

Plamef inicia nova fase do seu informativo

Interação on line e foco em palestras serão prioridades



Sede atual da Plamef

“O informativo da Plamef está em novo formato!”, a frase citada é do diretor administrativo da empresa, Wilton de Castro. Após checar o recebimento do informativo da Plamef por parte das empresas clientes houve a percepção de que muitos não recebiam o informativo em mãos.

“Encomendamos uma pesquisa junto aos clientes da

Plamef, para saber a posição da satisfação deles perante o informativo decidimos através da mesma que o formato ideal seria um informativo On Line (de maior alcance), bimestral e em PDF (uma imagem mais nítida e compacta de leitura)”, disse Wilton.

Essas mudanças serão benéficas para todos os clientes e a

informação fluirá melhor entre os setores das empresas que recebem o informativo. A cada final de ano, as empresas clientes poderão usufruir de uma edição especial impressa.

Quanto aos assuntos abordados será prioridade os temas ligados à Medicina e Segurança do Trabalho, um canal de comunicação entre os leitores será criado (Você pergunta e a Plamef responde!) no próprio informativo estendendo também para o site.

Ainda segundo Wilton de Castro, ocorrerão várias mudanças também na empresa. “Estamos em processo de melhorias. Algumas ideias estão sendo expostas como: a retomada do ciclo de palestras, agendamento do atendimento interno, abertura de um horário exclusivo para comércio e prestação de serviços, firmar uma parceria com um psicólogo (visando atender os nossos colaboradores a preço diferenciado) e criarmos parcerias com outras empresas através da Rachid & Castro e Astho”, finalizou.

Confira ainda:

>> Entrevista com Samira Castro - Pág 02

>> XII Copa Plamef segue realizada pela LAU - Pág 03

>> Saiba sobre a Síndrome do Túnel do Carpo - Pág 03

Grupo PLAMEF:

PLAMEF

www.plamef.com.br

ASTHO
ASSESSORIA EM SEGURANÇA DO TRABALHO E HIGIENE OCUPACIONAL
Assessoria em Segurança do Trabalho e Higiene Ocupacional



RACHID & CASTRO
ASSESSORIA ORGANIZACIONAL

Dúvidas? A Plamef responde para você!



Agora ficou mais fácil solucionar suas dúvidas com relação à Medicina e Segurança do Trabalho. No site da Plamef (www.plamef.com.br) você encontrará um link para enviar suas perguntas/dúvidas e em nosso informativo bimestral estaremos publicando os principais casos. Escreva pra gente!

A) Por que não pode retroagir a data do exame médico (laudo) de um funcionário para com a data de admissão do mesmo na empresa?

R: Primeiramente porque é ilegal, portando errado. O Atestado de Saúde Ocupacional - ASO

Admissional deve ser realizado antes do colaborador assumir suas atividades na empresa. O ASO vai informar ao empregador, se o colaborador está Apto ou Inapto para a função para a função proposta.

NR7/7.4.3.1. No exame médico admissional, deverá ser realizada antes que o trabalhador assumira suas atividades. (Código da infração na NR28 - 107.068-1, Infração 2, variando de valor de acordo com o Grau de Risco da empresa e n° total de colaboradores.

B) Por que é obrigatório o PCMSO nas empresas?

R: Transcrevo aqui o estipulado pela NR-7.

NR 07 – PCMSO - Despacho da Secretaria de Segurança e Saúde no Trabalho (1º de Outubro de 1996) DOU de 04-10-1996

“7.1.1 Esta Norma Regulamentadora - NR estabelece a obrigatoriedade da elaboração e implementação, por parte de todos os empregadores e instituições que admitam trabalhadores como empregados, do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional - PCMSO, com o objetivo de promoção e preservação da saúde do conjunto dos seus trabalhadores.

Nota:

“Todos os trabalhadores devem ter o controle de sua saúde de acordo com os riscos a que estão expostos. Além de ser uma exigência legal prevista no art. 168 da CLT, está respaldada na Convenção 161 da Organização Internacional do Trabalho - OIT, respeitando princípios éticos, morais e técnicos.”

Samira Castro, a Office girl de maior responsabilidade

Jogo Rápido:

Signo: Leão

Data Nascimento: 05/08/1993

Prato preferido: Filé a parmegiana

Música: Astronauta de Mármore – Nenhum de Nós

Qualidade: Carinhosa

Defeito: Carente

Uma frase: “Só se pode alcançar um grande êxito quando nos mantemos fiés a nós mesmos” Nietzsche”

A história de Samira Freitas de Castro é um pouco diferente das demais colaboradoras da Plamef. Há mais de um ano ela exerce com responsabilidade a tarefa de Office Girl na empresa. Ela também ajuda nas áreas que conhece ou quando precisa.

