

MEDICINA DO TRABALHO

Benefran Júnio da Silva Bezerra
Alexandre dos Santos de Leles

SEGURANÇA

MEDICINA DO TRABALHO

Benefran Júnio da Silva Bezerra

Alexandre dos Santos de Leles

SEGURANÇA



Autor

Benefran Júnio da Silva Bezerra

Especialista em Saúde Coletiva, Vigilância Sanitária, pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2013) e pós-graduando em Enfermagem do Trabalho. É Bacharel em Enfermagem pela Universidade de Brasília (2011); Possui experiência relacionada ao uso, abuso e dependência de álcool e outras drogas; saúde do trabalhador; segurança do trabalho. Atuou como instrutor em instituições como Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (SENAI-DF) na área de Saúde e Segurança do Trabalho e Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (SENAC-DF), junto ao Eixo Ambiente e Saúde.

Alexandre dos Santos de Leles

Engenheiro de Segurança do Trabalho, possui mestrado em Agronegócio. Atua como Engenheiro de Segurança Junior na Empresa Correios. E como instrutor no Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (SENAI-DF) na área de Saúde e Segurança do Trabalho e trabalhou como Instrutor de Segurança do Trabalho no Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (SENAC-DF).

Design Instrucional

NT Editora

Projeto Gráfico

NT Editora

Revisão

NT Editora

Capa

NT Editora

Editoração Eletrônica

NT Editora

Ilustração

Rodrigo Silva

NT Editora, uma empresa do Grupo NT

SCS Quadra 2 – Bl. C – 4º andar – Ed. Cedro II

CEP 70.302-914 – Brasília – DF

Fone: (61) 3421-9200

sac@grupont.com.br

www.nteditora.com.br e www.grupont.com.br

Bezerra, Benefran Júnio da Silva; Leles, Alexandre dos Santos de.

Medicina do Trabalho / Benefran Júnio da Silva Bezerra; Alexandre dos Santos de Leles – 1. ed. – Brasília: NT Editora, 2015.

164 p. il. ; 21,0 X 29,7 cm.

ISBN 978-85-8416-212-3

1. Saúde. 2. Trabalhador.

I. Título

Copyright © 2015 por NT Editora.

Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida por qualquer modo ou meio, seja eletrônico, fotográfico, mecânico ou outros, sem autorização prévia e escrita da NT Editora.

ÍCONES

Prezado(a) aluno(a),

Ao longo dos seus estudos, você encontrará alguns ícones na coluna lateral do material didático. A presença desses ícones o(a) ajudará a compreender melhor o conteúdo abordado e a fazer os exercícios propostos. Conheça os ícones logo abaixo:



Saiba mais

Esse ícone apontará para informações complementares sobre o assunto que você está estudando. Serão curiosidades, temas afins ou exemplos do cotidiano que o ajudarão a fixar o conteúdo estudado.



Importante

O conteúdo indicado com esse ícone tem bastante importância para seus estudos. Leia com atenção e, tendo dúvida, pergunte ao seu tutor.



Dicas

Esse ícone apresenta dicas de estudo.



Exercícios

Toda vez que você vir o ícone de exercícios, responda às questões propostas.



Exercícios

Ao final das lições, você deverá responder aos exercícios no seu livro.

Bons estudos!

Sumário

1 INTRODUÇÃO À MEDICINA DO TRABALHO	9
1.1 O que é saúde, medicina e medicina do trabalho.....	9
1.2 Relevância da medicina do trabalho.....	12
1.3 A relação entre saúde pública e saúde do trabalhador.....	14
2 PROGRAMAS RELACIONADOS À SAÚDE DO TRABALHADOR	21
2.1 Legislação de referência	21
2.2 Interface entre a saúde do trabalhador e a segurança do trabalho	24
2.3 Programa de prevenção de riscos ambientais (PPRA)	29
2.4 Programa de controle médico de saúde ocupacional (NR 07)	29
3 DOENÇAS OCUPACIONAIS	37
3.1 Estudo das doenças ocupacionais: doenças profissionais e doenças do trabalho	37
3.2 Objetivos e usos da CID e lista de doenças relacionadas ao trabalho	44
3.3 Como proteger a saúde do trabalhador?	45
4 COMO PREVENIR DOENÇAS OCUPACIONAIS?	52
4.1 Distúrbios osteomusculares e transtornos ciclo-vigília.....	52
4.2 Doenças do sistema respiratório	58
4.3 Dermatoses ocupacionais.....	65
4.4 Perda auditiva induzida por ruído ocupacional.....	67
5 COMO PREVENIR DOENÇAS INFECCIOSAS E PARASITÁRIAS RELACIONADAS AO TRABALHO?	78
5.1 Tuberculose	82
5.2 Carbúnculo	84
5.3 Brucelose	87
5.4 Leptospirose.....	88
5.5 Tétano	91
5.6 Hepatites virais.....	94
5.7 Micoses	96
6 DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS.....	103
6.1 As doenças sexualmente transmissíveis (DSTs).....	103
6.2 DSTs mais comuns na população brasileira.....	106
6.3 Prevenção de dsts	112

