPES DE RESGATE**, um evento destinado a todos os profissionais da área e afins.

O Encontro acontecerá no Teatro da UNIFESP - Campus Guarulhos no dia 05 de Outubro de 2013, a partir das 08h00, com a participação de diversas organizações públicas e privadas.

Realizado bianualmente, em Guarulhos, o encontro já se consolidou como um dos mais importantes eventos desta natureza em todo o Brasil e faz parte do

calendário oficial da cidade, bem como é evento referência a diversas organizações voluntárias no Brasil.

O evento é gratuito e os interessados deverão montar seu grupo ou caravana. A UNIFESP Guarulhos (SP) fica na Estrada do Caminho Velho, 33, Bairro dos Pimentas, a poucos metros do Terminal de ônibus Pimentas.

As inscrições serão aceitas somente pela internet no site www.institutogestest.com e clicar no link **INSCRIÇÃO ENCONTRO**.

Haverá palestras, sorteio de brindes e entrega da Medalha Bravo Herói. Maiores informações pelos telefones (11) 96282-4347 / (11) 96304-7399. #

COPEL Engenharia oferece dia diferente aos Pais

Fotos cedidas pelo SESMT da COPEL



Parceria com Senac Araçatuba (Cursos Estética e Massoterapia) proporcionou um dia diferente

A COPEL Engenharia de Araçatuba (SP), através do seu SESMT e em parceria com o Senac Araçatuba, realizou um dia diferente aos Pais colaboradores.

O evento foi realizado no dia 09 de agosto envolvendo todos os pais daquela unidade.

A confraternização que homenageou os Pais, foi realizada no período da manhã onde os funcionários foram premiados com diversos presentes, entre eles 1 aparelho de DVD, 1 Kit de peças, Jogos de ferramentas e lanternas.

Já no período da tarde, uma equipe de alunos e docentes do Senac Araçatuba, dos cursos de estética e massoterapia, prestigiaram os Pais da Copel com limpeza de pele e dicas sobre os cuidados que devem ter com a pele.

Magna Fabrão e Cristina Escrivão descreveram o evento como um super dia especial aos colaboradores, pois a ação vem completar as demais atividades que o SESMT vem desenvolvendo por melhores condições de trabalho com a manutenção da prevenção diariamente. #



Funcionário posa com brinde ladeado por Cristina e Magna, do SESMT



Todos receberam uma limpeza de pele.



1º Encontro de Técnicos em Segurança do Trabalho das Regiões da Missões será em Ijuí (RS)

Evento será dia 31 de agosto em Ijuí e abordará aspectos relativos à profissão

O Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Rio Grande do Sul - SINDITESTRS, realiza o "1º Encontro de Técnicos de Segurança do Trabalho das Regiões da Missões, Fronteira Noroeste, Missões, Celeiro, Noroeste Colonial e Alto Jacuí do RS".

O evento, que é o quarto de uma série de nove encontros regionais que o Sindicato realizará este ano no Estado, será realizado no Salão de Atos da UNIJUÍ, Rua do Comércio 3000, Bairro Universitário, na cidade de Ijuí (RS). "O objetivo do encontro regional é debater temas de interesse da categoria, integrar alunos, escolas, Sindicato e profissionais e através da informação e do conhecimento, promover a segurança e saúde do trabalhador", destaca o presidente do SINDITESTRS, Nilson Airon Laucksen.

A partir das 8h15 os participantes serão recepcionados com coquetel e a abertura oficial será às 9h, seguida de palestras, tais como: *Técnico em Segurança do Trabalho: cenário atual e perspectivas da profissão*, com a Equipe do SINDITESTRS, *a importância e o trabalho de uma associação regional de Técnicos de Segurança do Trabalho* com a

Associação Regional dos Técnicos em Segurança do Trabalho de Bento Gonçalves - ARTEST. Na sequência, o Ministério Público do Trabalho - MPT traz o tema *responsabilidades do empregador e dos profissionais de Saúde e Segurança na prevenção de acidentes do trabalho* e a Equipe Executiva do CON-TRAB/FIERGS falará sobre *Segurança e Saúde no Trabalho - Ações empresariais em prol da prevenção de acidentes e do ambiente de trabalho saudável*.

Na sequência terá a participação da FUNDACENTRO, através de Maria Mucillo trazendo o assunto *Técnico de Segurança do Trabalho - Desafios da profissão*. Finalizando ocorrerá um Workshop a cargo da equipe Técnica da PAAR Consultoria e Treinamentos que aborda a gestão da NR-35 e demonstração de uso de equipamentos utilizados em trabalho em altura.

Como participar?

Inscrição é GRATUITA através do site: www.sinditestr.org.br ou e-mail sinditestr@sinditestr.org.br, bastando informar o nome completo do participante para emissão de certificado de participação da FUNDACENTRO. #

Simulador de capotamento

Imagem retirada do vídeo



Simulador de capotamento

Um simulador de capotamento é exibido na internet e você poderá usá-lo nos seus treinamentos.

Para acessar ao vídeo, basta clicar **AQUI** ou acesse o link:

<http://www.youtube.com/watch?v=WRnhFleFapp>

Morre mais um trabalhador da indústria de fogos de MG



Trabalhador fazendo transporte de fogos (Fotos: SRTE/MG)

Mais um trabalhador da indústria de fogos de Minas morreu, no domingo (11), vítima de acidente de trabalho. Amilton César dos Santos, 39 anos, casado, sofreu um grave acidente no dia 7, por volta das 15h10, quando trabalhava na Indústria e Comércio de Fogos São Pedro, localizada na Fazenda Amarelina, no distrito de Martins Guimarães, na zona rural de Lagoa da Prata, no Centro-Oeste do Estado.

Socorrido por colegas de trabalho, Amilton César dos Santos foi levado para o Pronto Atendimento da Fundação José Maria dos Mares Guia, em Lagoa da Prata, sendo transferido posteriormente para o Hospital João XXIII, na capital. O trabalhador, que prestava serviços no setor de estopim, sofreu queimaduras em 90% do corpo. Com a gravidade das queimaduras, no último domingo Amilton não resistiu aos ferimentos.

Seis acidentes foram registrados nas fábricas da região, um dos maiores polos de fabricação de fogos do País, com mais de 4 mil profissionais. #

Chinês constrói mansão de pedra no topo de prédio e causa polêmica

Chinês construiu sua casa no topo de prédio de 26 andares em Pequim

Foto: AFT



Um excêntrico morador de Pequim construiu uma casa em meio ao que parece uma pilha de rochas e árvores no topo de um prédio de 26 andares na capital chinesa, informa a agência AFP. No entanto, a construção não agradou os vizinhos, que dizem temer que a obra, de mais de 1 mil metros quadrados, leve a estrutura a desabar sobre seus apartamentos.

As rochas, que acredita-se serem apenas imitações ocas, estão posicionadas em meio a árvores e arbustos, como em tradicionais pinturas de paisagens chinesas. Em meio a isso, é possível ver partes da residências.

De acordo com o jornal Beijing Morning Post, pelo menos dois vizinhos já se mudaram do prédio após o início da construção - que vem sendo realizada há anos -, enquanto outros alegam que seus apartamentos estão sofrendo com danos no encanamento e nas paredes.

As autoridades consideram a construção ilegal, mas nenhuma atitude para a remoção da estrutura foi tomada ainda.



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
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP



(18) 8801-3114
joice@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta
BRANDING: Design de Marca; Papeleria; Manual de Identidade
WEB: Sites, Sistemas Administrativos, Redes Sociais
MARKETING: Planejamento, Anúncios, Treinamento
PRODUTO: Modelagem 3D, Embalagem, Manual de PDV
(18) 8801-2115
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, Alarme Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sprinkler.
Projeto para Bombeiro 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



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



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



Por onde anda o Presidente?

Marcos Antonio de Almeida Ribeiro
SINTESP
Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo

Presidente do SINTESP participa da entrega de prêmio de SST da ABRAETD e visita canteiro de obras no Itaquerão

Por Sofia Jucon



Marquinhos e Armando Henrique, presidente da Fenatest, parabenizaram os representantes das empresas premiadas pelas ações em prol da segurança e saúde do trabalho

O moderno complexo viário do entorno do estádio Itaquerão, na zona leste de São Paulo, tornou-se exemplo em saúde e segurança ocupacional para os trabalhadores. No dia 12 de agosto, o Secretário de Desenvolvimento, Trabalho e Empreendedorismo de São Paulo, Eliseu Gabriel, entregou o prêmio "Qualidade em Saúde e Segurança do Trabalho ABRAETD - Associação Brasileira de Especialistas e Trabalhadores Disbárlicos" às duas construtoras responsáveis pelas obras do Complexo Viário Pólo Itaquerã (entorno do estádio), que conta com cerca de 1.000 trabalhadores.

Nas obras do Pólo Itaquerã, a OAS Construtora e a S.A Paulista investiram determinadas na equipe de Saúde Segurança do Trabalho, nos procedimentos internacionalmente consagrados e nos equipamentos adequados e nos necessários treinamentos aos operários. Nas obras com tubulões, especialistas cuidaram da segurança ocupacional 24 horas por dia. A ABRAETD selecionou e comandou nos trabalhos com tubulões uma equipe de enfermagem do trabalho "hiperbárica" (altamente especializada em ambientes pressurizados), capaz de trabalhar com Protocolos mais avançados do que a NR 15. Como resultado, a perigosa tarefa de vários meses foi realizada sem percalços e serviu de base para um novo Protocolo de Trabalho, que será apresentado pela ABRAETD e outras entidades à sociedade e ao Governo.

