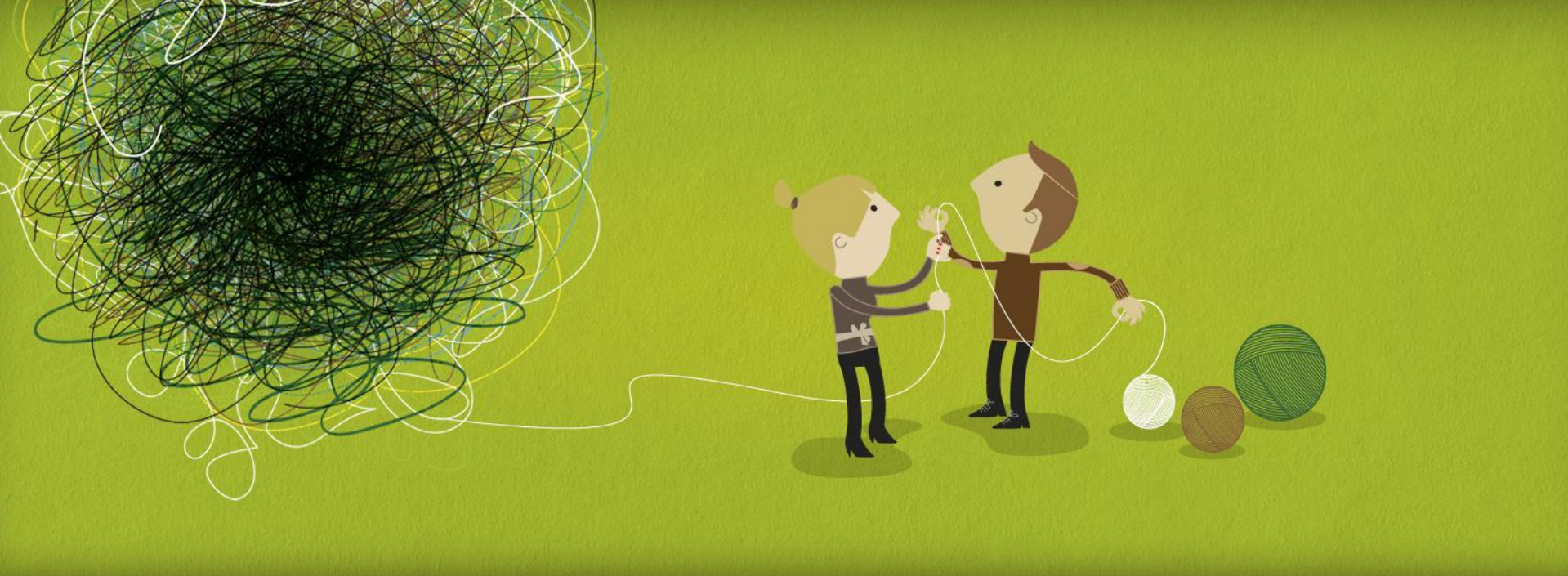




Campanha Europeia 2014 / 2015

Gestão do stresse e dos riscos psicossociais no trabalho

Riscos Psicossociais nas Forças e Serviços de Segurança

2015.05.13 | Emília Telo, MD, PhD

ACT | PFN EU-OSHA

www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



Locais de trabalho seguros
e saudáveis

Trabalhar por turnos prejudica a memória e provoca insónias

Qualidade de vida. Mudar constantemente de horários e diabetes, por exemplo. Há quem faça várias trocas ape-

JOANA CAPUCHO

Há mais de sete anos que André Silva anda com os horários trocados. Ora trabalha das 08.00 às 16.00, ora das 16.00 às 00.00, ora das 00.00 às 08.00. Quando sente que se está a adaptar a um turno, é obrigado a mudar. "Na troca de horário, ando dois ou três dias à nora, sem conseguir dormir bem. O corpo nunca se habitua, porque não como nem durmo à mesma hora", diz ao DN o técnico operativo de 29 anos. Para



Para onde vai o trabalho humano?

