

Promoção da Saúde para Todos

Serviço Saúde Ocupacional CHUPorto

Data do boletim Julho 2021 | Volume 2, Edição 3

Nesta edição

Saúde Ocupacional
e a pandemia
COVID-19

Programa Prevenção
dos Acidentes
de Trabalho

Programa de
Prevenção
das Lesões
músculoesqueléticas
LMET

Pontos de interesse especiais:

Inscrição Vacinação antiGripe sazonal até 18 Setembro 2021

Editorial

A atividade laboral em contexto de pandemia COVID-19 tem condicionado a nossa vida pessoal, familiar, social e profissional.

O sucesso da nossa intervenção para ultrapassar este obstáculo é sermos proactivos, ponderados e reflexivos perante as adversidades.

A vida em sociedade implica responsabilidade nas relações sociais e laborais.

A atividade profissional em contexto de prestação de cuidados de saúde, torna estes aspecto ainda mais pertinente e um maior sentido de responsabilidade perante os outros, nomeadamente aqueles que recorrem à nossa instituição.

Nunca esquecendo que os trabalhadores do CHUPorto também são pessoas com as suas crenças, emoções, preocupações, anseios e dúvidas. As decisões acabam, também, por serem condicionadas pelas suas vivências

sociais, familiares. Os trabalhadores têm de ser valorizados como um todo e quanto melhor estiver o seu equilíbrio físico e mental, melhores profissionais de saúde se tornam. Após as merecidas férias, é necessário retomar as atividades tendo como foco, a prevenção da segurança dos locais de trabalho, bem como, atenção aos problemas com a saúde no trabalho.

Tanto o SSO, como o GHS, estão disponíveis para apreciar as situações relevantes para melhor qualidade no exercício da atividade profissional. Todos podem e devem colaborar para a melhoria das condições físicas e psicológica nos locais de trabalho.

Ao dispor,
Diretor SSO
António Barroso

Saúde Ocupacional e a pandemia COVID-19

Constituindo o trabalho um importante determinante de saúde, a prevenção e controlo da COVID-19 nos locais de trabalho revelase essencial para garantir uma saudável força de trabalho, e consequentes resultados positivos na saúde da população.

Uma “economia saudável depende de uma população saudável”, pelo que garantir que os trabalhadores tenham bons níveis de “saúde e bem-estar”, sobretudo no atual contexto pandémico, revela-se um critério fundamental para a reativação sustentável das economias.

Estes níveis são ainda indispensáveis à manutenção da capacidade de trabalho, assim como à confiança, motivação, e produtividade dos trabalhadores, aspetos essenciais ao funcionamento, desenvolvimento e competitividade de qualquer empresa.

Desta forma, considera-se que adequadas medidas preventivas instituídas nos locais de trabalho, no âmbito da COVID-19, podem salvar vidas, diminuir o absentismo ao trabalho e salvaguardar os meios de subsistência da população, minimizando o impacte negativo da COVID-19 sobre a economia e a sociedade.

Assim, a COVID-19 colocou em evidência que as empresas têm um papel fundamental no combate desta pandemia

e, simultaneamente, realçou importância de as empresas atribuírem prioridade à proteção e promoção da saúde e bem-estar dos seus trabalhadores.

Esta prioridade, para além de afirmar o cumprimento legal em saúde e segurança no trabalho e a responsabilidade social da empresa, é fulcral para garantir o funcionamento e sustentabilidade do negócio e da atividade da empresa e assegurar o funcionamento das cadeias de abastecimento de bens e serviços essenciais à comunidade enfatizar a importante ação dos Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho /Saúde Ocupacional (SST/SO) em situações de crise e de emergência, como na atual situação pandémica da COVID-19, assim como apoiar os empregadores e os Serviços de SST/SO no desenvolvimento de Planos de Contingência para a COVID-19 com base no processo de análise, avaliação e gestão do risco.

Deve-se referir que a COVID-19 realçou que é premente e indispensável a ligação entre os Serviços de SST/SO e as Equipas de Saúde Pública, considerando que “os efeitos e resultados das medidas de SST têm uma repercussão evidente na saúde e bemestar geral dos trabalhadores e na sociedade como um todo”.

Programa de Prevenção e Controlo dos Acidentes de Trabalho

Evolução da sinistralidade CHUPorto (1º semestre 2020/2021)

- Nº total de AT - estável;
- Dias de trabalho perdidos com redução 41 % (- 825dias);
- AT por esforços excessivos estável
- AT por quedas - aumento (+14);
- AT nos Blocos - aumento (+10);
- AT com baixa - ligeira redução (-4)

Em 2021:

- AT na via publica representam 19% do total, com 600 dias de ausências (52% do total);
- 30% dos AT (n 41) foram por exposição fluidos orgânicos (destes, 80 % por picada). Destas exposições 32% (n13) foram de maior risco (fonte desconhecida, fonte aHCV +; fonte aHIV +);
- Picadas (n 33), das quais por agulhas ocas (n 30) , incluindo Buterfly (n 6)
- Profissionais que necessitaram de fazer profilaxia com medicação pós expo-sição (PPE) (n 8);

Notas:

- Por regra, as picadas em Ass. Operacionais ocorrem por má prática dos outros profissionais; estes são comunicados pelo SSO à Direção serviço
- Tendo em consideração os dados apresentados, todos temos de refletir sobre as atitudes a tomar, de forma a diminuir ainda mais o impacto da sinistralidade. Temos de nos empenhar em interiorizar a prevenção dos riscos profissionais , nomeadamente através da implementação das normas / procedimentos escritos , utilização das ajudas técnicas existentes, notificar eventos que coloquem em risco os profissionais e manter a boa pratica em todos os nossos atos , incluindo quando circulamos na via pública

