



## *Info Qualytá*



"Soluções Inteligentes para a Saúde e Segurança de sua Empresa."

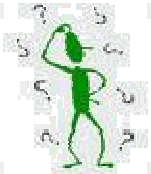
Ano I - nº 1

Janeiro de 2009 - 1º Edição

### **Cientes, amigos e colaboradores:**

Temos o prazer de anunciar o lançamento do Info Qualytá. Um informativo que trará as empresas de forma simples e objetiva, as últimas notícias e as melhores soluções para a Segurança e Saúde no Trabalho.

Nesta 1ª edição do Info Qualytá, iremos demonstrar que os benefícios dos programas exigidos pelo Ministério do Trabalho, vão além do cumprimento da legislação e daremos algumas dicas para um verão saudável.



### **Obrigação ou Vantagem?**

Como lidar com um assunto tão burocrático como o cumprimento das Normas Regulamentadoras de Segurança e Saúde no Trabalho, sem encará-lo como um grande problema, onde estão sempre envolvidos muitos termos técnicos, siglas, processos e custos? Admitimos que entender estes conceitos e afastá-los da idéia de obrigação não é simples. É preciso iniciar uma grande conscientização para vincular o aspecto legal ao aspecto prevencionista.

Os deveres do empregador não são poucos porém é possível transformar todas as medidas tomadas para enquadrar a empresa à legislação, em vantagens que aumentam consideravelmente a competitividade da empresa. O primeiro passo para esta transformação é tomar conhecimento dos apontamentos feitos pelo profissional de Segurança e Medicina do Trabalho. É necessário ler os documentos do PPRA e PCMSO, bem como outros programas e laudos, e buscar tirar dúvidas, pedir orientações e debater com os profissionais que os elaboram. Entender os documentos é um bom começo para colocá-los em prática.

## Vamos esclarecer!

Estas são as siglas que mais ouvimos. Você sabe o que significam?

### PPRA

O Programa de Prevenção de Riscos Ambientais visa através da visita de profissionais qualificados, como Engenheiros de Segurança ou Técnicos de Segurança do Trabalho, reconhecer e prevenir riscos químicos, físicos ou biológicos, que possam colocar a vida ou a saúde do funcionário em perigo.

O PPRA deve ser elaborado antes do PCMSO, já que serve de subsídio ao Médico Coordenador.

### PCMSO

O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional é um conjunto de ações elaboradas pelo Médico Coordenador a partir dos dados obtidos no ambiente de trabalho. Tem como função prevenir e evitar as doenças ocupacionais através do acompanhamento das medidas preventivas e da realização dos exames clínicos e complementares.

Os exames clínicos realizados são: admissional, periódico, retorno ao trabalho (após afastamento do empregado igual ou superior a trinta dias por motivo de doença ou parto), mudança de função e demissional (antes da data de homologação).

## Dicas de saúde!



Cuidados com o verão!

Aí está o verão. E não importa onde você decidiu pegar sol, há uma série de precauções a serem tomadas para evitar algum problema de saúde.

Verão quer dizer sol, e os especialistas são unânimes em dizer que mesmo os mais bronzeados estão sujeitos a envelhecimento prematuro da pele e enrugamento por causa da exposição excessiva ao sol. Além, é claro, de que sol demais aumenta o risco de diversas formas de câncer de pele, inclusive do melanoma, potencialmente letal.

Seguem algumas dicas que devem ser consideradas por você no verão:

1. Use protetor solar diariamente, antes de sair ao sol. Proteja principalmente as partes do corpo que ficam mais expostas ao sol;
2. Reaplique o protetor solar com frequência;
3. Saiba o fator de proteção mais adequado para o seu tipo de pele;
4. Use chapéu e roupas adequadas;
5. Não se esqueça dos óculos de sol. E escolha lentes que bloqueiem raios ultravioleta A e B;
6. Beba bastante líquidos e não esqueça da sombra;
7. Procure hidratar o corpo depois de se expor ao sol.

---

Editorial, matérias e artigos: Dr. Marco D'Andrea e Kelly Gabriel.

Fale conosco: (21) 2224-9366 E - mail: [comercial@qualytaocupacional.com.br](mailto:comercial@qualytaocupacional.com.br)

---