Manoel Messias Pereira Alves, presidente da ABRAETD, comemora esse sucesso, especialmente numa obra envolvida com a abertura da Copa do Mundo, o que trará repercussão internacional à iniciativa: "a partir deste exemplo da OAS e S.A Paulista numa obra de alta visibilidade, esperamos que todas as empresas de Construção Civil se encorajem a ousar na direção da excelência e percebam que, além de preservar a saúde dos trabalhadores, essa postura traz maior produtividade e qualidade às obras", declara.

O presidente Marquinhos, do SINTESP, prestigiou a entrega dos prêmios, no canteiro de obras do estádio. Depois da solenidade, os participantes fizeram uma visita técnica local. "O Itaquerão é muito lindo, coisa de primeiro mundo", afirmou Marquinhos.



Marquinhos visitou o canteiro de obras do Itaquerão e ficou impressionado com a infraestrutura da local

SINTESP prestigia inauguração de mais uma turma de alfabetização da MRV Engenharia

No dia 7 de agosto de 2013, a MRV Engenharia inaugurou em Rio Claro, SP, mais uma escola de alfabetização. As aulas começaram no dia seguinte à inauguração no canteiro do Parque Rainha Vitória já com cerca de 20 trabalhadores matriculados.

Segundo informações da assessoria de imprensa, o projeto atenderá trabalhadores de outros três canteiros de obras. A MRV Engenharia leva o benefício aos operários das obras Parque Rainha Vitória, Parque Rainha Elizabeth, Parque Rainha Silvia e Parque Rainha Bianca em Rio Claro, onde a empresa atua desde 2011.

O evento contou com as presenças de Marcos Antonio de Almeida Ribeiro, presidente do SINTESP - Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de São Paulo; do presidente do Síticecom - Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias de Cerâmicas, Construção Civil e do Mobiliário de Limeira e Região, Ademar Rangel; do deputado estadual Aldo Demarchi; vereadores Geraldo Voluntário e Julinho Lopes, além de representantes da MRV Engenharia.

As autoridades presentes destacaram a importância desta iniciativa para os trabalhadores da MRV. "Trata-se de uma grande oportunidade que a empresa está oferecendo no local de trabalho

e deve ser 'agarrada' por eles", disse o deputado Aldo Demarchi. "Nunca é tarde para estudar e ninguém deve ter vergonha de participar deste importante projeto de inclusão social", completou Marquinhos, presidente do SINTESP. Rangel, presidente do Síticecom de Limeira e Região, por sua vez, ressaltou que a qualificação na construção civil é necessária para a melhoria da qualidade das obras nos canteiros.

O curso de alfabetização é fruto de uma parceria entre a MRV e a Adventto Ética e Cidadania Empresarial, responsável por fornecer os professores. Durante o evento, os alunos participaram de um coffee break. "A ideia é que o operário não tenha que se deslocar do trabalho para receber capacitação. Esse projeto, com certeza, trará crescimento pessoal e profissional para nossos trabalhadores e é uma das prioridades da MRV dentro de seu trabalho de qualificação de equipe. Se o trabalhador cresce, a empresa também cresce", enfatizou Hertz Setti Junior, coordenador de Segurança do Trabalho da Regional de Campinas da MRV.



Marquinhos, do SINTESP, com os Técnicos de Segurança do Trabalho da MRV Engenharia. Empresa dá exemplo em prol da prevenção no ambiente do trabalho.



Com o objetivo de levar o conhecimento ao alcance de todos, 20 colaboradores já estão matriculados na nova sala de aula.

Segurança do Trabalho é o curso mais procurado no Sisutec

A formação técnica em segurança do trabalho aparece no topo da lista dos dez cursos mais procurados pelos candidatos inscritos no Sistema de Seleção Unificada da Educação Profissional e Tecnológica (Sisutec). O curso recebeu mais de 60 mil inscrições para as 13,3 mil vagas.

A formação com 1,2 mil horas habilita o profissional a desenvolver atividades educativas na área de Saúde e Segurança do Trabalho, orientar uso de equipamentos de proteção, investigar e analisar acidentes e recomendar medidas de segurança. O técnico tem mercado em instituições públicas e privadas, além de empresas fabricantes de equipamentos de segurança.

O curso técnico em informática estava em segundo lugar entre os mais procurados. O sistema recebeu 39.377 inscrições para as 23,2 mil vagas, o que dá 1,69 candidato por vaga disponível. Com mil horas de aulas, esse curso prepara o profissional para desenvolver programas de computador, fazer manutenção e tem campo de trabalho nas áreas pública e privada e no terceiro setor.

O curso técnico de enfermagem, que é a área profissional com o segundo

maior número de vagas nesta edição do Sisutec, recebeu mais de 36 mil inscrições para as 14,2 mil vagas, o que representa 2,54 inscritos por vaga. O curso tem duração de 1,2 mil horas. Ao concluir a formação, o enfermeiro está apto a desenvolver ações de promoção, prevenção, reabilitação da Saúde; orientar e preparar pacientes para exames; aplicar vacinas, administrar medicamentos, fazer curativos. O mercado de trabalho são os hospitais, clínicas, postos de saúde e empresas, além do atendimento domiciliar.

Na relação dos dez cursos mais procurados estão: técnico em logística, com 29.979 inscritos para 13,5 mil vagas; radiologia, com 18.658 inscritos para 7,5 mil vagas; edificações, 17.405 inscritos para 4,6 mil vagas; redes de computadores, 12.113 inscritos para 11,4 mil vagas; análises clínicas, 11.131 inscritos para 3,6 mil vagas; eletrotécnica, 10.495 inscritos para 3,5 mil vagas; meio ambiente, 9.456 inscritos para 4,1 mil vagas.

Os cursos serão ministrados em 586 instituições de ensino, públicas e privadas em todo o país. As aulas começam neste semestre.

Seminário sugere caminhos para implementação da Convenção de Minamata

Após reuniões preparatórias, texto final da Convenção será assinado no Japão

Por ACS/C.R e A.R. em 09/08/2013



O auditório da Fundacentro, em São Paulo, ficou lotado durante o Seminário de Atualização sobre o Mercúrio nos dias 6 e 7 de agosto. O evento apresentou a Convenção de Minamata e seus impactos, além de discutir propostas e estratégias para a sua implementação no Brasil. Também traçou um panorama sobre as discussões nacionais e internacionais relacionadas ao mercúrio, assim como trouxe estudos de caso e passou informações toxicológicas aos participantes.

A Convenção de Minamata, que aborda o controle, restrição e banimento, em alguns casos, do uso de mercúrio, foi aprovada em Genebra, na Suíça, em janeiro de 2013, em 5ª Reunião promovida pelo (Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente), PNUMA e será assinada em outubro no Japão. Cerca de 140 países participaram da discussão. A delegação brasileira contou com a participação da Fundacentro, representada pelo engenheiro químico e de segurança, Fernando Sobrinho, que também organizou o evento deste mês na instituição.

"Agradeço ao Fernando Sobrinho pela participação ativa nas discussões internacionais sobre o uso do mercúrio e o descarte. Temos que refletir sobre os impactos do uso do mercúrio, que envolve todo o ciclo de vida. É preciso que se conheçam os riscos e se tomem atitudes para a proteção dos trabalhadores e da população em geral", afirmou a diretora técnica da Fundacentro, Hilda Alevato.

Efeitos à saúde

Durante o evento, o doutor em toxicologia e médico da Fundacentro, Tarcísio Buschinelli, falou sobre os riscos à saúde provocados pelo mercúrio. O primeiro ponto a ser considerado é de que tipo de mercúrio se está falando. Ele pode ser inorgânico, dividindo-se em metálico e iônico, e orgânico.

A forma iônica causa efeitos mais importantes nos rins, já a metálica, mais agressiva, atinge o sistema nervoso central. O mercúrio metálico é absorvido pela pele e pulmões e é o tipo utilizado, por exemplo, pelo garimpo. Os efeitos agudos que pode causar são: lesões na córnea; lesões de mucosas e pulmões, podendo levar à morte por insuficiência respiratória; lesões renais e problemas no sistema nervoso pós-exposição.

Já os efeitos crônicos abrangem o hidrargirismo (doença causada pelo mercúrio) no sistema nervoso central pode causar deficiências da memória recente, da coordenação motora e de atenção, outras alterações cognitivas, tremores e alterações de comportamento. Ainda pode gerar neuropatias periféricas, dermatite mercurial, um tipo específico de catarata, gengivite e estomatite.

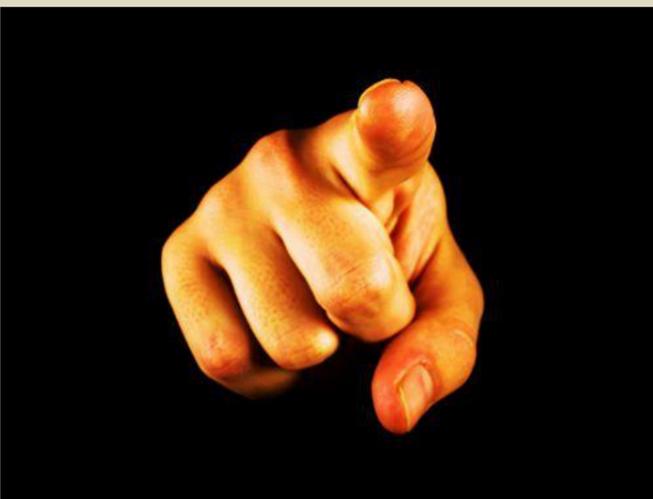
Com o afastamento da exposição, desaparecem as dermatites, gengivites, neuropatias periféricas e geralmente os danos renais. Já os efeitos causados no sistema nervoso central e a catarata causada por exposição ao mercúrio permanecem.

