

Segurança e Saúde Ocupacional

NewsLetter

N.º 17 - Janeiro - Fevereiro 2016

A Ação Inspeciva e a Segurança e Saúde no Trabalho

Em todos os domínios da vivência social é essencial a existência de um quadro legal regulador. Mas a mera existência de um quadro legal, com a enunciação dos princípios, das obrigações, dos deveres e dos direitos, não será eficaz, sem a existência de medidas de controlo do seu cumprimento e da correspondente previsão de sancionamento em situações de desrespeito.

E nessa linha de valores, a ação da entidade com funções de fiscalização e de salvaguarda do cumprimento das normas, é importante, relevando-se deste modo o papel dos serviços de ação inspetiva do trabalho (inspeção do trabalho) que têm por Missão, entre outros objetivos “assegurar a aplicação das disposições legais relativas às condições de trabalho e à proteção dos trabalhadores na sua profissão”.

A Segurança e a Saúde no trabalho são de facto áreas prioritárias na afirmação da qualidade das condições de trabalho, da proteção que assegurem à vida e integridade dos trabalhadores, obstando tanto quanto possível aos acidentes de trabalho e doenças profissionais, o que acentua a necessidade de um quadro legal adequado – conforme o previsto no atual Código do Trabalho e demais legislação específica, nomeadamente na Lei n.º 3/2014, de 28 janeiro – complementado pela ação informativa e formativa dos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho, a que acresce a ação inspetiva do trabalho, importante e essencial, em termos preventivos mas também sancionatórios.

Comemorando-se este ano, os cem anos da existência em Portugal da Inspeção do Trabalho, criada no âmbito do então Ministério do Trabalho e Previdência Social (Lei n.º 494/1916, de 18 de março) para “fiscalização da execução das leis sobre trabalho, higiene, salubridade e segurança dos lugares de trabalho”, é oportuno e justo salientar a sua nobre missão ao longo dos tempos, e da ação em prol da melhoria das condições de trabalho e da proteção dos trabalhadores, como garante do cumprimento das normas laborais, particularmente na área da Segurança e Saúde no Trabalho.

Refira-se que em termos regionais a Inspeção Regional do Trabalho foi criada pelo Decreto Regional n.º 8/80/M, de 20 de agosto, estando atualmente integrada na Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspeciva, nos termos do Decreto Regulamentar Regional n.º 15/2015/M, de 19 de agosto.

***Rui Gonçalves da Silva** – Diretor Regional do Trabalho e da Ação Inspeciva

Neste Artigo

- Semana Europeia para a SST
- Stress Organizacional
- Dia 28 de Abril 2016
- Campanha Europeia para a SST 2016-2017

Bom Ano!

Encerramento da Campanha Europeia para a SST 2014-2015

A Semana Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho de 2015 ocorreu entre 19 a 23 outubro, com a realização de vários eventos em toda a Europa. O encerramento da Campanha «Locais de trabalho Seguros e Saudáveis contribuem para a gestão do stresse» permitiu a discussão de resultados, o intercâmbio de boas práticas e a exploração de estratégias futuras para a gestão do stresse e dos riscos psicossociais no local de trabalho, entre os países participantes desta campanha.

“Gestão do Stresse e dos Riscos Psicossociais no Trabalho” - Funchal

No dia 7 de dezembro a Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspeciva também assinalou o encerramento da campanha, promovendo um seminário, que contou com a presença da Exma. Sra. Secretária Regional da Inclusão e Assuntos Sociais, Dr.^a Rubina Real e de vários oradores nomeadamente, a Dr.^a Emília Telo, Coordenadora do Ponto Focal Nacional da EU-OSHA e o Dr. Samuel Antunes, Vice-Presidente da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Participaram ainda, representantes de empresas externas autorizadas para as atividades de segurança e de saúde no trabalho. A participação dos oradores permitiu abordar a temática do Gestão do Stresse e dos riscos Psicossociais no local de trabalho, discutindo casos de boas práticas em contexto laboral.

É de realçar a participação do Centro de Reabilitação Psicopedagógica da Sagrada Família, vencedora do 2.º prémio na categoria de Médias Empresas do “Prémio Healthy Workplaces - Locais de Trabalho Saudáveis” promovida pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

“Continuamos convencidos de que o combate aos fatores de risco de SST nos locais de trabalho, incluindo os riscos psicossociais, beneficia a economia europeia [...]”

- Nicolas Schmit

Ministro do Trabalho, do Emprego e da Economia Social e Solidária, representante da Presidência Luxemburguesa da UE.



O stress organizacional e sua influência na desmotivação do trabalhador

O contributo da Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho

Por A. Costa Tavares*



Ao falarmos da problemática dos riscos **Psicossociais** em geral e do **Stress** em particular, estamos a falar de desajustamentos a nível das organizações (públicas e privadas) que se prendem nomeadamente com falta de uma liderança gestionária, de hábitos laborais pouco saudáveis, de ausência de controlo de gestão, de entropia organizacional e porque não, também ausência de um planeamento estratégico, situacional, deslizando e de acordo com as flutuações dos mercados, das exigências, da procura e da oferta, entre outras variáveis descontextualizadas, viciadas e cristalizadas do mundo laboral conturbado e indefinido em que vivemos.

