



PCMSO

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional

**M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE
MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)**

Vigência: 31/08/2022 a 28/08/2023

APRESENTAÇÃO DA EMPRESA

O Departamento de Medicina do Trabalho da Tramed Serviços Ltda apresenta neste documento o planejamento do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional da empresa **M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)**, onde os trabalhadores terão o controle de sua saúde de acordo com os riscos a que estão expostos. O PCMSO será planejado e implantado com base nestes riscos.

Identificação

- a) Razão Social: **M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)**
- b) CNPJ/CPF: 42.963.769/0001-55
- c) Endereço: RUA CHRISTOVAM MOLINARI 12 - MORRO DA GLORIA - 36.035-125 - JUIZ DE FORA - MG
- d) Telefone: (32) 3257-9527
- e) Endereço da Obra: Rua Bernardo Mascarenhas, 1283 - Bairro Fábrica - 36080-001 - JUIZ DE FORA - MG.

Data da Realização

Agosto de 2022

Descrição Geral da Empresa

Construção de edifícios

Grau de Risco

A análise do grau de risco é de acordo com a CNAE – Classificação Nacional de Atividades Econômicas.

CÓDIGO	ATIVIDADE	GRAU DE RISCO
41.20-4-00	Construção de edifícios	2

Vigência: 31/08/2022 a 28/08/2023

Esse documento deverá ser arquivado no período de 20 anos a partir da data da vigência.

INTRODUÇÃO

Enunciado

A empresa **M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)** segundo a Norma Regulamentadora Nº 7 tem a obrigatoriedade de realizar o Programa de Controle Médico, com o objetivo de promoção e preservação da saúde do conjunto de seus trabalhadores, como parte integrante de um conjunto mais amplo de iniciativas da empresa no campo da saúde dos trabalhadores e tem um caráter de prevenção, rastreamento e diagnóstico precoce dos agravos à saúde relacionados ao trabalho.

Responsabilidades

a) Caberá a empresa **M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)** contratante de mão de obra prestadora de serviços informar os riscos existentes e auxiliar na elaboração e implementação do PCMSO nos locais de trabalho onde os serviços estão sendo prestados.

As despesas com o PCMSO serão custeadas pelo empregador.

b) Caberá ao Departamento de Medicina do Trabalho da Tramed Ltda executar as ações de saúde.

c) Os dados obtidos na avaliação da saúde dos trabalhadores serão registrados em prontuário clínico individual sob a responsabilidade do médico elaborador do PCMSO, ou médico autorizado a realizar o exame.

d) Caberá ao trabalhador se submeter aos exames ocupacionais e seguir as orientações de segurança da empresa.

Elaborado por:

FERNANDO DE CASTRO DUTRA
MEDICO DO TRABALHO
CRM 25.621

Médicos Autorizados

Os médicos relacionados estão autorizados na realização de exames previstos na legislação, e emitir o Atestado de Saúde Ocupacional.

MÉDICO(a)	CRM	MÉDICO(a)	CRM
Dr. Fernando de Castro Dutra	CRMMG 25.621 CREMERJ 5272891-8	Dr. André de Menezes Silva Corraes	CRMMG 76.761
Dr. Rafael Vasconcelos Ribeiro	CREMERJ 520109409-02	Dra. Maria do Carmo Mattos Martins	CRMMG 84.657
Dr. Carlos Alberto dos Santos	CRMMG 6491	Dra. Luciana Moreira Soares	CRMMG 92.689
Dra. Denise Rabelo L Sales de Oliveira	CRMMG 88.428	Dra. Júlia de Carvalho Machado	CRMMG 83.603
Dra. Maria Elisa Alves Oliveira	CRMMG 92.909	Dra. Camila Muller dos Santos Araujo	CRMMG 88.105
Dra. Ana Clara Raposo Fernandes	CRMMG 89.064	Dra. Mariana Gonçalves Ribeiro	CRMMG 86.200
Dr. Matheus de Toledo Vilela	CRMMG 77.839	Dra. Nathalia Carvalho de Souza	CRMMG 92.903
Dra. Rita de Cássia Mattos Martins	CRMMG 059876	Dra. Livia Machado Rigolon	CRMMG 89.597
Dra. Fernanda Yumi Guarnieri	CRMMG 55076	Dra. Michele Granato B. Santos	CRMMG 84.614
Dr. Juan de Mello Zata Calixto	CRMMG 90.702	Dra. Mariana Barreto Mamprim	CRMMG 92.324
Dra. Fernanda Scaglioni Reis Brito	CRMMG 76.515	Dra. Carolina Sanches do Nascimento	CRMMG 92.542
Dr. Heitor Teixeira Alves Carvalho	CRMMG 88.407	-/-	-/-

LOCAIS DE ATENDIMENTO MÉDICO

- Rua Santo Antônio, 465 – Centro - **Juiz de Fora** – MG - CEP 36.015-000 - Tel.: (32) 3250-7000
- Rua Marília, 510, 3º andar - Sala 305 - Benfca - **Juiz de Fora** - MG - CEP 36.090-330
Tel.: (32)3214-8888
- Rua Sábio Francisco de Barros, 316 - Bandeirantes - **Juiz de Fora** - MG - CEP 36.047-070
Tel.:(32) 3249-7545
- Rua Mariano Procópio, casa 01- Centro- **Três Rios** – RJ - CEP 25.804-010 -Tel.: (24) 2252-5130
- Rua Coronel Souza, 111 – Ed. Central – Térreo - Centro- **Bicas** – MG – CEP 36.600-000
Tel.: (32) 3271-3121
- Comendador Jacinto S. de S. Lima, 858 - Centro – **Ubá** – MG - CEP 36.500-000 - Tel.: (32) 3532-6785
- PC Dr. Augusto Glória, 327 - Sala 320/321 - Centro - **São João Nepomuceno** - MG - CEP 36.680-000
Tel.: (32) 3261-7300

METODOLOGIA DO PROGRAMA

Visita à Empresa M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)

A empresa será visitada para reconhecimento do setor de trabalho, realizando avaliação e levantamento dos riscos ambientais, segundo análise profissiográfica da atividade do trabalhador.

Realização dos Exames Médicos Clínicos

TIPO	DESCRIÇÃO
Admissionais	Anamnese ocupacional, avaliação clínica e exames complementares quando for necessário, antes do funcionário iniciar o trabalho.
Periódicos	Dependendo da atividade de cada funcionário, conforme análise profissiográfica.
Demissionais	O exame médico demissional, será obrigatoriamente realizado em até 10 (dez) dias contados a partir do término do contrato, desde que o último exame médico ocupacional tenha sido realizado há mais de 135 (cento e trinta e cinco) dias para as empresas de grau de risco 1 e 2, segundo o Quadro I da NR-4; e 90 (noventa) dias para empresas de grau de risco 3 e 4 segundo o Quadro I da NR4.
Retorno ao trabalho	No exame de retorno ao trabalho, o exame clínico deve ser realizado antes que o empregado reassuma suas funções, quando ausente por período igual ao superior a 30 (trinta) dias por motivo de doença ou acidente, de natureza ocupacional ou não. Ao retornar ao trabalho, recomendamos que seja de forma gradativa para evitar sobrecargas.
Mudança de Risco	Quando o funcionário for transferido para setores onde houverem riscos ocupacionais diferentes daqueles a que estava exposto antes da mudança.
Outros	Outros exames especiais poderão ser solicitados pelo médico coordenador ou médico examinador, afim de verificação da aptidão ao trabalho que o funcionário irá realizar ou realiza na empresa.