7 TRANSTORNOS MENTAIS E DO COMPORTAMENTO RELACIONADOS AO TRABALHO	120
7.1 Os transtornos mentais	120
7.2 Síndrome de burnout e estresse.....	124
7.3 Depressão e fadiga relacionadas ao trabalho	131
7.4 Qualidade de vida no trabalho (QVT)	135
8 TOXICOLOGIA OCUPACIONAL.....	142
8.1 Introdução à toxicologia ocupacional	142
8.2 Mecanismo de intoxicações e desintoxicações.....	145
8.3 Principais intoxicações profissionais	148
GLOSSÁRIO.....	159
BIBLIOGRAFIA.....	163

Seja bem vindo à **Medicina do Trabalho**.

Ao longo da sua vida você já parou para pensar no quanto a medicina do trabalho é importante para sua vida enquanto trabalhador? Aqui é uma excelente oportunidade para se entender os riscos aos quais os trabalhadores ficam expostos em seu local de trabalho para aplicar medidas de prevenção. Conhecer as doenças ocupacionais nos capacita para entender melhor os riscos de nosso trabalho e ajuda-nos a pensar em prevenção.

Da mesma forma, caso ocorra um acidente no local, todos devem estar preparados para agir. Assim, este curso trata também sobre os primeiros socorros, em que você terá a oportunidade de desenvolver o conhecimento e as habilidades para saber avaliar uma situação de risco e comunicá-la, além de poder ajudar caso alguém venha a precisar de um suporte em uma situação que possa colocar em risco a vida de um indivíduo.

Entendeu o porquê de este curso ser uma excelente oportunidade para você se aperfeiçoar nesses pontos? Então, vamos lá que há muito para aprender!

Bons estudos!

1 INTRODUÇÃO À MEDICINA DO TRABALHO

Objetivos

Ao final desta lição, você deverá ser capaz de:

- Perceber como a saúde é entendida hoje em dia e entender a importância da saúde do trabalhador;
- Conhecer um pouco mais sobre a medicina voltada para o cuidado com o trabalhador;
- Compreender a importante relação entre a saúde pública e a saúde do trabalhador.

1.1 O que é saúde, medicina e medicina do trabalho

Antes de você iniciar seus estudos, responda: como vai a sua saúde?

Quando você vê essa pergunta, o que vem à sua mente? Certamente irá responder mentalmente: "Ora, estou bem"... Mas o que é "estar bem" para você? Você se considera saudável?

Quando falamos em saúde normalmente as pessoas associam "ser saudável" com o fato de não estarem doentes. Mas... espere! Quer dizer que se você não estiver doente estará saudável? Não necessariamente. Será que você sabe realmente o que é saúde?



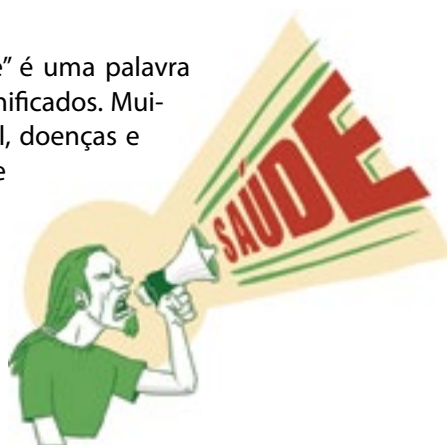
Segundo o dicionário Aurélio, a Saúde pode ser definida como:

"S.f. Estado do que é são, está normal: poupar sua saúde; Estado habitual de equilíbrio do organismo: saúde delicada; Força, vigor, **robustez**; Brinde ou saudação que se faz bebendo à saúde de alguém; Vender saúde, tê-la excelente; Casa de saúde, estabelecimento hospitalar particular."