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

	2020	2021
Total de AT por exposição fluidos	39	41
Total de AT por contacto percutânea	33	33
Total de AT por contacto cutânea/ mucosa	6	8

“A sinistralidade é um problema de todos”

Categoria profissional		2020	2021
Enfermeiro	Picada	14	17
	contacto	1	7
Médico	Picada	11	13
	contacto	4	1
Ass. Op.	Picada	6	3
	contacto	0	0

	2020	2021
AT até 30 junho	130	139
Dias de Trabalho Perdidos	1976	1151
Acidentes com baixa	50	46
Tipo de Acidente		
Esforço Excessivo ou Movimento Inadequado	30	30
Picadas	34	33
Quedas	29	43
Pancada/Corte provocado por objectos	10	9
Contato fluidos orgânicos	5	8
Local de Acidente		
Via Publica	24	26
Internamento	38	45
Blocos	12	22
SU	22	16

taxa exposições por nº camas		2020	2021
Taxa por 100 camas (757)	Picada	4.3	4.3
	contacto	0.8	1.0
taxa exposições por cat. Prof.(n100)			
enfermeiro		1.0	1.47
Médico		1.3	1.05
Ass. Op.		0.6	0.28

Situação doente fonte exposição	2020	2021
fonte HCV +	1	3
fonte desc	5	5
fonte HIV +	4	6
Profilaxia HIV	7	8

Promoção da saúde para todos

Programa de Prevenção de Lesões Musculo Esqueléticas relacionadas com o trabalho (LMERT)

Na análise da sinistralidade, os AT que provocam LMERT, são aqueles que originam maior morbilidade, maior incapacidade e consequentemente maiores custos, seja para o sinistrado, para a empresa e até para a sociedade. Assim para o SSO/ CHUPorto será sempre uma área de especial atenção de forma a minimizar o impacto na saúde e segurança dos trabalhadores, bem como, no CHUPorto.

Dados comparativos (2020 e 2021)- 1º Semestre

- AT com LMERT estável
- Dias de Trabalho perdidos com redução significativa,
- Dos 30 AT, 12 com baixa (40 %)
- Categoria profissional mais afetada: Ass. Operacionais; em 2020– enfermeiros;
- Local do acidente: naturalmente o Internamento é o mais eleva-do, (maior nº de colaboradores, tarefas de risco).
- Causas : A mobilização de doentes representa 40% destes AT.
- Classe Etária: mais acidentes na classe 50-59 anos (n11), 37% destes AT ; em 2020 foi a classe etária 30-39 anos.

	2019	2020
AT por esforço excessivo até 31 dezembro	80	66
AT com baixa	55	42
Dias de trabalho perdidos	2219	2081
Categoria Profissional		
Enfermeiro	36	31
Assistente Operacional	34	25
Assistente Técnico	4	3
TDT (inclui fisioterapeutas)	4	4
Local de Acidente		
Via Pública	11	8
SU	9	3
Internamento	41	37
Blocos	4	2
Causas		
Mobilização doentes	44	32
Movimentos inadequados	19	20
Transporte	6	6
Via Pública	11	8

Reforça-se a necessidade de:

- **Aquisição** de ajudas técnicas disponibilizadas pelo CHUPorto, nomeadamente cinto de mobilização de doentes, base rotativa no chão, suporte monitor, base do “rato” computador com apoio gel, apoio pés, cadeiras ergonómicas, “rato ” mais ergonómico;
- **Manutenção preventiva** de equipamentos de mobilização (camas, macas, outros meios transporte) , cadeiras, etc.;
- **Utilização**, sempre que adequado, das ajudas técnicas existentes e solicitar sempre que pertinente, a colaboração dos restantes elementos da equipa de trabalho;
- **Cumprir** com as normas existentes no CHUPorto (seja PG , IT, cartazes , ...);

Outros aspetos a valorizar por todos nós:

- **Envolvimento ativo e consulta dos trabalhadores** na melhoria do seu ambiente de trabalho;
- **Humanização do trabalho**;
- **Todas as medidas destinadas a melhorar o bem-estar no trabalho**, por exemplo possibilidade de horário flexível;
- **Abordar a questão da alimentação saudável no local de trabalho**, facultar informações sobre alimentação saudável, bem como disponibilizar pratos saudáveis na cantina ou instalações para os trabalhadores prepararem as suas próprias refeições;
- **Promoção da saúde mental** através de formação e aconselhamento psicológico (anónimo) para todos os trabalhadores;
- **Exercício e atividade física**, com incentivo a uma promoção de uma cultura ativa e saudável no local trabalho;
- **Vigilância individual de saúde**, de forma periódica a todos os trabalhadores;

COVID-19

MESMO VACINADO PROTEJA-SE

AS REGRAS SÃO PARA TODOS



DISTÂNCIA



MÁSCARA



MÃOS



AREJAR

CUIDAR DE SI É CUIDAR DE TODOS.

#SEJAUMAGENTEDESAÚDEPÚBLICA
#VACINACOV19PT
#UMCONSELHODGGS



COVID-19

PLANO DE TESTAGEM



TESTAR É FUNDAMENTAL

1 em cada 3 pessoas com COVID-19
não apresenta sintomas. Faça regularmente um teste!





Albert Einstein

Estamos na Intranet
na área do DQ