ASO – Atestado de Saúde Ocupacional

Para os exames realizados será emitido, em duas vias, o Atestado de Saúde Ocupacional (ASO), sendo que a primeira via ficará arquivada no local de trabalho e a segunda será entregue ao trabalhador que assinará a primeira via.

Não serão emitidos atestados com data retroativa.

Doença Ocupacional

Quando for detectada doença ocupacional ou suspeita, orientaremos a empresa na emissão de CAT (Comunicação de Acidente de Trabalho), que deverá ser registrada no INSS, para produção de seus efeitos legais.

Cronograma dos exames

Serão enviados cronograma à empresa **M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)** avisando o dia de vencimento dos exames de seus funcionários, contendo nome do funcionário, a data do último exame, o mês e ano do próximo exame assim como os riscos ocupacionais e exames complementares.

É dever da empresa informar a ocorrência de acidentes de trabalho, doença ocupacional para que possamos fazer o rastreamento e prevenção dos mesmos.

A empresa deverá encaminhar seus funcionários para realização dos exames ocupacionais previstos e serem cadastrados para elaboração do cronograma.

ANÁLISE E RECOMENDAÇÕES

Local de Trabalho

O local de trabalho deve ser o mais confortável possível, com boa iluminação, boa ventilação e mantido o mais limpo possível. O banheiro deverá ser mantido limpo evitando a colocação de materiais em seu interior.

Primeiros Socorros

A empresa deve indicar e treinar um funcionário para esta finalidade para ficar responsável pelo material e também para a reposição, conforme a lista apresentada.

LISTA DE MATERIAIS DE PRIMEIROS SOCORROS

MATERIAL	QUANT.	TIPO
Alcool Etílico	01	Frasco de 100 ml
Algodão Hidrófilo (bolinha)	01	Pacote de 100g
Atadura Crepon	01	6,0 cm largura
Atadura Crepon	01	8,0 cm largura
Band Aid	01	Caixa
Cotonetes	01	Caixa
Esparadrapo	01	Carretel
Gaze Esterilizada	01	Pacote
Luva de procedimento	01	Par
Pinça	01	Tamanho médio
Solução Anti-séptica (álcool iodado)	01	Frasco de 50 ml
Soro Fisiológico	01	Frasco
Tesoura reta	01	Tamanho médio

ENCAMINHAMENTO DE ACIDENTES

Caso ocorra acidentes deverão ser encaminhados ao **HPS** (Hospital de Pronto Socorro – Av. Rio Branco, 3290 - Juiz de Fora-MG) ou ao hospital mais próximo ao local do acidente.

Revisão do PCMSO

A revisão do PCMSO será realizada anualmente. Por esse motivo pode ocorrer que algum exame feito anterior a revisão não esteja em conformidade com o novo programa.

Água Potável

Água potável, em condições higiênicas, fornecida por meio de copos individuais, ou bebedouros de jato inclinado e guarda-protetora, proibindo-se sua instalação em pias e lavatórios, e o uso de copos coletivos.

Outras medidas de controle deverão ser feitas de acordo com as necessidades prioritárias da empresa.

ANÁLISE PROFISSIONGRÁFICA

Estudo dos Setores e Funções

Distribuição geral

Atualmente a empresa não possui funcionários. A partir da admissão de funcionários, a empresa deve entrar em contato com a Tramed.

