

Saúde & Segurança

EM DIA

VIVA COM SAÚDE, TRABALHE COM SEGURANÇA.



0 56000 29145 2

2ª EDIÇÃO - JUNHO DE 2018
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



O AUTISMO E A LUTA CONTRA O PRECONCEITO!

REPORTAGEM

- Conheça o trabalho da ASCATE, visando reabilitar vidas através da Equoterapia

PERFIL

Nossa homenagem à trajetória profissional do ginecologista e obstetra Dr. Aguinaldo Gonçalves Mesquita

Saúde & Segurança

EM DIA

VIVA COM SAÚDE. TRABALHE COM SEGURANÇA.



Seja nosso parceiro!

(64) 9917-6178

saudeemia.revista@gmail.com



Farmácia dos Metalúrgicos

Seu bem-estar sempre em primeiro lugar!



O Sindicato dos Metalúrgicos de Anápolis (Sindmetana) sempre lutou para representar os metalúrgicos, buscando melhores aumentos de salário e mais benefícios. Mas, outra bandeira do Sindmetana é sempre prestar serviços de excelência aos trabalhadores e dependentes. Para isso, foi criado o Departamento de Saúde e Segurança, que conta com consultório médico, e em outubro de 2017, foi instalada uma farmácia visando comercializar medicamentos a baixo custo para os trabalhadores e familiares. Hoje, a unidade tem uma completa linha de medicamentos, cosméticos e perfumaria. Mais uma ação do Sindmetana para reduzir os custos mensais que os metalúrgicos têm na área da Saúde.

Horário de Funcionamento da Farmácia dos Metalúrgicos:

- Das 9h às 18h, de segunda a sexta-feira
- Das 8h às 12h, aos sábados.

62 3943-0818 / 62 99202-1213

R. Floriano Peixoto, 1322 - Centro
CEP. 75.024-030 | Anápolis/GO

EDITORIAL

A segunda edição da Revista Saúde e Segurança em Dia chegou e continua com o objetivo de levar informações ao público leitor sobre temas nas áreas de saúde e segurança, buscando divulgar orientações que contribuam para uma vida melhor, mais saudável e segura. O projeto também visa estimular a melhoria dos ambientes de trabalho, além de esclarecer sobre a prevenção de doenças e de acidentes, contando com a participação de profissionais conceituados das mais diversas áreas.

A edição traz conteúdos atuais e diversificados, inerentes a saúde e segurança. A nossa Capa aborda o tema: Autismo e a luta contra o preconceito! Catalão conta com um grupo de whatsapp, formado por pais que buscam ajudar seus filhos e combater a discriminação.

Outro tema abordado é o Pilates, modalidade que vem conquistando cada vez mais praticantes e que oferece inúmeros benefícios, entre eles, flexibilidade, definição muscular, emagrecimento, reabilitação, bem-estar, entre outros. Ainda vamos saber mais um pouco sobre a Conjuntivite e como se prevenir dessa doença.

Vamos conhecer também o trabalho da Associação Catalana de Equoterapia (ASCATE) que promove atendimento gratuito de Equoterapia, voltado às pessoas com deficiência ou necessidades especiais. A edição ainda traz informações sobre as doenças relacionadas ao trabalho e a importância da realização dos exames ocupacionais.

Nossos artigos trazem temas variados, entre eles, Fisioterapia Labiríntica e Atividades Física e Esportiva como prevenção ao sedentarismo. Uma novidade a partir da 2ª edição é a coluna Jurídico Responde que vai sanar várias dúvidas dos nossos leitores, a começar pelo tema Auxílio Doença Acidentário.

No perfil, nossa homenagem ao médico obstetra e ginecologista, Dr. Aguinaldo Gonçalves Mesquita, com mais de 40 anos dedicados à Medicina. E tem muito mais!

Agradecemos aos participantes dessa edição, sejam patrocinadores, autores de artigos, entrevistados ou parceiros.

Boa Leitura!

EXPEDIENTE

Jornalista Responsável

Juliana Barbosa - MTB-2733/GO

Reportagem

Lara Cristina Alves

Projeto Gráfico

Revista Saúde e Segurança em Dia

Tiragem

5 mil

Periodicidade

Mensal

Distribuição Própria

29.929.178/0001-01

Anuncie!

(64) 9917-6178

saudeemdia.revista@gmail.com





ÍNDICE

08 **REPORTAGEM**
Conheça mais sobre a prática do Pilates

12 **ENTREVISTA**
Saiba mais sobre as doenças relacionadas ao trabalho e a importância da realização dos exames ocupacionais

20 **JURÍDICO RESPONDE**
Tire suas dúvidas sobre o Auxílio Doença Acidentário

30 **CAPA**
Nossa capa fala sobre o Autismo e a luta pela quebra do preconceito



10 DICAS PARA VOCÊ CUIDAR DE VOCÊ NO TRABALHO E EM CASA

1 – Observe os princípios ergonômicos: verifique se sua postura e mobiliário de trabalho estão adequados. Preserve, sempre que possível, a curvatura natural da coluna. Use equipamentos de segurança (quando necessários, conforme a função), e evite permanecer muito tempo na mesma posição. No computador, o topo da tela tem de estar no nível dos olhos, pés apoiados no chão e cotovelos junto ao corpo.

2 – Faça uma pausa: alterne tarefas ao longo do dia e evite permanecer muito tempo na mesma posição – durante longos períodos em pé, por exemplo, alterne a sustentação do corpo entre ambas as pernas. Parar alguns minutos ao longo do dia evita o cansaço mental e físico, e acaba melhorando o desempenho no trabalho.

3 – Dirija de forma defensiva: Os acidentes de trajeto – de casa ao trabalho, ou vice-versa – são responsáveis por mais de 43% dos óbitos registrados como acidente de trabalho, de acordo com levantamento da CNI. Portanto, ao dirigir, observe as leis fundamentais de trânsito e use sempre o cinto de segurança. Jamais beba ao dirigir e siga as normas de segurança caso se locomova de bicicleta ou a pé ao trabalho.

4 – Use protetor solar: seja no trabalho ou no lazer. É uma das principais medidas para evitar o câncer de pele não melanoma. Segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), é o tipo mais prevalente de câncer no Brasil, e corresponde a 25% dos tumores malignos registrados no país. Também é recomendado usar protetor para se proteger das luzes artificiais, inclusive a do computador, pois são prejudiciais à saúde. Alguns dermatologistas questionam a eficiência dos protetores solares para proteção contra as luzes visíveis, afirmando que eles protegem apenas contra incidência dos raios UVA e UVB. Para outros profissionais, somente filtros físicos de consistência mais grossa, como bases, podem bloquear os efeitos das luzes na pele.

5 – Atenção em casa: acidentes domésticos podem causar sérias lesões. Evite pisos escorregadios, excesso de tapetes e providencie iluminação suficiente em casa. Cuidado, ainda, com móveis e objetos pontiagudos e superfícies cortantes. Examine de forma periódica a tubulação de gás e as instalações elétricas.

6 – Cuide da alimentação: cerca de 80% dos casos de doenças coronarianas, 90% dos casos de Diabetes Tipo 2 e 30% dos casos de câncer poderiam ser evitados com uma alimentação saudável – mais variada e nutritiva possível. Consuma os diferentes grupos alimentares e priorize sobretudo frutas e hortaliças nas refeições. Evite ao máximo produtos ultraprocessados (salgadinhos em pacote, refrigerante, bolacha recheada) e beba água ao longo do dia. Na dúvida, procure um profissional da área para orientação.

7 – Pratique atividade física regularmente: adotar um exercício físico em pelo menos cinco dias da semana, durante 30 minutos, traz mais disposição para as tarefas diárias e previne doenças do coração, circulatórias e respiratórias. Ajuda, ainda, no controle da pressão arterial e do diabetes. Melhoria do sistema imunológico, do sono e redução da ansiedade são outros benefícios.

8 – Tenha um estilo de vida ativo: ficar menos tempo parado é outra atitude benéfica. Fazer pequenos deslocamentos a pé, ir ao trabalho de bicicleta, trocar o elevador pela escada e levar o cachorro para passear são atitudes que podem ser incorporadas facilmente na rotina diária.

9 – Controle o estresse: ele faz parte de situações no dia a dia, mas é importante saber lidar. Por isso, tente resolver o problema causador do estresse de forma rápida e evite sempre que for possível situações de estresse. Organizar e planejar o dia a dia, além de abandonar maus hábitos como fumo e consumo abusivo de bebidas alcoólicas, também gera melhorias. Buscar o apoio da família e amigos e adotar técnicas de relaxamento também ajuda.

10 – Melhore os relacionamentos ao seu redor: laços de amizade, familiares e atividades sociais fazem bem à saúde e nos ajudam a lidar melhor com a rotina. No trabalho, busque a harmonia: é onde passamos a maior parte do tempo. Cultive amizades e busque cooperar com você mesmo, com as pessoas ao seu redor e com a sociedade como um todo. Planeje seu tempo livre assim como o seu trabalho: faça novos programas e conheça lugares diferentes.

Fonte: Agência FIEP – <http://www.agenciafiep.com.br/noticia/e-possivel-se-cuidar-durante-a-rotina-de-trabalho-2/>

Foto: Divulgação



2º SORTEIO
MOTO

**QUER GANHAR UMA
MOTO NO SEU DIA
COMERCIÁRIO?**



SECEG

SINDICATO DOS EMPREGADOS NO
COMÉRCIO NO ESTADO DE GOIÁS

SORTEIO
30 DE OUTUBRO
**DIA DO
COMERCIÁRIO**

*Esteja em dia com suas
mensalidades!*

1 Moto
Honda FAN 125i

REGULAMENTO DA PROMOÇÃO - NO SITE WWW.SECEG.COM.BR

 @seceg  /comerciarior

www.seceg.com.br



Foto: Juliana Barbosa

Anelize Barbosa
Professora de pilates

PILATES É MODA OU MÉTODO REVOLUCIONÁRIO?

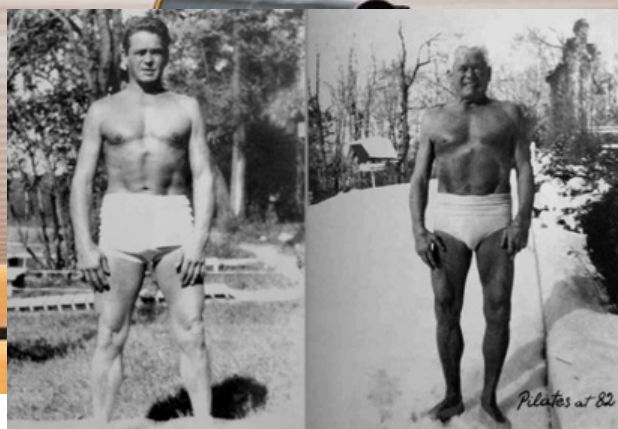
CRIADO PELO ALEMÃO JOSEPH HUBERTUS PILATES, A MODALIDADE VEM CONQUISTANDO CADA VEZ MAIS PRATICANTES

Nos dias atuais, praticar atividade física está em alta, isso porque, hoje, as pessoas estão se preocupando mais com sua saúde e forma física, adquirindo então novos hábitos saudáveis. Afinal, quem não deseja estar bem consigo mesmo, forte, flexível e sem dor?

Dentre tantas inovações nas modalidades esportivas, veio à tona o Pilates, novo e ao mesmo tempo antigo, criado pelo alemão Joseph Hubertus Pilates (1883). De acordo com estudos, ele era uma criança frágil e cheio de debilidades, sofria raquitismo, asma e febre reumática. “Percebe-se que desde pequeno, Joseph estava determinado a se superar e experimentou muitas abordagens diferentes dentro do esporte, o que é perceptível nos seus ensinamentos. Tanto que yoga, ginástica, esqui, boxe, artes marciais e dança foram suas mais fortes influências”, conta a professora de Pilates, Anelize Barbosa.

Todo o contato com esses diversos métodos, o fez absorver os recursos mais eficazes de cada um e uniu todas as experiências, elaborando assim o Pilates, explica a profissional. “Foi iniciado em 1923, quando abriu seu primeiro estúdio em Nova York, juntamente com sua esposa Clara,

Foto: Divulgação



Joseph Pilates. Na segunda imagem, em 1952 e, posteriormente, 1982.

e em 1927, ele obteve as patentes dos equipamentos que inventou. Foi aí que o método ganhou forma e começou a crescer”, explica.

Anelize revela que o criador do Pilates faleceu em 1967, aos seus 83 anos de idade, e estudos indicam ser devido a um incêndio em seu estúdio, o qual foi vítima de queimaduras e inalação de muitos gases tóxicos. A repercussão do método se deu através de sua esposa e alunos que se tornaram discípulos de Joseph. “Até os dias de hoje, preservou-se a riqueza do método, que recebeu ao longo do tempo um termo chamado “Contrologia”, que é o controle da mente sobre os músculos”, ressalta.

Segundo ela, Joseph deixou um legado, um método amplo, firmado em princípios e fundamentos essenciais e um repertório fantástico de exercícios, além de inspirar a todos com seu próprio resultado, uma estrutura física forte e flexível ainda na sua idade avançada.