No caso do mercúrio orgânico, um tipo conhecido é o metilmercúrio, causador da doença de Minamata, no Japão. A contaminação local ocorreu devido a despejos industriais, que contaminou a água e peixes, que por sua vez contaminaram as pessoas. O metilmercúrio também contaminou pessoas no Iraque por meio de sementes de trigo.

Os efeitos à saúde do metilmercúrio são parestesias (formigamento), diminuição da força muscular, e, em casos graves, coma, convulsão e morte. Também pode causar perda de equilíbrio, cegueira e surdez devido aos danos no cérebro, levar a má formação de feto e é considerado possivelmente carcinogênico.

"Já acompanhei casos de trabalhadores que estavam com a dosagem de mercúrio normal, mas clinicamente adoecidos. É preciso avaliar os sintomas, a história e tempo de exposição, anali-

Você está sempre se julgando?



Por: Osho

As pessoas julgaram-no, e você deve ter aceito as ideias delas sem nenhuma investigação. Você está sofrendo de todas as espécies de julgamento das pessoas, e você está jogando esses julgamentos nas outras pessoas. E todo esse jogo desenvolveu-se além da proporção, a humanidade inteira está sofrendo disso.

Se você quiser livra-se disso, a primeira coisa é esta: não se julgue. Aceite humildemente sua imperfeição, seus fracassos, seus erros, suas faltas. Não há nenhuma necessidade de fingir outra coisa. Seja você mesmo: "É assim mesmo que eu sou, cheio de medo. Eu não posso andar na noite escura, não posso ir lá na densa floresta". O que há de errado nisso? - é humano.

Contrata coordenador de segurança do trabalho

Coordenar área de SSMA, gerindo processos de Segurança do Trabalho e Meio Ambiente, planejando estratégias para prevenção de acidentes, melhoria nos processos e sustentabilidade. Dar suporte técnico as áreas de operação para que as mesmas desenvolvam suas atividades com segurança e bem estar, tendo SSMA como valor.

Criação, aplicação e controle de ferramentas de Qualidade, Segurança do Trabalho, Saúde e Meio Ambiente. Gestão da equipe de SSMA, definindo atividades e desenvolvendo os colaboradores sob sua gestão. Definir e controlar sistematicamente de processos sob sua gestão, fazer aplicação de requisitos legais, fazendo-se cumprir a legislação vigente, exigências contratuais relativas a área e demais melhorias no processo.

Apoiar demais áreas da empresa referindo-se a SSMA, conforme necessário, solicitado e orientado.

Escolaridade: Técnico de Segurança do Trabalho completo
Horário de trabalho: 08h00 às 18h00 de segunda a sexta - feira
Local de trabalho: Guabirota, Curitiba (PR).

E 01 vaga para Engenheiro de Segurança do Trabalho.
CV para sintepar@yahoo.com.br #

Técnicos terão formação em trabalho em altura em Curitiba

Com apoio do SINTESPAR (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado do Paraná), Técnicos e Técnicas de Segurança do Trabalho terão formação específica sobre a NR 35 - Trabalhos em Altura, em curso de 40 horas de duração.

O curso será aplicado no período de 30 de setembro a 04 de outubro em Curitiba (PR) no CT TEPUJ, Rua Mário Gomes Cezar, 241, Pinheirinhos.



Técnicos e Técnicas do Paraná terão curso para capacitação específica em trabalho em altura.

As vagas são limitadas e os interessados terão que obter mais informações para inscrição pelo telefone (41) 3078-9585 e pelo e-mail do promotor que é contato@jmferrera.com #

sando caso a caso", explica Buschinelli. Valdivino dos Santos Rocha, um dos participantes do Seminário é ex-trabalhador e aposentado por invalidez. Exerceu a função de mecânico e supervisor de produção de uma grande indústria de lâmpadas. Sua função era de abastecer e retirar o dispenser com mercúrio das máquinas.

Inicialmente, Valdivino sentia fortes dores no corpo. Depois de alguns anos, vieram os problemas renais, distúrbio mental, cansaço nas pernas, pressão alta e alterações neuro-comportamentais. "Hoje tomo 14 comprimidos por dia e de 1992 para cá, ano em que me aposentei, não houve nada ou muito pouco que pudesse mudar o quadro de trabalhadores intoxicados pelo mercúrio. As máquinas utilizadas na fabricação de lâmpadas continuam obsoletas e não há investimento tecnológico", diz Valdivino.

Mônica Frago, técnica de vigilância ambiental do Ministério da Saúde, ressaltou a preocupação com o descarte desses produtos em lixões. Também destacou o fato de já existir leis proibindo termômetros em São Paulo e Santa Catarina e a elaboração de protocolos clínicos e diretrizes terapêuticas para populações expostas a pedido do Ministério, que ficarão prontos em 2014.

Já Alberto Rocha Neto, gerente do Ministério do Meio Ambiente, falou sobre a ação do Grupo de Trabalho de Mercúrio, que já teve nove reuniões. As atas e o diagnóstico preliminar do Brasil sobre mercúrio podem ser consultados no site desse Ministério. Para Neto, a Convenção de Minamata conseguiu incorporar todos os requisitos constantes da Rio+20. "É a 1ª Convenção Pós Rio+20", diz.

A próxima reunião em Kumamoto irá apresentar o documento final, ou a formalização política do Relatório sobre mercúrio elaborado pelo presidente do comitê intergovernamental de negociação legal e global durante a realização da quinta sessão, em Genebra.

Compete ao MTE/DSST a questão do aprimoramento e/ou ajustes na legislação sobre o mercúrio que envolva os trabalhadores e os ambientes de trabalho. Haverá banimento de abertura de novas minas e num prazo de 15 anos terá o fechamento das atuais. #

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

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

(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

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

Técnicos de Segurança do Trabalho tiveram Assembléia histórica

Presidentes de sindicatos estaduais se reúnem na FENATEST em São Paulo



Reunidos em São Paulo, nos dias 01 e 02 de agosto de 2013, na sede da FENATEST (Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho); Presidentes dos Sindicatos Estaduais da categoria fizeram reunião histórica, marcando unificação da classe trabalhadora.

Por Adir de Souza

A FENATEST (Federação Nacional dos Técnicos de Segurança do Trabalho), que representa o nível federativo (Nacional) dos sindicatos estaduais da categoria, até que se crie o Conselho Profissional é a Entidade que tem como principal função motivar as atividades de unificação de focos de todas as demandas em harmonia com os sindicatos.

Em um momento traumático de transição da diretoria da nossa Federação, e pela primeira vez coordenada pelo Presidente Armando Henrique e primeira mudança da Presidência da entidade em 20 anos, foi realizada nos dias 01 e 02 de agosto de 2013, Assembleia deliberativa dos resultados e plano de trabalho e reforma estatutária, visto que o estatuto em vigor é considerado como um dos principais impeditivos para o desempenho desta importante representação sindical no atendimento das necessidades e anseios dos Técnicos de Segurança do Trabalho, resultando em conflito entre os dirigentes.

Estas Assembleias foram pautadas pelo empenho na busca da prática dos princípios democráticos, de interesse coletivo, respeito e ética, como esforço para superar esta difícil fase e dos novos rumos para nossas organizações profissionais.

As principais deliberações foram: Reprovação das contas do ano de 2012, realização de auditoria contábil dos últimos cinco anos, mediação de conflitos entre os dirigentes da Federação e sindicatos, transparência de dados, proposta do desvincular do cargo de tesoureiro exercendo simultaneamente as funções e responsabilidades de contador da entidade, deliberando novas Assembleias do Conselho de Representantes (Presidentes de sindicatos) para os dias 26 e 27 de outubro de 2013.

Informamos ainda que saiu a sentença em 1ª Instância do processo da FENATEST contra o Sintesp, sentença esta que foi favorável ao SINTESP. Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de São Paulo.

Convém lembrar que o Sintesp desfilou da FENATEST como última e extrema medida para promover mudanças na postura da direção desta Federação, considerado por 14 sindicatos como inoperante e promotora de conflitos entre os dirigentes sindicais da categoria.

Esta atual Presidência é absolutamente contra a prática considerada arbitrária de uso legalista para obrigar a filiação sindical em plena liberdade sindical.

Aproveito a oportunidade, disse Armando Henrique, para reiterar o pedido para nossos Diretores promoverem a prática da ética e condutas antisindicalistas relatorias os sindicatos e consequentemente de quem trabalha na nossa categoria, transformando esta energia negativa, para em trabalho e atividades positivas, com condutas minimamente cidadã, evidenciando comprometimento com a segurança e saúde no trabalho, para os que são de outras profissões e de interesse ideológicos, que cuide de suas corporações, que da nossa competência temos para cuidar.

Dentre outras deliberações de cunho administrativo da Federação outras tantas foram levantadas, já planejadas que já está sendo implementadas pela Federação em prol da categoria que é de iniciar o processo de negociação coletivas



Reunião de Presidentes foi produtiva e fortifica classe trabalhadora.



