

# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

**ABRIL DE 2024 - Edição 01**

### SAÚDE DO TRABALHADOR

A Saúde do Trabalhador é o campo da Saúde Pública que tem como objeto de estudo e intervenção as relações produção-consumo e o processo saúde-doença das pessoas e, em particular, dos(as) trabalhadores(as).

Neste campo, o trabalho pode ser considerado como eixo organizador da vida social, espaço de dominação e resistência dos(as) trabalhadores(as) e determinante das condições de vida e saúde das pessoas. A partir dessa premissa, as intervenções devem buscar a transformação dos processos produtivos, no sentido de torná-los promotores de saúde, e não de adoecimento e morte, além de garantir a atenção integral à saúde dos(as) trabalhadores(as), levando em conta sua inserção nos processos produtivos.

O trabalho, ou a ausência dele, é um importante determinante das condições de vida e da situação de saúde dos(as) trabalhadores(as) e de suas famílias. O trabalho é um dos determinantes da saúde e do bem-estar do(a) trabalhador(a) e de sua família. Além de gerar renda, que viabiliza as condições materiais de vida, tem uma dimensão humanizadora e permite a inclusão social de quem trabalha, favorecendo a formação de redes sociais de apoio, importantes para a saúde. Assim, ele pode ter um efeito protetor, ser promotor de saúde, mas também pode causar mal-estar, sofrimento, adoecimento e morte dos(a) trabalhadores, aprofundar iniquidades e a vulnerabilidade das pessoas e das comunidades e produzir a degradação do ambiente.

A Promoção da saúde vem para reconhecer o trabalho como promotor de saúde e não apenas produtor de sofrimento, adoecimento e morte. Mais do que mudanças de comportamentos favoráveis à saúde, as ações de promoção da saúde devem buscar o empoderamento e o fortalecimento da autonomia dos(as) trabalhadores(as) na luta por condições dignas de trabalho

No ano de 2023, foram realizadas 312 (trezentos e doze) notificações de Acidentes de Trabalho. Desses, 9 (nove) delas advindas do Hospital Monsenhor Walfredo Gurgel.

QUANTIDADE	TIPOS DE NOTIFICAÇÃO
57 casos	Acidente de trabalho grave
09 casos	Acidente com exposição a material biológico
246 casos	RAT – Acidente de trabalho leve
Totalizando	<b>312 notificações realizadas</b>

No ano de 2024, de Janeiro à 18 de Abril, foram realizadas 106 (cento e seis) notificações. Sendo elas:

QUANTIDADE	TIPOS DE NOTIFICAÇÃO
07 casos	Acidente de trabalho grave
01 casos	Acidente com exposição a material biológico
98 casos	RAT – Acidente de trabalho leve
Totalizando	<b>106 notificações realizadas</b>

### O QUE MAIS OCASIONOU OS ACIDENTES DE TRABALHO:

Acidente de trabalho grave: Queda de altura elevada, queda da própria altura, picada de escorpião, cortes ocasionados por vidro e faca, picada por enxame de abelha, agressão por pacientes em surto psicótico e intoxicação exógena.

Acidente com exposição a material biológico: Perfuração por agulhas contaminadas por uso de descartável cheio, acidentes com lixo doméstico sofrido por profissionais da limpeza urbana, acidentes ao coletar material para reciclagem.



# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

ABRIL DE 2024 - Edição 01

RAT acidente de trabalho leve: dor por esforço repetitivo, acidente por trajeto, lombalgia.

A Organização Mundial de Saúde (OMS), em busca de conscientizar sobre as Lesões por Esforços Repetitivos/Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/Dort), e alertando sobre os sintomas, as causas e o tratamento.

### LER E DORT

Depois de longas horas de trabalho ou exposição a fatores inadequados nos aspectos organizacionais e ergonômicos da atividade laboral em si, pode surgir um desconforto nos membros superiores ou em outra parte do corpo, às vezes com manifestação de formigamento e até fraqueza e incapacidade de manejar determinados objetos e realizar movimentos simples. Embora em um primeiro momento esses sintomas pareçam inofensivos, eles podem indicar síndromes clínicas conhecidas como LER/Dort.

### O que são essas lesões?

As LER/Dort são estabelecidas pelo Guia de Vigilância em Saúde como síndromes clínicas que afetam o sistema musculoesquelético e nervoso do paciente. Elas podem ser causadas, mantidas ou agravadas pelo trabalho e atingem diversas categorias profissionais.

### Quais são os fatores de risco às LER/Dort?

Diversas características podem tornar um ambiente propício ao desenvolvimento destas lesões, desde aspectos cognitivos, sensoriais, biomecânicos e afetivos. As síndromes podem estar associadas a:

- Movimentos repetitivos, sem pausas para recuperação;
- Exposição a vibrações;
- Posturas estáticas ou inadequadas no trabalho;
- Mobiliários não ergonômicos;
- Temperaturas extremas;
- Ruídos elevados;
- Carga e ritmo de trabalho acelerado;
- Horas extras excessivas;
- Sobrecarga de peso;
- entre outros.