Há 22 anos (1996), cita Anelize, o método Pilates chegou ao Brasil, mas há 5 anos tem se fortalecido, e vem se expandindo para todos os lugares, aumentando a aberturas de estúdios e o número de profissio-

nais especializados. E então, vem a pergunta, **PILATES É MODA OU MÉTODO REVOLUCIONÁRIO?**

Para a profissional, considerando o histórico do Pilates, a resposta parece muito clara, pois não há como falar em moda quando se refere ao Pilates, e sim, de uma metodologia incrível e completa, para todas as idades, tamanhos, finalidades, níveis de condicionamento, incluindo um estilo personalizado, dinâmico e individualizado. “A diversidade de exercícios, equipamentos e acessórios faz do Pilates, encantador e desafiador, longe da mesmice e do comodismo”, pontua.

Além de todos esses diferenciais, seus grandes benefícios (força, flexibilidade, definição muscular, alívio de dores, reabilitação, emagrecimento, equilíbrio, coordenação motora, bem-estar mental, reeducação da postura, concentração, consciência corporal) fazem do Pilates a modalidade escolhida por muitos, tornando um novo hábito saudável. Assim como diz o criador do método: “Contrologia desenvolve um corpo uniforme, corrige posturas erradas, restaura vitalidade física, vigora a mente e eleva o espírito. Eu recomendo Pilates, para tudo e para todos”, conclui Anelize.

Resistência pela saúde!

Os metalúrgicos de todo o Brasil deflagraram um movimento, legítimo, de resistência à aplicação da nova lei (reforma) trabalhista pelas empresas e demais segmentos da economia por entender que essa reforma não só visa acabar com os direitos trabalhistas e sociais conquistados com muita luta e sacrifícios, como põe em risco a vida e a segurança dos trabalhadores e trabalhadoras.

A reforma tem impacto direto no modo de produção. Permite que gestantes e lactantes trabalhem em ambientes insalubres, jornada diária de 12 horas, exaustiva, terceirização sem restrições em qualquer atividade.

Ou seja, a reforma precariza as condições de trabalho e isso vai aumentar o número de acidentes e doenças.

A reforma aprovada também visa acabar com a representação sindical, para evitar que os sindicatos continuem defendendo os trabalhadores e as Convenções Coletivas de Trabalho, que garantem direitos e benefícios.

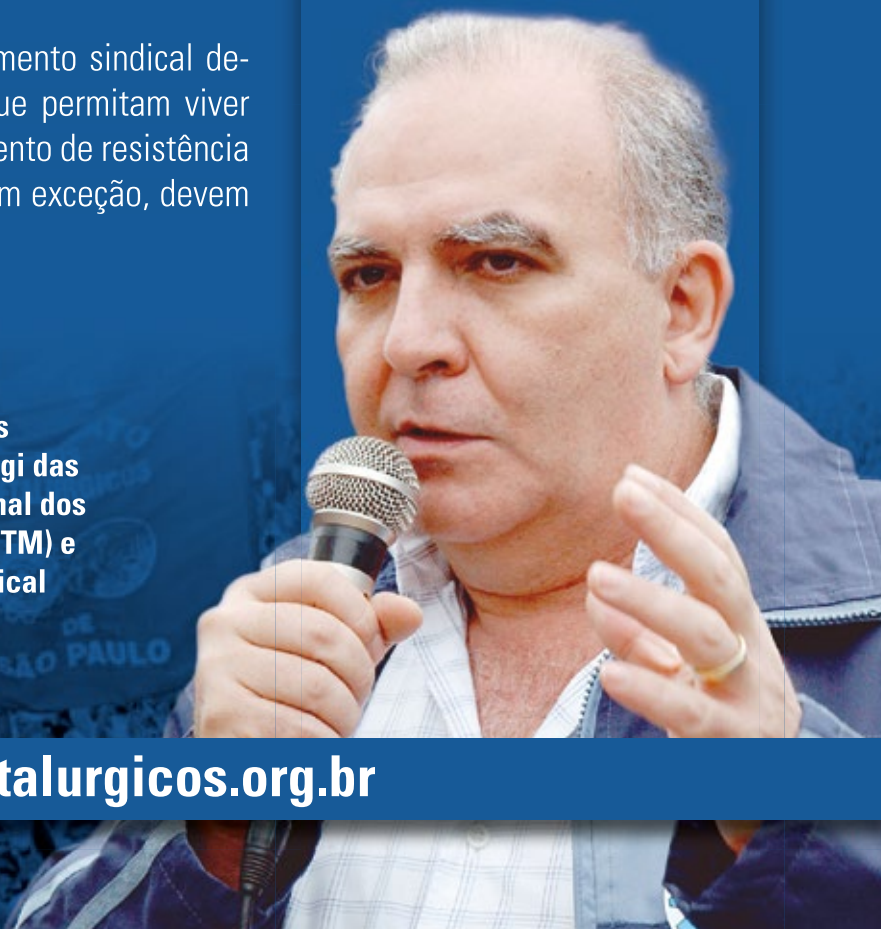
O governo só enxerga números. O movimento sindical defende a vida, emprego decente e renda que permitam viver com dignidade. Daí a importância do movimento de resistência do qual todo trabalhador e trabalhadora, sem exceção, devem participar e fortalecer.

A luta faz a lei!

MIGUEL TORRES
Presidente do Sindicato dos
Metalúrgicos de São Paulo e Mogi das
Cruzes e da Confederação Nacional dos
Trabalhadores Metalúrgicos (CNTM) e
vice-presidente da Força Sindical



**SINDICATO DOS
METALÚRGICOS
DE SÃO PAULO E
MOGI DAS CRUZES**



www.metalurgicos.org.br

FISIOTERAPIA LABIRÍNTICA

TRATAMENTO PARA VERTIGENS, TONTURAS E DESORDENS DO EQUILÍBRIO

A Fisioterapia Labiríntica (Fisioterapia Vestibular) é a área da Fisioterapia que avalia e trata as disfunções vestibulares, ou seja, os problemas nas funções dos órgãos responsáveis pelo equilíbrio corporal como o labirinto, os olhos e o sistema nervoso (central e periférico). É importante salientar, que o termo “labirintite” empregado popularmente para essas disfunções vestibulares, é usado erroneamente, uma vez que só deve ser chamado labirintite, quando há a inflamação do labirinto. O termo correto para essas disfunções do sistema vestibular é vestibulopatias ou labirintopatias e existem mais de 300 tipos e 2 mil causas.

O Sistema Vestibular é essencial para o nosso senso de equilíbrio e movimento. O labirinto é a região do ouvido interno ligada à audição, percepção de posição do corpo e controle do nosso equilíbrio corporal. Alterações no Sistema Vestibular podem causar sintomas como tonturas, vertigens, náuseas e desequilíbrios. A vertigem é a tontura rotatória (tudo gira, roda ao seu redor) e a pessoa tem a sensação de que o ambiente está rodando ou que ela está rodando. A tontura é a sensação de flutuação, instabilidade, oscilação, etc.

Nas vertigens, como por exemplo, nas VPPB (Vertigem Posicional Paroxística Benigna) há curtos períodos de vertigens quando a cabeça é movimentada em determinadas posições e isto ocorre devido a alguns cristais que existem dentro do labirinto se deslocarem de lugar. Nesses casos, a Fisioterapia atua através da realização de manobras, chamadas manobras de reposicionamento ou liberatória, e são muito eficazes, dando conforto imediato ao paciente, retirando-o da crise.

Nos casos em que há tonturas, sem componente giratório, ocorre uma diminuição da função do Sistema Vestibular chamada hipofunção vestibular e a Fisioterapia atua através do uso de exercícios vestibulares, que são exercícios específicos de olhos, cabeça e corpo. Esses exercícios são personalizados de acordo com a queixa e exame de cada paciente. Os exercícios vestibulares possuem muita eficácia quando bem orientados e supervisionados, podendo reduzir e até mesmo eliminar os sintomas.

A tontura é o segundo maior sintoma apresentado pelo ser humano, perdendo apenas para dores de cabeça. Entre os idosos costuma ser o sintoma mais comum, levando o idoso a um maior risco de quedas. A Fisioterapia Vestibular é muito indicada para quem tem sintomas como vertigens, tonturas, dores de cabeça associada a tonturas (Migrânea Vestibular), tonturas e enjoos ao usar meios de transportes (Cinetose), desordens do equilíbrio e outros transtornos do Sistema Vestibular.

Importante destacar que a Fisioterapia Vestibular deve ser realizada somente por Profissional Fisioterapeuta com formação em Fisioterapia/Reabilitação Vestibular.



Dra. Dulciana Maria Barbosa Corrijo Santos
CREFITO 11/34559 F

Fisioterapeuta com Formação em Fisioterapia Vestibular pela Brasília Físio (Brasília/2016); IDOT (Uberlândia/2017); Faculdade Inspirar (Curitiba/2017) Instituto Henriqueta Teixeira (Belo Horizonte/2018)



SAIBA MAIS SOBRE AS DOENÇAS RELACIONADAS AO TRABALHO E A IMPORTÂNCIA DA REALIZAÇÃO DOS EXAMES OCUPACIONAIS

Nosso entrevistado é Dr. Ricardo Netto e Silva, médico do trabalho pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo e membro titular da ANAMT-AMB 110579. CRM-GO 12389

Revista Saúde e Segurança em Dia: O que são doenças relacionadas ao trabalho?

Dr. Ricardo: Elas são por definição doenças em que a atividade laboral é fator de risco desencadeante, contributivo ou agravante de um distúrbio latente ou de uma doença preestabelecida. A doença relacionada ao trabalho estará caracterizada quando diagnosticado o agravamento e for possível estabelecer uma relação epidemiológica com a atividade laboral. Mas, para que um problema de saúde seja considerado uma doença ocupacional, o trabalho deve ter o vínculo nexo causal, ou seja, causa e efeito específico na situação.

As doenças endêmicas contraídas no exercício do trabalho também serão caracterizadas como doenças relacionadas ao trabalho. O alerta é que certas doenças ocupacionais aparecem de forma silenciosa. Algumas doenças só aparecem [após] 10 ou 15 anos de trabalho e acabam fazendo tamanho estrago que, muitas vezes, a pessoa não tem

condições de voltar para o trabalho, seja pelas limitações decorrentes da própria doença ou por ser o único local que o trabalhador consiga desenvolver atividades e isso [retornar para este único local] acabaria por agravar a doença.

Revista Saúde e Segurança em Dia: Quais as causas das doenças relacionadas ao trabalho?

Dr. Ricardo: As principais causas se devem principalmente ao risco que o funcionário se encontra exposto no ambiente de trabalho e o tipo de atividade que o mesmo irá executar. Os riscos são classificados em 5 grupos que são:

- O grupo 1 (Físicos): Ruídos, vibrações, radiações ionizantes, frio, calor, pressões anormais e umidade.
- O grupo 2 (Químicos): Poeiras, fumos, névoas, neblinas, gases, vapores e substâncias compostas ou produtos químicos que podem prejudicar a saúde do trabalhador.

- O grupo 3 (Biológicos): Vírus, bactérias, protozoários, fungos, parasitas e bacilos.
- O grupo 4 (Ergonômicos): Esforço físico excessivo, levantamento e transporte de peso exagerados, exigência de postura inadequada, controle rígido de produtividade, trabalho noturno, jornadas de trabalho extensas, monotonia e repetitividade, entre outras situações que se ligam ao estresse físico ou psicológico do trabalhador.
- Por fim, há o grupo 5 (Acidentes): Que são causados por conjuntos físicos inadequados, máquinas e equipamentos sem proteção, ferramentas inapropriadas, iluminação incorreta, eletricidade, probabilidade de incêndio ou explosão, armazenamento inadequado, entre outras incontáveis situações de risco que poderão contribuir para ocorrência de acidentes no ambiente de trabalho.

Revista Saúde e Segurança em Dia: Quais as doenças do trabalho mais comuns?

Dr. Ricardo: As Doenças do Trabalho mais comuns no Brasil, segundo o Ministério da Saúde são:

- LER/DORT (Lesão por Esforços Repetitivos/ Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho): É provocada por movimentos repetitivos ou por posturas inadequadas, chamadas de posturas anti-ergonômicas. Deve-se ter cuidado no diagnóstico, pois muitas pessoas confundem a LER com uma simples torção ou mal posicionamento em algum movimento.
- Antracose: É uma lesão pulmonar ocasionada por diferentes agentes que são adquiridos nas áreas de carvoarias. A doença pode ser o ponto de partida para outros problemas ainda mais graves e afeta, principalmente, os trabalhadores que têm contato direto com a fumaça do carvão.
- Bissinose: É uma doença causada pela poeira das fibras de algodão, que afeta principalmente as pessoas que trabalham na indústria algodoeira.
- Surdez temporária ou definitiva: É quando o trabalhador está exposto em uma área de ruídos constantes, e começa a perder a sensibilidade auditiva e isso pode se tornar irreversível. A perda auditiva se torna definitiva de forma lenta, silenciosa e prolongada. É mais comum entre operários de obras de construção que utilizam equipamentos que emitem ruídos e operadores de telemarketing.
- Dermatose ocupacional: Afeta pessoas que trabalham com graxa ou óleo mecânico e pode desenvolver reações alérgicas crônicas, de forma que a pele cria placas.
- Câncer de pele: Ocorre em pessoas que trabalham, por exemplo, em lavouras e têm grandes chances de desenvolver o câncer de pele devido à excessiva exposição ao sol. A doença é bastante comum no Brasil, mas só pode ser considerada ocupacional se estiver relacionada à atividade profissional desenvolvida. Uma pessoa que trabalha em um escritório, sem se expor ao sol, por exemplo, pode ter o câncer de pele por outros motivos e não terá assistência do INSS.
- Siderose: Acomete pessoas que trabalham nas minas de ferro e que acabam inalando partículas microscópicas de ferro. Estas partículas acabam se alojando nos brônquios, provocando falta de ar constante.
- Catarata: Afeta quem trabalha em lugares de altas temperaturas e podem desenvolver a perda do cristalino, ocasionando a cegueira. Assim como o câncer de pele, a doença atinge uma parcela significativa da população brasileira, principalmente os idosos, e precisa ter relação direta com o trabalho para ser considerada ocupacional.
- Doenças por função: Ocorre em pessoas que trabalham com alimentos, por exemplo, e podem se contaminar pelos produtos orgânicos que são utilizados.