Debate Economia e trabalho
João Fraga de Oliveira

Já lá vão mais de 50 anos, foi editado em Paris um livro de referência de um grande precursor da Sociologia do Trabalho: Georges Friedmann (Paris, Maio de 1902-Paris, Novembro de 1977). O livro tem por título, em tradução livre para português, *Para Onde Vai o Trabalho Humano?* (no original, *Où Va le Travail Humain?* –

vai para Como? Através ou duras de traba é quando o trabal (para o c mas, no adminis regra es: o trabalh que, a te trabalha literalm

DISCURSO DIRETO

JOSÉ MANUEL SILVA Bastonário da Ordem dos Médicos sobre a falta de cumprimento do descanso compensatório

“Trabalhar **cansado** é como estar **alcoolizado**”

VIANA DO CASTELO ■ VÍTIMA FOI HOSPITALIZADA COM GOLPE NO ABDÔMEN E O AGRESSOR ESTÁ INTERNADO NA ALA PSIQUIÁTRICA

Patrão agride e esfaqueia

■ Empresário em fúria atacou funcionária e outro empregado que tentava defender a colega

■ ANA SOFIA CARVALHO/
CATARINA GOMES SOUSA

O dono de uma empresa de congelados na zona da Praia Norte, em Viana do Castelo, agrediu ontem de manhã uma funcionária e feriu outro empregado, de 26 anos, com um golpe de canivete, quando este defendia a colega. A vítima foi levada para o hospital, livre de perigo, e o agressor, de 45 anos, foi conduzido para a ala psiquiátrica da mesma unidade.

O episódio de violência desenvolveu-se a partir de um suposto erro num trabalho de im-

pressão pedido pelo empresário. Segundo o relato da funcionária a trabalhadores de firmas vizinhas, o dono da empresa Congelados Praia Norte – António Maciel Gomes, Lda, apertou-lhe o pescoço, furioso com a falha.

Quando um colega tentou defendê-la, foi atacado com um golpe de canivete, no abdômen.

O alerta foi dado pelas oíhoo. A vítima foi assistida ainda na empresa pelo INEM e depois transportada para o hospital de Viana do Castelo, de onde já teve alta. O agressor foi conduzido à ala psiquiátrica do hospital, onde ficou internado.

Os dois funcionários da empresa apresentaram queixa. ■

Violência por causa de falha num trabalho de impressão



Erro em trabalho gerou agressões na Congelados Praia Norte

PORMENORES

■ **AGRESSOR INTERNADO**
O agressor foi levado para o hospital e, até ao fecho desta edição, mantinha-se internado na ala de psiquiatria, em observação.

■ **ERRO NO TRABALHO**
O agressor tinha pedido à funcionária que a impressão fosse feita num tipo de papel específico, mas esta enganou-se.

■ **PEDIDOS DE AJUDA**
Logo após as agressões, a funcionária correu para a rua a pedir socorro e que chamassem uma ambulância para o colega ferido.



Enfermeiros e turnos

Foram publicados no 'American Journal of Preventive Medicine' os resultados de um estudo realizado ao longo de 22 anos e abrangeu 74.862 enfermeiros. Demonstrou que o trabalho por turnos tem consequências na saúde dos enfermeiros e na taxa de mortalidade. Nas que trabalham 5 ou mais anos em regime de turnos, a mortalidade aumenta, designadamente por doença cardiovascular. Condena-as a uma vida menos saudável e à morte pela supressão da produção de melatonina.