### COMO PREVENIR AS LER/DORT?

Apesar de existir tratamento para as Ler/Dort, como indicação de fisioterapias e uso de antiinflamatórios, o foco está na prevenção. Uma das formas de prevenir as síndromes é pela ergonomia, ciência que adapta as condições e adaptações do trabalho às características e necessidades do trabalhador. Além da correção do ambiente, da adoção de medidas preventivas e da oferta de novas formas e ferramentas de trabalho por parte da empresa, as ações individuais também fazem a diferença. Por isso, para evitar essas condições, é importante:

- Manter sempre uma postura apropriada durante o horário de trabalho, com as costas eretas e bem apoiadas no encosto da cadeira;
- Fazer pausas e alongamentos a cada 60 minutos;
- Respeitar os limites do corpo;



# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

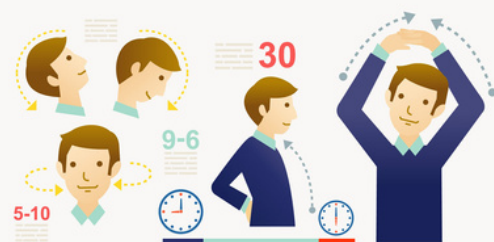
ABRIL DE 2024 - Edição 01

- Utilizar apoios ergonômicos para os punhos e pés durante a utilização do computador;
- Manter o monitor na altura dos olhos para não ter que forçar o pescoço para baixo;
- Utilizar cintas e outros acessórios de proteção fornecidos pela empresa ao executar tarefas que exigem força física;
- Praticar exercícios físicos regularmente.



### GINÁSTICA LABORAL

A ginástica laboral engloba exercícios efetuados no próprio local de trabalho. Além de ser uma excelente forma de prevenção de LER e Dort, reduz o estresse, as dores musculares, a fadiga e a tensão muscular. São apresentadas na próxima página ilustrações com movimentos simples de alongamentos que podem ser feitos a cada 1h de trabalho, e não necessitam de equipamentos especiais para a sua realização.



# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

ABRIL DE 2024 - Edição 01

A equipe de Vigilância em Saúde do Trabalhador, junto com a equipe de Atenção Primária à Saúde (APS), realizaram uma série de atividades voltadas à temática da saúde e segurança dos trabalhadores. Acompanhe alguns destaques:

### AÇÕES DA VIGILÂNCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR

Janeiro/2023: Ação na Madeireira Aliança - testagem de IST's e distribuição de preservativos e gel lubrificante.



Julho/2023: Ação no Supermercado Potiguar, tema: julho amarelo - palestra contra o suicídio, plantão psicológico, atualização do cartão de vacinação, testagem de IST's e distribuição de preservativos e gel lubrificante.



Agosto/2023: Ação na empresa Limpe já - atualização do cartão de vacinação e testagem de IST's.



Outubro/2023: I Cuidando de quem cuida alusivo e dedicado aos agentes de Combate as Endemias - dinâmicas com educador físico Felipe Felix, atualização do cartão de vacinação, testagem de IST's, plantão psicológico e sorteio de brindes.



# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

ABRIL DE 2024 - Edição 01



Novembro/2023: Ação na PRF Macaíba/RN para profissionais caminhoneiros em parceria com a APS, saúde do homem - plantão psicológico, atualização do cartão de vacinação, testagem de IST's e distribuição de preservativos e gel lubrificante.

Novembro/2023: Ação de Saúde do homem na Pedreira Potiguar em parceria com a APS - palestra, dinâmicas, atualização do cartão de vacinação e testagem de IST's.



# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

ABRIL DE 2024 - Edição 01

Abril/2024: Ação realizada no batalhão da PM - palestra sobre Infecções Sexualmente Transmissíveis e testagem de IST's.



De 13 de setembro à 18 de dezembro foram realizados: 8 (oito) palestras, 195 (cento e noventa e cinco) doses de imunizantes, 660 (seiscentos e sessenta) testagens rápidas de IST's e 7 (sete) Investigações de Acidente de Trabalho Grave.

De 1 (um) de janeiro à 09 de fevereiro foram realizados, 1 (uma) palestra e 112 (cento e doze) testagens de IST's.

De 1 (um) de janeiro à 22 de abril foram realizados: 10 (dez) Investigações de Acidente de Trabalho Grave e 1 (uma) RAT (Registro de acidente de Trabalho).

Fonte: Vigilância em Saúde do Trabalhador de Macaíba.



### REFERÊNCIAS:

BRASIL, Ministério da Saúde, 2023. Ler e Dort. Disponível em <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/fevereiro/ler-edort-complicacoes-envolvem-incapacidade-temporaria-ou-permanente-para-o-trabalho>. Acesso em 22 de abril de 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde, 2018. Caderno de Atenção Básica - Saúde do Trabalhador. Disponível em [https://renastonline.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/arquivos/recursos/cadernos\\_da\\_atencao\\_basica\\_41\\_saude\\_do\\_trabalhador.pdf](https://renastonline.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/arquivos/recursos/cadernos_da_atencao_basica_41_saude_do_trabalhador.pdf). Acesso em 22 de abril de 2024.



# Boletim Informativo

## Saúde do Trabalhador

ABRIL DE 2024 - Edição 01

© 2024. Secretaria Municipal de Saúde de Macaíba/RN.

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada à fonte.

**Boletim Informativo – Saúde do Trabalhador**  
1º Edição. Ano 2024

### **Coordenação de Vigilância em Saúde**

Rua Isaura Rosado Maia, 23 - Conjunto Auta de Souza - Macaíba/RN.

E-mail: vigilanciasaudemacaiba@gmail.com

### **Elaboração do Conteúdo:**

**Gislainhy Aline Pires da Silva**

Coordenadora de Vigilância em Saúde

**Ketully Viviane Silva de Azevedo**

Refrência Técnica de Saúde do Trabalhador:

**Prefeitura Municipal de Macaíba**

**Secretaria Municipal de Saúde de Macaíba.**

**Coordenação de Vigilância em Saúde**

**Edvaldo Emídio da Silva Júnior**

Prefeito de Macaíba

**Francisco Júnior do Rêgo**

Secretário Municipal de Saúde

**Kelly Kattiucci Brito de Lima Maia**

Secretária Adjunta de Saúde

**Gislainhy Aline Pires da Silva**

Coordenadora de Vigilância em Saúde