Como corolário do que atrás referi, o INDIVÍDUO que padece de STRESS é um indivíduo perturbado que mais tarde ou mais cedo poderá ser alvo de um **INCIDENTE** ou **ACIDENTE** de trabalho com todas as repercussões físicas, psicológicas e materiais (patrimoniais) indesejáveis, quer para ele enquanto ser humano, quer enquanto trabalhador, familiar, social até à própria empresa (que tem custos diretos e indiretos (patrimoniais) significativos).

Causas do stress profissional:

Uma das muitas repercussões psicológicas e emocionais é o facto de o trabalhador manifestar sintomatologias desconcertantes, nomeadamente de desvinculação motivacional que derivam de fatores externos e internos abaixo referidos:

- Situações de trabalho rotineiro e pouco estimulante;
- Falta de comunicação (lateral e vertical);
- Conflitos e desentendimentos (não pontuais) com colegas e chefias;

- Problemas familiares e sociais;
- Ausência de reconhecimento pelo trabalho que realiza;
- Incerteza quanto ao seu futuro laboral;
- Falta de formação e informação (geral) mas também em matéria de segurança, higiene e saúde no trabalho facilitando uma maior interação com os riscos profissionais sem saber como melhor lidar com eles;
- Carga laboral excessiva ou tempo insuficiente para poder terminar com eficácia as tarefas que lhe foram exigidas;
- Exigências por parte das chefias a rondar a contradição (pouca clareza e objetividade);
- Ausência de envolvimento no processo (muitos trabalhadores gostam de ser chamados à responsabilidade de poder opinar nas decisões do seu trabalho e até da sua organização);
- Trabalho por turnos, ao fim-de-semana, noturno ou pontual;
- Horários de trabalho irregulares (alterações sociais e familiares);
- Falta ou insuficiência de autonomia;
- Situações de *mobbing* profissional criando climas desajustados e persecutórios podendo levar à rutura relacional e funcional; entre outros.

Consequências do stress profissional (sinais de ALERTA):

- Fadiga;
- Violência no trabalho;
- Irritabilidade;

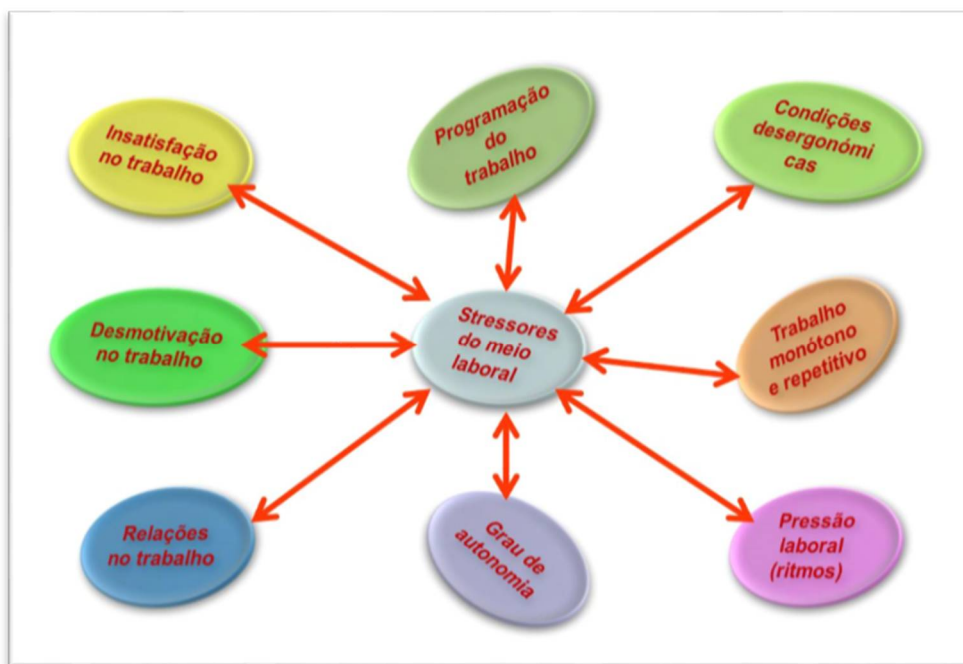
Por que são os riscos psicossociais tão importantes?

O ambiente psicossocial no local de trabalho tem um **efeito significativo sobre a saúde e o bem-estar dos trabalhadores.**

Os trabalhadores que sofrem de **stress relacionado com o trabalho** podem vir a desenvolver **problemas graves de saúde mental e física.** Por seu turno, essa situação tem impacto na organização e na sociedade em geral.

