

Fisioterapia de Saúde Ocupacional

Manual de apoio – Avaliação do risco profissional

Curso de Licenciatura em Fisioterapia

Goreti Correia

Joana Cruz

Marlene Rosa

Natália Martins

Saúde Ocupacional

“A **Saúde Ocupacional**, por vezes denominada por Segurança e Saúde do Trabalho, tem por finalidade a prevenção dos riscos profissionais e a proteção e promoção da saúde do trabalhador.”

“Através de **estratégias de identificação, avaliação e controlo dos riscos** existentes no local de trabalho, ou deles emergentes, de ações de vigilância da saúde dos trabalhadores

e de promoção da saúde no local de trabalho, a Saúde Ocupacional visa garantir ambientes de trabalho saudáveis que:

- **Evitem ou minimizem a exposição profissional a fatores de risco**, suscetíveis de comprometer a saúde do trabalhador;
- Assegurem uma **elevada qualidade de vida no trabalho**;
- Permitam alcançar elevados **níveis de conforto, saúde e bem-estar físico, mental e social a todos os trabalhadores.**”

Programa Nacional de Saúde Ocupacional – Extensão 2018-2020

<https://www.dgs.pt/pns-e-programas/programas-de-saude/saude-ocupacional.aspx>

Figura 1. Multidisciplinaridade em Saúde Ocupacional



Fonte: Traduzido de (6)

Figura 3. Intersecção da Saúde Ocupacional com diferentes áreas e programas de saúde



Figura 4. Potenciais benefícios da Saúde Ocupacional para três objetivos de desenvolvimento sustentável da Agenda 2030



- Fisioterapeuta – constituição mínima???

Figura 10. Organização conceptual a nível nacional, regional e local das Equipas e Comissão do PNSOC



Equipa Regional de Saúde Ocupacional (ERSO)

⇒ Os elementos da Equipa devem ser formalmente nomeados pela respetiva Administração Regional de Saúde e ter adstrito tempo de afetação suficiente e compatível com as atividades regionais de Saúde Ocupacional.

Constituição (mínima)	Competências
<ul style="list-style-type: none"> • Médico de Saúde Pública, preferencialmente com especialização em Medicina do Trabalho • Técnico de Saúde Ambiental, preferencialmente com o Título Profissional de Técnico/Técnico Superior de Segurança do Trabalho • Enfermeiro, preferencialmente Especialista em Enfermagem Comunitária/Saúde Pública ou Enfermeiro do Trabalho 	<p>Esta Equipa deverá ter perfil e competência para elaborar e liderar um Programa Regional de Saúde Ocupacional, delinear e implementar ações específicas de Saúde Ocupacional adaptadas à realidade regional, e dinamizar e orientar tecnicamente as Equipas Locais.</p>

Programa Nacional de Saúde Ocupacional – Extensão 2018-2020

Risco profissional

RISCO consiste na **probabilidade** de determinado acontecimento (indesejável) se produzir num determinado período de tempo

OS RISCOS PROFISSIONAIS SÃO AQUELES QUE PODEM RESULTAR/RESULTAM DA REALIZAÇÃO DE UMA DETERMINADA ATIVIDADE OU TAREFA

- Variam consoante o **tipo** de atividade/tarefa
- Dependem das **condições de desempenho** dessa atividade/tarefa



Neste contexto, a Estratégia Nacional para a Segurança e Saúde no Trabalho 2015-2020 visa fundamentalmente 3 objetivos estratégicos:

1. Promover a qualidade de vida no trabalho e a competitividade das empresas;
2. Diminuir o número de acidentes de trabalho em 30% e a taxa de incidência de acidentes de trabalho em 30%;
3. Diminuir os fatores de risco associados às doenças profissionais.

No entanto, se analisarmos os índices de acidentes de trabalho dos países europeus, verificamos que Portugal apresenta o valor mais elevado no que respeita aos acidentes de trabalho não mortais e o segundo no que se refere aos acidentes de trabalho mortais, o que impõe a adoção de ações concertadas de todos os agentes envolvidos para que se consiga efetivamente inverter esta situação.

Neste domínio, serão priorizados os seguintes setores de atividade atendendo ao histórico de sinistralidade:

- Indústria transformadora;
- Construção;
- Comércio por grosso e a retalho;
- Alojamento;
- Restauração e similares;
- Atividades administrativas;
- Serviços de apoio e atividades de saúde humana e apoio social.