- Doenças psicossociais: Problemas como depressão, ou de outra ordem emocional, muitas vezes estão associados a carga horária excessiva, a pressão no trabalho, ou algum desentendimento na área de trabalho. Elas podem acabar desenvolvendo no trabalhador um desânimo prolongado no convívio de trabalho, ocasionando uma tristeza profunda.

Revista Saúde e Segurança em Dia: Por que os exames ocupacionais são importantes para funcionários e empregadores?

Dr. Ricardo: Os exames ocupacionais são de fundamental importância tanto na detecção precoce e início de agravamento de doenças ocupacionais, quanto na promoção da saúde do funcionário no ambiente de trabalho e melhora da qualidade de vida do mesmo.

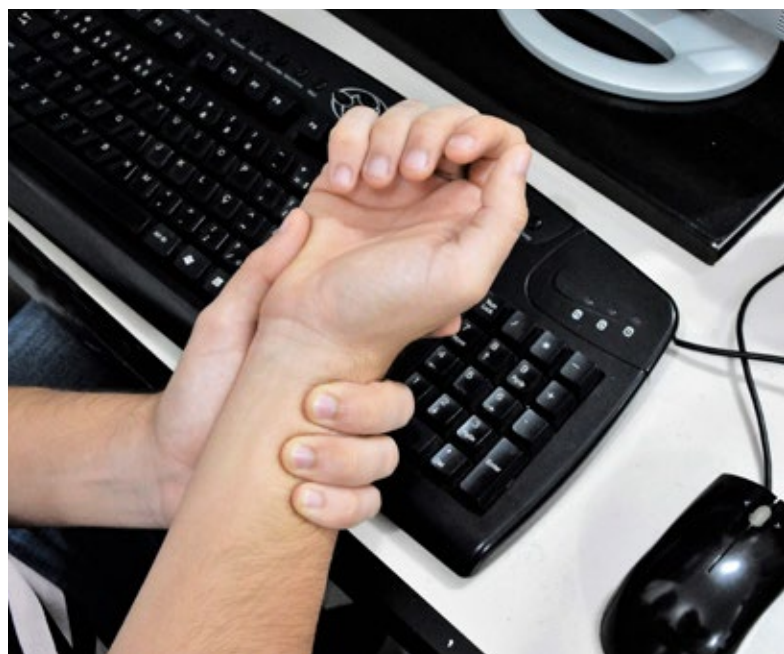
Os exames ocupacionais são documentos legais que tanto protegem o funcionário quanto o empregador, frente a uma demanda judicial, nos quais contém todas as informações da função do trabalhador, do risco a que se encontra exposto, e se o mesmo se encontra apto ou não para o exercício de sua função.

Revista Saúde e Segurança em Dia: Quais exames são obrigatórios?

Dr. Ricardo: Os exames obrigatórios são:

- Admissional: Para ingressar na empresa contratante.
- Periódico: Deve ser realizado com certa periodicidade, definida pelo risco que o funcionário se encontra exposto, função e idade, podendo ser definido a critério do médico do trabalho coordenador.
- Mudança de Função: Sempre que o funcionário mudar de função e houver mudanças no grupo de risco que estará exposto.
- Demissional: Quando o funcionário finaliza seu vínculo empregatício com a empresa.

É importante salientar que para cada tipo de risco que o funcionário se encontra exposto, há exames complementares para monitoramento biológico da saúde do trabalhador.





Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias Químicas, Farmacêuticas e de Material Plástico no Estado de Goiás — Sind-Q.F.P.-GO

Cuidando da saúde do trabalhador

Há 26 anos o Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias Químicas, Farmacêuticas e de Material Plástico no Estado de Goiás (Sind-Q.F.P.-GO) vem se preocupando com a saúde e segurança do trabalhador. Desde 1991, a entidade tem se destacado no meio sindical. O atual presidente, Sebastião Ferreira da Silva, tem se reinventado para que as categorias representadas sejam valorizadas.

O Sind-Q.F.P.-GO acredita que somente a união dos trabalhadores pode garantir melhor qualidade de vida para eles e toda a sua família. Quando o operário está bem em seu local de trabalho, consequentemente a vida secular estará bem. Por isso, o presidente Sebastião insiste em conquistar benefícios durante a convenção ou acordo coletivo.

“Não é apenas um pão com leite na hora do café da manhã ou do lanche da tarde. É o combustível para o trabalhador executar suas atividades de maneira correta, com mais determinação. Por isso, durante as negociações o Sindicato insiste que esses benefícios sejam firmados”, explica o presidente Sebastião Ferreira.



“Sindicalistas e trabalhadores, juntos garantiremos um futuro melhor para o Brasil”, presidente do Sind-Q.F.P.-GO, Sebastião Ferreira

Sabemos que quem trabalha em indústria está mais propício a ter a ter uma doença laboral por ser um local altamente insalubre. Por isso, o Sindicato luta para conquistar o direito do adicional de insalubridade. Com ele, o operário pode prevenir doenças laborais, mas claro, o uso do Equipamento de Proteção Individual (EPI) continua sendo a prevenção mais segura e adequada. A troca de dinheiro por saúde jamais deve ser encarada como a primeira opção.

Outro ponto que o Sind-Q.F.P.-GO se preocupa é com as mudanças nos direitos trabalhistas que o Governo Federal vem propondo nos últimos dois anos. Com a reforma trabalhista, a mulher grávida ou lactante, que trabalha em ambiente insalubre, perdeu o direito de se afastar da atividade por um período. Antes era uma garantia que foi conquistada pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Agora, a mulher só será afastada da função se levar ao empregador um atestado médico explicando a necessidade.

O Sindicato é contra essas mudanças e conta com o apoio de toda a classe para que mais direitos dos trabalhadores não sejam retirados.



Trabalhadores recebem informativos com novidades do sindicato

SAÚDE: AS ATIVIDADES FÍSICA E ESPORTIVA COMO PREVENÇÃO AO SEDENTARISMO

Fotos: Foccus Produções / Divulgação

Diariamente é comum ouvirmos, principalmente nos meios de comunicação e redes sociais, que as atividades física e esportiva fazem bem à saúde, que proporcionam um bem-estar, que são importantes para uma melhor qualidade de vida. Mas será que realmente as pessoas têm praticado esportes e realizado atividades físicas no seu dia a dia? Será que as pessoas estão menos sedentárias atualmente?

Recentemente, estudos têm indicado que, infelizmente, há um elevado índice de brasileiros(as) sedentários(as). De acordo com a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio (Pnad), realizada em 2015, 62% dos brasileiros(as) com 15 anos ou mais não praticaram um esporte ou atividade física naquele ano. Aproximadamente no Brasil, 100 milhões de pessoas a partir dos 15 anos de idade não fizeram nenhum tipo de exercício físico entre setembro de 2014 e setembro de 2015, conforme estudos realizados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), disponível no documento “Prática de Esporte e Atividade Física/IBEG/2015).

É sabido que pessoas que praticam esporte e realizam atividades físicas desde criança, muito provavelmente, se tornarão sujeitos que praticarão esportes e realizarão um determinado tipo de atividade física ao longo da sua vida e, conseqüentemente, terão uma melhor qualidade de vida e bem-estar e, estarão entre aqueles(as) não pertencentes à parcela da população caracterizada como sedentária.

É importante que as famílias, os gestores públicos, as empresas, as escolas e as diversas formas de organização da sociedade entendam a



Prof. Ms. Leomar Cardoso Arruda

- Licenciado em Educação Física pela UFG-Regional Catalão
- Mestre em Educação Física pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro - UFTM
- Docente do Curso de Educação Física da UFCAT

necessidade de incluirmos hábitos saudáveis em nosso cotidiano como uma das ações preventivas na melhoria da saúde. Defendo a saúde em um sentido amplo, que vai muito além de entendê-la como somente ausência de doenças.

As atividades física e esportiva como uma das possibilidades preventivas no campo da saúde precisam ser estimuladas e ter o envolvimento direto da família, da escola e dos espaços sociais. Devem também existir Políticas de Governo (Federal, Estadual e Municipal) que fomentem ações planejadas que garantam a população brasileira o acesso aos espaços para a prática de atividades física e esportiva. Afinal, não adianta querer realizar atividades física ou esportiva, como uma caminhada ou andar de bicicleta, por exemplo, se não houver espaços adequados para a sua prática.

O sedentarismo apresenta uma correlação direta com a obesidade, a diabetes, as doenças cardíacas, a osteoporose, os problemas respiratórios, o isolamento, dentre outras. Devemos pensar as atividades física e esportiva como ações preventivas, pois vão além de sabermos dos benefícios destas para com a promoção da saúde. Somente saber e ter consciência da importância da prática esportiva e da atividade física como ações preventivas e de promoção da saúde, não é o suficiente. Precisamos de fato, praticar com certa regularidade um esporte, uma atividade física, um exercício físico.

Muitos fatores como a diminuição no rendimento mensal das famílias, a excessiva carga horária de trabalho, o uso exacerbado da tecnologia, a insegurança e o aumento da violência têm contribuído para o elevado número de pessoas sedentárias no Brasil. Por isso, devemos cobrar a implementação de Políticas Públicas que incentivem a estruturação de bairros planejados que contenham praças, parques, bosques, quadras esportivas e ciclovias, para que a população possa frequentar e praticar atividade física nestes espaços.

Em Catalão, identificamos vários bairros que possuem praças, calçadas para a prática da caminhada, quadras esportivas, pistas de skate, porém, com a expansão de diversos bairros residenciais, alguns ainda não apresentam tais espaços. É preciso garantir a democratização dos espaços públicos para a prática das atividades física e esportiva na maioria dos bairros, e, não somente em determinadas regiões de nossa cidade.

Por fim, destaco a importância das pessoas, que ao iniciar uma atividade física, um esporte ou realizar um exercício físico de forma sistematizada e regular, busquem a orientação de um profissional formado em Educação Física, afim de que se tenha segurança e orientação na realização de cada atividade física ou esportiva praticada.



Guilherme Naves
CRM - GO 22233

Oftalmologista - Retina e Vítreo Clínico Cirúrgico - Catarata - Uveítes - USG Ocular.

. Fellowship em Retina, Vítreo e Úvea pelo Hospital Oftalmológico de Sorocaba – Banco de Olhos de Sorocaba, BOS, Sorocaba, São Paulo, Brasil.

. Fellowship em Ultrassonografia Ocular pelo Hospital Oftalmológico de Sorocaba – Banco de Olhos de Sorocaba, BOS, Sorocaba, São Paulo, Brasil.

. Residência Médica em Oftalmologia pelo Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo, HSPE-SP, São Paulo, São Paulo, Brasil

. Graduação em Medicina pela Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais, Brasil.

- Título de Especialista pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia.

- Ex- Preceptor de Retina, Uvea e Catarata no Serviço de Residência Médica do Hospital Ouro Verde, Campinas, São Paulo, Brasil.

Fotos: Arquivo pessoal | Divulgação

A CONJUNTIVITE ESTÁ À SOLTA!

CONHEÇA MAIS SOBRE ESSA DOENÇA E COMO SE PREVENIR

A conjuntivite é uma doença que se caracteriza pela inflamação da conjuntiva, causada por agentes tóxicos, alergias, bacterianas ou vírus. De acordo com o Oftalmologista Guilherme Naves, a conjuntiva é a membrana transparente que recobre o globo ocular e a parte interna da pálpebra. “Existem três formas de conjuntivite, divididas de acordo com a sua origem. Temos a infecciosa, a alérgica e a tóxica”, explica.

A conjuntivite infecciosa, relata o profissional, é transmitida por vírus, fungos ou bactérias que infectam a membrana que reveste o olho, causando dor, vermelhidão e secreção. “Este é um tipo de conjuntivite muito contagiosa e pode afetar apenas um ou ambos os olhos. A conjuntivite causada por bactérias é aquela que gera sintomas mais intensos e produz secreções mais espessas, amareladas e abundantes do que a conjuntivite viral, em que as secreções são mais esbranquiçadas”, ressalta.