Uma das metas é concretizar efetivação de Conselho de Classe.



com Sindicatos patronais de atividades econômicas com representatividade em todo o Brasil e lutar por "Piso" nestes segmentos, auxiliar os Sindicatos Estaduais para que tenham em seus respectivos Estados CCT. Convenção Coletiva de Trabalho.

Em apenas oito meses como na Presidência de nossa entidade o companheiro Armando Henrique tem já tem grandes Feitos à arrecadação da entidade que é pequena dobrou.

Auxiliar os Sindicatos Estaduais, na Realização de eventos, como Seminários para a capacitação tão necessária para a nossa Categoria.

O lançamento em breve da Frente Parlamentar de SST no Congresso Nacional que nossa categoria ocupará espaço nunca antes em nossa história dando assim visibilidade para que nossa profissão seja mais respeitada pelas autoridades.

E, segundo Armando Henrique, em

pouco tempo tenho visitado as entidades que tem a ver com a nossa profissão como o Ministério do Trabalho e Emprego a Fundacentro e tem Ministério Público do Trabalho, as Centrais Sindicais levando a voz dos Técnicos de Segurança do Trabalho para abrir portas mostrando a importância de nossa profissão e Graças a Deus a nossa entidade é acolhida com respeito de todos.

E aproveito para agradecer a todos os companheiros de Sindicatos dos Estados que tem nos ajudado nesta tarefa de fazer com que nossa entidade tenha o devido reconhecimento em nossa sociedade, em prol de nossa sofrida, mas corajosa Categoria dos Técnicos de Segurança do Brasil. #

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

SINDALCO
O BRAÇO FORTE DO TRABALHADOR
Araçatuba e Região
Rua Prof. A. Chiqueta 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
INCENDIÓLOGIA: Projeto de Extinção, Hidrante, Manual de Emergência, Iluminação de Emergência, detecção e Sinalizador.
MULTIMÍDIA: Vídeos, Animações, Representações
PROJETO: Modelagem 3D, Embalagem, Material da PNV
(18) 8801-2115
luiz@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta

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

ESGALHA
SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO
(18) 3301-9320
Venda e Manutenção de: Extintor, Hidrante, Alarma Contra Incêndio, Iluminação de Emergência, detecção e Sinalizador.
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

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

Curso de Higiene Ocupacional em Curitiba

Nos dias 30 e 31 de agosto de 2013, será realizado o Curso sobre Higiene Ocupacional voltado para Técnicos e Engenheiros de Segurança do Trabalho, Médicos e Enfermeiros do Trabalho, Consultores e Assessores, Gestores de Recursos Humanos, Peritos Judiciais, Assistentes Técnicos, Estudantes de cursos técnicos ou de engenharia em segurança do trabalho, medicina e enfermagem do trabalho.

A capacitação será desenvolvida no Hotel Estrela do Sul, Rua Francisco Torres, 386, Curitiba (PR).

Ainda tem vagas. Interessados devem procurar o SINTESPAR e garantir a sua. O responsável para capacitação é Sérgio Jonas Ferreira Júnior, que é Técnico de Segurança do Trabalho e Higienista Ocupacional, empresário do setor de serviços a 10 anos e atua nas áreas de higiene ocupacional, engenharia de segurança do trabalho e meio ambiente há 23 anos. #

Mulheres carregam saco de cimento de 50kg e passam mal em concurso



Edital previa que aprovado ajudaria a armazenar materiais como cimento e cal.

Candidatas em um concurso público para uma Prefeitura do interior de São Paulo passaram mal, neste último domingo (11/08/13), após ter que carregar um saco de cimento de 50 quilos em um percurso de 60 metros.

O edital previa que o aprovado para a função de ajudante geral deveria ajudar a armazenar materiais como cimento e cal.

Nem a empresa que organizou o concurso, nem a administração municipal quiseram comentar as reclamações. É bom conhecer bem os editais dos concursos. #

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

O TESOURO DE BRESA

Certa vez, na Babilônia, viveu um pobre e modesto alfaiate chamado Enedim, homem inteligente e trabalhador, que não perdia a esperança de vir a ser rico.

Um dia, parou na porta de sua humilde casa, um velho mercador da fenícia, que vendia uma infinidade de objetos extravagantes.

Por curiosidade, Enedim começou a examinar as bugigangas oferecidas, quando descobriu, entre elas, uma espécie de livro de muitas folhas, onde se viam caracteres estranhos e desconhecidos.

Era uma preciosidade aquele livro, afirmava o mercador, e custava apenas três dinares!

Enedim negociou e acabou comprando o livro por apenas dois dinares.

Logo que ficou sozinho, Enedim tratou de examinar, sem demora, o bem que havia adquirido.

Qual não foi sua surpresa quando conseguiu decifrar, na primeira página, a seguinte legenda: "o segredo do tesouro de Bresa".

Que tesouro seria esse?

Enedim recordava vagamente de já ter ouvido qualquer referência a ele, mas não se lembrava onde, nem quando.

Mais adiante decifrou: "o tesouro de Bresa, enterrado pelo gênio do mesmo nome entre as montanhas do Harbatol, foi ali esquecido, e ali se acha ainda, até que algum homem esforçado venha encontrá-lo".

Muito interessado, o esforçado tecelão dispôs-se a decifrar todas as páginas daquele livro, para apoderar-se de tão fabuloso tesouro.

Mas, as primeiras páginas eram escritas em caracteres de vários povos, o que fez com que Enedim estudasse os hieróglifos egípcios, a língua dos gregos, os dialetos persas e o idioma dos judeus.

Em função disso, ao final de três anos Enedim deixava a profissão de alfaiate e passava a ser o intérprete do rei, pois não havia na região ninguém que soubesse tantos idiomas estrangeiros como ele.

Passou a ganhar muito mais e a viver em uma confortável casa.

Continuando a ler o livro encontrou várias páginas cheias de cálculos, números e figuras.

Para entender o que lia, estudou matemática com os calculistas da cidade e, em pouco tempo, tornou-se grande conhecedor das transformações aritméticas.

Graças aos novos conhecimentos, calculou, desenhou e construiu uma grande ponte sobre o rio Eufrates, o que fez com que o rei o nomeasse prefeito da Cidade.

Ainda por força da leitura do livro, Enedim estudou profundamente as leis e princípios religiosos de seu país, sendo nomeado primeiro-ministro daquele reino, em decorrência de seu vasto conhecimento.

Passou a viver em suntuoso palácio e recebia visitas dos príncipes mais ricos e poderosos do mundo.

Graças a seu trabalho e ao seu conhecimento, o reino progrediu rapidamente, trazendo riquezas e alegria para todo seu povo.

No entanto, ainda não conhecia o segredo de Bresa, apesar de ter lido e relido todas as páginas do livro.

Certa vez, teve a oportunidade de questionar um venerando sacerdote a respeito daquele mistério, que sorrindo esclareceu:

- O tesouro de Bresa já está em seu poder Enedim, pois graças ao livro você adquiriu grande saber, que lhe proporcionou os invejáveis bens que possui. Afinal, Bresa significa saber e Harbatol quer dizer trabalho.

Abraços, saúde e sucesso!

FÁBIO R. LAIS
fabio_lais@hotmail.com
www.facebook.com/fabio.lais.turnover
www.facebook.com/TurnoverConsultoria

Dia do Engenheiro de Segurança do Trabalho será comemorado em SP

O autor da Lei Estadual nº 14.818 que instituiu o "Dia do Engenheiro de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo" no dia 27 de Julho, Deputado Estadual Carlos Giannazi e o Presidente da APAEST - Associação Paulista de Engenheiros de Segurança do Trabalho, Engº Luiz Roberto de Oliveira, sentir-se-ão honrados com sua presença na Sessão Solene com a finalidade de comemorar o "Dia do Engenheiro de Segurança do Trabalho" a ser realizado no dia 15 de agosto de 2013, às 19h00 no Auditório Teotônio Vilela, Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, Avenida Pedro Álvares Cabral, 201, 1º Andar, Ibirapuera.

O tema a ser apresentado no evento será "A Engenharia de Segurança do Trabalho - Evolução e Visão Modernista", com brilhantes oradores que abordarão a visão profissional, política, governamental, empresarial, sindical.

Serão homenageados as personalidades que valorizam a Engenharia de Segurança do Trabalho. #

ENGENHEIRO DE SEGURANÇA 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

Workshop proteção ao soldador

O Sindicato dos metalúrgicos de Guarulhos (SP) e região, a 3M do Brasil e Bereneli Equipamentos de Segurança, convida a todos os profissionais de segurança do trabalho para participarem do WORKSHOP Regional, para que tenham noção sobre Proteção dos Riscos de Operação de Solda, visando à qualidade de vida e o bem estar desse profissional.

O evento será realizado no dia 31 de Agosto de 2013 das 8h30 às 13h00, no Auditório do Sindicato dos Metalúrgicos de Guarulhos e Região, que fica na Rua Harry Simonsen, 202, Centro Guarulhos SP.

Serão apresentados os seguintes temas: *Proteção do Soldador: Respiratória e Riscos a Visão*, com João A. Cordeiro - Serviço Técnico da 3M do Brasil Ltda.; *Programa de Mapeamento de atividades nocivas à Saúde no Trabalho (NR 15 Insalubridades/ Adicionais/elaboração de PPP, LTCAT, PPRA, cálculo de adicionais de insalubridade etc)*, com Mario Dourado Cavalcante - Eng. Segurança no Trabalho; (*consulta pública Nova NR 18*) - *As restrições ao papel do Técnico em Segurança na elaboração de programas de prevenção*.

