



Editorial

Festa junina: faça o 'arraiaí' sem acidentes com energia elétrica



As festas em homenagem a Santo Antônio já passaram, mas as de São João e São Pedro estão chegando e no decorrer

do mês de julho ainda teremos mais 'arraiaís' pela cidade. Para que todos brinquem com segurança e sem riscos, pequenos detalhes e cuidados simples são fundamentais. Um ponto de destaque é a ligação clandestina de energia para as barraquinhas e palcos, popularmente conhecida como 'gato' ou 'gambiarra', que além de sobrecarregar o sistema, representar risco de acidentes graves, é crime previsto no Código Penal Brasileiro.

"O risco de acidente por ligações clandestinas é grande e pode ser fatal. Não conecte vários equipamentos em uma mesma tomada, isso pode sobrecarregar e superaquecer a instalação, além de provocar possíveis interrupções de energia, curtos-circuitos e danos de longo prazo. Ao invés de usar adaptadores, o ideal é instalar tomadas o suficiente para o uso de todos eletrodomésticos e equipamentos da barraca", reforça o engenheiro David Gurevitz, diretor do Grupo Delphi.

O organizador do evento é responsável por contratar um especialista técnico qualificado para a montagem e a desmontagem das instalações elétricas. E a distribuição da energia na festa deve contar com disjuntores para proteger a instalação contra sobrecarga e curto-circuito.

As fogueiras estão sempre presentes nessas festas e também podem trazer risco. "Ao fazer uma fogueira, observe a distância da rede elétrica. O fogo ou o calor em excesso pode danificar cabos e estruturas, causando interrupção de energia e até explosões", explica o engenheiro para garantir a segurança e a animação das festas. Ele também alerta sobre os riscos com a decoração. "Não fixem bandeirinhas, faixas e outros

adereços próximos da fiação elétrica. Jamais amarram os adereços aos postes ou mesmo aos fios condutores de eletricidade. Em caso de sobrecarga ou curto-circuito, eles podem contribuir para espalhar as chamas", completa.

David lembra ainda que soltar balões, prática que já foi comum nas festas juninas, é proibido pelas Leis de Crimes Ambientais. "Em caso de queda em áreas de vegetação, eles causam grandes incêndios e se atingirem a rede elétrica podem deixar bairros inteiros sem luz", conta o engenheiro. Ele recomenda, ainda, que os fogos de artifício sejam manuseados apenas por adultos e em locais distantes de postes e fios da rede elétrica e de materiais inflamáveis.

Fonte: <http://www.clinicadelphi.com.br>

NOVA GESTÃO DA CIPA/ECA

A nova gestão da CIPA para o ano de 2022-2023 tomou posse no dia 06/07 e ficou composta da seguinte forma:

NOME	CARGO	DEPTO
Heidi Santos Oliveira	Presidente	Pesquisa
Bruno Alexandre Ribeiro	Vice-Presidente	Pós-Grad
V.P. Muller	Secretaria	CTR
Roberto Elias Jugdar	Membro	EAD
Gleide Ramos da Silva Pires	Membro	ADM
Paulo Roberto Alves	Membro	Biblioteca
Fábio Quintino dos Santos	Membro	CRP
Celso Luiz de Oliveira Junior	Membro	CJE
Magali Garcia	Membro	CMU
Raimunda Lopes S. Santos	Membro	CAC

Bom trabalho a equipe!

CIPA: SOMOS TODOS NÓS! PARTICIPE! DÊ SUA OPINIÃO!





Dia Nacional da Prevenção de Acidentes do Trabalho

Acidente de trabalho é aquele que ocorre durante o serviço ou no trajeto entre a residência e o local de trabalho, provocando lesão corporal ou perturbação funcional, acarretando a perda ou redução da capacidade para o trabalho e, em último caso, a morte. Além disso, as doenças ocupacionais podem ser enquadradas nessa categoria.

Os acidentes podem ser causados por fatores naturais ou por falta de medidas de proteção. Por isso, é fundamental o uso correto de equipamentos de segurança, a realização de exames médicos periódicos e a implantação do Plano de Prevenção de Riscos Ambientais, entre outros.

Para os profissionais de saúde, que salvam vidas, é ainda mais importante evitar os acidentes de trabalho. A conscientização dos profissionais e o esforço para aplicar medidas de segurança coletivas e individuais são as melhores medidas de prevenção.

A data comemorativa tem o objetivo de alertar empregados, empregadores, governos e sociedade civil para a importância de práticas que reduzam o número de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho, promovam um ambiente seguro e práticas saudáveis em todos os setores produtivos.

