

Promoção da saúde para todos

Serviço Saúde Ocupacional /
CHP

Data do boletim
Abril 2012

Volume 1, Edição 1

centro hospitalar
do Porto

Editorial

A finalidade deste boletim é proporcionar informação pertinente aos profissionais dos Centro Hospitalar do Porto sobre saúde e Segurança no local de Trabalho

A actividade do Serviço de Saúde Ocupacional ainda cria algumas dúvidas aos colaboradores do CHP na medida em que pensam que a actividade é curativa.

A missão do SSO é promover a saúde dos trabalhadores e colaborar na prevenção dos riscos profissionais

A periodicidade deste boletim será trimestral

premissa, o sentido pratico da sua mensagem.

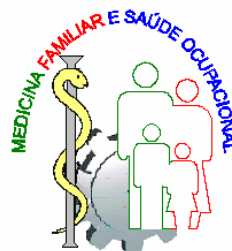
Pretende-se consolidar informação já fornecida anteriormente e divulgar novos factos úteis para a actividade profissional dos colaboradores do CHP.

Estamos disponíveis para sugestão e propostas de melhoria

Desejo boa leitura

O Director SSO

António Barroso



Nesta edição:

Vigilância individual Saúde	1
Objectivos e actividades SSO	2
Programa Prevenção dos Acidentes de Trabalho	2
Doenças Profissionais	3
AT com exposição fluidos orgânicos	3
Programa de Prevenção das Lesões músculo esqueléticas	3
Noticias / Legislação	4

Os temas abordados têm como

Manter a saúde e evitar o aparecimento da doença Vigilância individual da saúde trabalhador

O SSO tem implementado a vigilância individual de saúde dos Trabalhadores do CHP, no sentido de definir a **aptidão para o exercício das suas funções**, bem como, as repercussões do trabalho e das suas condições, na saúde do trabalhador.

A Ficha Clínica encontra-se sujeita a regime de segredo profissional e na posse exclusiva do Serviço Saúde Ocupacional;

*Todo o trabalhador **deve comparecer** aos exames de saúde (preferencial em dia de trabalho) e são requisitados exames complementares de acordo com os riscos profissionais a que estão expostos, **isentos de taxa moderadora**;*

Em situação de ausência ao trabalho (p.ex. baixa), ignore a convocatória. Deve comparecer no Serviço Saúde

Ocupacional, quando reiniciar funções profissionais;

Periodicamente o SSO envia para a Direcção dos Serviços a listagem dos profissionais e situação perante o SSO

O SSO apela a quem a data do ultimo exame de saúde é > a 2 anos, pf contactar o 4247

Pontos de interesse especiais:

- Campanha Europeia de prevenção dos factores de risco psicossocial

Objectivos do Serviço Saúde Ocupacional

Todo o trabalhador tem direito a trabalho seguro e saudável;

Os que exercem actividades no sector da saúde têm obrigação acrescida de promover a saúde e prevenir as doenças;

Nos hospitais há razões ambientais, organização, condições de trabalho e exigências técnico-profissionais que justificam a prioridade a dar à segurança e saúde dos funcionários;

A formação e treino dos trabalhadores hospitalares motiva sensibilidade e responsabilidade ética/social acrescida em saúde e segurança no local de trabalho;

A participação dos trabalhadores é essencial para adequado desenvolvimento das actividades de um Serviço de Saúde Ocupacional;

Equipa multidisciplinar na organização e no desenvolvimento dos princípios relativos à Promoção da Saúde no local de trabalho:

- comportamentos saudáveis
- estilos de vida saudáveis
- boas condições ambientais nos locais de trabalho.

Princípios orientadores

- Centralidade de actuação, nos trabalhadores do CHP;
- Promover a saúde e o bem-estar dos trabalhadores;
- Equidade de acesso e utilização de serviços;
- Garantir a protecção da saúde e a prevenção dos riscos profissionais;
- Humanização do Trabalho.

Programa de Prevenção dos Acidentes Trabalho

- Existem normas instituídas no CHP sobre a actuação em caso de acidente trabalho, que todos devem estar cientes da obrigatoriedade em as cumprir, nomeadamente:

- Primeiros socorros no local do acidente;
 - Deslocar-se ao SU;
 - Deslocar-se ao SSO, respeitando os prazos, máximo 3 dias úteis com a documentação preenchida e assinada; no caso dos CIT, no prazo 3 dias preenchem no SSO
- A análise do acidente por parte dos técnico do Gabinete Higiene e Segurança permite determinar de forma mais objectiva as causas bem como propor medidas correctivas no sentido de eliminar / minimizar futuros acidentes;

- Alertamos para o facto de todos nós estarmos atentos nas áreas de circulação, pois em 2011 um terço dos acidentes (109) foram quedas de pessoas;

- Relativamente aos acidentes por exposição a fluidos orgânicos, estes têm vindo a diminuir, mas apelamos:
 - à utilização de equipamento de segurança (já propusemos mais equipamento com segurança, nomeadamente Butterfly);
 - evitar o contacto com projecções, usando EPI adequado;
 - Limitar ao máximo manipulação de equipamento corto-perfurante e assim colocá-lo directamente no contentor;
- Todos os serviços devem fazer análise aos AT e propor metas para o ano seguinte

" Os acidentes são na sua maioria evitáveis, tudo depende de si "

Doenças profissionais

Doenças profissionais - As doenças profissionais constam da lista organizada e publicada no Diário da República, sob parecer da Comissão Nacional de Revisão da Lista de Doenças Profissionais.