O Workshop tem o apoio do Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho no Estado de São Paulo - Sintesp.

Vagas limitadas - inscrição gratuita
Fones: (11) 4965 9339 ou (11) 4965 9312 com Rodrigo ou André dos Metalúrgicos ou enviar por e-mail Rodrigo ou André: Sindicato dos Metalúrgicos: dsst-metalgrs@bol.com.br ou Selma: selmarossana@hotmail.com #



Acupuntura & Saúde

Mariana Locatelli Fernandes
Enfermeira Especialista em Acupuntura
Blog: mfacupunturaesaude.blogspot.com.br
Face: Mariana Locatelli Fernandes (Acupuntura)

Os Efeitos da Acupuntura na Prevenção do Estresse

Esta edição irá abranger os efeitos da acupuntura na ação do hormônio antiestresse chamado de Cortisol.

O Cortisol é um hormônio corticosteroide da família dos esteroides, produzido pela parte superior da glândula suprarrenal, diretamente envolvido na resposta ao estresse. Sua forma sintética, chamada de hidrocortisona, é um anti-inflamatório usado principalmente no combate às alergias, a artrite reumatoide (Britannica) e alguns tipos de cancro. O nome cortisol deriva de córtex. Tem três ações primárias onde estimula a quebra de proteínas, de gorduras e providencia a metabolização da glicose no fígado.

Ele ativa respostas do corpo diante de situações de emergência para ajudar a resposta física aos problemas, aumentando a pressão arterial e o açúcar no sangue, propiciando energia muscular. Ao mesmo tempo todas as funções anabólicas de recuperação, renovação e criação de tecidos são paralisadas e o organismo se concentra na sua função catabólica para a obtenção de energia. Uma vez que o stress é pontual, superada a questão, os níveis hormonais e o processo fisiológico voltam à normalidade, mas quando este se prolonga, os níveis de cortisol no organismo disparam (Enciclopédia Médica Ferato).

Além de todas essas ações e funções o Cortisol tem efeito no tecido ósseo, no tecido conjuntivo, no sistema vascular, nos rins, no sistema nervoso central, no feto e no sistema imunológico.

Segundo estudos feitos através de ratos na Universidade de Georgetown, foi utilizada a eletroacupuntura, pois teriam que ter a certeza de que cada animal recebeu a mesma dosagem do tratamento. O local utilizado para aplicação da agulha de acupuntura é chamado de "Zusanli" (na perna, abaixo do joelho) e, segundo relatos, ajuda a aliviar uma variedade de patologias, incluindo o estresse. Os pesquisadores mediram os níveis sanguíneos de hormônio secretado pelo eixo hipotálamo hipófise (HPA) adrenal, que inclui o hipotálamo, a hipófise e a glândula adrenal. As interações entre esses órgãos controlam as reações ao estresse e regulam a digestão, o armazenamento do sistema imunológico, o humor, as emoções e a sexualidade. E sabe o que ele descobriu??? Que a quantidade de hormônio no sangue da resposta antiestresse estava diminuída através de exame sanguíneo.

É muito importante saber que o Hormônio Cortisol é liberado durante o sono, por tanto as pessoas que sofrem de insônia tem uma maior dificuldade de secretar esse hormônio tendo uma maior tendência a produzir o estresse.

Por isso todos devem se preocupar em dormir bem, afinal a saúde começa onde o sono progride!!!

Equilibrium Consultoria
Nutrição e Acupuntura
nutricao.acupuntura@gmail.com

10ª Mostra Senac de Artes Cênicas chega a Araçatuba

Comemorando uma década de sucesso, evento contempla atividades gratuitas para a comunidade.

O Senac Araçatuba (SP) será palco para a 10ª Mostra Senac de Artes Cênicas, promovida entre os dias 19 e 25 de agosto. O evento traz para o público, duas oficinas e quatro espetáculos teatrais.

A mostra traz montagens realizadas por alunos, professores e grupos locais e tem por objetivo fomentar a produção cultural e proporcionar aos alunos a oportunidade de se apresentarem profissionalmente.

Segundo Marcio Castilioni, coordenador da área de teatro do Senac São Paulo, "a maioria dos grupos que se apresentam são compostos por alunos do curso Técnico em Arte Dramática e, para eles, o evento é essencial para que mostrem os seus trabalhos ao grande público que todos os anos comparece às unidades".

Além de conferir as apresentações de peças teatrais, o público poderá participar ativamente de oficinas de iluminação cênica, direção teatral, expressão corporal, contação de histórias, entre outros.

A edição 2013 acontece em seis unidades do Senac, na capital, no interior e no litoral e conta com mais de 40 atividades. Desde 2004, o evento já levou cultura e diversão para mais de 20 mil espectadores no Estado de São Paulo.

Os interessados podem realizar suas inscrições para as atividades no site www.sp.senac.br/mostradeartescenicas.

Confira a Programação do Senac Araçatuba:

Oficina: Intervenções Urbanas - 19/08/2013 até 21/08/2013 das 14 às 17 horas: A oficina apresenta exercícios de interferência urbana como modo de exposição do ator em situações de representação. Aguinaldo Souza é ator, pesquisador e bailarino. Doutor em Literatura pela Universidade Estadual Paulista - Unesp e professor do Curso de Artes Cênicas da Universidade Estadual de Londrina/PR.

Oficina: Práticas sobre Performance - 19/08/2013 até 21/08/2013 das 19h30 às 22h30: Investigação prática sobre o universo da performance, o uso de diferentes linguagens, conceito e fundamentação. Apresentação: Aguinaldo Souza

Espectáculo: Ensaio sobre Rosas - 22/08/2013 das 15h30 às 16h30 e das 20 às 21 horas: Conta a história de várias mulheres vítimas de violência doméstica. É um estudo em processo colaborativo, cuja pesquisa foi desenvolvida pelos alunos do curso Técnico de Arte Dramática (Pronatec) com supervisão da docente Luciana Tomie, integrando os módulos de Expressão Corporal e de Interpretação Dramática.

Espectáculo: Feitiço dos Deuses - 22/08/2013 das 21 às 22 horas: Numa procissão bem humorada, o demônio e a Ama chegam ao Olimpo e contam histórias mesclando mitologia grega e literatura através de cenas curtas.

Espectáculo: Peregrinação - do cordel a Suassuna - 23/08/2013 das 15h30 às 16h30: Uma colagem de textos com temática nordestina, com foco na peregrinação dos que deixam sua terra em busca de esperança, as alegrias e as tristezas de uma região castigada e abençoada, onde a fé e a esperança servem como alimento.

Espectáculo: O menino detrás das nuvens - 25/08/2013 das 17 às 18 horas: Grupo: Os Mancomunados. Zezinho, um menino muito especial, vive querendo saber tudo o que não sabe e tem um desejo imenso de conhecer o outro lado do morro. Todas as vezes que quer saber alguma coisa, cresce um bolo no seu peito que o sufoca. A esperança do menino é que seu tio Malaquias, um andarilho das estradas, o leve definitivamente embora daquele lugar cinza, que não chove nunca, para conhecer o outro lado do morro.

Serviço: 10ª Mostra Senac de Artes Cênicas - Senac Araçatuba. Evento Gratuito. Data: 19/08/2013 até 25/08/2013 Local: Av. João Arruda Brasil, 500 - São Joaquim - Araçatuba - SP Inscrições e informações: (18) 3117-1000 ou www.sp.senac.br/aracatuba #

Manual de Orientações Técnicas Proteção da cabeça

www.superquianet.com.br

A função do capacete é proteger a cabeça do trabalhador, reduzindo os efeitos do impacto de objetos e a possibilidade de ferimentos. É composto por casco e suspensão. O primeiro geralmente é produzido em polietileno de alta densidade ou ABS. Já a suspensão tem a carneira, em geral, de polietileno de baixa densidade, e coroa, do mesmo material ou de tecido.

O mercado oferece cada vez maior conforto ao usuário proporcionando suspensões com ajustes tipo catraca. Outra tendência é o desenvolvimento de modelos específicos para os diferentes ambientes de trabalho. Ainda há a possibilidade de adquirir um "sistema de proteção à cabeça" com protetores faciais e auditivos acoplados.

A escolha requer avaliação dos riscos e conforto desde que observadas duas classes: capacetes Classe A que não são aprovados para trabalhos com energia elétrica, e os capacetes Classe B que possuem aprovação para atividades energizadas por serem submetidos ao ensaio de rigidez dielétrica e tensão elétrica aplicada. As classes se subdividem em: aba total (Tipo I), aba frontal (Tipo II) ou sem aba (Tipo III).

Capacete com aba total (Tipo I)

A aba se estende por todo o contorno do casco protegendo todo o perímetro da cabeça e o rosto. É composto por casco e suspensão (carneira e coroa). O casco pode ser em plástico rígido, resinas prensadas com tecidos (celeron), fibra de vidro com poliéster ou ligas de alumínio.

"Usados em indústria como a siderúrgica e a elétrica. Protege contra escorrimto de líquidos, contatos com energia elétrica e radiações solares".

Capacete com aba frontal (Tipo II)

A aba está na parte frontal do capacete protegendo o rosto e os olhos de escorrimto de líquidos, de contatos com energia elétrica e radiações solares.

Também composto por casco e suspensão, possui a mesma variedade de materiais do Tipo I.