O marco tornou-se oficial em 1972, depois de regulamentada a formação técnica em Segurança e Medicina do Trabalho. Em 27/7/1972, foram publicadas as portarias de nº 3236, que instituiu o Plano Nacional de Valorização do Trabalhador, e a de nº 3237, que tornou obrigatórios os serviços de medicina do trabalho e engenharia de segurança do trabalho em todas as empresas com um ou mais trabalhadores.

Os dados de doenças e acidentes relacionados ao trabalho apontam número relevante de registro – entre 2007 e 2017 foram registrados 1.324.752 casos, sendo:

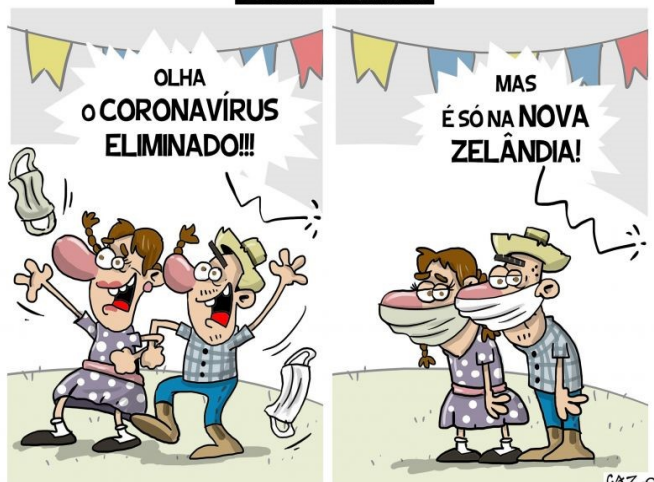
- Acidentes de Trabalho: 703.193 acidentes de trabalho graves;
- 466.137 acidentes de trabalho por exposição a material biológico;
- 50.841 intoxicações por exposição a substâncias químicas relacionadas ao trabalho.

Acesse para saber mais: <https://bvsmis.saude.gov.br/27-7-dia-nacional-da-prevencao-de-acidentes-do-trabalho-4/>

HUMOR



CORONAVÍRUS ELIMINADO...



O que é obesidade e quais os malefícios para a saúde do colaborador?

Obesidade e sedentaris-

mo são termos que apresentam uma forte relação entre si, já que o excesso de peso tem como uma das principais causas a falta de atividades físicas. Segundo dados do IBGE sobre [obesidade no Brasil](#), 96 milhões de pessoas (60,3% da população adulta) apresentam o IMC (Índice de Massa Corporal) maior que 25, por isso considera-se que estão acima do peso.



De acordo com a pesquisa, apesar dos esforços e investimentos empreendidos para o tratamento e controle da obesidade, esses números só crescem. Tais dados são preocupantes e apontam para a necessidade de as empresas se envolverem com essa questão. Isso porque os colaboradores podem passar horas trabalhando sentados em frente a um computador, o que costuma provocar o desenvolvimento dessa condição.

Neste artigo, vamos explicar o conceito de obesidade, suas causas, malefícios que essa condição traz para a saúde do colaborador e qual o papel da empresa no combate a esse problema. Também mostraremos como obter o diagnóstico e as melhores opções de tratamento. Boa leitura!

O que é obesidade? A obesidade é uma doença crônica que se caracteriza pelo acúmulo de gordura no organismo, o que pode desencadear diversos problemas de saúde, como doenças cardiovasculares e diabetes mellitus.

Mas é importante observar que essa condição não deve ser relacionada apenas ao excesso de peso. As pessoas podem apresentar um peso elevado devido à grande quantidade de massa muscular, comum em atletas.

Quais os tipos de obesidade? Há diversos tipos de obesidade que se apresentam com características específicas, conforme a localização e distribuição da gordura no corpo. A seguir, conheça as diferentes formas.

Abdominal. Ocorre quando a gordura se encontra acumulada no abdômen e na região da cintura. Ela está associada a um grande risco para doenças como colesterol alto, diabetes, infarto, AVC (Acidente Vascular Cerebral), inflamações e trombose.

Periférica. Mais comum em mulheres, com a presença de gordura localizada na região dos quadris, nádegas e coxas. Essa condição se associa à insuficiência venosa e varizes, além de osteoartrite nos joelhos e aumento do risco para a ocorrência de doenças cardíacas e diabetes.