*Agência Europeia para a
Segurança e Saúde no
Trabalho*

- Alterações emocionais (ansiedade, cansaço, mau relacionamento com os colegas);
- Problemas cognitivos (dificuldades de concentração e em tomar decisões)
- Comportamentos adictos (consumo de cigarros, álcool, cafeína, substâncias ilícitas, promiscuidade sexual, compulsão a novas tecnologias, etc.);
- Mudanças a nível dos seus comportamentos (não cumprir horários, desleixo, incúria, desrespeito pelas normas de SHST e situações de agressividade entre colegas);
- Depressão/burnout;
- Absentismo (ausência) e presentismo (estar numa “prateleira” sem nada para fazer, sem qualquer estímulo...morrendo lentamente. Segundo os psicólogos que tratam destas questões ocupacionais é um problema mais complicado de quantificar e que pode custar duas vezes mais do que uma ausência);
- Queda de produtividade;
- Doenças psíquicas e mentais (faltas mais frequentes ao trabalho);
- Risco acrescido de **acidentes profissionais e rodoviários.**



Estratégias de combate às situações de stress (coping):

- Repensar o estilo de liderança e de comunicação ascendente e descendente;
- Repensar o estilo de relacionamento interpessoal (envolvendo o trabalhador, a chefia, a gestão de recursos humanos e a valência psicossocial e/ou SHST);
- Promoção de trabalhos em equipa (chamar o trabalhador a participar em grupos da qualidade, grupos de resolução de problemas da empresa, grupos que visam diagnosticar situações de PERIGO e RISCO profissional, etc);

- Promover o enriquecimento e rotação de tarefas;
- Modificação contingencial do tempo de trabalho (horários diferentes para trabalhadores diferentes face a situações diferentes (criança, tratamento ambulatorio, acompanhamento de familiar doente, etc);
- Acompanhamento psicossocial dos colaboradores;
- Programas de apoio aos colaboradores (envolvendo chefias e familiares);
- Ações de formação e desenvolvimento (técnicas e comportamentais);
- Estimular a participação (boletins informativos, caixas de sugestões, reuniões de trabalho, visitas de/a outras entidades, seminários intra e extra laboral, etc.);
- Procurar outras formas de motivação (formação, associativismo, desporto, ações lúdicas e culturais, etc);
- Auto consciencialização para a aprendizagem - “voltar a estudar”;
- Envolver-se em estruturas de representação dos trabalhadores
 - Sindicalismo
 - Segurança e Saúde no Trabalho (representantes dos trabalhadores);
- Estimular caminhadas em grupo depois do expediente (promovidas pela empresa ou por alguns trabalhadores), entre outras ações de despiste desta problemática (pessoal mas também organizacional).

Descurar no controlo de stress traduz-se em custos avultados, para as pessoas e para as empresas. Um dos custos mais elevados prende-se com as perdas de produtividade (incluindo as baixas por doença) e também, a recuperação ou seja os custos associados aos tratamentos e acompanhamento psicológico e psiquiátrico.

O stress negativo não deve fazer parte do nosso dia-a-dia. Não o devemos aceitar como algo “normal”. Não pode ser...e não deverá ser por todos os motivos que acima enumerei. Todos temos a ganhar e se o soubermos controlar seremos mais felizes no posto de trabalho e todos ganham com isso: o trabalhador mas também a organização. Pensemos nisso!

*** A. Costa Tavares**

Técnico Superior de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho
 Docente, formador e consultor em matéria de SST
 Quadro da Câmara Municipal de Cascais - Portugal



Informação diversa

Stresse é o tema do Dia 28 de Abril para 2016



O tema das comemorações do Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho para 2016 é « Stresse no trabalho: um desafio coletivo», de acordo com o anúncio feito pela OIT.

As comemorações de 2016 têm como objetivo sensibilizar os atores laborais e a sociedade civil para o impacto do stresse nos locais de trabalho, nomeadamente ao nível das doenças e mortes relacionadas

com o trabalho, visando a redução da sinistralidade laboral e dos fatores de trabalho que originam as doenças profissionais.

Campanha Locais de trabalho seguros e saudáveis 2016-2017



A próxima campanha da EU-OSHA, *Locais de trabalho saudáveis para todas as idades*, será lançada a 14 de abril de 2016. Esta campanha irá centrar-se em vidas profissionais sustentáveis, dando ênfase à importância da boa gestão da segurança em todas as idades e à divulgação de instrumentos e orientações nesse domínio.

Ficha técnica

Edição

Secretaria Regional da Inclusão e Assuntos Sociais

Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspetiva

Rua João Gago, 4 - 1º
9000-071 Funchal

Tel.: 291 214 780

Email: higieneseguranca.dirtra.sre@gov-madeira.pt

Diretor

Rui Gonçalves da Silva

Coordenação e Redação

Serviço de Segurança e Saúde Ocupacional

Lídia Andrade

Valério Abreu

Graça Coelho

Distribuição: Gratuita