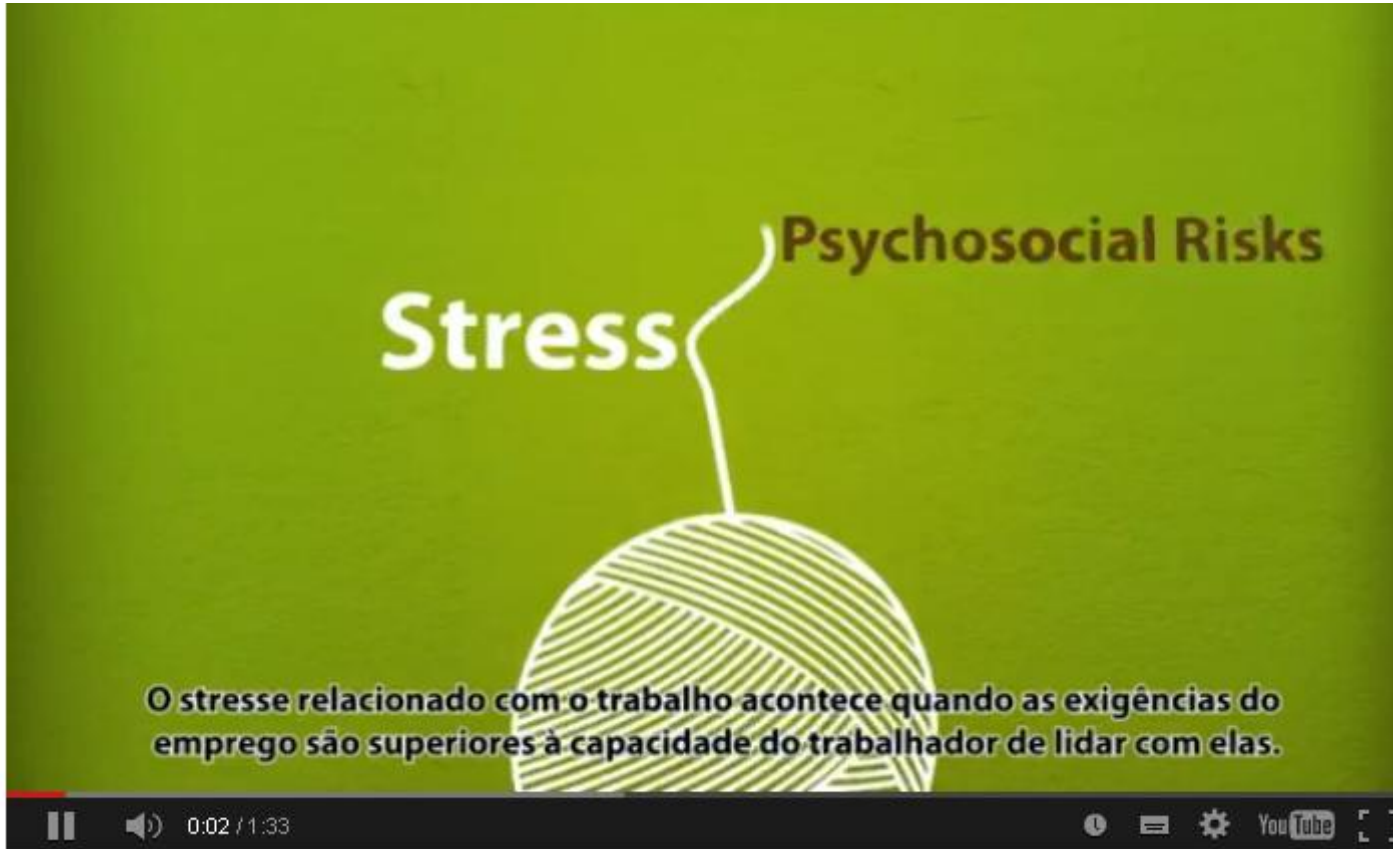
A mortalidade é maior entre os que trabalham por turnos

Em Portugal, num quadro de aprofundamento da carência de enfermeiros e de desregamentação dos horários de trabalho, com imposição, em várias instituições, de inúmeros turnos sem folgas e turnos de 12 horas, os enfermeiros estarão hoje mais expostos a contrair doenças e a morrerem mais cedo. O Ministério da Saúde é o responsável pelo especial risco a que a maioria dos enfermeiros está sujeita. Mas é também o que mais contribuiu para a degradação das condições de trabalho e que, consequentemente, aumenta a exposição dos enfermeiros ao risco.



Preocupação de $\cong 80\%$ das empresas europeias

Recursos da campanha



Video "Locais de trabalho saudáveis contribuem para a gestão do stresse"
(Campanha Europeia 2014-2015)

https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=bMIwfXgBImk

www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



Locais de trabalho seguros
e saudáveis

Factos



Observatório Europeu dos Riscos, da EU-OSHA



Inquérito europeu às empresas sobre riscos novos e emergentes
2009, 2014



Inquérito de opinião pan-europeu sobre segurança e saúde ocupacional
2009, 2011, 2013