Horário de Trabalho

44 horas semanais

Setor	ELÉTRICO	
Função	ELETRICISTA	
Descrição da Função	Planejam serviços elétricos, realizam instalação de distribuição de alta e baixa tensão, montam e reparam instalações elétricas, equipamentos auxiliares e de iluminação, efetuando a manutenção preventiva e corretiva das instalações elétricas. Analisa o consumo de energia, requisitando os componentes necessários.	
Exposição a Riscos	QUÍMICO: POEIRA RESPIRÁVEL ACIDENTE: ATROPELAMENTO FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ FÍSICO: INTEMPERIES ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: CHOQUE ELÉTRICO	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Anual
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R. (Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • Posturas adequadas na realização do trabalho. Evitar posturas estáticas, procurando alternar periodicamente as posições no trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema osteomuscular. Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Organização do trabalho com divisões de tarefas, evitando-se sobrecargas. Adequar mobiliário e equipamentos (mesas de bordas arredondadas, cadeiras ergonômicas reguláveis). Instituir pausas no trabalho, quando necessário. Evitar excesso de horas trabalhadas. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Setor	ELÉTRICO (ALTURA)	
Função	ELETRICISTA (ALTURA)	
Descrição da Função	Planejam serviços elétricos, realizam instalação de distribuição de alta e baixa tensão, montam e reparam instalações elétricas, equipamentos auxiliares e de iluminação, efetuando a manutenção preventiva e corretiva das instalações elétricas. Analisa o consumo de energia, requisitando os componentes necessários. Realiza atividades em altura.	
Exposição a Riscos	QUÍMICO: POEIRA RESPIRÁVEL ACIDENTE: CHOQUE ELÉTRICO ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS FÍSICO: INTEMPÉRIES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: ATROPELAMENTO ACIDENTE: TRABALHO EM ALTURA	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ELETCARDIOGRAMA	Admissional, Anual
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	ACUIDADE VISUAL	Admissional, Anual
	ELETCENCEFALO(EM VIGILIA)	Admissional, 60 meses
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Anual
	GLICOSE	Admissional, Anual
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R.(Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • Treinamento em trabalho em altura conforme NR 35. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Sector	OBRA	
Função	PEDREIRO	
Descrição da Função	Organizam e preparam o local de trabalho na obra; verificam projetos; requisitam e preparam materiais; constroem e reparam fundações, estruturas de alvenaria e coberturas; aplicam revestimentos e contrapisos; executam e reparam vias, calçadas e escoamento pluvial. Realizam serviços de pintura e carpintaria.	
Exposição a Riscos	QUÍMICO: CIMENTO PORTLAND QUÍMICO: RESINA ACRÍLICA QUÍMICO: 1,2-BENZISOTIAZOL-3(2H)-ONA QUÍMICO: 2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: 5-CORO-2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: PIGMENTOS QUÍMICO: SOLVENTE ORGÂNICO QUÍMICO: POLIESTIRENO QUÍMICO: ÉSTER DE CELULOSE QUÍMICO: DIÓXIDO DE TITÂNIO QUÍMICO: ÁGUARRAZ MINERAL QUÍMICO: SULFATO DE CÁLCIO QUÍMICO: CALCÁRIO QUÍMICO:ÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: CARBONATO DE CÁLCIO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE MAGNÉSIO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE CÁLCIO ACIDENTE: ATROPELAMENTO FÍSICO: RUÍDO QUÍMICO: POEIRA DE MADEIRA (NÃO FIBROGÊNICA) ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL QUÍMICO:POEIRA RESPIRAVEL ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: ESFORÇO FÍSICO INTENSO ACIDENTE:ANIMAIS PEÇONHENTOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS FÍSICO: VIBRAÇÃO DE MÃOS E BRAÇOS	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
	TGP(TRANSAMINASE) G P	Admissional, Anual
	TGO(TRANSAMINASE) G O	Admissional, Anual
	CONTAGEM DE PLAQUETAS	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	HEMOGRAMA COMPLETO	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
GAMA GT	Admissional, Anual	
	BILIRRUBINA TOTAL/FRACAO	Admissional, Anual
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Procurar diminuir o tempo de exposição ao agente químico acima, com rodízios de tarefas, quando necessário, sem mudança de função. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • Atenção especial no exame médico ocupacional ao aparelho respiratório. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R.(Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. • Posturas adequadas na realização do trabalho. Evitar posturas estáticas, procurando alternar periodicamente as posições no trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema osteomuscular. Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Organização do trabalho com divisões de tarefas, evitando-se sobrecargas. Adequar mobiliário e equipamentos (mesas de bordas arredondadas, cadeiras ergonômicas reguláveis). Instituir pausas no trabalho, quando necessário. Evitar excesso de horas trabalhadas. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. <ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Setor	OBRA	
Função	SERVENTE	
Descrição da Função	Demolem edificações de concreto, de alvenaria e outras estruturas; preparam canteiros de obras, limpando a área e compactando solos. Efetuam manutenção de primeiro nível, limpando máquinas e ferramentas, verificando condições dos equipamentos e reparando eventuais defeitos mecânicos nos mesmos. Realizam escavações e preparam massa de concreto e outros materiais.	
Exposição a Riscos	QUÍMICO: CIMENTO PORTLAND QUÍMICO: POEIRA RESPIRAVEL FÍSICO: VIBRAÇÃO DE MÃOS E BRAÇOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ERGONÔMICO: ESFORÇO FÍSICO INTENSO FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA QUÍMICO: POEIRA DE MADEIRA (NÃO FIBROGÊNICA) FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: ATROPELAMENTO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE MAGNÉSIO QUÍMICO: CARBONATO DE CÁLCIO QUÍMICO: ÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: CALCÁRIO QUÍMICO: SULFATO DE CÁLCIO QUÍMICO: ÁGUARRAZ MINERAL QUÍMICO: DIÓXIDO DE TITÂNIO QUÍMICO: RESINA ACRÍLICA QUÍMICO: ÉSTER DE CELULOSE QUÍMICO: POLIESTIRENO QUÍMICO: SOLVENTE ORGÂNICO QUÍMICO: PIGMENTOS QUÍMICO: 5-CLORO-2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: 2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: 1,2-BENZISOTIAZOL-3(2H)-ONA	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	BILIRRUBINA TOTAL/FRACAO	Admissional, Anual
	GAMA GT	Admissional, Anual
	HEMOGRAMA COMPLETO	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	CONTAGEM DE PLAQUETAS	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
TGO (TRANSAMINASE) G O	Admissional, Anual	
TGP (TRANSAMINASE) G P	Admissional, Anual	
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R. (Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. <ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • Posturas adequadas na realização do trabalho. Evitar posturas estáticas, procurando alternar periodicamente as posições no trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema osteomuscular. Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Organização do trabalho com divisões de tarefas, evitando-se sobrecargas. Adequar mobiliário e equipamentos (mesas de bordas arredondadas, cadeiras ergonômicas reguláveis). Instituir pausas no trabalho, quando necessário. Evitar excesso de horas trabalhadas. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • Procurar diminuir o tempo de exposição ao agente químico acima, com rodízios de tarefas, quando necessário, sem mudança de função. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Setor	OBRA (ALTURA)	
Função	PEDREIRO (ALTURA)	
Descrição da Função	Organizam e preparam o local de trabalho na obra; verificam projetos; requisitam e preparam materiais; constroem e reparam fundações, estruturas de alvenaria e coberturas; aplicam revestimentos e contrapisos; executam e reparam vias, calçadas e escoamento pluvial. Realizam serviços de pintura e carpintaria, atuando também em atividades em altura.	
Exposição a Riscos	QUÍMICO: CIMENTO PORTLAND QUÍMICO: POEIRA DE MADEIRA (NÃO FIBROGÊNICA) QUÍMICO: POEIRA RESPIRAVEL FÍSICO: VIBRAÇÃO DE MÃOS E BRAÇOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ERGONÔMICO: ESFORÇO FÍSICO INTENSO FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: ATROPELAMENTO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE MAGNÉSIO QUÍMICO: CARBONATO DE CÁLCIO QUÍMICO: ÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: CALCÁRIO QUÍMICO: SULFATO DE CÁLCIO QUÍMICO: ÁGUARRAZ MINERAL QUÍMICO: DIÓXIDO DE TITÂNIO QUÍMICO: RESINA ACRÍLICA QUÍMICO: ÉSTER DE CELULOSE QUÍMICO: POLIESTIRENO QUÍMICO: SOLVENTE ORGÂNICO QUÍMICO: PIGMENTOS QUÍMICO: 5-CLORO-2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: 2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: 1,2-BENZISOTIAZOL-3(2H)-ONA ACIDENTE: TRABALHO EM ALTURA	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ELETROCARDIOGRAMA	Admissional, Anual
	ACUIDADE VISUAL	Admissional, Anual
	ELETROENCEFALO(EM VIGILIA)	Admissional, 60 meses
	GLICOSE	Admissional, Anual
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	BILIRRUBINA TOTAL/FRACAO	Admissional, Anual
	GAMA GT	Admissional, Anual
	HEMOGRAMA COMPLETO	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	CONTAGEM DE PLAQUETAS	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
TGO(TRANSAMINASE) G O	Admissional, Anual	
TGP(TRANSAMINASE) G P	Admissional, Anual	
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R.(Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. <ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • Posturas adequadas na realização do trabalho. Evitar posturas estáticas, procurando alternar periodicamente as posições no trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema osteomuscular. Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Organização do trabalho com divisões de tarefas, evitando-se sobrecargas. Adequar mobiliário e equipamentos (mesas de bordas arredondadas, cadeiras ergonômicas reguláveis). Instituir pausas no trabalho, quando necessário. Evitar excesso de horas trabalhadas. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do 	

Setor	OBRA (ALTURA)
	<p>P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva).</p> <ul style="list-style-type: none">• Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema formador do sangue.• Treinamento em trabalho em altura conforme NR 35. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta.