Como você pode ver "saúde" é uma palavra usada com diversos contextos e significados. Muitos deles fazem referência a hospital, doenças e outras coisas consideradas como o oposto do que ela é. A saúde é um dos direitos fundamentais do ser humano e mais do que a ausência de doenças, ela pode ser definida como qualidade de vida.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a Saúde é "um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças".



Robustez: qualidade ou caráter de robusto, vigor, fortaleza.



Saneamento básico: conjunto de medidas adotadas em uma região, em uma cidade, para melhorar a vida e a saúde dos habitantes impedindo que fatores físicos de efeitos nocivos possam prejudicar as pessoas no seu bem-estar físico mental e social.

Esperem aí... Completo bem-estar? Segundo a OMS sim.

Para ter saúde ou acesso a ela existem diversos fatores tanto internos quanto externos. Ainda segundo a Lei Orgânica da Saúde (Lei 8080/90), os níveis de saúde têm relação, entre outros, com a alimentação, a moradia, o saneamento básico, o meio ambiente, o trabalho, a renda, a educação, a atividade física, o transporte, o lazer e o acesso aos bens e serviços essenciais.



Exercitando o conhecimento

Já foram feitas diversas reportagens e programas televisivos que apresentaram a necessidade de tomar cuidados com nossa saúde e bem-estar. Sabendo disso, responda: quem é o maior responsável por cuidar da nossa saúde?

- a) () Governo.
- b) () Sistema único de saúde (SUS).
- c) () Organização Mundial da Saúde.
- d) () A própria pessoa.

Comentário: para início de conversa, não existe uma única resposta possível, mas inicialmente você deve se responsabilizar por sua saúde. Afinal de contas, se não zelar por você mesmo, quem irá ter essa preocupação em seu lugar, concorda? Portanto, é importante decidir adotar hábitos saudáveis, afinal ninguém irá lhe obrigar a se cuidar mais, fazer atividades físicas, comer melhor, mas isso deve ser uma decisão – inicialmente – individual.

MANTENHA HÁBITOS SAUDÁVEIS E VIVA MELHOR!



Lembre-se que a saúde física é importante, mas a saúde também é social. Separe momentos de lazer, viva momentos felizes. Faça com que o ambiente ao seu redor torne-se melhor, mais acolhedor para os outros e para si. Junte-se com quem você gosta, ame, cuide e seja cuidado.



Divirta-se, mas também viva com ponderação, buscando sempre o equilíbrio. Ache válvulas de escape, extravase! E use Filtro Solar. Saiba Mais em: <http://www.youtube.com/watch?v=6Abf-J-wvMPY&feature=kp>



Saúde no Trabalho

Você já possui alguma experiência profissional? Se sim, deve ter percebido o quanto o trabalho causa impactos na sua vida. De maneira geral, se trabalhar 8h por dia estará trabalhando durante 1/3 do seu dia (sem falar no tempo para ir e voltar do trabalho). Mas o que isso significa?

Significa que, para a maioria das pessoas, o tempo que gastamos em nosso trabalho é cerca de 1/3 de suas vidas. Nesse raciocínio, passa-se mais tempo no trabalho do que com nossa família, filhos, amigos. Nessa ótica, não seria demais pensar que o trabalho sempre influencia a nossa saúde em algum grau.



O bem-estar no trabalho e a qualidade de vida nele tem total relação com a qualidade de vida como um todo. Por mais que se esforce a verdade é que, como seres humanos, não conseguimos dividir as nossas vidas em caixinhas (família, trabalho e lazer). A nossa saúde é integral e, como tal, também não é possível pensar no trabalho como único fator para desenvolvimento de algumas enfermidades.

A forma como você se relaciona com os colegas de trabalho fazem total diferença no que diz respeito à sua saúde mental. O apoio social que pode ser encontrado no ambiente de trabalho, o respeito e a amizade entre colegas de trabalho podem ter impactos significativos em nossa vida. De forma semelhante, conflitos não resolvidos, problemas de relacionamento podem levar ao assédio moral entre os próprios colegas e afetar a vida das pessoas envolvidas.

Exercitando o conhecimento

Como já mencionado, o trabalho causa impactos em nossa vida. Passamos grande parte do dia trabalhando: se trabalhamos 8h diariamente, o que equivale a 1/3 do nosso dia (sem falar no tempo para ir e para voltar do trabalho). Devido a esse grande tempo de exposição ao trabalho, criou-se uma ciência que estuda a interação do ambiente de trabalho com a pessoa. Marque alternativa que não representa uma dessas ciências.