Eurobarometer Working Conditions
2014

www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt

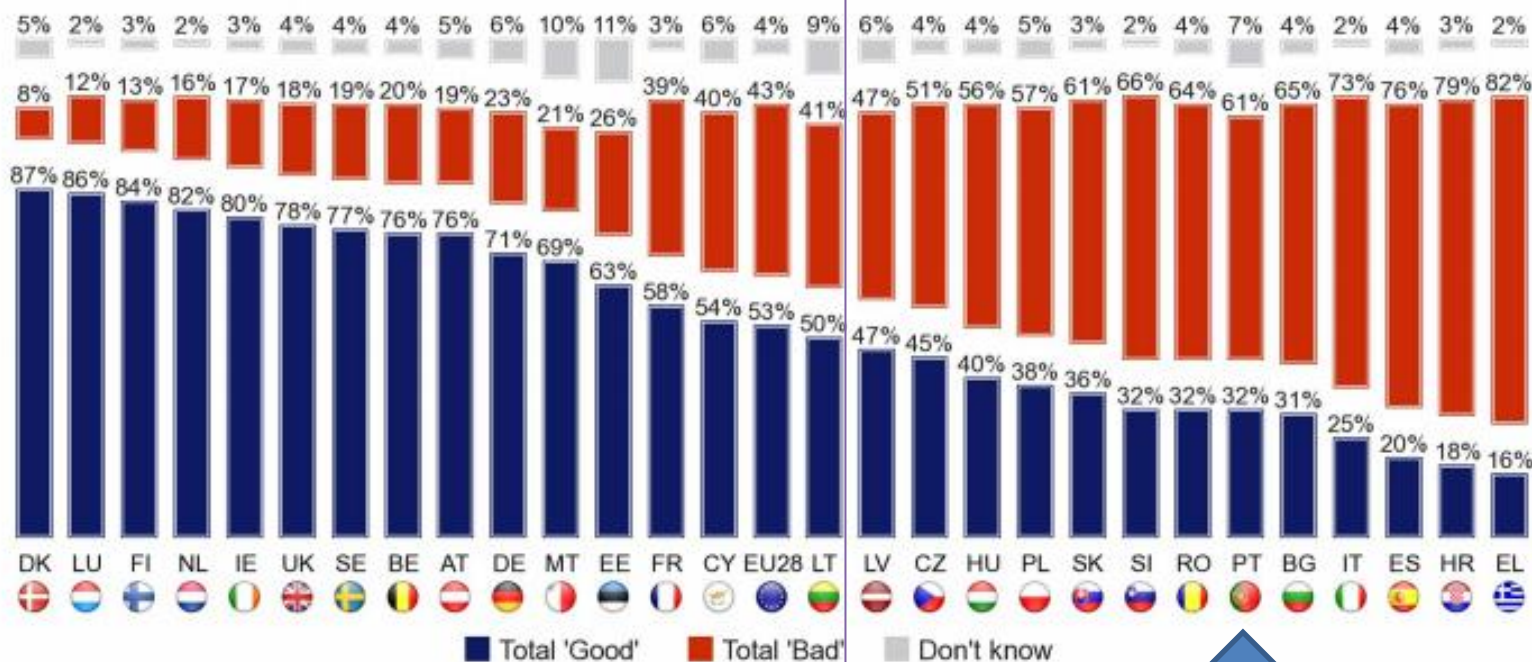


O estado da arte na Europa - riscos psicossociais

Eurobarometer Working Conditions



Q1. Working conditions are defined as working time, work organisation, health and safety at work, employee representation and relation with the employer. From your own experience and/or from what you know from your friends and relatives who are currently working, what do you think the working conditions are like in (OUR COUNTRY) today?



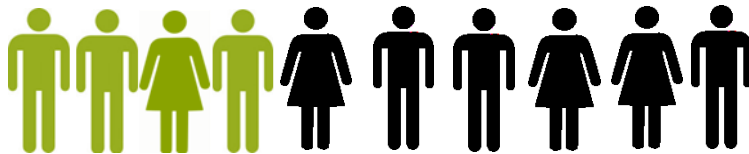
O estado da arte na Europa - riscos psicossociais

Eurobarometer (2014)

- A exposição ao stress é considerado o principal risco de exposição profissional (indicado por 53% dos trabalhadores europeus)
- 27% dos trabalhadores sofrem de stress, depressão ou ansiedade causadas ou agravadas pelo trabalho (durante os últimos 12 meses)

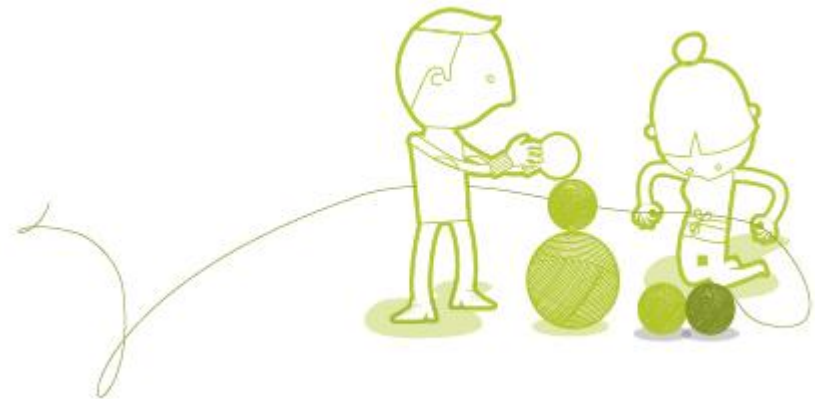
EU-OSHA opinion poll (2013)

- Aproximadamente 4 em cada 10 trabalhadores consideram que o stress não é gerido corretamente no seu local de trabalho.