"Utilizado na construção civil, serviços de manutenção e indústria em geral, como, químicas e petroquímicas, alimentícia, bens de consumo. Sempre em situações em que há risco de bater a cabeça ou para proteger da queda de objetos".

Capacete sem aba (Tipo III)

Como não tem aba, protege apenas a cabeça. Possui casco e suspensão e a mesma variedade de materiais para o casco dos Tipos I e II. Possibilita ter maior campo de visão acima da cabeça. *"Recomendados para trabalhos em altura (redes elétricas) e em espaços confinados. O capacete deve possuir jugular, para segurar o capacete na cabeça. Também podem ser usados por praticantes de alpinismo e trabalhadores de áreas florestais".*

Certificado de Aprovação

O capacete foi o primeiro EPI a ser incluído no sistema de avaliação e certificação do Inmetro. Para que o produto receba o selo Inmetro fabricantes e importadores devem ser submetidos a uma auditoria realizada por um OCP (Organismo de Certificação de Produto) acreditado pelo Inmetro. O OCP também é responsável por coletar amostras e enviá-las a um laboratório credenciado para realização dos ensaios previstos em norma, para de posse dos resultados emitir ou não um certificado de conformidade. Com estes certificados em mãos fabricantes e/ou importadores podem solicitar o CA ao MTE.

Para sua manutenção, fabricantes e importadores devem passar anualmente por uma auditoria de manutenção da certificação, realizada pelo OCP, que contempla também os ensaios laboratoriais.

Revisão: *Guilherme Dias - Engenheiro para a Área de Segurança Pessoal da 3M do Brasil; Super Guia 2010.*

Idéias para enfrentar o aquecimento global e outros desafios: 12 produtos que você achou que fossem recicláveis, mas não são



Ainda não inventaram nenhum jeito bom de reaproveitá-los. Estes vão para o lixo comum, pelo menos por enquanto.



15 reunião ordinária da CNTT sobre NR 12

Conheça na íntegra o que foi decidido na reunião da Comissão Nacional Tripartite Temática da NR 12

A reunião foi iniciada com a exposição da pauta programada. A Coordenadora da CNTT, Sra. Aida Becker, informou sobre a reunião dos Coordenadores de bancada da CNTT realizada no último dia 30/07 em Brasília, onde a CNI manifestou uma série de sugestões da categoria sobre a NR-12, ficando de apresentar as propostas por escrito para apreciação na CNTT e demais instâncias pertinentes. Seguindo com as correspondências recebidas foi apresentada uma demanda sobre cores de segurança, em especial sobre o uso da cor laranja, sendo que este assunto aguarda manifestação da bancada patronal, que informou que está estudando o tema. Na sequência foi apresentado questionamento acerca da fixação segura de ferramentas em prensas, sendo apresentado pelo Sr. Nelson Barreiras material ilustrado com informações sobre o assunto, redigido em alemão. O Sr. João Baptista ficou de fazer a tradução para disponibilizar a informação em material didático a ser publicado. Foi apresentado esclarecimento por escrito sobre válvulas pneumáticas japonesas SMC, porém não ficou claro se o monitoramento realizado nessas válvulas é de posição ou de vedação, sendo mais provável, segundo entendimento dos participantes da CNTT, que seja apenas de posição. Ressalte-se que foram convidados representantes da marca para esclarecimentos presenciais durante reunião da CNTT, porém os convites não foram atendidos. Ainda em correspondências recebidas, foi apresentada uma consulta da embaixada da Itália sobre uma máquina fabricada no exterior e vendida para o Brasil, em período de transição de prazos, porém foi consenso que a questão não diz respeito a esta CNTT, se vinculando neste caso em especial, ao contrato celebrado entre o fabricante e o comprador.

Na sequência foi apresentada a ata da 14ª reunião ordinária da NR-12. A referida ata foi impressa e distribuída para análise e manifestação dos participantes. Foram realizadas duas apresentações, uma pelo Sr. Sidney Peinado e outra pelo Sr. Eduardo Ribeiro Lopes (BALLUFF), sobre chaves rotativas de cames para prensas mecânicas excêntricas de freio e embreagem com intuito de fundamentar o entendimento sobre o tema na redação do item específico no anexo VIII da NR12, onde foi concluído não haver necessidade de alteração no texto. O Sr. Antero (ABIP - Associação Brasileira da Indústria da Panificação) apresentou uma demanda acerca de pontos a serem revistos na NR-12, envolvendo máquinas de panificação. O documento formalmente apresentado será reproduzido e fornecido aos presentes nesta CNTT, para análise e discussão na reunião a ser pautada sobre o tema. O Sr. Antônio Carlos Henriques, vice-presidente da ABIP e presidente do SIPAN do grande ABC, expôs uma demanda da bancada patronal do setor de panificação sobre mudanças relativas à normatização da capacitação dos trabalhadores, prazos para adequações de máquinas, procedimentos envolvendo fabricantes de máquinas e interdições. A exposição foi seguida pela fala do Sr. Márcio Milan e Clovis Veloso, que argumentaram, entre outros assuntos, acerca dos prazos para adequações de máquinas. Na sequência, os senhores Paulo Roberto Dinis e José Orlando Souza, do sindicato de panificação do interior do estado do Rio de Janeiro (SIPACON), apresentaram o quadro geral do setor econômico que representam, abordando, entre outros assuntos, a dificuldade de encontrar no mercado profissionais capazes de realizar adequações em máquinas, o impacto econômico da obrigação de realizar adequações ou substituições de máquinas adquiridas há pouco tempo, mas que estão em desacordo com a NR-12, assim como a hipótese de o Governo subsidiar a substituição de máquinas do setor de panificação. Foi retomada a revisão do Anexo VIII pautada para esta reunião, de imediato, o Sr. Sidney Peinado proferiu apresentação sobre martelos de forjar (martelo de queda livre, martelo pneumático, martelo hidráulico de contragolpe, marteleto de ferreiro a ar), sendo deliberado a unificação das alíneas do item 1.2 sobre martelos, em uma única alínea denominada "a) Martelos de forjamento", na sequência foi elaborada sugestões de texto para detalhamento dos sistemas e dispositivos aplicáveis a essas máquinas, que serão enviadas a todos os integrantes da CNTT para apreciação e deliberação na próxima reunião. Por solicitação da bancada patronal o item 1 do anexo VIII foi revisado, sendo substituída a palavra "similares" por "análogos". Foi solicitada ainda a criação do item 1.2.2 para excepcionar máquinas portáteis, móveis e manuais, o que a Coordenadora da CNTT ficou de verificar a definição destas máquinas para deliberação na próxima reunião. Foi ainda solicitado, pela bancada patronal, a inclusão da palavra "que" no item 1.3, o que foi aprovado por unanimidade. Foram apresentadas pelo Sr. Clóvis (CNI) e Sr. Barros (FIRJAN/CNI) proposta de alteração dos itens 2.1 e 2.2 do anexo VIII. As alterações foram rejeitadas pelas demais bancadas, salientando que estes itens já haviam sido objeto de discussão e aprovados em reuniões anteriores. Foi proposto pelo Sr. Barros (FIRJAN/CNI), representante da bancada patronal, que não sejam criados novos anexos na NR-12, que segundo sua manifestação é o anseio da sua categoria. Na sequência o Sr. Barros (FIRJAN/CNI) propôs a alteração do item 2.4 da NR-12, com a substituição de "conforme a NBR 14153" por "conforme norma técnica vigente", seguindo sua argumentação, a referência às normas técnicas é inconstitucional já que estas não são públicas e não são elaboradas de maneira tripartite, solicitando ainda, que todas as referências normativas sejam retiradas da NR 12. A Coordenadora da CNTT e os demais membros da bancada de governo e dos trabalhadores destacaram a importância da manutenção das referências normativas, para maior clareza na obtenção de informações, ressaltando ainda que a Lei 8078 de 11/9/90 refere como pratica abusiva a não observância das normas técnicas, tendo esta Lei mais de 20 anos e sua inconstitucionalidade não foi arguida. Em específico para o item 2.4, a proposta do Sr. Barros (FIRJAN/CNI), foi a provada pelas demais bancadas que destacaram a iminente entrada dos conceitos técnicos quantitativos de segurança funcional e sua complexibilidade, que com esta supressão poderão ser exigidos. Salienta-se que os assessores técnicos da bancada patronal foram impedidos, pelo Sr. Clovis (CNI), de se manifestar sobre o tema. Foram apresentadas pelo Sr. Diego Viezzer e Sr. Ricardo Rosa, para apreciação das bancadas proposta de redação para sistemas de comando de dispositivos hidráulicos e pneumáticos a ser incluídos em "similares" no anexo VIII da NR12, o texto será enviado para estudo e deliberado na próxima reunião. O Sr. Eloy Marcilio de Sousa Junior, representante da bancada patronal, prosseguiu com a apresentação de proposta de texto para os Anexos VI e VII, se manifestando pela inclusão de referência normativa no texto que apresentou, bem como a inclusão de novos anexos, em oposição ao declarado anteriormente pelo representante da bancada patronal Sr. Barros (FIRJAN/CNI). As sugestões apresentadas pelo Sr. Eloy Junior serão novamente alinhadas em função das observações feitas pelas bancadas de governo e dos trabalhadores e apreciadas em uma nova reunião com pauta dedicada a este tema prevista para 03 de outubro.