Já a conjuntivite alérgica é a mais comum e geralmente afeta ambos os olhos, sendo provocada por substâncias que provocam alergia, como por exemplo pólen, pelos de animais ou poeira da casa, alerta Dr. Guilherme. “Geralmente, afeta pessoas susceptíveis a alergia como em casos de rinite ou bronquite. Este tipo de conjuntivite não é transmissível e ocorre mais vezes na primavera e no outono quando há muito pólen espalhado pelo ar”.

A conjuntivite tóxica, de acordo com o especialista, é uma irritação causada, normalmente, por produtos químicos, como por exemplo a tinta do cabelo, produtos de limpeza, exposição a fumaça do cigarro ou a pequenos objetos que ficam presos no olho, assim como pela ingestão de certos medicamentos. “Todas as pessoas estão sujeitas a desenvolverem algum tipo de conjuntivite ao longo da vida. Mas, alguns grupos se destacam por estarem sempre em contato com alguns agentes alérgicos”, destaca.

Entre esses grupos estão pessoas que já trazem um histórico de alergias; pessoas que tiveram algum problema respiratório recentemente; pessoas diabéticas, já que a doença enfraquece seu sistema imunológico; pessoas que tomam corticosteróides, que também enfraquecem o sistema imunológico; e recém-nascidos ou idosos, pois possuem os olhos extremamente frágeis e sensíveis ao calor, à luz, ao frio, à fumaça e a germes patogênicos.

E quanto aos sintomas? Dr. Guilherme informa que o principal sintoma da conjuntivite viral é o aumento da secreção dos olhos, que pode ser de cor branca ou amarela e por se tornar muito mais espessa do que o normal, acaba ocasionando, muitas vezes, a dificuldade em abrir os olhos ao acordar. “Além desse sintoma, outros podem se ma-

nifestar, tais como: vermelhidão dos olhos; coceira e dor nos olhos; sensação de areia nos olhos; fotofobia (hipersensibilidade à luz); secreção nasal; inchaço nas pálpebras; e visão embaçada”, pontua.

Quando a inflamação da conjuntivite viral é muito intensa, uma membrana inflamatória se forma na parte interna das pálpebras e ela só pode ser retirada por um especialista, esclarece o Oftalmologista. “Caso a condição não seja tratada corretamente, a membrana pode evoluir para formação de cicatrizes na córnea e que podem diminuir a visão. Após a sua retirada, colírios de corticoide são prescritos para que ela não se forme de novo posteriormente”, explica.

Já a conjuntivite química tem sintomas semelhantes à alérgica. “Pode ser causada por agentes irritantes como a contaminação do ar, o cloro das piscinas e a exposição a substâncias químicas nocivas”, esclarece. Ele ainda informa que a conjuntivite alérgica possui como sintoma mais marcante o prurido ocular, hiperemia e inchaço nas pálpebras. Nesse tipo, a secreção costuma ser mais tênue que as outras conjuntivites.

De acordo com Dr. Guilherme, a maioria dos sintomas tem início em apenas um dos olhos e, após 2 ou 3 dias, a transmissão é feita para o outro olho. Quanto aos tratamentos indicados, vão variar de acordo com qual tipo ela é: alérgica, viral ou bacteriana. “A alérgica e a viral geralmente são combatidas com colírios e higienização correta do local. No caso da bacteriana é preciso fazer o tratamento com antibióticos e colírios específicos, esses medicamentos só podem ser comprados com a receita médica, procure não se auto medicar, algumas dessas soluções têm uma fórmula forte que pode prejudicar mais do que ajudar em caso de alta dosagem ou aplicação errada”, relata.

Outra recomendação, é que o paciente também pode fazer uso de compressas de água gelada, lavar os olhos sempre que possível com água limpa ou soro fisiológico. Se não for tratada corretamente, lesões e danos na córnea podem ocorrer e até mesmo causar cegueira, alerta o profissional. “É importante proteger os olhos com medidas higiênicas, e não apenas eles, mas as mãos também. Se mesmo após a indicação de tratamento médico não houver melhora em 7 dias, é necessário voltar ao consultório para que ocorra a reavaliação e, se necessário, a troca de medicamentos”, lembra.

Para prevenir a doença, Dr. Guilherme ressalta que a melhor forma de combater a conjuntivite é não coçar os olhos; evitar aglomerações; lavar as mãos frequentemente; não utilizar lentes de contato durante o período de tratamento; não compartilhar toalhas, rímel, delineadores ou outro produto de beleza; e trocar fronhas com frequência.

Recentemente, houve um surto de conjuntivite em Caldas Novas, cidade turística próxima à Catalão. O Oftalmologista lembra que em casos de surtos, geralmente, trata-se da conjuntivite viral. Ela é passada por meio do contato com outra pessoa e não pelo ar. “No caso de Caldas Novas, onde a maioria das piscinas são naturais, ou seja, não recebem tratamento com cloro, isso ajuda a proliferação. O cloro não mata o vírus, mas pode minimizar as chances de contágio”, conclui o especialista.





METABASE EM AÇÃO

Curta seu
sindicato no
Facebook



ASSOCIADO COMPROMETIDO SINDICATO ATUANTE.

SINDICATO METABASE GANHA AÇÃO JUDICIAL ONDE EMPRESA É OBRIGADA A HIGIENIZAR UNIFORME DO TRABALHADOR

O Sindicato METABASE conseguiu grande vitória em processo movido contra a Vale Fertilizantes, hoje Mosaic, buscando o pagamento de indenização pela lavagem dos uniformes. De forma pioneira, o METABASE ajuizou ação coletiva para discutir de quem seria a responsabilidade pela higienização dos uniformes operacionais, verdadeiros EPI's.

Acolhendo a tese defendida pelo Sindicato, o Juiz da Vara do Trabalho de Catalão condenou a empresa a realizar diretamente ou por empresa terceirizada a lavagem dos uniformes e a indenizar os trabalhadores pelas despesas com a lavagem em casa dos uniformes.

Pela decisão judicial, a empresa terá que pagar R\$10,00 [dez reais] por dia de trabalho, considerando os últimos 5 anos, até que implemente a lavagem direta dos uniformes. Todos os trabalhadores operacionais, do turno e do horário administrativo, das duas unidades, Terminal e Chapadão, estão abrangidos pela decisão.

A empresa tem o prazo para apresentar o recurso. O Sindicato aguardará e manterá os trabalhadores informados.

O Sindicato METABASE já repetiu ação idêntica para beneficiar os trabalhadores da CMOG. Estão em estudo também ações em favor dos trabalhadores das misturadoras. O METABASE continua se esforçando para resgatar e defender todos os direitos dos trabalhadores!



**PREZANDO PELO BEM ESTAR E
SEGURANÇA DO TRABALHADOR**

A IMPORTÂNCIA DO DIAGNÓSTICO DE CULTURA DE SEGURANÇA NAS ORGANIZAÇÕES



André Luís Martins de Souza

- Formação Acadêmica: Mestre em Gestão Organizacional pela Universidade Federal de Goiás–Regional Catalão. Especialista em Segurança do Trabalho pela Universidade Federal de Juiz de Fora. Engenheiro Mecânico pela Universidade Federal de São João Del Rei.
- Atuação Profissional: Coordenador de Engenharia na CMOC Internacional Brasil, em Ouvidor (GO)



Amanda de Cássia Silva

- Formação: Letras Licenciatura em Português pela Universidade Federal de Goiás. Pós-Graduação em Direito e Processo do Trabalho pela LFG. Técnico em Segurança do Trabalho pela escola SENAI Catalão.
- Atuação Profissional: Técnico de Segurança do Trabalho na CMOC Internacional Brasil, em Ouvidor (GO)

Acidentes laborais são indesejáveis em todos os ambientes de trabalho, pois, comprometem a produtividade, diminuem a moral dos trabalhadores e impactam financeiramente as empresas (Souza & Silva, 2018). No estado de Goiás, nos anos de 2013, 2014 e 2015, ocorreram 50.020 acidentes de trabalho registrados. Mas, por que os acidentes de trabalho acontecem?

Um dos fatores que influenciam esta condição está relacionado à Cultura de Segurança da Organização. Atualmente, existem diversos conceitos de cultura de segurança, mas todos evidenciam a necessidade das empresas priorizarem os valores de segurança sobre as questões de produção.

Em 1991, a Agência Internacional de Energia Atômica definiu a Cultura de Segurança como “um conjunto de características da organização e dos indivíduos que estabelece a sua prioridade máxima em questões de segurança, acima das de produção”. De acordo com Reason (2016), a cultura de segurança é a interação entre os valores comuns e crenças com as estruturas organizacionais e sistemas de controle, visando produzir padrões comportamentais.

Priorizar a segurança em detrimento da produção dependerá muito da Cultura Organizacional instalada, pois, conforme Edgar Schein (1992), a Cultura Organizacional é a união de particularidades que diferenciam uma empresa, entidade ou corporação da outra, tendo um papel primordial no alcance de metas propostas pela organização.

A Cultura Organizacional pode ser classificada como forte ou fraca. Em se tratando de uma cultura forte, os valores praticados pela empresa estão bem determinados e são amplamente divulgados e o discurso da liderança orienta e norteia o comportamento dos empregados e, em uma cultura fraca, os valores estão confusos e estão na contramão dos adotados pela maioria. Existe neste caso, baixa aderência ao grau de comprometimento com eles.

No caso de uma cultura forte existe maior possibilidade de desenvolver e capacitar os funcionários, diminuir conflitos, reduzir custo, evitar acidentes e, consequentemente, melhorar a imagem da organização. Quando a organização prioriza a redução de acidentes e os fatores de segurança, a Cultura de Segurança está presente no local de trabalho.

Considerando a teoria de Reason (2016), a Cultura de Segurança divide-se em quatro fases: 1- os indivíduos entendem a necessidade e se sentem confortáveis em relatar todos os incidentes ocorridos no seu dia a dia; 2- a cultura de melhoria contínua; 3- a cultura de justiça, que traz confiança no reporte de qualquer anomalia ocorrida; e 4- uma estrutura flexível e horizontalizada fornecendo mais autonomia nas tomadas de decisão referentes à segurança.

Sendo assim, a importância de diagnosticar em qual fase se encontra a Cultura de Segurança de sua empresa inclui entender e registrar a performance de segurança do setor ou unidade. Finalizado o diagnóstico, é possível direcionar esforços em prol do fortalecimento da Cultura de Segurança e, consequentemente, caminhar para o nível mais elevado em que se tem indivíduos com autonomia, que zelam pela sua segurança e dos outros membros da equipe e acreditam que o zero dano é possível.

Neste estágio, a Cultura de Segurança é realmente sustentável, com taxas de frequência de acidentes bem próximas de zero. As ações de segurança não ficam somente no discurso da liderança, estas realmente são aplicadas na prática. A liderança envolve, motiva e sensibiliza as equipes sobre a importância do tema e os indivíduos entendem o que é necessário para trabalhar de forma segura. Logo, nesta etapa as organizações obtêm benefícios significantes, tais como: redução de acidentes, melhoria na qualidade, aumento da produtividade e, consequentemente, ganhos mais significativos.

JURÍDICO RESPONDE BENEFÍCIOS DO INSS

Você sabe quais são os benefícios que os trabalhadores, segurados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), possuem? Não? Você não é o único. Na realidade, a maioria dos trabalhadores desconhecem seus direitos como segurado. Conhecem, sim, alguns como a aposentadoria e auxílio doença (B31). Mas, existe uma outra série de benefícios.

Pois bem, a partir desta edição estaremos mostrando de forma clara e simples outros benefícios previstos em lei. Desta vez, iremos falar sobre o: AUXÍLIO DOENÇA ACIDENTÁRIO (B91). Este benefício é concedido ao trabalhador quando ele sofre um acidente no trabalho.

Mas, o que é um acidente de trabalho?

O artigo 19 da Lei 8.213/91, assim define acidente de trabalho:

Acidente do trabalho é o que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa, com o segurado empregado, trabalhador avulso, médico residente, bem como com o segurado especial, no exercício de suas atividades, provocando lesão corporal ou perturbação funcional que cause a morte, a perda ou redução, temporária ou permanente, da capacidade para o trabalho.

O acidente do trabalho será caracterizado tecnicamente pela perícia médica do INSS, mediante a identificação do nexo entre o trabalho e o agravo.

Neste contexto, são considerados acidente de trabalho situações como:

- Doença de trabalho: quando o funcionário desenvolve problemas em virtude das condições no local onde desempenha suas atividades;
- Doença profissional: se manifesta conforme o tipo de trabalho e as exigências da atividade em questão;
- Acidente de trajeto: é o acidente ocorrido com o trabalhador durante o seu deslocamento habitual de sua residência para o trabalho e vice-versa, independentemente do meio de locomoção utilizado,

inclusive veículo de propriedade do segurado;

- Ainda, em viagem a serviço da empresa, inclusive para estudo quando financiada por esta dentro de seus planos para melhor capacitação da mão de obra, independentemente do meio de locomoção utilizado, inclusive veículo de propriedade do segurado.