Objetivos-chave da Campanha Europeia 2014-2015

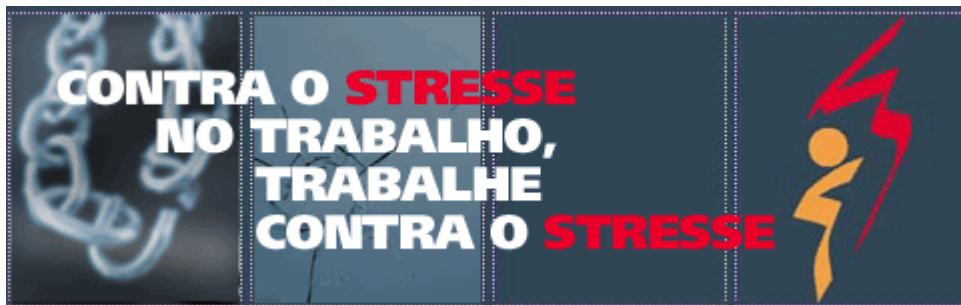
- Melhorar a compreensão do stresse e dos riscos psicossociais relacionados com o trabalho
- Promover a gestão destes riscos
- Prevenir as consequências negativas
- Prestar apoio e orientação a trabalhadores e empregadores
- Promover o uso de ferramentas práticas e de fácil utilização



O que já foi feito sobre este tema?

Semana Europeia 2002

Prevenção de riscos psicossociais no local de trabalho



2012: Comité dos Altos Responsáveis da Inspeção do Trabalho (CARIT)



www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

 Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



 Locais de trabalho seguros
e saudáveis

O que já foi feito sobre este tema?

RISCOS PSICOSSOCIAIS - IMPORTÂNCIA EUROPEIA

Acordo-Quadro Europeu sobre o stress no trabalho (Out. 2004)

-Entre a CES e as 3 Associações empresariais europeias (CEEP, UNICE e UEAPME)

Visa a descrição do stress, identificação dos problemas e responsabilidades e implementação de medidas e respostas de acompanhamento.

O stress no Diálogo Social

Protocolo de Cooperação e Parceria (Out. 2006)

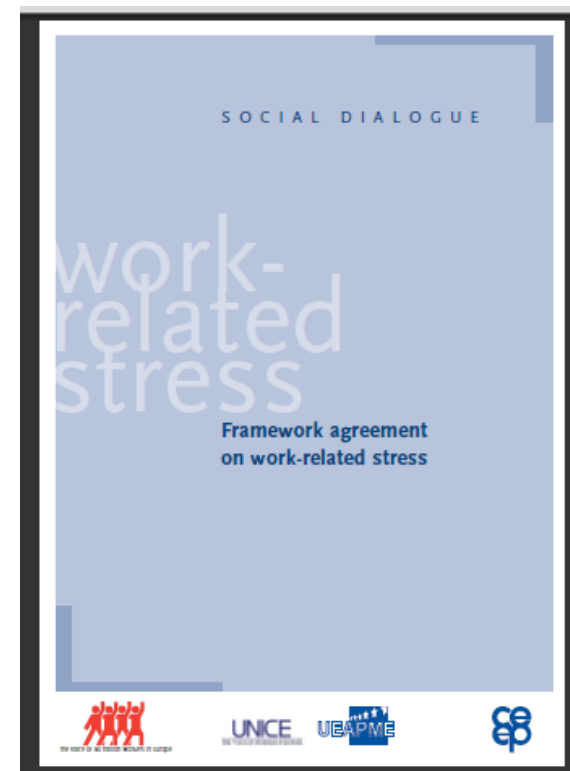
- Entre CGTP-IN e CCP

Protocolo de Enquadramento (Junho 2008)