Samira é filha do diretor administrativo da Plamef, Wilton de Castro, e conta que queria trabalhar na empresa. “*Pensava que precisava trabalhar. Daí pensei: Por que não começar por um lugar onde teria apoio e direcionamento? E meu pai me deu essa oportunidade dentro da empresa e que me fez muito bem*”, disse.

Ela ainda frisa que de certa forma há

uma pressão para que eu dê continuidade ao trabalho do pai. “*Eu o ajudarei o quanto puder apesar de que meus planos de carreira não sigam os aspectos da medicina e segurança do trabalho*”, confessou..

Sobre trabalhar na Plamef, ela conta que “é muito agradável, não por eu ser, “filha do chefe” mas na Plamef tentamos ser realmente um grupo familiar, onde estamos a vontade uns com os outros e, apesar das diferenças, estamos sempre ali para ajudar umas as outras”.

Para o futuro, Samira que concluiu o ensino médio, está fazendo cursinho para passar no vestibular no final deste ano.

- EXPEDIENTE -

Diretor - Wilton José Oliveira de Castro

Plamef SAC - (32) 3531-4950

Assessoria de Comunicação - Jornalistas Associados LTDA.
JP - 013.567 MG - (32) 8824-7179

Jornalista Responsável: Thiago dos Santos Rocha

Impressão - Gráfica Sociedade Ubaense de Artes e Ofícios.

Tiragem - 500 exemplares

Horário de atendimento

FLAMEF	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
07:00 as 09:30	Exame médico Audiometria Espirometria				
13:00 as 15:00		Exame médico Audiometria Espirometria		Exame médico Audiometria Espirometria	

12ª Copa Plamef já é realidade!

Divulgada somente nos bastidores da LAU (Liga Atlético Ubaense) a 12ª Copa Plamef já está sendo realizada desde o último final de semana de agosto (você confere a tabela oficial do torneio no site da Plamef: www.plamef.com.br).

A definição dos clubes participantes, as inscrições em forma de doações (os clubes doaram 90 Kg de alimentos para as entidades necessitadas) já foram realizadas. Segundo o presidente da LAU, Augusto Pinto da Silva, a previsão do início da Copa Plamef é no próximo dia 26/08. “Teremos dois grupos: Grupo A formado por Aymorés, Industrial, Itararé e Cruzeiro de Guidoal. Grupo B formado por Bonsucesso, Bandeirante, Grama e URB (Visc. Do Rio Branco) nas categorias Pré Mirim, Mirim e Infantil. As sedes dos jogos acontecerão nos estádios Centenário (Bandeirante), Silvio Braga (Bonsucesso), Affonso de Carvalho (Aymorés) e o Parmão (Industrial)”, disse.

Haverá ainda uma reunião com o diretor administrativo da Plamef, Wilton de Castro, para expor a administração e divulgação ampla da competição. “Pleitearemos junto à empresa Plamef as premiações de troféus e medalhas como de costume nos 11 torneios disputados nesses anos e acredito que nesta décima segunda não será diferente”, salientou Augusto.

A Copa Plamef já faz parte do calendário esportivo da LAU no segundo semestre e é um prosseguimento dos campeonatos das divisões de base que a Liga propõe aos clubes para o ano inteiro. “Começamos a temporada com nossos regionais nas três categorias que finda sempre em julho e recomeça até o fim do ano com a Copa Plamef, sendo esse certame referência já para o Regional do ano que vem. É um seguimento que não tem como parar”, concluiu Augusto.



Síndrome do túnel do carpo

1. O que é:

É uma Neuropatia Compressiva, isto é, uma compressão do nervo mediano em seu trajeto no punho.

O túnel do carpo é uma espécie de túnel ou canal na região do punho. Seu assoalho são os ossos do carpo e seu teto é o ligamento transverso. Dentro do túnel do carpo passam os tendões flexores dos dedos e o nervo mediano.

É a Neuropatia compressiva mais comum

2. O que causa:

Na grande maioria dos casos não é possível determinar com exatidão a causa, porém, há fatores que o precipitam como:

Trabalhos que requerem movimentos repetitivos, em flexões prolongadas do punho com pressão sobre mãos e punhos, favorecendo a compressão do nervo mediano.

Ao contrário do que se imagina trabalhar com computador por várias horas não parece estar associado a um maior risco de desenvolvimento da síndrome do túnel do carpo.

Outros fatores como:

- Obesidade
- Gravidez
- Diabetes
- Artrite reumatoide
- Hipotireoidismo
- Lúpus
- Predisposição genética
- Alcoolismo

3. Sintomatologia:

A doença é mais comum em mulheres, principalmente nas obesas.