Uma vez caracterizado o acidente de trabalho, a empresa deverá emitir a CAT – Comunicado de Acidente de Trabalho –, isto em todo e qualquer acidente com afastamento ou não para o trabalho. A CAT também pode ser emitida pelo Sindicato, pelo médico assistente, pelo próprio trabalhador acidentado, seus dependentes ou qualquer autoridade pública.

Caso o trabalhador fique 15 dias ou mais incapacitado para o trabalho devido ao acidente, este será encaminhado ao INSS para perícia médica, e sendo constatada a incapacidade do obreiro para o trabalho, devido ao acidente, o perito concederá o Auxílio Doença Acidentário (B91).

O que garante este benefício?

Este benefício garante ao trabalhador acidentado uma estabilidade provisória de no mínimo 12 meses após a liberação, pelo INSS, para seu retorno ao trabalho. Tal estabilidade está garantida no artigo 118 da Lei 8213/91.

Garante também que o empregador continue depositando o FGTS, mesmo estando afastado do trabalho, fato que não ocorre com o benefício de Auxílio Doença Comum (B31).

Para que o trabalhador acidentado no trabalho tenha direito a estabilidade provisória, de no mínimo doze meses, após seu retorno ao trabalho, além da emissão da CAT é imprescindível que o mesmo tenha recebido o benefício AUXÍLIO DOENÇA ACIDENTÁRIO (B91), concedido pelo INSS.

Qualquer dúvida, procure um advogado para orientá-lo.



ANDRÉ LUIZ FELÍCIO
OAB 44522

SINDICATO DOS METALÚRGICOS DE GUARULHOS COMEMORA 55 ANOS DE FUNDAÇÃO

Pedro Pereira da Silva, secretário-geral do Sindicato



José Pereira dos Santos, presidente do Sindicato



O Sindicato dos Metalúrgicos de Guarulhos e Região comemorou dia 30 de abril, o 55º aniversário de fundação. São mais de cinco décadas de lutas e conquistas, iniciadas em 1963, quando a entidade recebeu a Carta Sindical, do então ministro do Trabalho do governo João Goulart, Almino Afonso.

Para celebrar a data, foi prestada homenagem aos sócios mais antigos. O evento foi realizado na sede do Sindicato (Rua Harry Simonsen, 202, Centro, Guarulhos). O presidente José Pereira dos Santos destacou na ocasião: “Nossa história não foi escrita somente pelas direções sindicais que comandaram nossa entidade desde 1963, mas pelas gerações de metalúrgicos e metalúrgicas da base”, afirmou.

História

Pedro Pereira da Silva (Zóião), secretário-geral do Sindicato, ressaltou sobre a comemoração: “Somos um dos maiores Sindicatos do País, com vasta experiência nas ações em busca de benefício aos metalúrgicos. Realizamos greves, passeatas, protestos e milhares de reuniões nestes 55 anos. Construímos um patrimônio que oferece comodidade, agilidade e opções de lazer para nossos associados e toda a categoria”, enfatizou.

O Sindicato tem sede no Centro de Guarulhos, subedeses em Arujá e Mairiporã (Terra Preta). Ainda disponibiliza aos sócios o maior e mais completo Clube de Campo de Guarulhos, com grande conjunto aquático, mais de 160 churrasqueiras, pesqueiro, ginásio poliesportivo moderno e campo de futebol com gramado sintético.

Além disso, os associados e seus dependentes podem utilizar a Colônias de Férias em Caraguatuba, litoral de São Paulo, com 38 apartamentos.

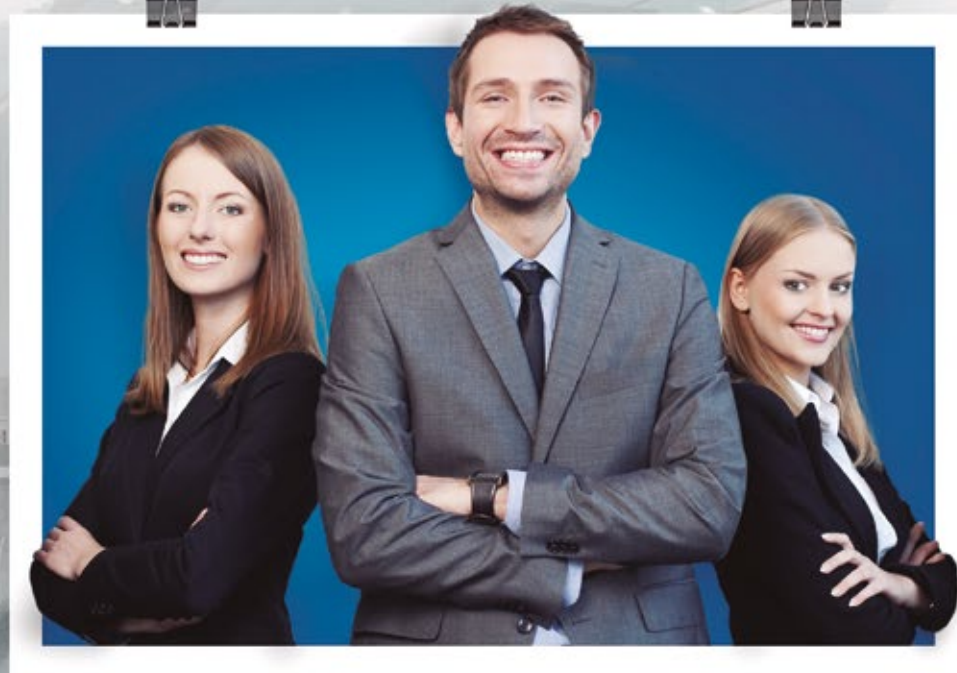
Social

O Sindicato busca melhorias para os guarulhenses, desenvolvendo programas sociais que levam apoio aos mais necessitados. Mantém o Instituto Cultural e Esportivo Meu Futuro, que atende mais de 100 crianças e jovens carentes do Parque Primavera e região e o GAP (Grupo de Apoio Psicoprofissional para Desempregados).

Além do apoio às crianças e jovens, com aulas de reforço escolar, inglês, informática, teatro, meio ambiente e tae-kwon-do, o Meu Futuro beneficia pessoas carentes do bairro, com a distribuição de leite e cestas básicas. Também são ministrados cursos de corte e costura, panificação e marcenaria. Tudo grátis.

O GAP atende de graça pessoas com idade mínima de 16 anos. São ministrados cursos que ajudam os desempregados a conquistar uma vaga no mercado de trabalho. Desde sua fundação, mais de 80 mil guarulhenses foram beneficiados.

São 55 anos de história, sempre a favor dos brasileiros.



Muito mais que benefício
Satisfação para o seu time e **qualidade no trabalho.**



1 milhão de
usuários



+ de 140 mil
estabelecimentos
credenciados



Aumenta a
produtividade e
valoriza os
colaboradores



Isonção de
encargos sociais
como INSS e FGTS
sobre valores
concedidos



Flexibilidade:
Taxas
Negociáveis

VALE
CARD

0800 701 5402
www.valecard.com.br





PERFIL

DR. AGUINALDO MESQUITA E A PAIXÃO PELA MEDICINA

SÃO MAIS DE 40 ANOS DEDICADOS À MEDICINA, BOA PARTE NA SANTA CASA DE MISERICÓRDIA DE CATALÃO

A nossa coluna Perfil homenageia Dr. Aguinaldo Gonçalves Mesquita, 68, Ginecologista e Obstetra. Ele formou-se em 1975, pela Escola Federal de Medicina do Rio de Janeiro.

Foi na Santa Casa de Misericórdia de Catalão, em 1976, seu primeiro atendimento e daí se passaram anos de dedicação à medicina: 43 anos de formação. O sonho de criança, quando os pais moravam na roça, se realizou.

A maior parte de atuação na medicina foi na Santa Casa, embora tenha trabalhado também no Posto de Saúde da cidade de Três Ranchos, até se aposentar. Atual provedor da Santa Casa, ele se orgulha da nova função.

Na provedoria da instituição filantrópica, ele trabalha com foco na gestão compartilhada. Houve consolidação da parceria com a Prefeitura de Catalão para o funcionamento do Pronto Socorro pelo SUS, inauguração do Pronto Atendimento de Obstetrícia 24h da Unimed, com médico especialista 24h, e o novo Pronto Atendimento, com 33 convênios e médicos experientes.

Dr. Aguinaldo luta também para criar um plantão 24h em Pediatria. A instituição filantrópica também será parceira

da Universidade Federal de Catalão, com a abertura do curso de Medicina.

Através de iniciativa privada, o provedor conseguiu reabrir a Maternidade, na qual são realizados cerca de 30 partos por mês e atendimento das gestantes por meio de vários convênios.

E falando em partos, o médico também é conhecido por ter realizado quase 12 mil partos e se orgulha de ver muitos dos bebês que passaram por suas mãos, homens de bem, inclusive, alguns seguindo a mesma profissão que ele.

Dr. Aguinaldo assumiu a prefeitura de Catalão, de 1989 a 1992. Sua esposa, Maria Ângela, também foi prefeita de 1998 a 2000, época em que ele diz que foi “primeiro-damo”.

Ele também já ocupou o cargo de assessor especial do governador Marconi Perillo, durante o primeiro mandato dele, além de gerente da Macro Regional de Saúde da Estrada de Ferro. Foi ainda candidato a deputado federal em 2006, a vice-prefeito em 2008 e a deputado estadual em 2010.

Pai de Hugo, Isadora e Gustavo, ele é avô de três netas.

2º PASSEIO CICLÍSTICO DO TRABALHADOR



**14 anos de
SIMECAT**

PARA METALÚRGICOS E COMUNIDADE EM GERAL

INSCRIÇÕES ATÉ O DIA 22 DE JUNHO NO SIMECAT

Rua Moisés Santana, 99, São João

Segunda a Sexta de 8h às 18h

CAMISETA DE CICLISTA PARA OS 100 PRIMEIROS

Para mais informações: 3442-4296

Data: 24 de Junho

Horário: 8h

**Concentração: Sede do
SIMECAT**

**Trajetos: Catalão até a cidade
de Anhanguera**

**SORTEIO DE
BRINDES**

**PONTOS DE HIDRATAÇÃO
E ALMOÇO PARA OS
PARTICIPANTES**

Realização:



Apoio:



**Cada um é responsável por
transportar a sua bike**



PADRONIZAÇÃO E SURGIMENTO DA ISO: UM BREVE HISTÓRICO!

Fotos: Arquivo pessoal | Divulgação



Marcelo de Andrade Luciano

- Formação: Técnico em Segurança do Trabalho pelo SENAC/SP
- Atuação Profissional: Técnico e Auditor de Sistema de Gestão Integrado

Em ambientes empresariais nos deparamos com regras, normas, procedimentos e instruções que têm como objetivo facilitar a execução das atividades, viabilizar a produção, reduzir custos e satisfazer as necessidades dos clientes, entregando produtos e serviços com qualidade. Por qualidade logo vem à mente algo bem feito, bem-acabado, saboroso, bonito, dependendo do produto ou serviço que está sendo adquirido. Desde a matéria-prima ao produto final, os processos de uma empresa são regidos por normas técnicas em níveis internacionais, nacionais e regionais, o que chamamos de normalização.

Normalização é a submissão de um processo a normas e padrões, que são conduzidos por organizações específicas que elaboram e estabelecem normas para garantia do padrão de qualidade e da segurança ao consumidor final. A empresa, respeitando essas normas e padrões, definirá mecanismos, métodos e procedimentos para seus processos, atividades ou serviços, o que chamamos de normatização. Organismos regulamentadores são responsáveis por normalizar e tem o propósito de harmonizar os padrões industriais e facilitar a coordenação internacional. A ISO é um dos organismos regulamentadores com essa responsabilidade e propósito. Mas a pergunta mais importante é: como surgiu a ISO?

A International Organization for Standardization (ISO) teve sua origem em Genebra, na Suíça, no ano de 1946, após o final da Segunda Guerra Mundial, substituindo a ISA (International Federation of the National Standardizing Associations), criada em 1926 e sendo a primeira entidade reguladora internacional. Com o encerramento da ISA, em 1942, 25 países, inclusive o Brasil, foram representados em Londres, no Reino Unido, para criação de uma nova organização, não governamental, responsável pela padronização. Em fevereiro de 1947, a ISO inicia suas atividades, universalizando e unificando o gerenciamento da qualidade para todos os países-membros. Atualmente 161 países são membros da ISO. A ABNT (Associação Brasileira de Normas Técnicas) representa a ISO no Brasil.

Todavia, o histórico dessa entidade é desconhecido por grande parte da população, inclusive a trabalhadora, que não reconhece sua origem, função e relevância, não identificando os impactos positivos nas relações de consumo e na vida das pessoas. A continuidade de empresas no mercado, a conquista de novos clientes e o alcance da excelência da qualidade são frutos da aplicação dos padrões ISO nos ambientes industriais. Cada vez mais, cliente nacionais e internacionais adquirem produtos e serviços que tenham a ISO como balizadora da qualidade e que sejam aprovadas por órgãos certificadores (responsáveis por recomendar o certificado de qualidade). Além disso, os benefícios para a segurança e saúde dos trabalhadores em empresas com certificações ISO são inúmeros.

