

**Trabalho, saúde,
segurança, qualidade
de vida e riscos
ocupacionais**



Todo trabalho produz saúde?

Sim

Não

Depende



Antes de dizer que o trabalho é seguro

Papel: você integra uma equipe administrativa/RH de uma empresa fictícia de serviços.

Contexto: quatro registros sobre condições de trabalho chegaram à equipe antes de uma reunião de prevenção.

Desafio inicial: antes de classificar os riscos, indique o que chama sua atenção e qual informação você procuraria verificar primeiro.

Entrega: uma observação e uma pergunta de investigação por dupla.

Tempo: 4 minutos.

O trabalho pode proteger ou desgastar

Saúde do trabalhador envolve dimensões **física, mental e social** — e qualidade de vida depende também de como o trabalho é planejado, organizado e realizado.



📄 Qualidade de vida no trabalho não se resume a ações isoladas de bem-estar.

Sem acidentes significa trabalho saudável?

"Um setor administrativo não registra quedas, cortes ou acidentes com máquinas. Entretanto, parte da equipe permanece longos períodos sentada, relata pressão contínua por prazos e trabalha em condições ambientais desconfortáveis."

Que informações precisam ser analisadas antes de afirmar que esse ambiente é saudável?

Identifique duas condições relevantes e compartilhe brevemente uma delas com a turma.

Prevenir é agir antes do dano

Segurança do trabalho: medidas técnicas, administrativas, educacionais e organizacionais para prevenir acidentes e agravos.

Higiene do trabalho: atenção preventiva às condições ambientais capazes de comprometer a saúde.

Prevenção: reconhecer antecipadamente situações capazes de produzir dano e atuar para eliminar ou reduzir o problema.



📄 Ação: relacione oralmente uma situação do slide anterior a uma etapa do fluxo.

Perigo, exposição e risco não são a mesma coisa

1

Perigo

Fonte, condição ou situação com potencial de causar dano.

Produto químico irritante utilizado na limpeza.

2

Exposição

Situação em que o trabalhador entra em contato ou fica submetido ao perigo.

Manipulação em ambiente pouco ventilado, próximo aos vapores.

3

Risco

Possibilidade de ocorrência do dano considerando as condições reais de exposição e possíveis consequências.

Possibilidade de efeitos decorrentes das condições de contato.

A simples presença de um perigo **não produz o mesmo nível de risco** em todas as situações. As condições reais de exposição são determinantes.

O que é perigo, exposição e risco?

Classifique 1, 2 e 3 como perigo, exposição ou risco.

1

"Produto químico com potencial irritante utilizado na limpeza."

2

"Manipulação do produto em local pouco ventilado, permanecendo próximo aos vapores."

3

"Possibilidade de ocorrer irritação ou outro efeito em função das condições de contato."

Quatro grupos para reconhecer os riscos

Grupo	Natureza	Exemplos
Físicos	Formas de energia	Ruído, vibração, calor, frio, radiações, pressões anormais
Químicos	Substâncias e produtos	Poeiras, fumos, gases, vapores, solventes, produtos de limpeza
Biológicos	Organismos e materiais biológicos	Bactérias, vírus, fungos, parasitas, materiais potencialmente contaminados
Ergonômicos	Exigências físicas, cognitivas e organizacionais	Postura, repetitividade, esforço, mobiliário, ritmo, pressão, organização das tarefas

A classificação ajuda a reconhecer o problema, mas a análise depende das condições reais de exposição.

A mesma tarefa pode gerar condições diferentes

A exposição também é modificada por como o trabalho é organizado:

- duração da jornada ou da atividade
- frequência e ritmo
- pressão e repetitividade
- possibilidade de pausas
- autonomia e recursos disponíveis
- organização da equipe

Ruído + permanência prolongada

→ maior tempo de exposição

Movimentos repetitivos + ritmo intenso + poucas pausas

→ menor oportunidade de recuperação

Ambiente, tarefa e organização do trabalho atuam simultaneamente.

SITUAÇÃO DIDÁTICA SIMULADA

Diagnóstico das condições de trabalho

Papel: integrante da equipe administrativa/RH.

Contexto: quatro registros serão encaminhados para análise preventiva.

Para cada registro, indica-se:

1. Perigo, fonte ou condição relevante
2. Como ocorre a exposição
3. Grupo de risco predominante
4. Condição do trabalho que interfere na exposição
5. Justificativa técnica

Ficha de observação

Registro	Descrição
1 — Área de manutenção	Uma trabalhadora permanece aproximadamente quatro horas da jornada próxima a um equipamento que produz ruído contínuo enquanto executa registros e acompanhamento da operação.
2 — Limpeza	Durante a limpeza de um espaço pequeno e pouco ventilado, um trabalhador aplica regularmente um produto que libera vapores perceptíveis.
3 — Manuseio de resíduos	Uma trabalhadora realiza recolhimento e manuseio de materiais que podem estar contaminados durante atividades de limpeza e descarte.
4 — Atendimento administrativo	Uma trabalhadora utiliza computador durante longos períodos, com pouca variação de movimentos. Há alto volume de demandas, pressão por prazos e poucas oportunidades de pausa.

Quais critérios sustentam a classificação?

Registro	Grupo	Fonte e exposição	Critério
1 — Manutenção	Físico	Ruído do equipamento; permanência próxima à fonte durante parte da jornada.	Natureza física do agente e condições de duração e proximidade.
2 — Limpeza	Químico	Produto e vapores; aplicação em ambiente pouco ventilado.	Substância química e condições de contato: frequência, duração, vias de exposição.
3 — Resíduos	Biológico	Materiais potencialmente contaminados; contato durante recolhimento e manuseio.	Natureza biológica do possível contaminante e forma de contato.
4 — Administrativo	Ergonômico	Permanência prolongada, repetitividade, ritmo, pressão e poucas pausas.	Interação entre pessoa, tarefa e organização do trabalho.

 Classificar é apenas o início. A análise preventiva precisa compreender **como a exposição realmente acontece**.

Prevenção não depende de uma pessoa só

Trabalhadores

- Seguir procedimentos estabelecidos
- Utilizar corretamente os recursos disponíveis
- Participar das orientações
- Comunicar situações perigosas

Organização

- Planejar condições adequadas de trabalho
- Disponibilizar recursos necessários
- Comunicar, capacitar e orientar
- Acompanhar condições e corrigir problemas

Prevenção consistente = condições adequadas + participação + acompanhamento

O que precisa permanecer desta aula

1 Trabalho e saúde

O trabalho pode favorecer saúde e qualidade de vida ou produzir desgaste, dependendo das condições em que é realizado.

2 Ausência de acidente ≠ ausência de risco

Um ambiente sem acidentes visíveis não é necessariamente saudável ou livre de perigos.

3 Perigo, exposição e risco

Representam etapas diferentes da análise e não devem ser confundidos.

4 Quatro grupos de risco

Físicos, químicos, biológicos e ergonômicos precisam ser reconhecidos no trabalho real.

5 Prevenção é multidimensional

Ambiente, jornada, ritmo, recursos, organização e participação fazem parte da prevenção.

Obrigado e até a próxima!

Uma ótima volta para casa!