Revisão poderá ser em novembro de 2013

Foi deliberado sobre a necessidade de um esforço conjunto das bancadas para finalizar o texto de revisão da NR 12 até a primeira metade de novembro deste ano para envio para CTPP, desta forma foram agendadas as seguintes reuniões: 05 e 06 de setembro em São Paulo, 02, 03 e 04 de outubro em São Paulo, 23, 24 e 25 de outubro em Porto Alegre e 06 e 07 de novembro em Brasília. A pauta da próxima reunião será para tratar exclusivamente da conclusão do anexo VIII da NR12. #

SINDALCO
O BRANCO FORTE DO TRABALHADOR
Araçatuba e Região
(18) 3622-2251
Empenhado sempre na busca de melhores condições e bem estar de todos associados.
José Roberto da Cunha
Presidente

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

doisDI
(18) 8801-3114
joice@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta
BRANDING, Design de Marca, Papeleria, Manual de Identidade
WEB Sites, Sistemas Administrativos, Redes Sociais
MULTIMÍDIA, Vídeos, Animações, Representações
PRODOTO: Modelagem 3D, Embalagem, Manual de SOP
(18) 8801-2115
luiz@doisdi.com
A idéia nasce da pergunta

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

A influência do stress nos distúrbios Osteomusculares relacionados ao trabalho

Por DR. Enrique Diez Parapar - CREFITO 24607

INTRODUÇÃO

Os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho - DORT constituem uma série de patologias que acometem músculos, ossos, nervos, ligamentos, tendões, vasos sanguíneos e fâscias, ou seja, são doenças do sistema músculo-esquelético adquiridas no ambiente de trabalho.

Uma das causas de aquisição dos DORT é o stress, pois este torna o indivíduo mais vulnerável tanto física quanto psicologicamente, facilitando a instalação ou desenvolvimento dessas doenças do trabalho.

Este artigo pretende abordar o nexo causal entre stress e DORT, bem como suas conseqüências e prejuízos para o trabalhador tanto em sua vida profissional quanto privada.

OBJETIVO

O objetivo do presente artigo é estudar a relação do stress e dos Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho, apontando a crescente incidência das patologias músculo-esqueléticas no trabalho, as quais, muitas vezes, possuem um componente psicossomático.

Diante do exposto, o ideal é investir na prevenção primária, ou seja, evitar que o indivíduo venha a adquirir uma ou mais patologias oriundas dos DORT. Apontaremos sugestões para tal, nas quais sugerimos a participação do psicólogo frente à prevenção e participando do tratamento de pacientes já afetados.

DESENVOLVIMENTO

Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho.

Em 1700, o médico italiano Bernardo Ramazzini já relatava casos de patologias músculo-esqueléticas em escribas e notários da época, os quais apresentavam inflamações, edemas e diminuição da força muscular ocasionados pelo excesso de movimentos repetitivos.

Com o passar dos séculos, a medicina foi observando cada vez mais a relação entre doenças ocupacionais com esforços repetitivos. No Brasil, em 1973, o termo Lesões por Esforços Repetitivos - LER foi utilizado para descrever tenosinovites em lavadeiras e engomadeiras, sendo que essa patologia foi reconhecida como ocupacional em 1987 pelo Ministério da Previdência e Assistência Social. Em 1995, os centros científicos mais avançados internacionalmente adotaram o termo Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho - DORT para descrever o tema, pois é um termo mais abrangente frente ao assunto.

A Organização Mundial de Saúde - OMS classifica os DORT como multifatoriais, uma vez que há várias causas que levam às doenças.

Existem várias patologias que compõem os DORT (conforme anexo I), sendo que as mesmas atingem os músculos, fâscias, tendões, nervos, ossos, ligamentos, etc., caracterizando-se como músculo-esqueléticas ou osteomusculares.

As partes do corpo mais atingidas são o pescoço, ombros, cotovelos, punhos, mãos, dedos e a coluna vertebral.

Os principais sinais e sintomas são dor, diminuição da força muscular, fadiga, formigamento, irritabilidade, perda da coordenação motora seletiva, dificuldades para dormir, diminuição da produtividade, etc.

As mulheres constituem a maioria das pessoas atingidas, pois grande parte tem a chamada dupla jornada de trabalho (serviço + afazeres domésticos), além de ocuparem cargos e profissões de maior risco como telefonistas, digitadores, bancários, operadores de telemarketing, caixas, costureiras, etc.

As principais causas de aquisição dos DORT são: Excesso de movimentos repetitivos; Jornada excessiva de trabalho; Planejamento ergonômico deficiente; Monotonia das tarefas; Pressão demasiada da chefia; Ferramentas e equipamentos inadequados; Exigência cognitiva excessiva; Má postura no trabalho; Baixas temperaturas; Vibração e compressão mecânica Sedentarismo; Stress.

Existem leis que procuram evitar que o trabalhador venha a sofrer patologias do trabalho, são as normas regulamentadoras - NRs. Uma delas, a NR17, trata da ergonomia, e, de acordo com a portaria nº 3.751 de 32 de novembro de 1990, "visa estabelecer parâmetros que

permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar um máximo de conforto, segurança e desempenho eficiente". Stress

Embora hajam várias definições sobre o assunto, a maioria aponta que o stress é uma reação desencadeada por qualquer situação que emocione, confunda ou amedronte a pessoa profundamente. O mecanismo dos processos de stress não discrimina se a causa é física ou emocional e, prepara o organismo igualmente como se estivesse prestes a participar de uma luta física. Algumas situações são intrinsecamente estressantes de acordo com a sua natureza, como o frio, o calor, a fome ou a dor. Outras situações tornam-se estressantes de acordo com a interpretação que damos às mesmas, como, por exemplo, fazer uma entrevista numa empresa para conseguir um emprego poderá ser estressante para uns e não causar nenhum stress para outros.

O stress apresenta três fases distintas, cada qual com suas características. São elas:

A) Fase de Alerta: "Nó" no estômago; Mãos e/ou pés frios; Boca seca; Tensão nas costas; Aumento da pressão arterial; Aumento da frequência cardíaca; Respiração ofegante; Insônia.

B) Fase de Resistência: Cansaço constante; Dificuldades com a memória; Dúvidas quanto a si próprio; Dificuldades de concentração; Falta de interesse por sexo; Herpes Simples; Problemas estomacais; Hipersensibilidade emotiva; Tonturas; Depressão e desânimo.

C) Fase de Exaustão: Úlceras; Hipertensão Arterial; Problemas dermatológicos; Depressão; Falta de energia; Inabilidade para trabalhar; Irritabilidade grande; Medo e ansiedade.

Em casos de stress, o organismo acaba intoxicado pelas substâncias que fazem a defesa do mesmo.

De acordo com Vasconcellos:

Os hormônios de estresse mais conhecidos como as catecolaminas (adrenalina e noradrenalina), os corticóides (cortisol, aldosterona) e muitos outros são, por si só, responsáveis por uma significativa parte da imunossupressão. Eles atuam sobre as glândulas específicas do sistema neuroendócrino, sobretudo a timo e a supra-renal. Semelhante ao que já apontei sobre a "fixação" no conceito seletivo de estresse, também aqui ocorre um fato interessante: na verdade, são muitos os hormônios de estresse; porém, só ouvimos falar de adrenalina, noradrenalina e cortisol. Sabemos que a glândula hipófise secreta um espectro muito grande de hormônios de estresse, os quais, por sua vez, ativarão todas as glândulas do organismo e não apenas a supra-renal. Cabe aqui mencionar também os pré-hormônios de estresse que são secretados pelos núcleos hipotalâmicos (2000 37).

Diante das alterações bioquímicas e dos sinais e sintomas, podemos afirmar que o stress leva a pessoa a tornar-se mais vulnerável à aquisição de doenças.

De acordo com Rio: O estresse pode participar de todas as manifestações doentes, desde um simples mal-estar até um câncer. Ele causa sofrimento, deterioração e envelhecimento do nosso organismo. Produz sintomas, precipita doenças que estavam em estado latente ou agrava doenças existentes (1998 56).

OBS: Na próxima edição continuaremos com "O Stress e os DORT" e conclusão do assunto.

VOÇÊ QUE PROCURA INFORMAÇÕES SOBRE 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

Acidentes de Trabalho no Brasil

No Brasil, ocorrem 700 mil acidentes e doenças do trabalho graves, 3 mil mortes e 15 mil acidentes com sequelas definitivas e 70 bilhões de custos diretos e indiretos anualmente, por acidentes e doenças do trabalho.

Fonte: <http://www.brasil.gov.br/sobre/saude/saude-do-trabalhador/acidentes-de-trabalho> www.facebook.com/josemaria.campos.tst

Cerca de 700 mil casos de acidentes de trabalho são registrados em média no Brasil todos os anos, sem contar os casos não notificados oficialmente, de acordo com o Ministério da Previdência. O País gasta cerca de R\$ 70 bilhões esse tipo de acidente anualmente.

Entre as causas desses acidentes estão maquinário velho e desprotegido, tecnologia ultrapassada, mobiliário inadequado, ritmo acelerado, assédio moral, cobrança exagerada e desrespeito a diversos direitos.

Os acidentes mais frequentes são os que causam fraturas, luxações, amputações e outros ferimentos. Muitos causam a morte do trabalhador. A atualização tecnológica constante nas fábricas e a adoção de medidas eficazes de segurança resolveriam grande parte deles.

Na sequência, aparecem os casos de lesões por esforço repetitivo e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/Dort), que incluem dores nas costas. A prevenção se dá por correções posturais, adequação do mobiliário e dos instrumentos e dosagem da carga de trabalho.

