

CANAIS DE DENÚNCIA SOBRE CONDIÇÕES INADEQUADAS DE TRABALHO

Ministério Público do Trabalho | <https://peticionamento.prt2.mpt.mp.br/denuncia>

Central de atendimento telefônico da prefeitura de São Paulo | Disque 156

Portal de atendimento da prefeitura de São Paulo - SP156 | Acesse pelo QRcode:



CRST NA CIDADE DE SÃO PAULO

CRST FREGUESIA DO Ó

Av. Miguel Conejo, 1115, Freguesia do Ó
Tel: 3975-0707
crstfregueo@prefeitura.sp.gov.br

CRST LAPA

R. Barão do Bananal, 1301- Pompéia
Tel: 3865-2077
crstlapa@prefeitura.sp.gov.br

CRST MOOCA

Praça Ciro Pontes s/n - Mooça
Tel: 2605-0222
crstmoooca@prefeitura.sp.gov.br

CRST SANTO AMARO

Av. Adolfo Pinheiro, 581 - Santo Amaro
Rel: 5523-5382 / 5541- 8992
crststoamaro@prefeitura.sp.gov.br

CRST SÉ

R. Frederico Alvarenga, 259 (5º andar) - Pq. Dom Pedro II
Tel: 3105-5330 / 3241- 0418
crstagrabois@prefeitura.sp.gov.br

CRST LESTE

Rua Barros Cassal, 71 - Itaquera
Tel: 2074-6092
crstleste@prefeitura.sp.gov.br



Saúde do Trabalhador LER/DORT

Alimentadores de Linha de Produção

REALIZAÇÃO

Divisão de Vigilância em Saúde do Trabalhador - DVISAT/COVISA/SMS

Grupo de Trabalho em Saúde do Trabalhador - LER/DORT PORTARIA Nº 7/2023 – SMS.G

O QUE É LER/DORT

LER/DORT é a sigla para “Lesões por Esforços Repetitivos” e “Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho”. Representa um grupo de doenças que afetam o sistema musculoesquelético (músculos, ossos, tendões, nervos, articulações e outros) e são causados pelas atividades de trabalho.

QUAIS SÃO AS DOENÇAS MAIS FREQUENTES

Tendinites, bursites, lombalgias, síndrome do túnel do carpo e mialgias (dores musculares em diversos locais do corpo).

QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS SINTOMAS

Começa com uma sensação de peso e cansaço no membro afetado que aparenta não ter importância. Depois, pode aparecer sensação de formigamento, dormência, pontadas ou agulhadas, inchaço e dor. A situação piora quando a pessoa tem diminuição de força e de movimentos e a dor se torna constante, podendo atrapalhar o sono.

RISCOS PARA PROFISSIONAIS QUE ATUAM COMO ALIMENTADOR DE LINHA DE PRODUÇÃO

Estes profissionais são responsáveis por preparar materiais que alimentam linhas de produção, por organizar a área de serviço, abastecer linhas de produção, alimentar máquinas e separar materiais para reaproveitamento.

Um dos maiores riscos relacionados ao trabalho desses profissionais é o risco ergonômico, principal causador de LER/DORT. Além de prejudicar a saúde física do trabalhador, esses riscos também podem impactar a saúde mental. Exemplos de riscos ergonômicos incluem:

Movimentos repetitivos: movimentar peças constantemente em linhas de produção e esteiras.

Postura inadequada: ficar inclinado, agachado, com os braços elevados ou ficar em pé por longos períodos de tempo.

Esforço físico: superexposição muscular ao mover, puxar e empurrar peças pesadas.

Vibração: uso de ferramentas vibratórias.

Ritmo produtivo acelerado: exigência de grande quantidade de produção pode resultar em trabalho intenso com poucas pausas.

Iluminação insuficiente: permanência em posturas inadequadas para realizar ajustes finos ou inspecionar peças.

Ruído intenso: proveniente das máquinas e ferramentas utilizadas, gerando estresse e irritabilidade.

Organização do trabalho: estruturas hierárquicas rígidas, divisão inadequada de tarefas e metas excessivas podem gerar sobrecarga física e psíquica.

Monotonia: ambiente com poucos estímulos e com a realização de atividades que levem à permanência em uma mesma postura por longo período de tempo.

Arranjo físico inadequado: espaço insuficiente para se movimentar entre máquinas e materiais.

PREVENÇÃO

Para prevenir a LER/DORT é necessário que os empregadores implementem a Norma Regulamentadora 17 (QR Code) de ergonomia nos ambientes e processos de trabalho. Esta norma estabelece medidas para proporcionar conforto e segurança aos trabalhadores e trabalhadoras.

Portanto, a organização do trabalho deve:

- Ajustar a altura das esteiras e bancadas de acordo com as necessidades do trabalhador.
- Utilizar equipamentos auxiliares como carrinhos, esteiras e guindastes para reduzir o esforço na manipulação de cargas.
- Realizar treinamentos em ergonomia, posturas e técnicas de trabalho seguras.
- Implementar pausas regulares e programar rodízios de tarefas para recuperação muscular e redução da fadiga.
- Garantir boa iluminação, conforto térmico e redução de ruídos.
- Disponibilizar assentos adequados para garantir alternância de postura, evitando permanecer em pé ou sentado por longo período de tempo.
- Utilizar ferramentas com redução de vibração e cabos anatômicos.
- Implementar ritmos de trabalho compatíveis com as características psicofisiológicas dos trabalhadores bem como metas realistas.

Além disso, é fundamental que as empresas ouçam as necessidades dos trabalhadores e atue de forma colaborativa junto à CIPA (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e Assédio) e ao Sindicato da categoria, para promover um ambiente mais seguro e saudável para todos.

CONSULTE AS “NORMAS REGULAMENTADORAS” NRs

NR 17 (ERGONOMIA)



NR 5 (CIPA)