Com a implantação dos sistemas de gestão da qualidade nas empresas e a difusão do conceito de qualidade pelas instituições de ensino profissionalizante, técnico e superior, a ISO tem alcançado uma nova geração de estudantes e profissionais, que valorizam as normas da qualidade e divulgam a ISO para gerações anteriores, que não estavam consonantes com o universo da padronização em suas rotinas diárias. Mesmo a ISO tendo mais de 70 anos de existência, sua influência e resultados demoraram a chegar à realidade das fábricas, ganhando força com o advento da norma NBR ISO 9000, publicada em 1987, influenciado pela globalização das economias, na década de 80.



EQUOTERAPIA: O CAVALO COMO PARTE DA REABILITAÇÃO DE VIDAS

CONFIRA O TRABALHO REALIZADO PELA ASCATE, EM CATALÃO, VOLTADO ÀS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA OU NECESSIDADES ESPECIAIS

Fotos: Foccul's Produções



Eleusa (voluntária), Suellen (voluntária), Patrícia (praticante), Fernanda (coordenadora técnica) e Jaqueline (voluntária)



Jaqueline (voluntária), Isabella (praticante), Janaína e Gismarino (voluntários)



ASCATE lutando pela reabilitação de vidas por meio da Equoterapia

A Associação Catalana de Equoterapia (ASCATE) é uma instituição sem fins lucrativos e foi fundada em 13 de setembro de 2013. O objetivo estatutário da entidade é promover o atendimento gratuito de Equoterapia, voltado às pessoas com deficiência ou necessidades especiais que tenham indicação médica para a atividade, em Catalão e região. Atualmente, a ASCATE funciona no parque de exposições da cidade, espaço cedido pelo Sindicato Rural.

De acordo com a fisioterapeuta Fernanda Ferreira, voluntária e coordenadora técnica da ASCATE, uma sessão de Equoterapia dura em média 30 minutos e é mediada por uma equipe multidisciplinar composta por fisioterapeutas, psicólogos, equitadores, entre outros profissionais. “Os objetivos de cada caso são traçados pela equipe que conta com um importante agente terapêutico: o cavalo. A sessão pode se dar com o praticante (como é chamado quem faz Equoterapia) em solo ou montado, sempre com ações voltadas à interação com o animal e o ambiente. Cada sessão pode variar e ser planejada de acordo com as particularidades de cada caso”, afirma.

No momento, 18 praticantes estão sendo atendidos pela associação no programa Voluntário Amigo, realizado toda quarta-feira, composto totalmente por pessoas que se voluntariam para colaborar com a ASCATE e 8 fazem parte do programa Adote um Praticante, que ocorre na segunda-feira e na quinta-feira, esse último, apoiado por diversas empresas e pessoas físicas da cidade. “O Adote um Praticante, além de permitir o patrocínio de um praticante, também auxilia na manutenção dos custos da instituição, permitindo que ela continue funcionando. A associação também presta serviços particulares de Equoterapia aos interessados”, conta Fernanda.

Para a fisioterapeuta, os resultados proporcionados pela Equoterapia são inúmeros, entre eles, destaca-se a socialização, a autoestima, benefícios motores como equilíbrio, coordenação motora, funcionalidade e independência e os benefícios cognitivos e comportamentais, como maior concentração e aprendizado. “Na ASCATE, todos os casos que já passaram pela instituição levaram a uma superação. Cada caso com suas particularidades, alguns com visível e claro sucesso, chegando à alta e outros com pequenas conquistas a cada sessão, as quais são muito festejadas pelos praticantes e familiares”, comemora.

Fernanda explica que para ser atendido pela instituição é necessário ter indicação médica para a atividade, a qual deve ser apresentada, juntamente com documentos pessoais, e então, se identifica em qual dos programas se enquadra cada caso. Havendo vagas, o indivíduo passa por uma avaliação multidisciplinar para o direcionamento da terapia.

A associação também arrecada recursos através dos Docinhos da ASCATE, negócio que funciona através de encomendas e trabalha com doces cristalizados e docinhos de festa. Além disso, são realizados eventos beneficentes, como jantares, leilões, bingos e rifas que permitem uma arrecadação que garante a continuidade do projeto. “Por vezes, ainda participamos de editais de fomento para apoio a projetos específicos e já fomos apoiados por instituições públicas e privadas”, informa.

Os profissionais envolvidos na instituição, além de dedicarem parte de seu tempo como voluntários, também recebem o apoio do Serviço Nacional de Aprendizagem Rural (SENAR-GO) para sua formação continuada voltada à Equoterapia.

Milena Aparecida Emídio Carneiro é casada com Karlo e mãe de Gabriel, 13, e Isabella, 3. Isabella participa do programa, pois apresenta atraso de desenvolvimento global e suspeita de Transtorno do Espectro Autista (TEA). “A ASCATE é importante em nossas vidas, pois beneficia muitas crianças e adultos com necessidades especiais, que não

teriam como custear o tratamento”, relata a administradora e pedagoga.

Ela ressalta que a filha tem diagnóstico de microdeleção no braço longo do cromossomo 7 e perdeu 76 genes, portanto, os especialistas não sabem quais as funções desses genes, então o caso ainda é um objeto de estudo. Hoje, Isabella apresenta atraso global de desenvolvimento, ainda não fala, tem movimentos repetitivos, pouca interação social e coordenação motora ruim. “Ela faz acompanhamento com neurologista e tem suspeita de TEA, diagnóstico ainda não fechado. Com o tratamento da Equoterapia é possível ver resultados de melhora na interação social com os profissionais que fazem o atendimento, na atenção e equilíbrio, no tônus muscular, na lateralidade, postura e simetria”, comemora a mãe.

Milena destaca que o apoio ao projeto é muito importante, pois existe uma fila de espera, com várias crianças e adultos aguardando uma vaga. Isabella esperou dois anos para se integrar à ASCATE. Com mais parceiros, a associação poderia aumentar o número de atendimentos. “Minha filha ainda não fala, então eu sou a voz dela. Precisamos de mais projetos como o da Equoterapia, de pessoas engajadas e dispostas a lutar pelos tratamentos de nossos filhos. Precisamos que esses atendimentos sejam de qualidade e que sejam realmente levados a sério, pois o desenvolvimento deles depende de cada uma dessas terapias.”



Os objetivos de cada caso são traçados pela equipe, que conta com um importante agente terapêutico, o cavalo

Eleusa Martins Neiva conheceu o trabalho da ASCATE por meio de uma reportagem na TV, e desde então, se tornou voluntária no projeto. “Vi a Fernanda falando a respeito da associação e que estava precisando de voluntários e resolvi participar desse projeto tão importante. Sou auxiliar-guia, ou seja, eu ajudo a conduzir o cavalo nas sessões. Vou sempre na quarta-feira, das 13h às 17h30, e às vezes, vou na segunda-feira também, de 8h às 11h”, revela a dona de casa.

Ela conta que se identificou com o programa, uma vez que gosta muito de animais e, principalmente, pensando em colaborar para que as pessoas com necessidades especiais tenham uma melhor qualidade de vida. “Depois que conheci a Equoterapia, vi que era tudo o que eu queria. Mudou muito a minha vida e me fez pensar diferente e olhar mais o lado das outras pessoas”, reflete.

Eleusa acrescenta que é gratificante contribuir para que os praticantes do projeto da ASCATE tenham uma vida melhor e que ser voluntária faz muito bem para a alma. “Na verdade, não sei quem ganha mais, se nós ou as pessoas que ajudamos. É um projeto lindo”, conclui.



**Diretoria do Sindicato dos
Metalúrgicos de Santo André e Mauá
rumo aos 85 anos de lutas
e conquistas!**

O plano certo para você sorrir



Credenciada
em âmbito
nacional



Sem carência



Atendimento
24 horas por dia
pelo SAC

0800 940 4455
www.dentalshow.com.br



ANS - n° 36103-8



Fotos: Taccoti's Produções - Arquivo pessoal

O AUTISMO E A LUTA CONTRA O PRECONCEITO!

TRANSTORNO DE DESENVOLVIMENTO
GRAVE PREJUDICA A CAPACIDADE DE SE
COMUNICAR E INTERAGIR



Renata Wirthmann
CRP 09/3548

Psicanalista e Professora adjunta no curso de Psicologia da Universidade Federal de Goiás - Regional Catalão. Suas principais linhas de pesquisa são os estudos Psicanalíticos da Psicose, Autismo e Feminilidade. Possui pós-doutorado em Teoria Psicanalítica na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), doutorado em Psicologia Clínica e Cultura pela Universidade de Brasília (UnB) e mestrado em Psicologia pela UnB.

Renata Wirthmann é psicanalista e professora adjunta no curso de Psicologia da Universidade Federal de Goiás - Regional Catalão. Ela tem entre suas principais linhas de pesquisa o Autismo, e esclarece que foi em 1943 que Leo Kanner, nos EUA, descreveu, pela primeira vez, uma nova síndrome que ele nomeou como “Autismo Infantil Precoce”. Nessa mesma época, Asperger, na Áustria, criou um novo diagnóstico que levou seu nome: “Síndrome de Asperger”.

Anos mais tarde, em 1952, tais síndromes entraram nos Manuais de Diagnósticos. “Hoje, no DSM-V, o manual desenvolvido pela Associação Americana de Psiquiatria, nomeia tal quadro como “Transtorno do Espectro Autista” (TEA). O Transtorno do Espectro Autista, segundo o DSM-V, engloba todos os transtornos antes chamados de Autismo Infantil Precoce, Autismo Infantil, Autismo de Kanner, Autismo de Alto Funcionamento, Autismo Atípico, Transtorno Global do Desenvolvimento sem outra especificação, Transtorno Desintegrativo da Infância e Transtorno de Asperger”, esclarece.

De acordo com a psicanalista, antes de descrever as principais características do TEA, é importante fazer algumas ressalvas, entre elas: que é fundamental uma equipe multiprofissional (psicólogo ou psicanalista, escola, psiquiatra infantil ou neuropediatria e fonoaudiólogo) para que o diagnóstico seja feito corretamente; que não bastam ter os sintomas a seguir, estes devem ser persistentes, ou seja, devem estar presentes na criança durante um longo período e não desaparecerem logo após o início das estimulações; que esses sintomas estão presentes desde a infância; e que eles limitem ou prejudiquem o cotidiano da criança em casa, na escola e em outros ambientes.

Tendo em vista essas ressalvas, Renata afirma que pode-se considerar que as duas principais características do TEA são: o prejuízo na comunicação e interação social (exemplo: a criança evita o contato visual, ultrapassa os dois anos de idade sem começar a falar e, mesmo após começar a falar, não inicia ou não dá continuidade a uma conversa) e padrões restritos e repetitivos de comportamento, de interesses e de atividades (exemplo: ao invés de brincar

Primeiro evento oficial realizado pelo grupo de whatsapp com pais de Autistas



com o carrinho fantasiando que este é um carrinho, se limita a ficar girando, repetidamente, as rodinhas deste).

As primeiras manifestações do TEA costumam ser reconhecidas entre os 12 e 24 meses do bebê, quando mais graves, e após os 24 meses, quando moderados ou leves. “Os primeiros sintomas do TEA costumam ser: atraso no desenvolvimento da linguagem: ausência de interesse social (recusa do olhar); padrões atípicos de brincadeiras (carregar brinquedos sem nunca parar para brincar com eles); padrões incomuns de comunicação (conhece todo o alfabeto mas não o próprio nome); forte tendência a repetição (assistir muitas vezes a mesma coisa, comer o mesmo alimento); e presença de comportamentos estereotipados (andar na ponta dos pés ou ficar sacudindo as mãos no ar)”, conta.

A psicanalista ressalta que embora o DSM-V tenha proposto a unificação de todos os diagnósticos citados acima dentro de um grande grupo denominado de “Transtorno do Espectro Autista”, existe uma enorme diferença entre os sujeitos autistas. “Alguns autistas apresentam comprometimento intelectual enquanto outros possuem um desempenho intelectual acima da média para sua idade; 30% dos autistas não falam nem quando atingem a vida adulta enquanto os outros 70% desenvolverão a fala, embora, muitos desses, com alguma dificuldade de compreensão e interpretação. Muitos apresentam déficits motores como falta de coordenação motora ou caminhar na ponta dos pés. Vários se machucam (mordem a mão, batem a cabeça) e outros são extremamente desafiadores”, explica.

Frente a quadros tão diferentes, Renata lembra que é fundamental descrever que existem, segundo o DSM-V, três níveis de gravidade: os níveis 1, 2 e 3, sendo o 1 o mais leve e o 3 o mais grave. No nível 1, o autista precisa de apoio e estimulação para não vir a ter prejuízos notáveis nas interações sociais. Neste nível, o sujeito possui fala e consegue falar frases completas. O problema costuma aparecer no interesse reduzido por interações sociais, falhas nas tentativas de fazer amizades, inflexibilidade e dificuldade de trocar de atividades.

No nível 2, o autista possui déficits graves nas habilidades de comunicação social tanto verbal quanto não verbal. Neste nível, os prejuízos sociais irão se manter mesmo com apoio e estimulação. O sujeito chega a falar, mas com atrasos. As frases serão mais simples, os interesses reduzidos, comunicação não-verbal não compatível com o ambiente e dificuldade de lidar com mudanças.