- Entre ACT, CGTP-IN e CCP

Sector dos Transportes; Serviços Privados de Emprego; Comércio

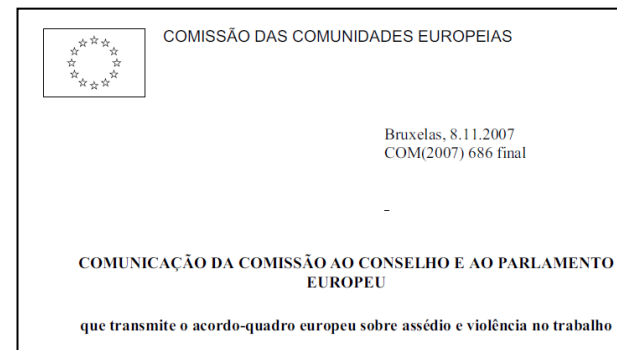
Autor do Estudo: Prof. Doutor Artur Parreira, Universidade Lusófona



O que já foi feito sobre este tema?

RISCOS PSICOSSOCIAIS - IMPORTÂNCIA EUROPEIA

Acordo-Quadro Europeu sobre assédio e violência no trabalho (Abri 2007)



Workplace Violence and Harassment: a European Picture (2009)

Violência e assédio no local de trabalho: o ponto da situação na Europa (2011)



O que já foi feito sobre este tema?

RISCOS PSICOSSOCIAIS - IMPORTÂNCIA EUROPEIA

Dia Internacional para a Eliminação da Violência contra as Mulheres
25 de Novembro

Prevenção da violência contra as mulheres
no local de trabalho

Questões do género



**Resumo – Novos riscos e tendências em matéria
de segurança e saúde das mulheres
trabalhadoras (2011)**

c Andrzej Siegmund, EU-OSHA photo competition 2009

Enquadramento Legal

- Diretiva-Quadro nº 89/391/CEE - relativa à saúde e segurança no trabalho .
- Código do Trabalho, aprovado pela Lei nº 7/2009, de 12 de fevereiro .
- Lei nº 102/2009, de 10 de setembro, alterada pela Lei n.º3/2014 de 28 de janeiro, que aprova o regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho (alín f) e g) do art. 15º).
- Lei n.º35/2014 de 20 de junho aprovou a LGTFP-Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas (art.4º nº.1, alín. I e nº 2).

Parceiros e datas da campanha

- Coordenada pela EU-OSHA
- Organizada em mais de 30 países
- Apoiada por uma rede de parceiros
 - Pontos focais nacionais
 - Parceiros sociais
 - Parceiros oficiais da campanha
 - Parceiros na comunicação social
 - Rede Europeia de Informação às Empresas



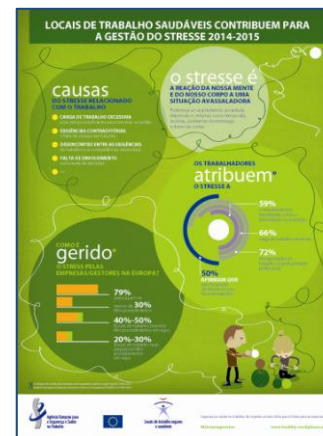
- Lançamento da campanha: UE: abril de 2014 PT: maio de 2014
- Semanas Europeias para a Segurança e Saúde no Trabalho: outubro de 2014 e 2015
- Cerimónia de entrega dos Prémios Europeus de Boas Práticas: 27 abril de 2015 - Letónia
- Encerramento: 10 novembro de 2015



Recursos da campanha

- Guia da campanha
- Folheto
- Brochura do Prémio Europeu de Boas Práticas
- Caixa de Ferramentas da Campanha *online*
- Materiais promocionais e brindes

- Relatórios
- Guias práticos e ferramentas
- Filme do Napo
- www.healthy-workplaces.eu



www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



Locais de trabalho seguros
e saudáveis

Campanha Europeia 2014-2015

Locais de trabalho
saudáveis
contribuem para a
gestão do stresse



*Sugestões e
ferramentas para
gerir o stresse e os
riscos psicossociais no
seu local de trabalho*

#EUmanagestress

“... podem ser abordadas da mesma forma lógica e sistemática que qualquer outra questão no domínio da SST”

Recursos da campanha

- **‘Calculating the costs of stress and psychosocial risks at work’**

https://osha.europa.eu/en/publications/literature_reviews/calculating-the-cost-of-work-related-stress-and-psychosocial-risks/view