Setor	OBRA (ALTURA)	
Função	SERVENTE (ALTURA)	
Descrição da Função	Demolem edificações de concreto, de alvenaria e outras estruturas; preparam canteiros de obras, limpando a área e compactando solos. Efetuam manutenção de primeiro nível, limpando máquinas e ferramentas, verificando condições dos equipamentos e reparando eventuais defeitos mecânicos nos mesmos. Realizam escavações e preparam massa de concreto e outros materiais. Realiza atividades em altura.	
Exposição a Riscos	<p>QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: POEIRA RESPIRAVEL ACIDENTE: TRABALHO EM ALTURA QUÍMICO: 1,2-BENZISOTIAZOL-3(2H)-ONA QUÍMICO: 2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: 5-CLORO-2-METIL-2H-ISOTIAZOLE-3-ONA QUÍMICO: PIGMENTOS QUÍMICO: SOLVENTE ORGÂNICO QUÍMICO: POLIESTIRENO QUÍMICO: ÉSTER DE CELULOSE QUÍMICO: RESINA ACRÍLICA QUÍMICO: DIÓXIDO DE TITÂNIO QUÍMICO: ÁGUARRAZ MINERAL QUÍMICO: CIMENTO PORTLAND QUÍMICO: SULFATO DE CÁLCIO QUÍMICO: CALCÁRIO QUÍMICO: ÓXIDO DE CÁLCIO QUÍMICO: CARBONATO DE CÁLCIO QUÍMICO: HIDRÓXIDO DE MAGNÉSIO ACIDENTE: ATROPELAMENTO FÍSICO: RUÍDO QUÍMICO: POEIRA DE MADEIRA (NÃO FIBROGÊNICA) ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: ESFORÇO FÍSICO INTENSO ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS FÍSICO: VIBRAÇÃO DE MÃOS E BRAÇOS</p>	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	TGP(TRANSAMINASE) G P	Admissional, Anual
	TGO(TRANSAMINASE) G O	Admissional, Anual
	CONTAGEM DE PLAQUETAS	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	HEMOGRAMA COMPLETO	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	GAMA GT	Admissional, Anual
	BILIRRUBINA TOTAL/FRACAO	Admissional, Anual
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
	GLICOSE	Admissional, Anual
	ELETRONECEFALO(EM VIGILIA)	Admissional, 60 meses
ACUIDADE VISUAL	Admissional, Anual	
ELETROCARDIOGRAMA	Admissional, Anual	
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R.(Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. <ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • Posturas adequadas na realização do trabalho. Evitar posturas estáticas, procurando alternar periodicamente as posições no trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema osteomuscular. Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Organização do trabalho com divisões de tarefas, evitando-se sobrecargas. Adequar mobiliário e equipamentos (mesas de bordas arredondadas, cadeiras ergonômicas reguláveis). Instituir pausas no trabalho, quando necessário. Evitar excesso de horas trabalhadas. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do 	

Setor	OBRA (ALTURA)
	<p>P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva).</p> <ul style="list-style-type: none">• Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema formador do sangue.• Treinamento em trabalho em altura conforme NR 35. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta.

Setor	OBRA I	
Função	ENCARREGADO DE OBRA	
Descrição da Função	Supervisiona colaboradores, leitura e execução de projetos, acompanha cronograma e medições de obras e controla equipamentos, contratação de serviços e matéria-prima. Participa na compras de suprimentos e prospecção de fornecedores.	
Exposição a Riscos	ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES QUÍMICO: POEIRA RESPIRÁVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: ATROPELAMENTO	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R. (Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Setor	OBRA I (ALTURA)	
Função	ENCARREGADO DE OBRA (ALTURA)	
Descrição da Função	Assessorar as atividades dos trabalhadores nos canteiros de obra; avaliar desempenho profissional; controlar horas trabalhadas; distribuir atividades de trabalho; identificar necessidades de treinamentos internos e externos à obra; monitorar cumprimento das normas administrativas da empresa; monitorar o cumprimento das normas de segurança do trabalho; orientar equipe de trabalho; selecionar pessoal de obras civis; sugerir admissões, promoções e transferências. Realiza atividades em altura.	
Exposição a Riscos	ACIDENTE: ATROPELAMENTO FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL QUÍMICO: POEIRA RESPIRÁVEL ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ FÍSICO: INTEMPERIES ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: TRABALHO EM ALTURA	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ELETROCARDIOGRAMA	Admissional, Anual
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	ACUIDADE VISUAL	Admissional, Anual
	ELETROENCEFALO(EM VIGILIA)	Admissional, 60 meses
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
	GLICOSE	Admissional, Anual
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R. (Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. <ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • Treinamento em trabalho em altura conforme NR 35. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Setor	OBRA II	
Função	ARMADOR	
Descrição da Função	Preparam a confecção de armações, estruturas de concreto e de corpos de prova, dobram ferragens de lajes. Montam e aplicam armações de fundações, pilares e vigas, moldam corpos de prova.	
Exposição a Riscos	ACIDENTE: ATROPELAMENTO FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL QUÍMICO: POEIRA RESPIRAVEL ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: ESFORÇO FÍSICO INTENSO ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS FÍSICO: VIBRAÇÃO DE MÃOS E BRAÇOS QUÍMICO: POEIRA METÁLICA	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> • Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. • Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R.(Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. • Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). • A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Setor	OBRA II (ALTURA)	
Função	ARMADOR (ALTURA)	
Descrição da Função	Preparam a confecção de armações, estruturas de concreto e de corpos de prova, dobram ferragens de lajes. Montam e aplicam armações de fundações, pilares e vigas, moldam corpos de prova. Realiza atividades em altura.	
Exposição a Riscos	QUÍMICO: POEIRA METÁLICA FÍSICO: VIBRAÇÃO DE MÃOS E BRAÇOS ACIDENTE: PROJEÇÃO DE PARTÍCULAS ACIDENTE: ANIMAIS PEÇONHENTOS ERGONÔMICO: ESFORÇO FÍSICO INTENSO FÍSICO: INTEMPERIES ERGONÔMICO: TRABALHO EM PÉ ACIDENTE: CORTES E ESCORIAÇÕES QUÍMICO: POEIRA RESPIRAVEL ACIDENTE: QUEDA COM DIFERENÇA DE NÍVEL ACIDENTE: QUEDA DE MESMO NÍVEL ERGONÔMICO: POSTURA INADEQUADA ERGONÔMICO: LEVANTAMENTO/TRANSPORTE MANUAL PESO ACIDENTE: QUEDA DE MATERIAIS NA CABEÇA FÍSICO: RUÍDO ACIDENTE: ATROPELAMENTO ACIDENTE: TRABALHO EM ALTURA	
Exames	Descrição	Periodicidade
	Exame Clínico	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
	ELETROCARDIOGRAMA	Admissional, Anual
	ACUIDADE VISUAL	Admissional, Anual
	ELETROENCEFALO(EM VIGILIA)	Admissional, 60 meses
	GLICOSE	Admissional, Anual
	RX DE TORAX EM P.A	Admissional, Bienal
	AUDIOMETRIA TONAL	ADMISSIONAL, ANUAL, DEMISSIONAL
ESPIROMETRIA (TRAMED)	Admissional, Bienal	
Orientações	<ul style="list-style-type: none"> Atenção no exame clínico ao aparelho auditivo. Procurar diminuir a exposição ao agente utilizando equipamentos de proteção. (PGR). Quando apresentar alterações nos exames clínico e audiométrico, encaminhar ao especialista para avaliação. Controles periódicos através do P.C.A. (Programa de Conservação Auditiva). Posturas adequadas na realização do trabalho. Atenção especial no exame médico ocupacional ao sistema Ginástica laboral: Exercício de Distensionamento no início e final de jornada de trabalho ou quando se sentir cansado. Quando constatado alteração no RX e Espirometria, serão encaminhados ao pneumologista para avaliação com controle no P.P.R.(Programa de Proteção Respiratória), bem como serão relatados no relatório anual. Caso comprovado doença ocupacional, será providenciado afastamento do risco e recomendado medidas de controle na empresa. <ul style="list-style-type: none"> Atenção no exame clínico ao sistema osteomuscular e circulatório nos membros inferiores. Treinamento em trabalho em altura conforme NR 35. É recomendável a elaboração da Análise Ergonômica. A empresa deverá seguir as orientações do PGR. Quando ocorrer alterações nos exames médicos, o funcionário deverá ser encaminhado ao especialista para avaliação e conduta. 	

Considerações sobre os exames complementares no PCMSO:

- Os exames complementares solicitados estão relacionados aos riscos ocupacionais a que estão expostos os trabalhadores na função executada na empresa e a promoção de saúde a critério do Médico Responsável do PCMSO.
- A qualquer momento podem ser alterados dependendo da eliminação dos riscos, de convenção coletiva, orientações do auditor fiscal do trabalho e vigilância sanitária.