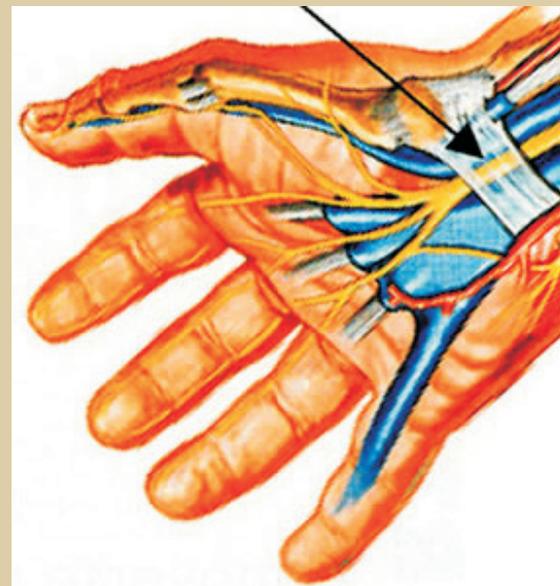
Em 65% dos casos pode ser bilateral.

É um distúrbio basicamente sensitivo, ou seja, a dormência e o formigamento predominam na maioria das vezes, principalmente na palma da mão (região volar) na região do polegar, indicador e médio.

Nos casos mais avançados, cursa com atrofia da região volar, sudorese, perda de força muscular da mão.

4. Diagnóstico:

Eminentemente clínico, pela história, e comprovados pelos testes de Phalen, Philkeinstein, teste da



compressão do manguito do aparelho de pressão, teste de Tinel.

Complementares: Eletroneuromiografia dos membros superiores. Ultrassonografia e Ressonância magnética do punho.

5. Tratamento:

Clínico com anti-inflamatórios não hormonais, fisioterapia, imobilização do punho com talas. Cirúrgico

HISTÓRIA DAS NORMAS REGULAMENTADORAS NO BRASIL

As inovações tecnológicas advindas da revolução industrial a partir da década de 50 proporcionavam maior velocidade ao processo de transformação de matéria-prima em bens de consumo. No entanto, além de acelerar processos e reduzir custos, as máquinas também transformaram as relações de trabalho no meio fabril. Os trabalhadores passaram por um processo de especialização de sua mão de obra, assim só tinham responsabilidade e domínio somente do processo industrial. Tal processo passou a exigir dos trabalhadores uma maior qualificação e uma crescente intervenção desses nos processos produtivos, o que consequentemente tornou-os mais suscetíveis a acidentes de trabalho. Tanto as empresas, quanto o Estado não tomaram postura diante de tal fato. Com a Revolução Industrial houve também um aumento do número de acidentes de trabalho. Por conta disso, na década de 70 o Brasil ostentava o título de “Campeão Mundial de Acidentes de Trabalho”.

Apesar de tantas transformações serem tão evidentes, ainda fica difícil de serem captadas e apreendidas pelos profissionais. Atualmente, ainda deparamos com empresas desinformadas, desinteressadas ou até mesmo com dificuldades de solucionar assuntos correlatos a acidentes de trabalho.

A história da legalização de medidas de prevenção de acidentes no Brasil é extensa. Diversas leis de prevenicionismo foram elaboradas visando à melhoria das condições dos trabalhadores, mas a principal delas é a Portaria nº 3.214 de 8 de junho de 1978 que aprova as Normas Regulamentadoras – NR – do Capítulo V, Título II, da Consolidação das Leis do Trabalho, relativas à Segurança e Medicina do Trabalho.

NR-01 – DISPOSIÇÕES GERAIS

1.1 As Normas Regulamentadoras - NR, relativas à segurança e medicina do trabalho, são de observância obrigatória pelas empresas privadas e públicas e pelos órgãos públicos da administração direta e indireta, bem como pelos órgãos dos Poderes Legislativo e Judiciário, que possuam empregados regidos pela Consolidação das Leis do Trabalho - CLT.

1.2 As disposições contidas nas Normas Regulamentadoras – NR aplicam-se, no que couber, aos trabalhadores avulsos, às entidades ou empresas que lhes tomem o serviço e aos

sindicatos representativos das respectivas categorias profissionais.

1.3 A observância das Normas Regulamentadoras - NR não desobriga as empresas do cumprimento de outras disposições que, com relação à matéria, sejam incluídas em códigos de obras ou regulamentos sanitários dos estados ou municípios, e outras, oriundas de convenções e acordos coletivos de trabalho.