- a) () Ergonomia;
- b) () Psicologia do Trabalho;
- c) () Higiene Ocupacional;
- d) () Matemática.

Comentário: se você marcou a alternativa “D”, acertou! A Matemática é a única que não é uma ciência que estuda a interação do ambiente de trabalho com a pessoa. Venha conhecer as ciências relacionadas ao trabalho: a Ergonomia estuda a forma do comportamento humano com máquinas e pessoas em sua volta, enquanto a Psicologia do Trabalho estuda a relação do comportamento humano entre pessoas e a Higiene do Trabalho a adequação do ambiente do trabalho a padrões seguro nacionais e internacionais.

1.2 Relevância da medicina do trabalho

Lá vem história...

O primeiro a observar e investigar a relação entre as doenças do homem em decorrência de seu trabalho foi o médico italiano Bernardino Ramazzini. Ele é chamado de pai da **Medicina Ocupacional** por ter escrito o primeiro tratado sobre enfermidades profissionais: *De Morbis Artificum Diatriba* (Doenças do Trabalho), datado de 1700. Esse tratado foi traduzido e editado em vários idiomas.

Antes de escrever sua maior obra, ele visitou muitos centros de trabalho, onde entrevistou e observou os procedimentos e técnicas empregados, como também os materiais e as substâncias que se utilizavam nos processos produtivos, assim Ramazzini relacionou os riscos à saúde dos trabalhadores ocasionados por produtos químicos, poeira, metais e outros agentes e foi considerado o pai da Medicina do Trabalho. Bernardino Ramazzini revolucionou a forma de pensar na época e influencia médicos e cientistas até a atualidade.

Em seu prefácio ele afirmava que uma das perguntas fundamentais que um médico deveria fazer ao seu paciente era: “Que arte você exerce?”. Isso para demonstrar que, de uma forma ou de outra, os problemas de saúde estavam relacionados ao ofício. Isso foi tão revolucionário que se reconhece a existência de certas doenças que, sem influência do trabalho, nunca teriam sido desenvolvidas.

As ideias de Ramazzini em conjunto com movimentos sociais, causados pela revolução industrial, revolucionaram a legislação de grandes países em todo o mundo sendo aprimoradas e adotadas pela OIT (Organização Internacional Do Trabalho), com intuito de proteger a saúde e a segurança do trabalhador.



Medicina ocupacional: ramo da saúde que se preocupa em preservar a vida e a integridade do trabalhador.

A medicina do trabalho é importante porque lida com as adaptações dos processos de trabalho ao ser humano. Ela lida com diversos ramos do conhecimento para estudar a relação entre o trabalho e a saúde humana. Além disso, diferentemente de muitas especialidades médicas que são voltadas a problemas de saúde já instalados, a medicina do trabalho é essencialmente prevencionista.



Sabe o que isso quer dizer? Significa que a maior ação da equipe de medicina do trabalho é a prévia à ocorrência de doenças e acidentes. O médico do trabalho tem a importante função de determinar se um indivíduo está ou não apto para executar um determinado trabalho, ou se deve haver mudanças nos processos de trabalho a fim de minimizar a ocorrência de doenças em um setor.

Para isso, juntamente com a equipe de saúde e segurança do trabalho ele elabora programas de saúde e de segurança ocupacional no âmbito da empresa. Assim, são realizadas inspeções nos locais de trabalho, avaliação de riscos químicos, físicos e biológicos a fim de evitar o desenvolvimento de doenças e a ocorrência de acidentes.

A gestão de segurança e medicina do trabalho nas empresas está embasada em programas internos. Eles são básicos e obrigatórios por lei, específicos para alguns setores, entre os quais podemos destacar os seguintes:

- PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional: voltado para o monitoramento da saúde do trabalhador, desde sua admissão até sua demissão da empresa, onde o mesmo abrange os exames médicos admissionais, periódicos e demissionais, além de exames complementares, vacinação e outras formas de prevenção de doenças.
- PPRA – Programa de Prevenção de Riscos Ambientais: é direcionado para a prevenção dos riscos existentes nos ambientes de trabalho, tais como: físicos, químicos e biológicos, além de riscos mecânicos e riscos de acidentes em geral.
- LTCAT: **Laudo** Técnico das Condições Ambientais de Trabalho: trata-se de um laudo detalhado que avalia as condições insalubres ou perigosas, propondo medidas de controle dos agentes levantados nos ambientes de trabalho para a neutralização e eliminação desses agentes. Esse documento é obrigatoriamente exigido pelo Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS) para fins de concessão de aposentadoria especial, por exemplo.
- PPP: Perfil Profissiográfico Previdenciário: trata-se de um documento individual de cada trabalhador, para uso exclusivo do INSS, que avalia toda a vida profissional do trabalhador em relação aos agentes de risco aos quais ele foi exposto. Deve ser mantido atualizado e à disposição dos empregados e órgãos competentes, assim como deve ser obrigatoriamente fornecido ao trabalhador quando houver sua solicitação e no ato de sua demissão, por ocasião da rescisão do contrato de trabalho.

Esses programas e laudos são obrigatórios para todas as empresas e devem ser atualizados pelo menos uma vez por ano ou se ocorrerem mudanças nas empresas, devendo ficar à disposição das autoridades competentes, tais como o Ministério do Trabalho, INSS e outros. Dessa forma, a empresa é capaz de comprovar que proporciona um ambiente de trabalho saudável para o desenvolvimento das atividades que o trabalhador realiza.



Laudo: relato do técnico ou especialista designado para avaliar determinada situação que estava dentro de seus conhecimentos.



Exercitando o conhecimento

Você já viu que existem alguns programas de gestão e medicina do trabalho que são obrigatórios por lei. No entanto, existem diversos outros programas ou ferramentas de gestão na saúde e segurança do trabalho recomendados pelas normas regulamentadoras que devemos conhecer. Marque alternativa que apresenta um programa de saúde e segurança que não está presente na norma regulamentadora.

- a) () PPRA
- b) () PCMSO
- c) () PCA
- d) () PPP

Comentário: se você marcou a alternativa D acertou, Parabéns! Os programas da PCA – Programa de Conservação Auditiva estão presentes na N R 7 (Norma Regulamentadora) em seu anexo que regula a utilização de protetores auriculares em ambiente muito ruidosos. O PPP - Perfil Profissiográfico Previdenciário trata-se de um documento individual de cada trabalhador exigido pelo INSS que não está presente nas normas regulamentadoras.



Boa memória também é saúde!

Lembre-se que é importante compreender que não somos apenas nós e a empresa quem tem a responsabilidade de zelar pela nossa saúde. Segundo a Constituição Federal, saúde é um direito de TODOS e o Estado tem o dever de cuidar da saúde da população. Por isso, enquanto cidadãos é importante conhecer os nossos direitos.

1.3 A relação entre saúde pública e saúde do trabalhador

Vamos falar um pouco sobre a saúde do trabalhador?

Ela constitui também uma área da Saúde Pública, que tem como objeto de estudo e intervenção as relações entre o trabalho e a saúde. Isso ocorre por meio do desenvolvimento de ações de vigilância dos riscos presentes nos ambientes e condições de trabalho. Além disso, devem ser observados os possíveis danos à saúde do trabalhador, a organização e prestação da assistência a eles, tanto para prevenção quanto para diagnóstico, tratamento e reabilitação de forma integrada, no Sistema Único de Saúde (SUS).

Para que isso seja garantido, o governo formula e implementa políticas de ações por meio dos Ministérios da Saúde, Previdência Social e Trabalho. Dessa forma, o Estado disponibiliza os Centros de Referência em Saúde do Trabalhador, que são pontos focais de vigilância e saúde do trabalhador, disponíveis em cada estado.



Tais centros são parte da rede de atendimento pública (SUS) e fazem o ofício de coordenar as ações do Estado para trabalhadores em diversos setores da economia. Eles fazem esses estudos e coordenam pesquisas para prevenir acidentes e doenças no trabalho, melhorar a qualidade de vida do trabalhador por meio de ações conjuntas com a empresa.

É importante lembrar que, diferentemente de outros países, o Brasil, em sua Constituição Federal de 1988, trata da saúde pública como um direito de todos, cabendo ao Estado a prestação da assistência gratuita, integral, igualitária e universal.

Você pode ver isso na Constituição Federal, Artigo 196:

“A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação.”