[http://www.act.gov.pt/\(pt-PT\)/crc/PublicacoesElectronicas/PoliticaseProgramas/Documents/Estrat%C3%A9gia%20Nacional%20SST%202015-2020.pdf](http://www.act.gov.pt/(pt-PT)/crc/PublicacoesElectronicas/PoliticaseProgramas/Documents/Estrat%C3%A9gia%20Nacional%20SST%202015-2020.pdf)

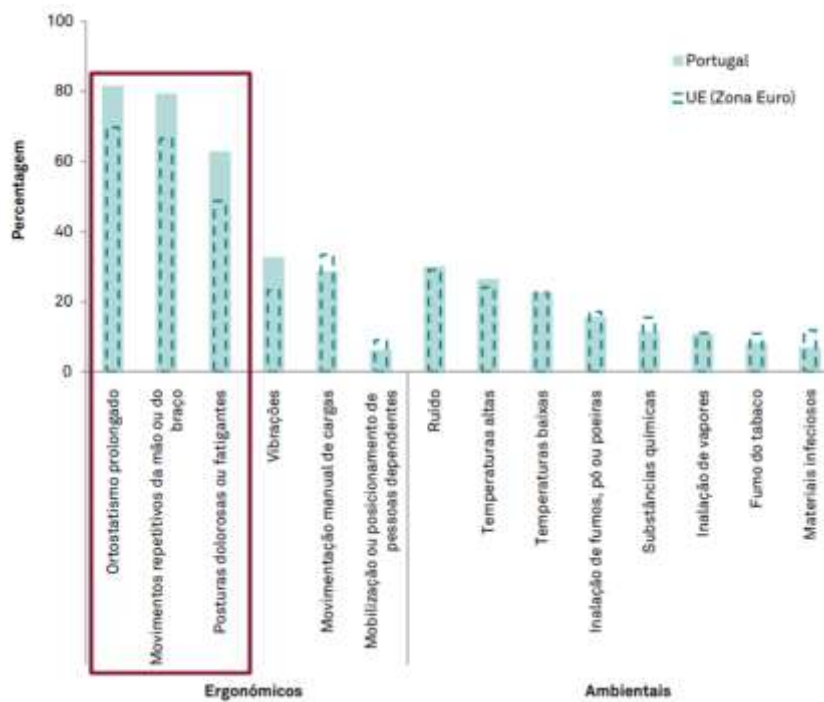
Que fatores de risco existem?

1. Ergonómico
2. Ambiental

Análise das condições de trabalho com base no 5º Inquérito Europeu às Condições de Trabalho

	Abreviatura do fator de risco	Questão 5º IECT "...poder-me-ia dizer em que medida o seu principal trabalho remunerado implica ..."
Fatores de risco ergonómico	Ortostatismo prolongado	Ficar de pé
	Movimentos repetitivos da mão ou do braço	Movimentos repetitivos da mão ou do braço
	Posturas dolorosas ou fatigantes	Posições dolorosas ou fatigantes
	Vibrações	Vibrações provocadas por instrumentos manuais, máquinas, etc.
	Movimentação manual de cargas	Transportar ou deslocar cargas pesadas
	Mobilização ou posicionamento de pessoas dependentes	Levantar ou deslocar pessoas
Fatores de risco ambiental	Ruído	Ruídos tão fortes que tenha de levantar a voz para falar com as pessoas
	Temperaturas altas	Altas temperaturas que fazem com que transpire mesmo que não esteja a trabalhar
	Temperaturas baixas	Baixas temperaturas quer seja no interior ou no exterior dos locais de trabalho
	Inalação de fumos, pó ou poeiras	Inalação de fumos (tais como fumos de soldaduras ou escapes), pó ou poeiras (tais como poeiras de madeira ou minerais), etc.
	Substâncias químicas	Manuseamento ou contacto da pele com produtos ou substâncias químicas
	Inalação de vapores	Inalação de vapores tais como de solventes ou diluentes
	Fumo de tabaco	Fumo de tabaco de outras pessoas
	Materiais infecciosos	Manuseamento ou contacto direto com materiais que podem transmitir doenças infecciosas, tais como desperdícios (lixo), fluidos corporais, materiais de laboratório, etc.

Monjardino et al., 2016: Trabalho e Saúde em Portugal 2016



... 6º Inquérito Europeu às Condições de Trabalho



Atividade prática:

2 grupos - ler os artigos disponíveis no moodle “riscos profissionais: *sitting vs. standing*”

- Identificar os riscos para a saúde de cada postura prolongada;
- Identificar possíveis soluções/estratégias.



Bibliografia:

- ACT (2008). Alivie a carga. Informação para empregadores e trabalhadores do sector do comércio a retalho. Campanha Europeia de Inspeção e Informação “Movimentação Manual de Cargas, 2008”
- Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho. (2007). Perigos e riscos associados à movimentação manual de cargas no local de trabalho: FACTS. 73
- Correia, MG. (2007). Efeitos de um Programa de Ginástica Laboral no Estado de Saúde de Trabalhadores da Indústria Automóvel (Monografia). Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra (p. 9-23)
- Deliberato P. (2002). Fisioterapia Preventiva Fundamentos e Aplicações. Brasil. Ed. Manole. (p. 106-110) **(p. 122-131-Ergonomia)**
- Direção-Geral da Saúde (2008). Guia de orientação para prevenção das lesões musculoesqueléticas relacionadas com o trabalho: programa nacional contra as doenças reumáticas. Lisboa
- Direção-Geral da Saúde (2013) Programa Nacional de Saúde Ocupacional: 2º Ciclo – 2013/2017. Lisboa: DGS
- Plano Nacional de Saúde 2004-2010 (p.70-71)
- Programa Nacional Contra as Doenças Reumáticas de 2004 (p. 26-27)