1.6. Para fins de aplicação das Normas Regulamentadoras – NR considera-se:

a) empregador, a empresa individual ou coletiva, que, assumindo os riscos da atividade econômica, admite, assalaria e dirige a prestação pessoal de serviços. Equiparam-se ao empregador os profissionais liberais, as instituições de beneficência, as associações recreativas ou outras instituições sem fins lucrativos, que admitem trabalhadores como empregados;

b) empregado, a pessoa física que presta serviços de natureza não eventual a empregador, sob a dependência deste e mediante salário;

c) empresa, o estabelecimento ou o conjunto de estabelecimentos, canteiros de obra, frente de trabalho, locais de trabalho e outras, constituindo a organização de que se utiliza o empregador para atingir seus objetivos;

d) estabelecimento, cada uma das unidades da empresa, funcionando em lugares diferentes, tais como: fábrica, refinaria, usina, escritório, loja, oficina, depósito, laboratório;

e) setor de serviço, a menor unidade administrativa ou operacional compreendida no mesmo estabelecimento;

f) canteiro de obra, a área do trabalho fixa e temporária, onde se desenvolvem operações de apoio e execução à construção, demolição ou reparo de uma obra;

g) frente de trabalho, a área de trabalho móvel e temporária, onde se desenvolvem operações de apoio e execução à construção, demolição ou reparo de uma obra;

h) local de trabalho, a área onde são executados os trabalhos.

NR-02 – INSPEÇÃO PREVIA

2.1. Todo estabelecimento novo, antes de iniciar suas atividades, deverá solicitar aprovação de suas instalações ao órgão regional do Mtb.

2.2. O órgão regional do MTb, após realizar a inspeção prévia, emitirá o Certificado de Aprovação de Instalações - CAI, conforme modelo anexo.

2.3. A empresa poderá encaminhar ao órgão regional do MTb uma declaração das instalações do estabelecimento novo, conforme modelo anexo, que poderá ser aceita pelo referido órgão, para fins de fiscalização, quando não for possível realizar a inspeção prévia antes de o estabelecimento iniciar suas atividades.

2.4. A empresa deverá comunicar e solicitar a aprovação do órgão regional do MTb, quando ocorrer modificações substanciais nas instalações e/ou nos equipamentos de seu(s) estabelecimento(s).

2.5. É facultado às empresas submeter à apreciação prévia do órgão regional do MTb os projetos de construção e respectivas instalações.

2.6. A inspeção prévia e a declaração de instalações, referidas nos itens 2.1 e 2.3, constituem os elementos capazes de assegurar que o novo estabelecimento inicie suas atividades livre de riscos de acidentes e/ou de doenças do trabalho, razão pela qual o estabelecimento que não atender ao disposto naqueles itens fica sujeito ao impedimento de seu funcionamento, conforme estabelece o art. 160 da CLT, até que seja cumprida a exigência deste artigo.

NR-03 – EMBARGO E INTERDIÇÃO

3.1 Embargo e interdição são medidas de urgência, adotadas a partir da constatação de situação de trabalho que caracterize risco grave e iminente ao trabalhador.

3.1.1 Considera-se grave e iminente risco toda condição ou situação de trabalho que possa causar acidente ou doença relacionada ao trabalho com lesão grave à integridade física do trabalhador.

3.2 A interdição implica a paralisação total ou parcial do estabelecimento, setor de serviço, máquina ou equipamento.

3.3 O embargo implica a paralisação total ou parcial da obra.

3.3.1 Considera-se obra todo e qualquer serviço de engenharia de construção, montagem, instalação, manutenção ou reforma.

3.4 Durante a vigência da interdição ou do embargo podem ser desenvolvidas atividades necessárias à correção da situação de grave e iminente risco, desde que adotadas medidas de proteção adequada dos trabalhadores envolvidos.

3.5 Durante a paralisação decorrente da imposição de interdição ou embargo, os empregados devem receber os salários como se estivessem em efetivo exercício.

**ROBERTO TEIXEIRA DE OLIVEIRA –
TÉCNICO EM SEGURANÇA DO TRABALHO**



- Fisioterapia
- Drenagem Linfática
- Massagens Redutoras
- Massagens Relaxantes
- Homeopatia
- Personal
- Psicologia
- Nutrição
- RPG

**C
O
N
V
Ê
N
I
O
S**

- Sindicato dos Marceneiros
- IPSEMG
- Santa Isabel
- Unimed
- Polícia Militar
- Correios
- FUNDAFFEMG
- AAPEUR
- SUS
- Sindicato Rural
- Vida Amiga
- Sindicato dos Rodoviários
- ASSIMEDE
- CASSI
- EMATER

**Estacionamento próprio e
Atendimento personalizado**



Rua Santo Antônio, 298 - Centro - Ubá - MG
(Próximo ao IPSEMG) / Tel.: (32) 3532-7200
sernaturalclinica@yahoo.com.br