Ainda, segundo o Artigo 6º da Lei do SUS (8080/90), as ações de saúde do trabalhador estão incluídas no campo de atuação. Por esse motivo, qualquer trabalhador que sofra um acidente hoje pode ser atendido pela rede pública de atenção à saúde. Algumas ações relacionadas ao trabalhador são:

- Assistência ao trabalhador acidentado ou que tenha adquirido uma doença ocupacional;
- Estudo dos processos de trabalho e suas tecnologias sobre os riscos à saúde dos trabalhadores;
- Revisão da lista de doenças relacionadas ao trabalho.

Quer saber um pouco mais sobre os Centros de Referência em Saúde do Trabalhador e as ações do Ministério da Saúde neste campo? Então acesse os links:

- < www.renastonline.org >
- < www.saude.gov.br/svs >



Resumindo

Como você pode ver nesta lição, saúde e trabalho sempre possuem uma grande relação. Vimos os conceitos de saúde como: “Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças” e percebemos como nosso trabalho pode influenciar na saúde e bem-estar. Conhecemos também sobre as ações que o governo toma para proporcionar uma boa saúde e segurança e vimos alguns dos órgãos de segurança do trabalho presentes nas nossas empresas com SESMT e CIPA.

Agora verifique se você está apto a:

- Perceber o conceito atual de saúde e o que significa saúde do trabalhador;
- Conhecer um pouco mais sobre a medicina, em especial, a medicina voltada para o cuidado do trabalhador;
- Estabelecer melhor a relação entre a saúde pública e a saúde do trabalhador.

Parabéns, você concluiu a primeira lição! Na próxima lição estudaremos sobre os programas relacionados à saúde do trabalhador. Veja você lá!



Parabéns, você finalizou esta lição!

Agora responda às questões ao lado.

Exercícios

Questão 01 – Segundo o dicionário Aurélio saúde é: “s.f. Estado do que é são, está normal: poupar sua saúde. Estado habitual de equilíbrio do organismo: saúde delicada. Força, vigor, robustez. Brinde, saudação que se faz bebendo à saúde de alguém.” Como podemos ver, “saúde” é uma palavra usada com diversos contextos e significados. Marque a alternativa de acordo com a definição de Saúde pela OMS.

- a) “Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças.”
- b) “Estado habitual de equilíbrio do organismo”.
- c) Força, vigor, robustez.
- d) Estado habitual de equilíbrio do organismo

Questão 02 – A saúde por ser um estado de bem-estar completo nos leva a pensar que para ter saúde, ou ter acesso a saúde, existem diversos fatores tanto internos quanto externos que são necessários. Ainda, segundo a Lei Orgânica da Saúde (Lei 8080/90), os níveis de saúde têm relação com diversos fatores. Marque a alternativa que não representa um fator de saúde para a Lei Orgânica da Saúde (Lei 8080/90):

- a) Portanto, é importante decidir seguir o desenvolvimento de hábitos saudáveis. Uma alimentação equilibrada, moradia, renda, a jornada de trabalho de 6 a 8h diárias, a educação, atividade física, o transporte, o lazer.
- b) A alimentação, a moradia, a renda, a educação, a jornada de trabalho de 6 h diárias e o acesso aos bens e serviços essenciais.
- c) A alimentação, a moradia, a renda, a educação, atividade física, a jornada de trabalho de 8h diárias, o transporte, o lazer.
- d) No desenvolvimento de hábitos saudáveis é importante decidir adotar alimentação equilibrada, a moradia, a jornada de trabalho de 18h diárias, a renda, a educação e o acesso aos bens e serviços essenciais são alguns dos fatores essenciais.

Questão 03 – Quem é responsável por cuidar de nossa saúde?

- a) Organizações das Nações Unidas por meio da Organização Mundial da Saúde (OMS).
- b) Governo Brasileiro.
- c) O próprio cidadão e, em caso de serem menores de idade, seus responsáveis.
- d) Todas as anteriores.

Questão 04 – Lembre-se que a saúde física é importante, mas a saúde também é social.

Marque a alternativa que NÃO apresenta uma forma positiva de trabalhar a saúde social.

a) Busque trabalhar sempre, não separe momentos de lazer, pois a necessidade de trabalhar é fundamental, viva momentos felizes apenas dentro do trabalho, pois o mundo do trabalho é essencial para conquistar a sua felicidade financeira.

b) Faça com que o ambiente ao seu redor torne-se melhor, mais acolhedor para os outros e para si.

c) Junte-se com quem você gosta, ame, cuide e seja cuidado.

d) Divirta-se, mas também viva com ponderação, busque o equilíbrio. Ache válvulas de escape, extravase!

