



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

Ano I - nº 2

Fevereiro de 2009 - 2º Edição

## Clientes, amigos e colaboradores:

Espero que tenham gostado da 1º Edição do Info Qualytá, que foi criado com o intuito de ajudá-los a ter uma nova visão da área de Segurança e Saúde Ocupacional.

Nesta 2º Edição iremos esclarecer algumas dúvidas relacionadas a CIPA e dar dicas para que possam curtir um Carnaval seguro e saudável.



**Boa Leitura!**

## Mas, afinal o que é a CIPA?

Você já deve ter ouvido falar da CIPA por diversas vezes, mas em uma dessas pode ter ficado em dúvida do seu real objetivo e por que algumas empresas precisam ter e outras não.

Então, vamos ajudá-lo a entender um pouco mais sobre este assunto...

Promover e manter a saúde dos trabalhadores não é responsabilidade apenas das empresas.

Junto com os empregadores, os empregados devem se preocupar em constituir a CIPA - Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (quando necessária) - que é regulamentada pela NR-5 do Ministério do Trabalho e tem como missão principal, preservar a saúde e integridade física dos trabalhadores e de todos que interagem com a empresa, inclusive prestadores de serviços.

Aos trabalhadores da empresa compete eleger os "cipeiros", indicar a CIPA em situações de risco, apresentar sugestões e observar as recomendações quanto à prevenção de acidentes, utilizando os equipamentos de proteção individual (EPIs) e de proteção coletiva (EPCs) fornecidos pelo empregador, bem como submeter-se a exames médicos clínicos e complementares, quando aplicáveis.

A CIPA foi criada para facilitar, mas ela não trabalha sozinha!! O seu papel mais importante é o de estabelecer uma relação de diálogo e conscientização, de forma criativa e participativa, entre gerentes e colaboradores em relação à forma como os trabalhos são realizados, objetivando sempre melhorar as condições do ambiente e humanizar o trabalho.



## Quando devo formar a CIPA?

Todos os estabelecimentos públicos e privados devem ter uma CIPA de tamanho proporcional ao número de empregados, e cabe à instituição favorecer o seu funcionamento.

O empregador deve proporcionar o tempo necessário para que os membros da CIPA realizem suas atividades e designar representantes da empresa para participarem da comissão. Além dos representantes da empresa, a CIPA é formada também por empregados que são eleitos e têm mandato de um ano. Antes de iniciar o mandato, os membros da CIPA devem passar por um treinamento, que aborde assuntos, como: acidentes de trabalho, doenças ocupacionais, estudo do ambiente e das condições de trabalho, noções sobre legislação trabalhista, princípios gerais de higiene no trabalho, metodologia de investigação de riscos, entre outros. O treinamento deve durar 20 horas e ser realizado durante o expediente normal da empresa.

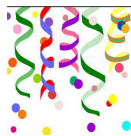
Porém, há empresas que não possuem o quantitativo mínimo de funcionários para constituir a CIPA (considerando que este quantitativo mínimo é obtido através do Quadro I da NR - 5 do Ministério do Trabalho), e por este motivo devem designar um funcionário, que segundo a legislação, deve receber o mesmo treinamento do "cipeiro" e tem as mesmas atribuições que ele. Este funcionário é chamado "Designado da CIPA".

A Qualytá visando ajudar sua empresa no cumprimento das exigências da legislação, oferece assessoria no processo de organização, legalização e treinamento da CIPA. Assim como, no Curso de Designados da CIPA, que é aberto ao público de 2 em 2 meses,

Caso sua empresa não tenha o certificado do designado ou não o tenha atualizado, o próximo curso está programado para março, considerando o período de 9 à 13.

Aproveite esta oportunidade!

**Maiores informações, favor entrar em contato conosco!**



## Chegou o carnaval!

O Carnaval é uma das maiores festas do planeta e reúne gente de toda parte do mundo em busca de música, dança, artistas, alegria e diversão.

Mas, a grande festa não pode interferir no estado da saúde dos foliões e, para isso, a Qualytá cita alguns cuidados básicos a serem considerados pelos foliões:

- Durma bastante, evitando emendar um dia no outro. Quando não estiver na folia, descanse;
- Fique longe das drogas;
- Para evitar a AIDS e outras doenças sexualmente transmissíveis, sexo só com proteção;
- Em caso de urgência, o melhor a fazer é procurar o Pronto Socorro ou posto de saúde mais próximo;
- Hidratar-se é fundamental. Para isso, a pessoa deve ingerir cerca de 50 ml de água por quilo de peso, durante o dia;
- Dê preferência a alimentos leves e carnes desengorduradas, além dos carboidratos (massas, por exemplo), que são transformados em açúcar, fornecendo energia para curtir a festa;
- Evite o excesso de bebida alcoólica e atenção: bebida alcoólica não hidrata; pelo contrário, desidrata. Beba água sempre que consumir álcool;
- Lembre-se que álcool e direção não combinam;
- Proteja-se do sol. Use bloqueador solar além de chapéu ou boné;
- Vista roupas confortáveis, de tecidos leves e cores claras;
- Use tênis com bom amortecimento, para evitar lesões nos joelhos e tornozelos, e com meias, para evitar a proliferação de fungos nos pés;
- Evite ingerir alimentos na rua e água que não seja mineral;
- Evite ingerir bebidas diretamente na garrafa, para evitar o risco de contaminação;
- Não esqueça que as drogas causam efeitos irreversíveis, portanto, não experimente;

**E nunca é demais lembrar:  
Responsabilidade sempre!  
Bom Carnaval!**

**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)**