Em terceiro lugar, aparecem os transtornos mentais e comportamentais, como episódios depressivos, estresse e ansiedade. Segundo Remígio Todeschini, diretor do Departamento de Políticas de Saúde e Segurança Ocupacional do Ministério da Previdência Social, esses são os problemas de solução mais complexa.

Para ele, falta valorizar o trabalhador. "Ele precisa ter orgulho do que faz, sentir-se valorizado, para ganhar qualidade de vida e bem-estar, não doenças", diz.

A aplicação do Fator Acidentário de Prevenção (FAP), a partir de 2010, obrigou as empresas a pagarem mais impostos sobre a folha de pagamentos conforme o índice de acidentes de trabalho. Esses recursos servem para financiar o Seguro Acidente de Trabalho (SAT), para custear benefícios ou aposentadorias decorrentes de acidentes de trabalho.

Uma nova Política Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho foi criada em 2011. Antes focada em reabilitação e tratamento, agora ela visa à prevenção, com ações combinadas de três ministérios: Previdência, Trabalho e Saúde.

Para Jefferson Seidler, auditor fiscal do trabalho no Ministério do Trabalho, uma cultura de trabalho seguro e saudável começa com o comprometimento efetivo dos empresários e gestores. "É preciso investir nesse campo com o mesmo empenho com que se investe na qualidade dos produtos ou no controle financeiro", diz.

Embora o número de acidentes esteja caindo gradativamente, Seidler reconhece que ainda há muito que melhorar. Ainda acontece de empregadores e trabalhadores acharem que as medidas de segurança atrapalham o serviço e não levarem as normas a sério.

Para muitos trabalhadores brasileiros, qualidade de vida no trabalho parece ser um sonho distante. "Primeiro precisamos alcançar os patamares mínimos de trabalho decente, com jornadas de trabalho adequadas, remuneração justa, tratamento humano e risco muito baixo de acidentes e doenças", afirma Seidler. #

Fontes: Política Nacional de Saúde do Trabalhador do Ministério da Saúde; e, Anuário Estatístico da Previdência, divulgado pelo Ministério da Previdência Social

Sesc abre neste sábado a exposição Cultura Retrata, com 30 artistas de Rio Preto

Mostra multimídia vai até dia 27 de outubro. Público pode se aproximar mais da arte local de graça

A partir deste sábado, dia 17 de agosto, o Sesc sedia na Área de Convivência da Unidade a exposição Cultura Retrata, mostra na qual 30 importantes personalidades de São José do Rio Preto, destacadas pela sua relevância em áreas como teatro, cinema, dança, fotografia, música, literatura, pintura e comunicação, tem vida e obra dispostas para visitação. A exposição será aberta em uma cerimônia gratuita realizada às 16h deste sábado, na Área de Convivência.

Por meio de caricaturas de Waldir Orlandi, elementos cenográficos interativos e efeitos multimídia, o público pode conhecer a história desses cidadãos e suas contribuições para o desenvolvimento das diferentes manifestações culturais na cidade. O jornalista Igor Galante, curador da exposição, afirma que "a exposição é importante na medida em que reúne, pela primeira vez, com informações, ilustrações e uma concepção cenográfica bastante caprichada, alguns dos nomes mais relevantes da nossa cultura".

Cultura Retrata é uma reedição ampliada da exposição Cultura, Arte e Paixão, que ficou exposta no hall de entrada do Poupa Tempo nos meses de maio e junho deste ano. A exposição fica aberta à visitação de terça a sexta, das 13h30 às 21h30 e aos sábados, domingos e feriados, das 10h30 às 18h30. #

MC
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

O EPI QUE VOCÊ PRECISA

(18) 3652-9703

Avenida Bento da Cruz, 39
PENÁPOLIS E REGIÃO

EQUIPE (18) 3622-2281

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Araçatuba - SP

www.equipe.com.br

VECTRA

Uniformes profissionais e vestimentas de segurança NR-10

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

EQUIPE (18) 3622-2281

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Araçatuba - SP

www.equipe.com.br

LOGÍSTICA
BASES E RECURSOS DE SUCESSO

Legislação & Políticas que envolvem a Logística no Brasil e no Mundo.

Ramires Salsiano

O LEGADO DE AUTO-SUPERAÇÃO

Na Vida e na Gestão

Muitas das grandes conquistas na minha vida aconteceram por causa dos estudos, que meus pais me proporcionaram e incentivaram, além da educação que me deram. Principalmente, meu pai. Além disso, ele esteve sempre presente na minha vida e nos meus estudos. Ciente disso, eu sempre quis homenageá-lo com algo que fosse fruto dos meus estudos. Meu primeiro plano foi dedicar ao meu pai o meu trabalho de conclusão de curso de graduação, mas não consegui porque no ano da minha formatura a minha querida avó faleceu e eu fiz a homenagem para ela. Então comecei a planejar uma homenagem ao meu pai na conclusão da minha pós-graduação, e outra vez quem teve grande significado nesse período foi minha mãe, por ter vindo de tão longe apenas para cuidar de mim após uma cirurgia nos rins. Durante minha recuperação e ainda debilitado, ela me acompanhou para a apresentação do meu trabalho de pós-graduação. Nessa situação, eu decidi homenagear meu pai com o presente que ele mais gostava, mas que fosse fruto dos meus estudos: escrevi um livro em sua homenagem. Lançando o livro em sua casa nos dias dos pais e antecipando o presente do seu aniversário que também é no mês de agosto. Pois todo o momento que consegui superar, supero e ainda superarei só foi, é e será possível devido ao seu maior legado deixado para mim: O legado de auto-superação.

O legado ou herança de uma geração é um conjunto de valores transmitidos, através do processo de socialização entre gerações. Esses valores são característicos da identidade de uma geração, que de uma maneira dinâmica vai sendo criada por uma interação de diferentes elementos geográficos, ambientais, sociais, religiosos e outros fatores externos. Tais valores, do ponto de vista antropológico, afetarão os modos de ser, pensar e agir de uma pessoa. O personagem do livro, foi inspirado na trajetória de vida do pai do autor.

O legado advém do relacionamento pelo qual a geração atual herda todos os comportamentos e estados possíveis da geração anterior como uma referência que se tem da geração anterior. É possível que a geração atual estenda os comportamentos e estados. Quando esta adiciona benefícios ou prejuízos ao legado que ainda está sendo transmitido à mesma, considera-se tal fenômeno uma extensão de legados da geração anterior. Essa extensão ocorre adicionando novos membros à geração atual, com novos métodos e atributos de aperfeiçoamento. Como enteados e filhos adotivos.

Sendo possível, assim, que a geração atual altere os comportamentos e estado possíveis da geração anterior. Neste caso, a geração atual influencia os membros da geração anterior, através de métodos inovadores que servirão de legado para eles mesmos.

Como exemplo, eu posso citar um trecho do livro: "...se apresenta sempre com a simplicidade e a humildade que o transformaram em um exemplo." Mas o que a empresa deixa de bom? Existem conceitos que nunca sairão de moda, por serem pilares da humanidade. Por isso, se uma empresa quiser deixar algo de bom para a posterioridade, que deixe o exemplo de simplicidade e humildade.

Enfim, gostaria de citar e comparar dois trechos do livro que discorrem sobre o legado: "...auto-superando-se a cada dia. A auto-superação é o maior tesouro que se pode deixar de legado." E "...passar esse legado aos seus descendentes e estes passarão para frente como se fosse uma espécie de 'DNA da Alma'." Comparando com uma empresa, o legado é a excelência de mercado para o futuro. A maior auto-superação para uma empresa é poder se reinventar com sustentabilidade, valorizando os recursos humanos e materiais de maneira proporcional. Ciente de que o ser humano sempre deve ter mais valor do que aquilo que não é humano.

Portanto, tudo aquilo que alguém deixa de legado para outra pessoa, consciente ou inconscientemente, implicará em benefício ou prejuízo para a humanidade com proporções de curto, médio ou longo prazo. Inevitavelmente os legados prejudiciais acontecem em grande quantidade, porém os legados benéficos continuarão acontecendo com bem mais intensidade a ponto de anular e sobrepor os maus prejuízos.

Fonte: SILVA, Ramires A. S. C., O Legado de Auto-Superação, São Paulo: 2011.

Adm. Ramires Salsiano
Consultor Empresarial, Especialista em Logística e Palestrante
www.admkt-log.com

Docentes de SST do Senac São Paulo capacitados por Armando Campos

Foto cedida por Rodrigo Chelli Sanchez



Docentes da rede Senac São Paulo em momento final do Curso Específico sobre a NR 33

Docentes do setor de desenvolvimento em Segurança e Saúde Ocupacional de várias unidades do Senac São Paulo estiveram em treinamento específico sobre a NR 33 - Espaços Confinados, sob orientação do renomado Armando Campos.

O curso de capacitação foi desenvolvido em dois dias com ações práticas, enriquecendo ainda mais a capacidade de conhecimento dos participantes, os quais desenvolvem excelente cursos nas unidades na formação de profissionais da Segurança e Saúde do Trabalho.

O evento faz parte da programação do Senac São Paulo na formação de seus docentes, que em programação específicas são envolvidos em cursos de capacitação, atualização e conhecimento do mercado na atualidade.

O Senac oferece em todas as suas unidades o Curso Técnico em Segurança do Trabalho e outros diversos na área da saúde. A entidade mantém um programa de bolsa de estudos o qual pode ser conhecido no www.sp.senac.br