Questão 05 – Muitos estudiosos afirmam que o tempo que gastamos em nosso trabalho é cerca de 1/3 de nossas vidas. Nesse raciocínio, passamos mais tempo no trabalho do que com nossa família, filhos, amigos. Nessa ótica, não seria demais pensar que o trabalho sempre influencia a nossa saúde em algum grau.

a) Os fatores relacionados ao trabalho que podem influenciar na nossa saúde mental são: a segregação social, que pode ser encontrada no ambiente de trabalho. De forma semelhante, conflitos resolvidos e problemas de relacionamento podem levar ao assédio moral entre os próprios colegas e afetar a vida das pessoas envolvidas.

b) Os fatores relacionados ao trabalho que podem influenciar na nossa saúde mental são: a segregação social que pode ser encontrada no ambiente de trabalho, reconhecimento salarial. De forma semelhante, conflitos repetitivos com colegas de trabalho, problemas de relacionamento podem levar a assédio moral entre os próprios colegas e afetar a vida das pessoas envolvidas.

c) Os fatores relacionados ao trabalho que podem influenciar na nossa saúde mental são: o apoio social que pode ser encontrado no ambiente de trabalho, o respeito e a amizade entre colegas de trabalho podem ter impactos significativos em nossa vida. De forma semelhante, conflitos não resolvidos e problemas de relacionamento podem levar ao assédio moral entre os próprios colegas e afetar a vida das pessoas envolvidas.

d) Os fatores relacionados ao trabalho que podem influenciar na nossa saúde mental são: a segregação social que pode ser encontrada no ambiente de trabalho, o respeito e a amizade entre colegas de trabalho podem ter impactos significativos em nossa vida, também o reconhecimento salarial. De forma semelhante, conflitos repetitivos com colegas de trabalho e problemas de relacionamento podem levar a embaraço moral entre os próprios colegas e afetar a vida das pessoas envolvidas.

Questão 06 – O primeiro a observar e investigar a relação entre as doenças do homem em decorrência de seu trabalho foi o médico italiano Bernardino Ramazzini. Ele é chamado de pai da Medicina Ocupacional. O mesmo observou os procedimentos e técnicas empregados, como também os materiais e as substâncias que se utilizavam nos processos produtivos e dessa forma Ramazzini relacionou os riscos à saúde dos trabalhadores ocasionados por produtos químicos, poeira, metais e outros agentes, sendo considerado como o pai da Medicina do Trabalho. Em seu prefácio ele afirmava que uma das perguntas fundamentais que um médico deveria fazer ao seu paciente apresenta a seguinte questão:

- a) “Qual trabalho você exerce?”
- b) “Que arte você exerce?”
- c) “Qual é o risco que você está envolvido quando trabalha?”
- d) “Você se sente valorizado no seu trabalho?”

Questão 07 – As ideias de Ramazzini, em conjunto com movimentos sociais causados pela revolução industrial, revolucionaram a legislação de grandes países em todo o mundo, sendo aprimoradas e adotadas pela OIT com intuito de proteger a saúde e a segurança do trabalhador. Esse conjunto de fatores favoreceu o desenvolvimento da medicina e segurança no trabalho integrando uma cultura prevencionista no ambiente laboral. Diante desses fatores, marque alternativa que representa o conceito de medicina prevencionista:

a) O principal fator que favoreceu o desenvolvimento da medicina e segurança no trabalho baseadas nas ideias de Platão e que a medicina do trabalho é essencialmente prevencionista significa que todos os trabalhadores devem se proteger dos riscos ambientais presentes no ambiente de trabalho.

b) O principal fator que favoreceu o desenvolvimento da medicina e segurança no trabalho baseadas nas ideias de Platão e que a medicina do trabalho é essencialmente prevencionista significa que todos os trabalhadores devem se proteger dos riscos ambientais fora do ambiente de trabalho, pois em suas casas também estão expostos.

c) O principal fator que favoreceu o desenvolvimento da segurança no trabalho baseadas nas ideias de Sócrates e que a engenharia do trabalho é essencialmente prevencionista significa que todos os trabalhadores devem se proteger dos riscos ambientais presentes no ambiente de trabalho e fora dele.

d) O principal fator que favoreceu o desenvolvimento da medicina e segurança no trabalho baseadas nas ideias de Ramazzini e que a medicina do trabalho é essencialmente prevencionista significa que a maior ação da equipe de medicina do trabalho é prévia à ocorrência de doenças e acidentes. O médico do trabalho tem a importante função de determinar se um indivíduo está ou não apto para executar um determinado trabalho de formas distintas, especializações tradicionais que são fundamentadas na curativa, ou seja, o tratamento da doença já instalada.