- **Facts and figures: ESENER survey**

<https://osha.europa.eu/en/esener-enterprise-survey/enterprise-survey-esene>

- **‘Psychosocial risks in Europe: prevalence and strategies for prevention’**

<https://osha.europa.eu/en/publications/reports/psychosocial-risks-eu-prevalence-strategies-prevention/view>



Stresse e riscos psicossociais

Glossário | Sobre o Guia eletrónico | Recursos

▼ Página Inicial

Início

► Sobre o Guia eletrónico

► Introdução

► Stresse: Uma definição

► Considerações legais

► Causas de stresse no trabalho

► Causas de stresse fora do trabalho

► Efeito nos meus trabalhadores

► Efeito na produtividade da minha organização

► O que fazer

► Mitos e Factos (Empregadores)

► Mitos e Factos (Trabalhadores)

► Recursos

A segurança e a saúde no trabalho é uma preocupação de todos. É bom para si. É bom para o negócio.

Guia eletrónico para a gestão de riscos psicossociais e de stresse

Os riscos psicossociais no local de trabalho podem ser geridos com sucesso.

A informação neste guia eletrónico irá ajudá-lo/a a compreender melhor o stresse e os riscos psicossociais e sugere-lhe algumas medidas que poderá tomar para os resolver.

Utilize o menu à esquerda para navegar na informação, ou pode começar aqui com:

[Sobre o Guia eletrónico](#)

[Introdução ao stresse](#)