CONCLUSÕES

Considerações Finais

O PCMSO foi elaborado através da visita realizada na empresa **M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)** é baseado nas informações fornecidas pela empresa. Esperamos que este trabalho venha a ajudar no controle e prevenção de doenças ocupacionais e contribuir para o desenvolvimento sócio-financeiro da empresa. Desde já nos colocamos a disposição para quaisquer dúvidas que surgirem a respeito do trabalho realizado. Lembramos que o PCMSO é um programa dinâmico sujeito a alterações que venham a ocorrer com o desenvolvimento dos trabalhos na empresa, que sempre deverão ser comunicados.

Assinatura e Data

Juiz de Fora, Agosto de 2022

FERNANDO DE CASTRO DUTRA
MEDICO DO TRABALHO

Anexos

Organograma de Funcionários: M TRINDADE CONSTRUTORA LTDA (INSTITUTO FEDERAL DO SUDESTE DE MINAS GERAIS CAMPUS JUIZ DE FORA)

No.	Nome	Função	Exame	Data	Retorno
-----	------	--------	-------	------	---------

Total de funcionários: 0 (Masculino: 0 Feminino: 0)



PROGRAMA DE CONSERVAÇÃO AUDITIVA (PCA)

O programa de Conservação Auditiva (PCA) consiste de uma série de medidas intermediárias aplicadas enquanto as definitivas de engenharia estão em curso, e que visam à prevenção da PAIR ou de seu agravamento.

Em resumo são as seguintes medidas de ordem ocupacional a serem seguidas neste PCA:

- Exames médicos Admissional, Periódico Anual, de Mudança de Risco, Retorno ao Trabalho e Demissional, considerando dados importantes na anamnese e exame clínico no que se refere ao sistema auditivo.
- Exame Audiométrico realizado por equipe de Fonoaudiologia treinada nas seguintes situações:

1. No momento da admissão, no sexto mês a primeira audiometria e depois anualmente e na demissão do funcionário. No caso da audiometria demissional poderá ser aceito exame realizado até 90 (noventa) dias retroativos em relação ao exame periódico do trabalhador. Esta periodicidade poderá ser alterada a critério médico em situações especiais.

- Reforçar a necessidade do uso do Protetor Auricular que será definido pela equipe de Engenharia e Segurança do Trabalho. Esta última, inclusive treinando os trabalhadores para o uso correto do EPI, além de garantir a reposição quando necessária.
- Encaminhar todos os funcionários com perda auditiva para avaliação especializada com otorrinolaringologista, inclusive os casos de perdas auditivas não-ocupacionais.
- Comunicar ao INSS os casos definidos de PAIR e os casos de agravo.
- Providenciar o afastamento do trabalho ou mudança de risco no caso de PAIR com audiometria inicial normal ou agravo de exame, emitindo CAT (Comunicação de Acidente de Trabalho).
- Reavaliar anualmente o PCA em conjunto com a equipe de Segurança do Trabalho.
- Redução do ruído na fonte, quando aplicável.

Limites de tolerância

A legislação atual estabelece limites de tolerância para exposição ao ruído e a jornada diária permissível para cada nível medido.

Devemos entender esses limites como níveis de pressão sonora e de exposição, aos quais a maioria dos trabalhadores pode estar exposta sem que disto resulte um efeito adverso. No entanto, é importante salientar que cada indivíduo tem uma sensibilidade diferente e os dados referem-se à maioria dos trabalhadores. Em consequência disto, uma pequena porcentagem de trabalhadores pode apresentar efeitos nocivos apesar de estarem expostos a valores inferiores aos referidos, ou seja, isso torna os exames médicos periódicos realmente importantes.

NR- 15

Limites de tolerância para ruído contínuo e intermitente

Nível de Ruído dB(A)	Máxima exposição diária permissível horas(h) e minutos (')	Nível de Ruído dB(A)	Máxima exposição diária permissível horas(h) e minutos (')
85	8h	98	1h e 15'
86	7h	100	1h
87	6h	102	45'
88	5h	104	35'
89	4h e 30'	105	30'
90	4h	106	25'
91	3h e 30'	108	20'
92	3h	110	15'
93	2h e 40'	112	10'
94	2h e 15'	114	8'
95	2h	115	7'
96	1h e 45'		

Ruído e Perda Auditiva Induzida pelo Ruído

Ruído é um fenômeno físico que, no caso da Acústica, indica uma mistura de sons cujas frequências não seguem nenhuma lei precisa. É freqüente encontrar “ruído” sendo utilizado como sinônimo de barulho, no sentido de som indesejável, de percepção desagradável.

Das variadas características dos sons, existem duas que nos interessam para aplicações na Saúde Ocupacional. São a amplitude e a frequência. A amplitude define a intensidade (ou o “volume”) do som. A frequência define se determinado som é grave (baixa frequência) ou agudo (alta frequência).

A amplitude é medida numa denominada decibel (dB) que é um logaritmo da pressão sonora medida. Sendo um logaritmo, não podemos pensar em decibéis no raciocínio matemático comum. Ou seja, se uma máquina produz 90 dB em seu funcionamento e colocamos outra máquina idêntica ao seu lado, o total medido no ambiente **não** é 180 dB. Por cálculos mais complexos, sabemos que o total é de 93 dB. Consideramos esta informação de grande importância pois quando iniciamos um programa para sanear o ambiente de trabalho, deve-se ter em mente que reduzir 3 dB do nível de ruído requer muito esforço e planejamento.

A frequência do som é medida em Hertz (Hz), e o ouvido humano tem sensibilidade variada para cada faixa de frequência. Na comunicação oral as faixas de frequência mais utilizadas são as de 500, 1000 e 2000 Hz. Esta informação é importante para entendermos, adiante, o que ocorre na Perda Auditiva induzida pelo ruído (PAIR).

Efeitos do Ruído

Os efeitos do ruído vão desde uma ou mais alterações passageiras até graves defeitos irreversíveis.

Efeitos sobre o sistema auditivo

Basicamente são três tipos:

1. **Perda auditiva temporária:** ocorre após a exposição do indivíduo a ruído intenso, mesmo por um curto período de tempo. Isto pode ser observado, na prática, quando, após termos estado em um local ruidoso por algum tempo, notamos uma certa dificuldade de audição, ou precisamos falar mais forte para sermos ouvidos. A condição de perda permanece temporariamente, sendo que a audição normal retorna após algum tempo.
2. **Trauma acústico:** é a perda auditiva repentina após a exposição a ruído intenso como, por exemplo, uma explosão. Dependendo da extensão do trauma, a perda auditiva pode ser temporária ou permanente e sua recuperação pode ser total ou parcial.
3. **Perda auditiva induzida pelo ruído (PAIR):** é a surdez permanente que se origina da exposição repetida ao ruído durante anos de trabalho. É a nossa grande preocupação porque, como existe lesão nas células nervosas, ela é irreversível. Ou seja, nunca mais recuperamos o que perdemos. Além disso, a perda auditiva inicia-se em frequências altas (geralmente 4000Hz) que não são usadas na conversação (lembra-se que as frequências usadas na comunicação oral são as de 500, 1000 e 2000 Hz). É por isso que as pessoas não percebem a alteração e, às vezes, apresentam resistência para aderir as medidas preventivas. Só após muito tempo de exposição é que as pessoas percebem, no seu dia a dia, que algo está errado. Mas aí é tarde demais!