- A lesão corporal, perturbação funcional ou doença não incluída nesta lista é indemnizável desde que se prove ser consequência, necessária e directa, da actividade exercida e não represente normal desgaste do organismo

Procedimento:

Em presença de sinais e sintomas relacionados com possível doença profissional, o funcionário deve estabelecer contacto com o SSO.

Realização de exame de saúde ocasional e se necessário encaminhamento para consulta da especialidade.

Perante a presunção da existência de doença profissional, o Médico Assistente ou o Médico Trabalho elabora formulários para participação ao CNPRP;

Preferencialmente a documentação é enviada para o SGRH, (cópia para o SSO) para marcação Junta Médica no CNPRP;

O SSO elabora listagem de trabalhadores com participação elaborada;

O SGRH, logo que tenha conhecimento da decisão da Junta Médica do CNPRP, informa por escrito o SSO.

Quando é que um trabalhador é reconhecido como doente profissional? Quando lhe é certificada uma doença profissional pelo Centro Nacional com base no parecer dos peritos médicos competentes.

Que documentação deve enviar?

Participação Obrigatória (Constitui obrigação de qualquer médico que presuma uma doença profissional)

- Requerimento de exame médico para diagnóstico e caracterização de doença profissional no âmbito da função pública
- Meios auxiliares de diagnóstico

Para onde enviar?

- SGRH do CHP
- Directamente para o Centro Nacional de Protecção contra os Riscos Profissionais
- Para os Centros Distritais de Solidariedade e Segurança Social e suas lojas

Acidente de trabalho com exposição ao fluidos orgânicos

Lavagem com água / anti-séptico, o local da exposição ao fluido;

Lavagem com água, membranas/ mucosas integras;

Determinar risco associado:

✦ **Tipo de fluido** (p.e. sangue, fluido visivelmente com sangue, outro fluido/ tecido potencialmente infeccioso e vírus concentrado);

Tipo de exposição (p.e. dano percutâneo, membrana / mucosa íntegra ou não íntegra;

Avaliar doente - fonte da exposição:

Avaliar risco de infecção através de informação disponível;

Testar agHBs, antiHCV, antiHIV ½ ;

Se doente - fonte da exposição, desconhecida:

Avaliar risco de exposição a HBV, HCV ou infecção de

HIV, de acordo com epidemiologia local;

Avaliar profissional, exposto ao risco biológico:

✦ Avaliar imunidade para a infecção HBV (história de Vacinação Hepatite B e resposta vacinal), testar antiHbs / aHbC;

Testar antiHCV, antiHIV ½

Implementar profilaxia pós exposição em casos de risco de transmissão de infecção:

HBV – Hepatite B - de acordo com esquema protocolado no CHP;

HCV – Hepatite C - não é recomendado profilaxia, mas sim acompanhamento clínico e analítico (1º , 3º e 6º mês, após exposição);

HIV (de acordo com esquema protocolado no CHP):

Profilaxia medicamentosa, iniciada o mais cedo possível, preferencialmente dentro das primeiras 4 horas – durante 4 semanas;

Em caso de suspeita de gravidez, fazer o teste;

Acompanhamento clínico durante administração da medicação antiretroviral (Serviço Saúde Ocupacional e Consulta Imunologia Clínica).

Programa controlo doenças Evitáveis pela Vacinação

O risco de exposição a agentes biológicos está presente em ambiente hospitalar;

A avaliação deste risco passa pela sua identificação, análise, valorização e controlo;

Uma das estratégias para controlar este risco de exposição é promover a implementação de medidas organizacionais, estruturais, bem como, a utilização de equipamentos de protecção colectiva,

individual;

A imunização dos trabalhadores deve ser uma medida a implementar pela entidade empregadora;

De forma generalizada, neste momento, o **CHP coloca á disposição dos seus traba-**

lhores a vacinação contra Hepatite B, Tétano, difteria , Sarampo e Gripe;

Em situações que o justifiquem, poderá haver a necessidade de implementar outras medidas de forma a controlar o risco de exposição a agentes biológicos;

“ Sempre que se possa evitar a doença pela imunização, é imperativo ético de todos nós termos as vacinas actualizadas “

Programa Prevenção Lesões Musculo Esqueléticas

A qualidade é parte integrante do CHP, sendo um dos pilares do desenvolvimento desta instituição.

O CHP tem por missão prestar cuidados de saúde diferenciados, com um nível de qualidade e eficiência elevados, suportada pela qualificação dos colaboradores e pela preservação da sua saúde e segurança no local de trabalho.