No nível 3, há a presença de déficits graves nas habilidades sociais, na comunicação verbal e não-verbal, prejuízos no funcionamento cotidiano, pouca ou nenhuma fala com poucas palavras inteligíveis. Extrema dificuldade para lidar com mudanças, comportamentos repetitivos e restritos.

A causa do Autismo permanece desconhecida. “Nos inúmeros estudos genéticos feitos até hoje, por exemplo, foram descobertas anomalias em dezenas de genes, mas não são consistentes de um estudo para outro ou de uma amostragem para outra, portanto, não são dados suficientes para serem qualificados como causas prováveis. Outras pesquisas buscaram identificar as causas em disfunções cerebrais, mas estas também não estão presentes na grande parte dos sujeitos estudados, sobretudo nos autistas de alto funcionamento. Nenhum exame biológico também está em condições de dizer a causa, tampouco de contribuir para o diagnóstico”, destaca.

O que propor para o tratamento do autismo? A psicanalista informa que desde que a legislação decretou que o autismo é uma deficiência e não um funcionamento subjetivo específico começaram a surgir tratamentos com técnicas longas e agressivas demais, caras demais, não científicas, não totalmente controladas por profissionais qualificados e que, fundamentalmente, tem tornado a tarefa dos pais, particularmente, difícil. “É muito difícil encontrar instituições que consigam associar a educação e os cuidados necessários com o trabalho adaptado ao ritmo do sujeito e onde se leve em conta a angústia ao invés de combatê-la violentamente. Muitos tratamentos propostos hoje elevam a angústia do autista a níveis que, frequentemente, geram comportamentos agressivos, sobretudo contra o próprio corpo”, enfatiza.

“Se todos fossemos iguais não teria a menor graça” foi o tema do evento em comemoração ao Dia Mundial do Autismo



Para Renata, primeiro é preciso observar e escutar os autistas. “Por isso, durante a entrevista com meus pacientes, me silencio e convido alguns autistas para falarem de si e do que eles precisam. Ouvindo a cada um deles, dentro das diferentes especificidades de fala destes, teremos como formular um tratamento para cada sujeito”, revela.

Através da sua experiência profissional, ela descreve alguns relatos encontrados em estudos sobre o assunto:

Berger, um autista de alto funcionamento, descreveu o que espera de seu terapeuta. “Espero um olhar que não avalie antes de ver, que não meça com suas próprias medidas, um olhar que dê ao outro a possibilidade de ser plenamente o que ele é, ainda que estranho e desconcertante. Um olhar que conceda a existência, que não procure dominar.”

Kedar e seu incômodo com o olhar discriminatório das pessoas disse. “Uma vez que eu não posso falar, se eu não mostrava minha inteligência, assumia-se que sou burro. Pare de olhar para nossos movimentos bizarros, faces blank, falta de fala, dificuldade de escrita à mão, pobre auto-controle, and on and on, como prova de atraso intelectual. Pode parecer isto, mas eu penso que aqui as aparências enganam. Quem sabe quanto está trancado dentro?”

Fleischmann organiza suas queixas como uma manifestação para os demais autistas. “Crianças com autismo precisam que suas histórias sejam contadas. Nós precisamos de ajuda. Nós precisamos que as pessoas acreditem. Nós precisamos que as pessoas compreendam. Nós precisamos que as pessoas escutem. É difícil ser autista porque ninguém me entende. As pessoas me olham e já supõem que eu sou burra porque eu não posso falar ou porque eu ajo diferente deles. Eu acho que as pessoas ficam assustadas com o que aparenta ou parece diferente deles.”

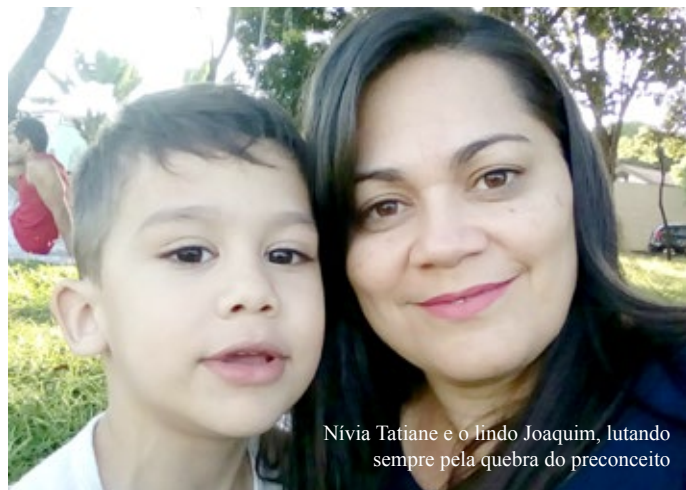
Renata conclui informando que no curso de psicologia da Universidade Federal de Goiás (UFG) - Regional Catalão é realizado um projeto de pesquisa e extensão que tem como objetivos a investigação teórica acerca do autismo; acompanhamento de autistas e seus responsáveis e apoio às escolas que possuem crianças autistas. O trabalho é feito pelos estagiários do curso de psicologia sob a supervisão dela, em diferentes instituições da cidade e no Centro de Estudos Aplicados em Psicologia (CEAPSI) localizado no bloco M da Regional Catalão.

Nívia Tatiane de Jesus Curado, diarista, é natural de Luziânia-GO e mudou-se para Catalão, em 2009. É solteira e mãe de Joaquim, 4, e Thaina, 20. Ela descobriu que Joaquim tinha Autismo em uma consulta de rotina com o pediatra há 2 anos. “Ele era muito nervoso, dormia mal, não se alimentava direito e não falava. Essas foram algumas coisas que notei de diferente. Também não respondia, quando o chamávamos, como se fosse surdo”, explica.

Quando ela recebeu o diagnóstico foi bem difícil. “É a fase do luto, porque temos a sensação de morte das expectativas para o desenvolvimento do filho. Então, comecei a ler tudo sobre Autismo e cada vez mais, identificava o espectro no meu filho. Depois, passado a fase do luto, decidi que faria o possível para que ele pudesse viver uma vida mais próxima de uma pessoa neurotípica”, relata.

Joaquim já passou por Neurologista, Psiquiatra, Fonaudióloga, Terapeuta Ocupacional, AEE (Assistência a Educação Especial). E as mudanças são perceptíveis, comemora a mãe. “Após uns 3 meses de AEE e Fono, ele já começou a falar. Além do Autismo, ele tem Hiperlexia (Capacidade Precoce para a Leitura e Escrita). Ele aprendeu sozinho a ler e escrever, conhece todos os números e formas geométricas. Também passou a ter contato visual e aceitou a proximidade de outras crianças da mesma idade perto dele, diminuiu as estereotípias e os movimentos repetitivos”, conta.

A mãe afirma que a convivência em casa é bem tranquila, que o pai vem frequentemente vê-lo, e que a escola o ajudou muito na convivência dele com outras crianças. Quanto ao preconceito, ela relata que por falta de conhecimento, as pessoas costumam confundir as crises com birra. “Na maioria das vezes, vem o julgamento das pessoas pelo fato da criança chorar e gritar, e até ser agressiva. Ainda existe preconceito e na minha opinião, é mais pela falta de informação”, explica.



Nívia Tatiane e o lindo Joaquim, lutando sempre pela quebra do preconceito

Hoje, Nívia Tatiane é administradora de um grupo de apoio no whatsapp criado por ela e que começou com poucas mães. “O grupo veio na melhor hora para mim, me sentia muito só e não tinha pessoas que me entendessem e que passavam pelo que eu passava. Fiz o grupo e divulguei nas redes sociais e hoje, somos 58 pessoas interagindo”, ressalta.

A luta agora é pela criação de uma associação. “Com a associação poderíamos, por exemplo, trazer um neuropediatra para Catalão, porque temos que ir para outras cidades para termos esse atendimento. Também estaremos focados na qualidade de atendimento e treinamento para os profissionais que fazem as terapias para autistas”, afirma.

No dia 8 de abril, foi realizada a comemoração do Dia Mundial da Conscientização do Autismo, oficialmente lembrado no dia 2 de abril, em Catalão. O evento ocorreu no Parque Calixto Aarão e reuniu cerca de 150 pessoas, com o tema “Se todos fossemos iguais não teria a menor graça!” Foi o primeiro evento promovido pelo grupo de apoio.

O grupo se coloca à disposição para acolher e esclarecer as famílias interessadas. Contato pelo número: (64) 98110-6811.



Aparecido Inácio da Silva

Presidente do Sindicato dos Metalúrgicos de São Caetano do Sul, advogado e mestre em Direito do Trabalho pela PUC/São Paulo.

Foto: Arquivo pessoal

IMPACTOS DA LEI 13.467/2017 NA SAÚDE DOS TRABALHADORES

As relações de trabalho e emprego no Brasil estão passando por sérias mudanças após a entrada em vigor da Lei 13.467/2017, que promoveu uma ampla e profunda reforma na estrutura da CLT (Consolidação das Leis do Trabalho) e com desdobramentos ainda não muitos claros, porém, em condições de se prever sérios impactos negativos na saúde e segurança dos trabalhadores e trabalhadoras brasileiros.

A tal reforma não modifica, evidentemente, a política nacional de saúde do trabalhador e trabalhadora (PNSTT). Porém, as novas modalidades de contratação, tais como a terceirização irrestrita e o teletrabalho, e ainda a ampliação da jornada de 12 horas de trabalho, com 36 horas de descanso, para toda e qualquer área, redução do intervalo de almoço de 30 minutos, em vez de uma hora, a permissão para que grávidas e lactantes realizem suas funções em ambientes insalubres, não deixam de gerar preocupação e mostram que a lei coloca os interesses das empresas acima da saúde da classe que vive do trabalho.

O caso da terceirização é para nós bastante emblemático pelo fato de que, mesmo sendo permitida anteriormente apenas em atividades-meio, ainda assim ela já acarretava mais danos à saúde aos trabalhadores inseridos nesta modalidade de contrato, se comparados com empregados contratados diretos pela chamada empresa-mãe. O que prova haver, nesses casos, uma relação intrínseca entre a precariedade gerada pela terceirização e o aumento dos adoecimentos internamente às empresas.

Estudo produzido pelo IPEA (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada) apontou que, além de uma remuneração 27% inferior em relação aos contratados diretos, bem como de número maior de horas diárias, os trabalhadores terceirizados estão também muitos mais vulneráveis a sofrerem acidentes. Ainda mais em se tratando de terceirização irrestrita, conforme permite a tal lei em vigor, o que abre espaço para ampliar negativamente essa condição.

O mesmo vale também para as demais modalidades de contratação, acima citadas, visto que, as mudanças introduzidas na legislação trabalhista, em vez de melhorar, acarretam prejuízos à saúde de quem trabalha. Nesse sentido, é importante fazer novamente menção à redução da hora do almoço que, por não permitir o trabalhador descansar adequadamente, possibilita uma maior ocorrência de acidentes, queda no rendimento do trabalho, entre outros aspectos, em função da desatenção e do cansaço.

Em se tratando de trabalho de grávidas e/ou lactantes em locais insalubres, essa relação pode agravar enormemente a saúde dessas trabalhadoras e ainda dos seus bebês, já que pelas “novas” regras as mulheres nessas condições poderão desenvolver atividades laborais em ambientes prejudiciais à saúde independentes do grau de risco, desde que um médico as autorize.

Com tais alterações fica evidenciado que as condições de trabalho nas empresas que, do ponto de vista da saúde e segurança dos trabalhadores, nunca foram as melhores, tendem a piorar.

Portanto, diante do que foi aqui analisado e considerando que a própria Lei 13.467 permite que o legislado prevaleça sobre o negociado, cabe aos sindicatos desenvolver uma atuação firme e consequente, de modo que as convenções e acordos coletivos de trabalho, resultantes do processo de negociação junto às empresas, possam oferecer as devidas garantias, no tocante à saúde e segurança dos trabalhadores, que ficaram por demais fragilizadas após a aprovação e entrada em vigor da “nova” lei trabalhista.

SUA SIPAT FICA MELHOR COM O SESI

Todas as soluções de que sua
empresa precisa em um só lugar.

Incríveis Palestras Show e Stand Ups



Teatros



Aulão motivacional



Odontologia móvel



Minicursos



Espaço Zen



Palestras

Leve Inovação em segurança para sua empresa.

Alguns de nossos temas:

- DST e AIDS • Diabetes, Colesterol e Hipertensão • Tabagismo e Alcoolismo • Drogas
- Dengue, Zika e Chikungunya • EPI e Prevenção de Acidentes • Ergonomia, LER e Dort
- Higiene Pessoal • Saúde Bucal • Meio Ambiente • Gerenciamento 5S
- Qualidade de Vida • Segurança no Trânsito • Combate a Incêndios

Informações: Sesi Catalão - (64) 3441-5400





OS BENEFÍCIOS DO IMPLANTE DENTÁRIO

O ODONTÓLOGO FREDERICO FIORAVANTE EXPLICA EM DETALHES SOBRE A TÉCNICA QUE REVOLUCIONOU A ODONTOLOGIA MUNDIAL

Os implantes dentários são dispositivos feitos em titânio, em sua maior parte em forma de parafusos, que servem para substituir a raiz do dente e dar suporte a uma futura prótese, contribuindo assim para um melhor bem-estar físico, estético e função mastigatória.