Outros Efeitos do Ruído

A exposição ao ruído pode provocar alterações em quase todos os aparelhos ou órgãos do nosso organismo. É comum observar isso quando um ruído intenso nos causa um susto: os vasos sanguíneos contraem-se, a pressão sanguínea eleva-se, a pupila dos olhos dilata-se e os músculos tornam-se tensos.

Estas ações sobre o organismo causam distúrbios cardiovasculares, alterações hormonais, desordens físicas, dificuldades mentais e emocionais, entre as quais, fadiga, irritabilidade e maus ajustamentos (incluindo também a possibilidade de conflitos entre os trabalhadores).

Audiometria e Prevenção

Já vimos que a perda auditiva induzida pelo ruído (PAIR) é um caminho sem volta. Por isso é tão importante que se faça os controles audiométricos e medico periodicamente. Na audiometria, medimos o limite de audição em diversas amplitudes (dB) e frequências (Hz) e os dados obtidos são representados em um gráfico denominado audiograma.

O medico avalia cada audiometria e dessa forma pode fazer o diagnóstico precoce da PAIR, classificar o grau de perda e orientar o empregador e o empregado quanto a possíveis medidas como, por exemplo, mudança de função, restrição de jornada de trabalho, etc.

Mas o diagnóstico precoce indica que já se iniciou a lesão. Portanto, é fundamental que o empregador comprometa-se com o saneamento do ambiente de trabalho através de medidas de isolamento acústico que serão propostas por profissional competente.

Além disso, o uso de protetores auriculares auxilia na prevenção da PAIR.

PROGRAMA DE PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA (PPR)

- O Programa de Proteção Respiratória – PPR – consiste de um conjunto de medidas com a finalidade de adequar a utilização dos equipamentos de proteção respiratória – EPR, quando necessário para complementar as medidas de proteção coletivas implementadas, ou enquanto as mesmas estiverem sendo implantadas, com a finalidade de garantir uma completa proteção ao trabalhador contra os riscos existentes no ambiente de trabalho.
- Os critérios para seleção dos EPI's e EPC's, são definidos pelo SESMT baseado em medições quantitativas levantadas no ambiente de trabalho;
- Após análise das medições quantitativas selecionar os equipamentos adequados levando em conta o tipo de atividade e as características individuais do trabalhador com base no PPRA da empresa;
- Orientar sobre a obrigatoriedade e necessidade do uso do equipamento, definido pela equipe de Engenharia e Segurança do Trabalho, reforçando aos trabalhadores o uso correto do EPR, suas limitações, inclusive orientação para deixar a área de risco por motivos relacionados ao equipamento, além de garantir a reposição quando necessária;
- Orientar quanto à guarda, conservação e a higienização adequada;
- Realizar monitoramento apropriado e periódico das áreas de trabalho e dos riscos ambientais a que estão expostos os trabalhadores;
- Fornecer o EPR somente a pessoas fisicamente capacitadas a realizar suas tarefas, considerando os resultados obtidos na avaliação e exame clínicos no que se refere ao sistema respiratório.
- Utilizar somente respiradores aprovados e indicados, conforme Especificação Técnica, para as condições em que os mesmos forem utilizados;
- Adotar proteção respiratória individual, após análise de risco, verificando características físicas do ambiente de trabalho e necessidade de utilização de outros EPI's, além das demandas físicas do ambiente de trabalho, tempo de uso em relação à jornada de trabalho e possibilidade da existência de atmosferas imediatamente perigosas à vida ou à saúde;
- Em resumo são realizadas as seguintes medidas de ordem ocupacional a serem seguidas neste PPR:
- Exames médicos Admissional, Periódico Anual, de Mudança de Risco, Retorno ao Trabalho e Demissional, considerando dados importantes na anamnese e exame clínico no que se refere ao sistema respiratório.
- Espirometria e/ou RX de TÓRAX de acordo com a necessidade.

ESTUDO CLÍNICO E EPIDEMIOLÓGICO

Ações de Saúde

1. Abordagem da relação entre saúde e o trabalho

Conceito

Utilizando como base critérios epidemiológicos, podemos compor um diagnóstico da empresa e de seus colaboradores.

Desta forma será possível um estudo da ocorrência, distribuição e dos determinantes de um agravo, bem como investigação de relações casuais.

O estudo epidemiológico em Medicina do trabalho é ferramenta fundamental para a gestão de saúde na empresa, desde até a avaliação dos impactos e resultados de intervenções.

Importância

Atualmente 35% das causas de morte no Brasil são por doenças cardiovasculares e a principal responsável é a hipertensão seguida pela diabetes e dislipidemia. Pois apresentam muitas complicações como:

- Acidente vascular cerebral; Trombose de membros inferiores; Retinopatia; Infarto agudo do miocárdio; Insuficiência cardíaca; Insuficiência renal.

A Hipertensão Arterial é uma doença crônica de alta prevalência (aproximadamente 20% da população) gerando uma alta incidência de pacientes que não fazem uso de hipotensores de acordo com a prescrição médica. Pois muitos pacientes param de usar o medicamento quando a pressão está normal, gerando intercorrências de urgência, complicações e internações.

Acima de 40 anos 50% da população é hipertensa, como a maior incidência de diabetes é acima dos 40 anos, metade dos diabéticos são hipertensos e aproximadamente 20% possuem dislipidemia.

Hoje sabemos que a obesidade pode desencadear uma síndrome metabólica causando hipertensão e diabetes.

Publico alvo

Baseando nestes fatos nas ações preventivas devemos rastrear os empregados suspeitos de portadores de doenças crônicas como; obesidade, hipertensão, diabetes e dislipidemia.