Assim e de acordo com esta premissa , o CHP tem implementado actividades com os seguintes objectivos:

Que os seus colaboradores participem activamente na evolução da instituição, sendo continuamente formados e motivados, por forma a identificarem a instituição como algo de seu,

Que as suas instalações e equipamentos reflectam a evolução tecnológica, ambiental e ergonómica;

Desenvolver um processo de melhoria contínua de forma a minimizar o risco de lesão musculo-esquelética;

Adquirir dispositivos auxiliares (ajudas técnicas) para reduzir / eliminar tarefas que provoquem lesões nos seus colaboradores, tendo em consideração a identificação das necessidades e a análise dos incidentes / acidentes; promover treino respectivo;

Desenvolver um programa de formação(integração e contínua), para todos os colaboradores, sobre mobilização de doentes / manipulação de cargas, estimulando o auto cuidado dos doentes em actividades que exijam esforço físico;

Monitorização pela análise da sinistralidade;

O SSO alerta para os seguintes factos:

- Estudos internacionais afirmam que uma grande **maioria dos trabalhadores puderam ter uma lesão músculo-esquelética;**
- A **auto responsabilização** dos trabalhadores para implementarem todas as recomendações que são transmitidas, seja por cartazes , brochuras, acções formação, pareceres, utilização ajudas técnicas, etc é importante e imprescindível para o sucesso deste programa de prevenção;
- Mais do que evitar os acidentes de trabalho de causa do foro musculo esquelético, o mais importante é **manter os trabalhadores sem sintomatologia** que lhe diminua a qualidade de vida seja profissional, familiar, social.



Serviço Saúde Ocupacional /

Endereço:

R. D. Manuel II

Instalações CHP

4050 –345 Porto

Tel: 222077500

Fax: 226050211

Correio electrónico:

sso@hgsa.min-saude.pt

Estamos na Intranet
na área do DGQRHSS

Direcção



Director
Dr. António Barroso
Ext: 4248
director.sso@hgsa.min-saude.pt



Informador Clínico
Dr. Vitor Brasileiro
Ext: 4307
vitorbrasileiro.sso@chporto.min-saude.pt

Saúde no Trabalho



Médico do Trabalho
Dr. António Barroso
Ext: 4248
director.sso@hgsa.min-saude.pt



Médica do Trabalho
Dra. Amélia Marinho
Ext: 4309
ameliamarinho.sso@chporto.min-saude.pt



Enfermeiro do Trabalho
Dr. Vitor Brasileiro
Ext: 4307
vitorbrasileiro.sso@chporto.min-saude.pt



Enfermeira do Trabalho
Dra. Amélia Sobral
Ext: 4311
ameliasobral.sso@chporto.min-saude.pt



Assistente Técnica
Teresa Vasconcelos
Ext: 4247
sso@hgsa.min-saude.pt



Assistente Técnica
Teresa Neves
Ext: 4247
sso@hgsa.min-saude.pt

Medicina Geral e Familiar



Medicina Geral e Familiar
Dra. Maria das Dores
Ext: 4152



Assistente Técnica
Dr. Albina Castro
Ext: 4180

Torne o emprego mais saudável em vários passos

Se é o trabalho uma das grandes causas de stress e é lá que passa a maior parte do tempo, aprenda a torná-lo num aliado

- Não coma à secretaria
 - Adquirir uma postura correcta
 - Encontre um modo de reduzir o stress no trabalho
 - Pratique exercício, relaxamento, a meio do dia trabalho
 - Planeie actividades com os colegas / amigos fora do emprego
- Se possível, flexibilize horário
 - Local trabalho limpo
 - Mantenha boas relações com a equipa trabalho

Legislação, Eventos e Formação

Lei nº 98/ 2009, de 04 Setembro - Regula-
menta o Regime de Reparação de Acidentes
Trabalho e Doenças profissionais;

Lei nº 7 / 2009 de 07 fevereiro – Código Tra-
balho

Lei nº59/ 2008, 11 Setembro – Regime do
Contrato de trabalho em Funções Públicas

D. L. 352/2007, 23 Outubro - Tabela Nacional
de Incapacidades;

Decreto Regulamentar nº 76/ 2007, de 17
Junho – Lista de Doenças Profissionais;

D.L. nº 185/2007 de 10 Maio – Fundo Aciden-
tes Trabalho

Despacho Conjunto nº 578/ 2001, de 31 Maio
- Modelo Participação Obrigatória;

D.L. nº 503/99 de 20 Novembro - Regime
Jurídico AT e DP na Administração Publica;

D.L. nº 159/99 de 11 Maio – Seguro AT para
Trabalhadores Independentes;

Formação: (no CHP)

- Jornadas Qualidade e Segurança (mensal)
- Formação ergonomia

Eventos:

- Dia Nacional de Prevenção e Segurança
no Trabalho —28 Abril

Consulte www.dnpst.eu

- Campanha Europeia Riscos Psicossociais—2012

Consulte www.act.gov.pt