De acordo com o Odontólogo Frederico Fioravante, eles são indicados para pacientes com perda unitária, parcial ou de todos os dentes. “Não existem contraindicações absolutas para implantes, mas algumas temporárias, que inviabilizam a instalação por um determinado tempo”, afirma o profissional.

Ele indica que deve se ter maior atenção para pacientes com problemas cardíacos, diabéticos, tabagistas, grávidas, pacientes com alterações sistêmicas graves, que fazem uso de bisfosfonatos e que apresentam higiene bucal insatisfatória.

Dr. Frederico alerta que a taxa de sucesso em implantes dentários está em torno de 98%, atribuindo a isso, qualidade do fabricante, técnica cirúrgica e cooperação do paciente. “A longevidade de um tratamento com implantes está diretamente ligada ao nível de higiene bucal do paciente e ao retorno do mesmo às revisões semestrais ao dentista”, destaca.

Entre os benefícios do implante dentário ressalta-se:

- Estética, garantindo um resultado muito natural;
- Eficiência na mastigação, pois há melhora da oclusão e, consequentemente da mastigação, muito semelhante à eficácia dos dentes naturais;
- Fonética, pois a posição incorreta dos dentes prejudica a fala e o implante ajuda a melhorar a fonética dos pacientes;
- Estabilidade necessária para um sorriso saudável;
- Sociabilidade e resgate da autoestima;
- Rápida recuperação e tratamento sem dor devido ao avanço tecnológico.



Dr. Frederico Fioravante
CRO-GO 9067

- Especializações em Prótese Dentária
e Implante Dentário

64 3342-7340 / 64 98401-7340
Rua Getúlio Vaz, 261, Loteamento
Três Cruzes

📍 Odonto & Saúde
📧 @fredsassa | @odontosaudecat

Fotos: Foccu's Produções | Divulgação



**sem adição
de açúcares**

Novas receitas caseiras Del Valle

Com o mesmo gostinho e carinho
do feito em casa. Agora também
no sabor Caju.

**del
Valle®**

PAGTO. EM
12X
IGUAIS

APROVEITE AS FÉRIAS DE JULHO NOS MELHORES DESTINOS DO NORDESTE BRASILEIRO



FORTALEZA

Bilhete aéreo ida e volta voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã no Hotel Maredomus. Saídas 7,13,14,20,21,27 e 28.jul.2018

A partir de
12X R\$ 146,⁷⁵
Total à vista R\$ 1.761,



CARMEL CUMBUCO

Bilhete aéreo ida e volta (via Fortaleza) voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã. Saídas 7,13,14,20,21,27 e 28.jul.2018

A partir de
12X R\$ 352,⁹²
Total à vista R\$ 4.235,



PORTO DE GALINHAS

Bilhete aéreo ida e volta (via Recife) voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã na Pousada Vila do Porto. Saídas 6,7,13,14,20, 21,27 e 28.jul.2018.

A partir de
12X R\$ 144,⁵⁰
Total à vista R\$ 1.734,



RECIFE

Bilhete aéreo ida e volta voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã no Marante Plaza Hotel. Saídas 6,7,13,14,20, 21,27 e 28.jul.2018.

A partir de
12X R\$ 161,⁵⁸
Total à vista R\$ 1.939,



JOÃO PESSOA

Bilhete aéreo ida e volta voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã no Hotel João Pessoa Hplus Beach. Saídas 6,7,13,14,20, 21,27 e 28.jul.2018.

A partir de
12X R\$ 144,⁰⁸
Total à vista R\$ 1.729,



MACEIÓ

Bilhete aéreo ida e volta voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã no Hotel Ritz Praia. Saídas 7,13,20, 21,27 e 28.jul.2018.

A partir de
12X R\$ 139,⁶⁷
Total à vista R\$ 1.676,



MARAGOGI

Bilhete aéreo ida e volta (via Maceió) voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã na Pousada Encontro das Águas. Saídas 7,13,20, 21,27 e 28.jul.2018.

A partir de
12X R\$ 195,⁴²
Total à vista R\$ 2.345,



NATAL

Bilhete aéreo ida e volta voando Gol + traslado aeroporto/hotel/aeroporto + 7 noites de hospedagem com café da manhã no Hotel Aram Ponta Negra. Saídas 6,7,13,14,20,21,27 e 28.jul.2018.

A partir de
12X R\$ 174,⁸³
Total à vista R\$ 2.098,

PROMO.041

Preços por pessoa em apt. duplo, válidos para saídas de Brasília nas respectivas datas informadas, não incluída a taxa de embarque. Parcelamento em 12x iguais, sendo a entrada à vista e o saldo em 11x mensais nos cartões Amex, Diners, Mastercard ou Visa e em 10x iguais no boleto, sendo a entrada à vista e as demais 9 parcelas mensais. Lugares limitados e reservas sujeitas à confirmação. Preços e condições sujeitos a alteração e disponibilidade. Consulte outras opções de hotéis, roteiros e datas de saída.

Telefone: + 55 41 3242-7690
atendimento@hsbturismo.com.br
Av. República Argentina, 452 Cj. 1504
Água Verde – Curitiba – Paraná



HS&B
VIAGENS E TURISMO
Cadastur

18.010608.10.0001-6

/hsbturismo
www.hsbturismo.com.br



BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA FUNCIONAL E DA CAMINHADA ORIENTADA

Fotos: Arquivo pessoal | Divulgação



Laís Leal de Moura
CREF: 006233-G/GO

- Formação: Licenciada em Educação Física pela Universidade Federal de Goiás no Campus de Catalão em 2011. Pós-graduada em Fisiologia do Exercício pelo Instituto de Pesquisa e Ensino de Catalão em 2015. Bacharel em Educação Física pela Faculdade de Piracanjuba em 2017.
- Atuação Profissional: Professora de Educação Física no SESI – Serviço Social da Indústria na Unidade de Catalão desde 2012. Áreas: Musculação, Pilates Solo, Dança, Hidroginástica, Treinamento Funcional e Ginástica Laboral.

O treinamento funcional ou ginástica funcional é uma aula que mescla várias capacidades físicas como: potência, força, velocidade, coordenação motora e outros. Antigamente era realizado pela Fisioterapia para reabilitar indivíduos e atualmente, está difundido em todo o Brasil com inúmeros praticantes. Já a caminhada orientada é a prática do encaminhamento, acolhimento, orientação, prescrição e o acompanhamento da atividade física, com respeito às necessidades individuais. A caminhada é uma excelente atividade física, especialmente para quem está começando um programa de atividades.

A atividade influencia benéficamente na melhoria do corpo; na melhora da função cardiovascular; dos níveis de condicionamento físico; auxilia na redução do peso e no fortalecimento dos músculos das pernas, evitando assim quedas e promovendo maior agilidade; reduz a pressão sanguínea, as taxas de colesterol no sangue; a possibilidade de doenças cardíacas, da osteoporose, do diabetes e do estresse; além de melhorar a autoestima, impedir a depressão; e fazer novas amizades.

A aula de caminhada orientada e treinamento funcional pode ser realizada com exercícios isolados (um exercício de cada vez) ou em circuito (vários exercícios). Para a aula são utilizados vários acessórios: bola de balness, medicine ball, colchonete, jump, step, halteres, anilhas, corda, caixotes, cones, bastões, etc. Devido à intensidade dessa aula os benefícios são inúmeros, como a melhora da flexibilidade, o emagrecimento, a otimização da coordenação motora, o ganho de equilíbrio e o condicionamento cardiorrespiratório.

A aula de caminhada orientada e treinamento funcional pode ser realizada em clubes, praças, praias, pode acontecer dentro da empresa ou qualquer outro ambiente aberto e com espaço suficiente para movimentação dos praticantes. Como toda atividade física, recomenda-se no mínimo três vezes por semana, mas nada impede que seja realizado todos os dias, o que torna sua prática mais efetiva.

Ressaltamos que toda atividade física deve ser ministrada por um profissional de Educação Física que entenda o que está promovendo para o aluno, para potencializar seus resultados, corrigir quando necessário e tornar o treino agradável e adequando aos objetivos.

R\$ 52 MIL PARA CADA TRABALHADOR!

METALÚRGICOS DE CURITIBA CONQUISTAM A MAIOR PLR DO BRASIL



Mais uma vez, os metalúrgicos da Renault, na Grande Curitiba, conquistam a maior Participação de Lucros e Resultados do Brasil (PLR), segundo o Dieese. Foram 5 dias intensos de mobilização na porta de fábrica, quando os cerca de 7 mil trabalhadores da empresa, liderados pelo Sindicato dos Metalúrgicos da Grande Curitiba, cruzaram os braços por um benefício que tivesse à altura de sua participação no crescimento da Renault.

Como resultado da intensa luta na porta de fábrica, os trabalhadores conquistaram R\$

52.000,00 de PLR para cada trabalhador em dois anos. O valor representa mais de R\$ 312 milhões injetados na economia brasileira.

Além da maior PLR do Brasil, os trabalhadores ainda saíram da luta com um bom reajuste em seu vale-mercado, passando de R\$ 360 para R\$ 560 para cada metalúrgico da Renault.

Para o presidente do SMC, Sérgio Butka, “essa aprovação significa que a economia está melhorando e pode ser considerada uma retomada dos grandes acordos do passado.”

“Essa conquista mostra que nós estamos vivendo uma nova fase de acordos na categoria. Já iniciamos o ano conquistando reajustes e aumentos reais no salário dos metalúrgicos em muitas empresas. Na Renault, assim como na Volvo, tivemos um bom aumento na PLR e também um bom avanço no vale-mercado. Isso mostra que a economia está melhorando, propiciando aos trabalhadores, não só das montadoras, que comecem a pensar em recuperar o que perderam no passado”, destacou Butka.

OPINIÃO



SÉRGIO BUTKA,
Presidente do Sindicato dos Metalúrgicos da Grande Curitiba, da Federação dos Metalúrgicos do Paraná (Fetim) e da Força Sindical do Paraná.



A SAÚDE E A SEGURANÇA DO JOVEM PRECISAM DE ATENÇÃO

Os dados da Organização Internacional do Trabalho e do Ministério Público do Trabalho comprovam que atualmente jovens são as maiores vítimas de acidentes e doenças do trabalho no Mundo. No Brasil não é diferente. São essas pessoas com idades entre 25 e 39 anos que tem sofrido grande parte dos acidentes, muitos deles fatais, no nosso país.

Por isso é preciso dar uma atenção especial para essa parcela da população. Precisamos focar ainda mais na ampliação das ações e práticas de prevenção dentro das empresas, implantando mais CIPAs, aumentando o uso de EPIs e reduzindo as longas jornadas de trabalho hoje impostas a esse pessoal.

Boa parte disso já está sendo feito há alguns anos, mas é preciso muito mais! É preciso também ampliar a nossa presença nas escolas e universidades. Com ações diretas de

prevenção, saúde e segurança do trabalho que impactem a vida dos nossos jovens antes mesmos de eles entrarem no mercado de trabalho. E isso é preciso ser feito JÁ, ou nossos jovens continuarão pagando a insegurança no trabalho com sua própria vida.

Mas, para isso funcionar, é necessário união! Trabalhadores, cipeiros, Sindicatos, empresários, supervisores e membros da sociedade organizada precisam estar comprometidos neste grande propósito de proteger nossos jovens! Só assim é que evitaremos que o Brasil siga com estatísticas alarmantes como 1 acidente de trabalho a cada 48 segundos e de 1 morte por acidente de trabalho a cada 3 horas e 38 minutos.

Temos que dar um basta nisso e transformar de vez as nossas fábricas em ambientes seguros e marcados pela valorização da dignidade humana!



CAPTURA



360°

TECNOLOGIA E INTELIGÊNCIA
EM RECURSOS HUMANOS

CAPTURA RH

- PROCESSO DE SELEÇÃO
- TREINAMENTOS COM EXIGÊNCIA LEGAL
- GESTÃO DE MEDICINA DO TRABALHO
- PROCESSO DE GESTÃO DE DOCUMENTOS
ADMISSIONAIS
- LOCAÇÃO DE MÃO DE OBRA TEMPORÁRIA

CAPTURA ICS

- SERVIÇOS COMBINADOS DE APOIO
ADMINISTRATIVO
- SERVIÇOS DE CONSERVAÇÃO E LIMPEZA
PREDIAL, URBANA, TÉCNICA E INDUSTRIAL
- SERVIÇOS DE SUSPENSÃO VEGETAL
- COLETA DE RESÍDUOS NÃO PERIGOSOS
- OBRAS DE URBANIZAÇÃO, RUAS, PRAÇAS
E CALÇADAS
- SERVIÇOS DE ENGENHARIA
- SERVIÇOS DE PREPARAÇÃO DE TERRENO,
CULTIVO E COLHEITA

64 **3411-5487**

Av. 20 de agosto, 1127, Centro
CEP 75701-190, Catalão/GO
www.capturarh.com.br