Métodos utilizados

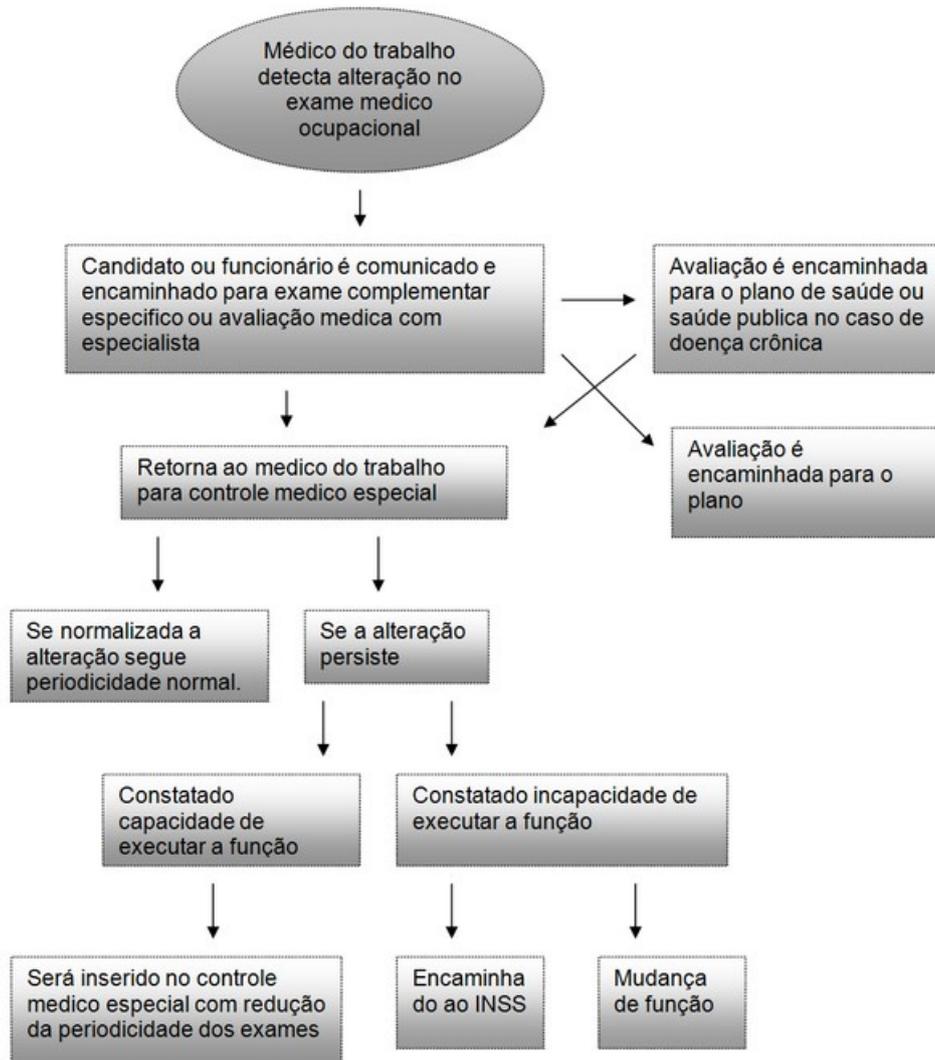
Como ação preventiva o médico do trabalho encaminha ao plano de saúde os empregados que apresentam alterações no exame periódico ou que por algum motivo chega a informação ao serviço médico destas patologias.

Quando o empregado é portador de alguma doença crônica é convocado para um acompanhamento periódico em tempo reduzido para evitar a progressão de sua doença e melhorar sua qualidade de vida.

Fluxograma

Após a realização dos exames médicos dos candidatos ou trabalhadores da empresa, se for constatado pelo médico do trabalho alterações em algum exame, seja clínico ou complementar; as condutas a serem adotadas são:

Conduta na alteração dos exames médicos ocupacionais (clínicos e complementares)



2. Prevenção, rastreamento e diagnóstico precoce dos agravos à saúde relacionados ao trabalho.

Analisando todos os possíveis agravos à saúde dos trabalhadores, classificados em grupos de exposição. Serão solicitadas todas as avaliações necessárias para a elucidação de diagnósticos prováveis, sendo eles de origem ocupacional ou não, para posteriormente serem enquadrados como doença ocupacional se for o caso.

2.1 Ergonomia

A Ergonomia estuda a compatibilidade entre os trabalhadores e seu trabalho. “Trabalho” inclui o ambiente de trabalho, estações de trabalhos e as tarefas.

As condições ergonômicas são inadequadas quando o “trabalho” é incompatível com o corpo dos trabalhadores e sua capacidade de continuar trabalhando.

Estas condições podem causar desconforto, fadiga e, conseqüentemente, lesões.

As lesões resultantes de condições ergonômicas inadequadas são conhecidas como lesões por esforço repetitivo (LER), Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao trabalho (DORT) ou Lesões por movimentos Repetitivos (LMR).

As causas para estas lesões é o trabalho prolongado envolvendo movimentos repetitivos, movimentos forçados e posturas incômodas. As LER são lesões dolorosas e frequentemente incapacitantes, que afetam principalmente os punhos, costas, pernas, ombros, pescoço, músculos e articulações.

Condições ambientais adequadas são importantes para o completo bem estar dos trabalhadores e a produtividade.

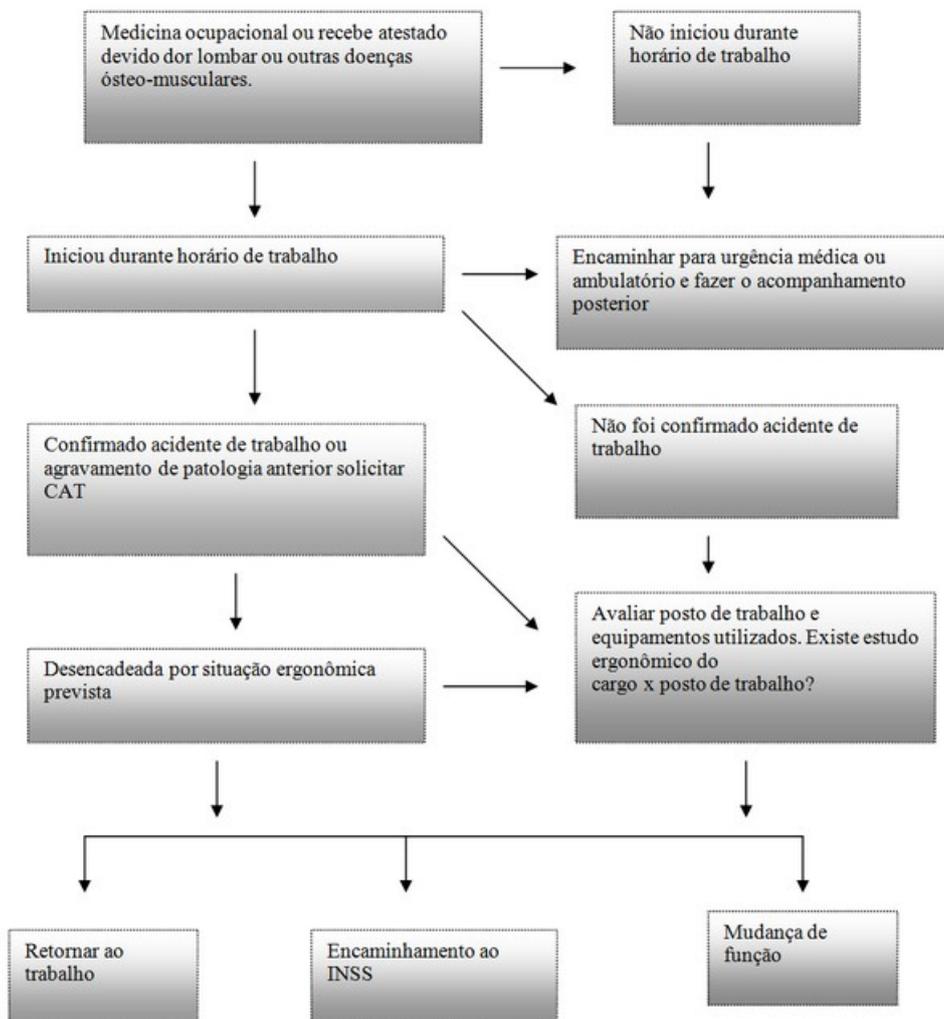
Uma área de trabalho que é muito fria ou muito quente, pouco iluminada, barulhenta, pouco ventilada, ou com odores desagradáveis, causa stress, aborrecimento, fadiga, cansaço visual, dor de cabeça e outros problemas. Em casos extremos, um ambiente inadequado no escritório pode causar doenças.

As lesões e doenças relacionadas com condições ergonômicas inadequadas podem ser preventivas, fazendo com que o local e a organização do trabalho se ajustam às necessidades físicas e mentais de cada trabalhador individualmente.