Questão 08 – A gestão de segurança e medicina do trabalho nas empresas está embasada em programas de segurança internos. Esses são básicos e obrigatórios por lei, específicos para alguns setores, por exemplo, PCMSO, PPRA, LTCAT, PPP entre os quais podemos destacar o Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional, marque alternativa que apresenta as atividades relacionadas com PCMSO.

a) PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional: é um programa direcionado para a Prevenção dos Riscos existentes nos ambientes de trabalho, tais como: riscos físicos, riscos químicos e biológicos, além de riscos mecânicos e riscos de acidentes em geral.

b) PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional: voltado para o monitoramento da saúde do trabalhador, desde sua admissão até sua demissão da empresa, onde o mesmo abrange os exames médicos admissionais, periódicos e demissionais, além de exames complementares, vacinação e outras formas de prevenção de doenças.

c) PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional: trata-se de um documento individual de cada trabalhador para uso exclusivo do INSS, que avalia toda a vida profissional do trabalhador em relação aos agentes de risco aos quais ele foi exposto. Dessa forma deve ser mantido atualizado e à disposição dos empregados e órgãos competentes, bem como deve ser obrigatoriamente fornecido ao trabalhador quando de sua solicitação e no ato de sua demissão por ocasião da rescisão do contrato de trabalho.

d) PCMSO – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional: trata-se de um laudo detalhado que avalia as condições insalubres ou perigosas, propondo medidas de controle dos agentes, levantados nos ambientes de trabalho para a neutralização e eliminação desses agentes. Tal documento é obrigatoriamente exigido pelo Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS) para fins de concessão de aposentadoria especial, por exemplo.

Questão 09 – É importante lembrar que, diferentemente de outros países, o Brasil em sua Constituição Federal de 1988 trata da saúde pública como um direito de todos, cabendo ao Estado a prestação da assistência gratuita, integral, igualitária e universal. Isso pode ser visto na Constituição Federal, Artigo 196. Marque alternativa que apresenta o conteúdo do art. 196 da CF\88:

a) “Todos têm direito a receber dos órgãos públicos informações de seu interesse particular, de interesse coletivo ou geral, que serão prestadas no prazo da lei sob pena de responsabilidades, ressalvadas aquelas cujo sigilo seja imprescindível à segurança da sociedade e do Estado”.

b) “São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição”.

c) “A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido pelo salário mínimo, fixado em lei, nacionalmente unificado, capaz de atender às suas necessidades vitais básicas e às de sua família como moradia, alimentação, educação, saúde, lazer, vestuário, higiene, transporte e previdência social, com reajustes periódicos que lhe preservem o poder aquisitivo, sendo vedada sua vinculação para qualquer fim”.

d) “A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação”.

Questão 10 – Segundo o Artigo 6º da Lei do SUS (8080/90), as ações de saúde do trabalhador estão incluídas no campo de atuação. Por esse motivo, qualquer trabalhador que sofra um acidente hoje pode ser atendido pela rede pública de atenção à saúde. No entanto essas não são as únicas ações que os SUS realiza para garantir a saúde dos trabalhadores e atua em outros 3 campos, marque alternativa que apresenta de forma correta os campos de atuação do SUS:

a) 1º- Assistência ao trabalhador acidentado ou que tenha adquirido uma doença ocupacional. 2º - Estudo dos processos de trabalho e suas tecnologias sobre os riscos à saúde dos trabalhadores. 3º- Revisão da lista de doenças relacionadas ao trabalho.

b) 1º- Assistência ao trabalhador acidentado. 2º - Assistência ao trabalhador que tenha adquirido uma doença ocupacional. 3º - Estudo dos processos de trabalho e suas tecnologias sobre os riscos à saúde dos trabalhadores.

c) 1º- Assistência ao trabalhador acidentado. 2º - Assistência ao trabalhador que tenha adquirido uma doença ocupacional. 3º - Revisão da lista de doenças relacionadas ao trabalho.

d) 1º- Estudo dos processos de trabalho; 2º - Assistência ao trabalhador que tenha adquirido uma doença ocupacional. 3º - Revisão da lista de doenças relacionadas ao trabalho.