Obesidade homogênea. Sem predominância da gordura em uma área específica, já que o excesso de peso fica distribuído em todo o corpo. Por não causar grandes alterações na aparência física como nos demais tipos, o problema pode não ser percebido, gerando riscos para o surgimento das diversas doenças relacionadas à obesidade.

Para saber mais acesse: <https://beecorp.com.br/o-que-e-obesidade/>

ERGONOMIA II

Conheça os tipos de ergonomia



Quais são os principais tipos de ergonomia?

Começamos o texto com o que pode ser novidade para muitas pessoas: não há apenas um, mas **três tipos de ergonomia**. Além disso, você sabia que a **ergonomia** não resguarda apenas a saúde física, mas também a saúde mental dos colaboradores?

Já com relação aos benefícios para a empresa, os números falam por si. Uma **pesquisa** demonstrou que as organizações que se preocupam com o bem-estar dos funcionários têm até 235% mais resultados positivos. Um dado bastante expressivo, não é mesmo? Assim, para a **segurança do trabalho** nas empresas, é de fundamental importância conhecer este assunto a fundo.

Continue a leitura e conheça cada um dos tipos de ergonomia, as fases do seu desenvolvimento, os domínios da ciência ergonômica, entre outros aspectos. Confira!

Que tipo de ciência é a ergonomia?

Você percebeu que citamos a palavra “ciência” logo acima. Isso porque a **ergonomia é a ciência do trabalho**. O termo foi usado pela primeira vez em 1857, em um movimento industrialista europeu. Na ocasião, o cientista polonês **Wojciech Jarstembowsky** descreveu: “A *ergonomia, como uma ciência do trabalho, requer que entendamos a atividade humana em termos de esforço, pensamento, relacionamento e dedicação.*”

Perceba que ele se preocupou em atrelar o termo dedicação à ergonomia. E está certo, pois os funcionários se dedicam àquele trabalho, então têm mais do que direito a exercê-lo de maneira a não prejudicar seu corpo e sua mente.

O que é ergonomia?

Trata-se das regras e procedimentos que estudam como o ambiente de trabalho e as interações, tanto humanas quanto com as máquinas e equipamentos, são organizados. Sua meta é diminuir os **riscos ocupacionais** nos espaços físicos da empresa e organizar os processos corporativos.

Além disso, ela busca garantir o conforto do trabalhador e prevenir doenças ocupacionais. São exemplos de riscos de ergonomia:

- as lesões por **movimentos repetitivos** (DORTs);
- as dores no corpo causadas pela má postura;
- o zumbido no ouvido devido a ambiente com muitos ruídos.

Quais são os três tipos de ergonomia?

Já mencionamos a existência de alguns tipos de ergonomia, agora explicaremos cada um deles! Acompanhe!

1. Ergonomia física

Trata da relação contínua entre as atividades que exigem esforços físicos durante sua execução, atreladas às características anatômicas do corpo humano. Seu objetivo central é propiciar o melhor desempenho do indivíduo por meio da realização de estudos de três aspectos:

Para saber mais acesse: <https://beecorp.com.br/tipos-de-ergonomia/>

CIPA ECA

Gestão 2022-2023

MEMBROS

NOME	CARGO	DEPTO
Heidi Santos Oliveira	Presidente	Pesquisa
Bruno Alexandre Ribeiro	Vice-Presidente	Pós-Grad
V.P. Muller	Secretaria	CTR
Roberto Elias Jugdar	Membro	EAD
Gleide Ramos da Silva Pires	Membro	ADM
Paulo Roberto Alves	Membro	Biblioteca
Fábio Quintino dos Santos	Membro	CRP
Celso Luiz de Oliveira Junior	Membro	CJE
Magali Garcia	Membro	CMU
Raimunda Lopes S. Santos	Membro	CAC

Técnica de Segurança do Trabalho

Maria Jesus Borges — SESMT

CONTATO

(11) 3091-4372

E-MAIL

cipaeca@usp.br

SITE

<https://www.eca.usp.br/cipa>

NOSSAS REDES SOCIAIS

[CIPA ECA - Página inicial](#) | [Facebook](#) | [\(136\) CIPA ECA - YouTube](#)

CALENDÁRIO DE REUNIÕES

DIA	MÊS	ANO	DIA DA SEMANA	HORÁRIO
06	Julho	2022	Quarta-feira	14h
03	Agosto			
07	Setembro			
05	Outubro			
02	Novembro			
07	Dezembro			
04	Janeiro	2023	Quarta-feira	14h
01	Fevereiro			
01	Março			
05	Abril			
03	Mai			
07	Junho			