É imprescindível que a empresa realize um estudo ergonômico de todos os postos de trabalho e ficar descrito em documento à parte e a realização de laudos ergonômicos dos postos de trabalho, identificando e propondo melhorias ergonômicas através de plano de ação com as devidas evidências de realização e com prazo estipulados.

Grupo de exposição à condição de risco ergonômico

Conduta no atendimento e caso de ocorrências ergonômicas



LEVANTAMENTO E CONTROLE EPIDEMIOLÓGICO DOS

RISCOS AMBIENTAIS

O controle de absenteísmo ocupacional e acidentes do trabalho serão feitos pelo serviço médico através do recebimento de todos os atestados na rotina ambulatorial. Os mesmos serão avaliados pelos serviços médicos da empresa e encaminhados em seguida ao RH. As causas ausência e seu respectivo CID (Código Internacional de Doenças) serão anotados nos prontuários individuais dos funcionários. Esses dados farão parte do instrumental clínico epidemiológico da empresa para estudo de possíveis locais de trabalho, setores, atividades, funções, horários ou grupo de trabalhadores com agravos à saúde gerados por eventuais riscos ocupacionais.

3. Programa de diagnóstico sub-clínicos

Visa detectar, mesmo antes dos sintomas clínicos, sinais de doenças pré-existentes, como hipercolesterolemia, diabetes, anemias, dislipidemias, etc. Este programa será feito através de exames complementares a critério médico. Após a realização dos exames, os resultados são encaminhados para o médico do trabalho, que irá em seguida fazer o exame físico e analisar os resultados dos exames complementares comentando-os com o funcionário e, se houver alterações, o mesmo será encaminhado para seu médico assistente, conveniado ou não, para os devidos procedimentos. Os resultados dos exames são anotados na ficha própria elaborada especificamente para exames periódicos e de diagnóstico sub-clínico. Caso seja diagnosticada alguma doença crônica no trabalhados, o mesmo passara a ser acompanhado através do programa específico para tal.

Em tempo de COVID-19

A Tramed preocupada com a evolução da Covid-19 nas empresas em que presta serviços de Medicina Ocupacional vem através desta comunicação prestar esclarecimentos sobre esta pandemia:

Origem da Pandemia: Mercado de frutos do mar em Wuhan, China. Em 31/12/2019 a China comunicou a OMS (Organização Mundial de Saúde) uma série de casos de pneumonia de origem desconhecida. Desde então, esse novo coronavírus, que recebeu o nome de Covid-19 se espalhou por cinco continentes. O Ministério da Saúde confirmou em 26/02/2020 o primeiro caso no Brasil e em 17/03/2020 o primeiro óbito.

Os sintomas em geral são febre, tosse, falta de ar, dificuldades para respirar, problemas gástricos e diarreia. Nos casos mais graves o paciente pode ter pneumonia, síndrome respiratória aguda severa e insuficiência renal.

As pessoas mais afetadas são de idade de 30 a 90 anos e os óbitos em pacientes de mais de 60 anos que possuem comorbidades como diabetes, hipertensão arterial, problemas cardíacos e com imunidade baixa.

As principais condutas para combater esta pandemia são:

- 1- Isolamento social baseado nas diretrizes do Ministério da Saúde que realiza o mapeamento onde a incidência do coronavírus se manifesta sua patologia.
- 2- Seguir as orientações das autoridades de sua cidade para a flexibilidade das atividades que podem ser executadas durante este período.
- 3- Uso de EPI (máscara), quando for executar suas tarefas fora de seu domicílio e no trabalho.
- 4- Manter distanciamento de pelo menos 1,5 metros das outras pessoas.
- 5- Lavar as mãos com água e sabão (sabonete), ou utilização de álcool gel.
- 6- Quando apresentar sintomas do Covid-19, principalmente falta de ar procurar assistência médica.

A Tramed que é especializada em saúde ocupacional, neste período de pandemia, continua realizando exames ocupacionais, principalmente nas empresas que executam os serviços essenciais e que não podem ficar em regime de isolamento, orientando aos empregadores sobre como a melhor proteção aos seus funcionários.

Os funcionários acima de 60 (sessenta) anos e com comorbidades (diabetes, hipertensão arterial, baixa imunidade) são orientadas pelo Ministério da Saúde a permanecer em isolamento social até o termino da pandemia ou a flexibilização do mesmo. Não é necessário passar na Medicina do Trabalho para verificar aptidão. Depende do entendimento administrativo e jurídico da empresa.

Observação importante: Os casos suspeitos deverão ser submetidos a consulta médica, afim de serem examinados e se necessário submetidos a exames complementares, para que se estabelece um diagnostico preciso e tratamento adequado. Evitando assim a automedicação e realização de exames desnecessários.

A Tramed em parceria com a Consulmed neste período de pandemia, colocará um espaço reservado com atendimento médico e exames complementares para as empresas que realizam PCMSO com a Tramed.

Contato com o telefone: 32 3250-7013 – 3250-7012

Email: consulmedconsultas@gmail.com

WhatsApp: 32 98454 8092

Atenciosamente,

Dr.Fernando de Castro Dutra

Médico Responsável

CRM-25621

NOTA TÉCNICA GT COVID-19 Nº 20/2020
MINISTÉRIO PÚBLICO DO TRABALHO
PROCURADORIA GERAL DO TRABALHO
GRUPO DE TRABALHO NACIONAL – GT COVID-19

SOBRE MEDIDAS DE VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA NAS RELAÇÕES DO
TRABALHO

1. Implementação da busca ativa de casos, do rastreamento e diagnóstico precoce das infecções pelo novo coronavírus (SARS-Cov-2) e o afastamento do local de trabalho dos casos confirmados e suspeitos, e seus contatantes, ainda que assintomáticos.
2. Afastar do local de trabalho o (a) trabalhador (a) confirmado (a) ou suspeito(a) de COVID-19, por contato familiar ou no trabalho, e fazer o rastreio dos contatos no trabalho, afastando os contatantes, ainda que assintomáticos.
3. Testagem dos (as) trabalhadores (as) para diagnóstico da COVID-19 após os dias de contato ou a presença de sintomas, principalmente perda de olfato e paladar, febre e desconforto respiratório.
4. O período de afastamento é de 10(dez) dias, segundo as orientações científicas dos organismos de saúde nacionais e internacionais.
5. Exames médicos de retorno ao trabalho, após o fim do afastamento, com avaliação clínica do empregado e exames complementares, se for o caso.
6. No caso de mudança de função, por pertencer o(a) trabalhador (a) a grupo de risco, que deverá ser realizada, antes da alteração de função, o exame de mudança de função, para verificação da condição física e mental do (a) trabalhador (a) para o desempenho das novas funções, bem como os riscos ocupacionais identificados no Programa de Prevenção de Riscos Ambientais.
7. Os casos confirmados por meio dos testes, que haja suspeita em virtude de contato no ambiente do trabalho, deverá ser emitida a Comunicação de Acidente do Trabalho (CAT) dos casos confirmados e suspeitos, com afastamento do (a) trabalhador (a) do trabalho e deverão realizar medidas de controle constando nos adendos de COVID-19.
8. Os testes dos casos confirmados de COVID-19 deverão ser encaminhados ao médico responsável do PCMSO para serem registrados no prontuário médico dos trabalhadores, que serão atualizados mensalmente.

OBS: Para acessar a CAT, basta entrar no site do INSS: <https://antigo.inss.gov.br/>