Intervenção nas Organizações/Empresas



Promover a sensibilização



Gerir riscos: Avaliar



Gerir riscos: Agir



Ação
preventiva



Ação
corretiva

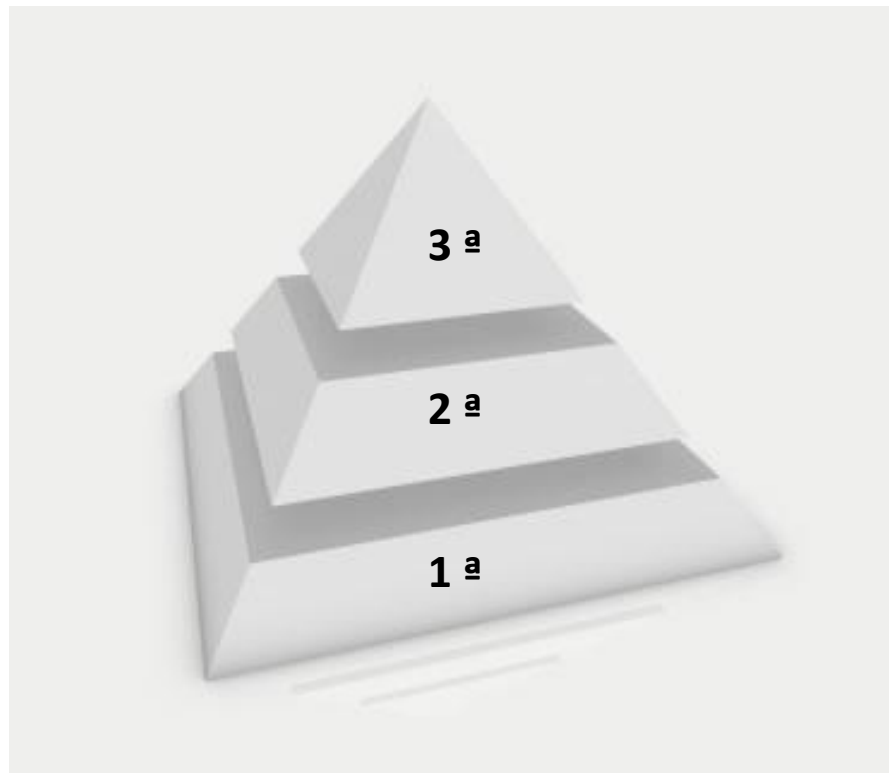
Melhoria da saúde



Melhorar a resiliência

Comunicação na organização nível individual, grupo, gestão e organização

Intervenção nas Organizações/Empresas



Investir num ambiente de trabalho positivo
bem-estar no trabalho

www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

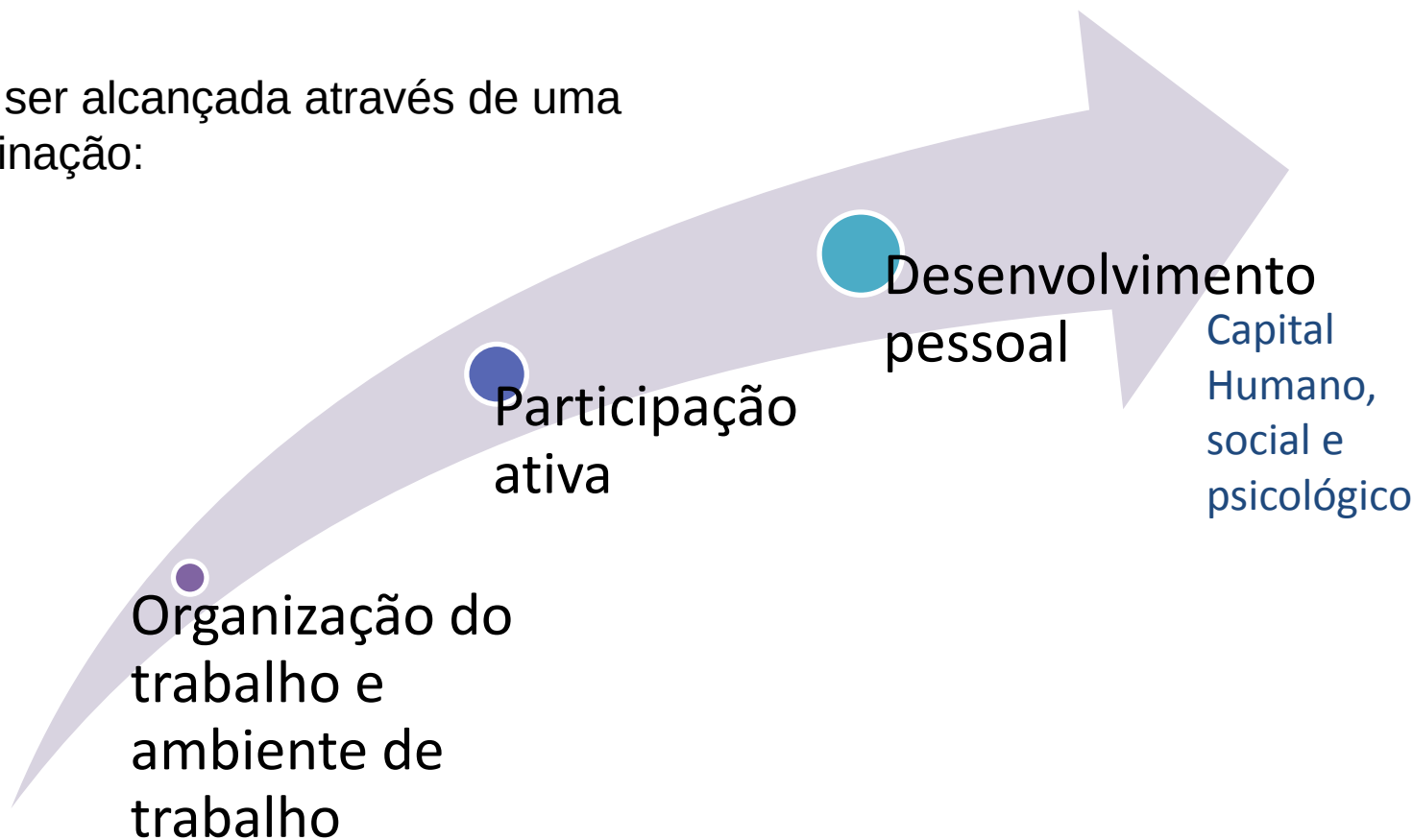
 Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho




Locais de trabalho seguros
e saudáveis

Intervenção nas Organizações/Empresas

Pode ser alcançada através de uma combinação:



A promoção da segurança e saúde no local de trabalho é uma parte integral destes esforços.

ACT - Ponto Focal Nacional da EU-OSHA



Áreas e atividades prioritárias EU-OSHA Programa estratégico plurianual para 2014-2020



www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



Campanha «Locais de trabalho seguros e saudáveis»



*SST diz respeito a todos.
Bom para si.
Bom para as empresas.*



2014 – 2015: Gestão do stress e riscos psicossociais

2012 – 2013: Juntos na prevenção dos riscos

2010 – 2011: Manutenção seguros

2008 – 2009: Avaliação de Riscos

2007: “Atenção! Mais carga não” — distúrbios músculo-esqueléticos

2006: “Crescer em segurança” — trabalhadores jovens

2005: Calem esse ruído!

2004: Construir em Segurança

2003: Substâncias Perigosas — Cuidado!

2002: Contra o stress no trabalho, trabalhe contra o stress

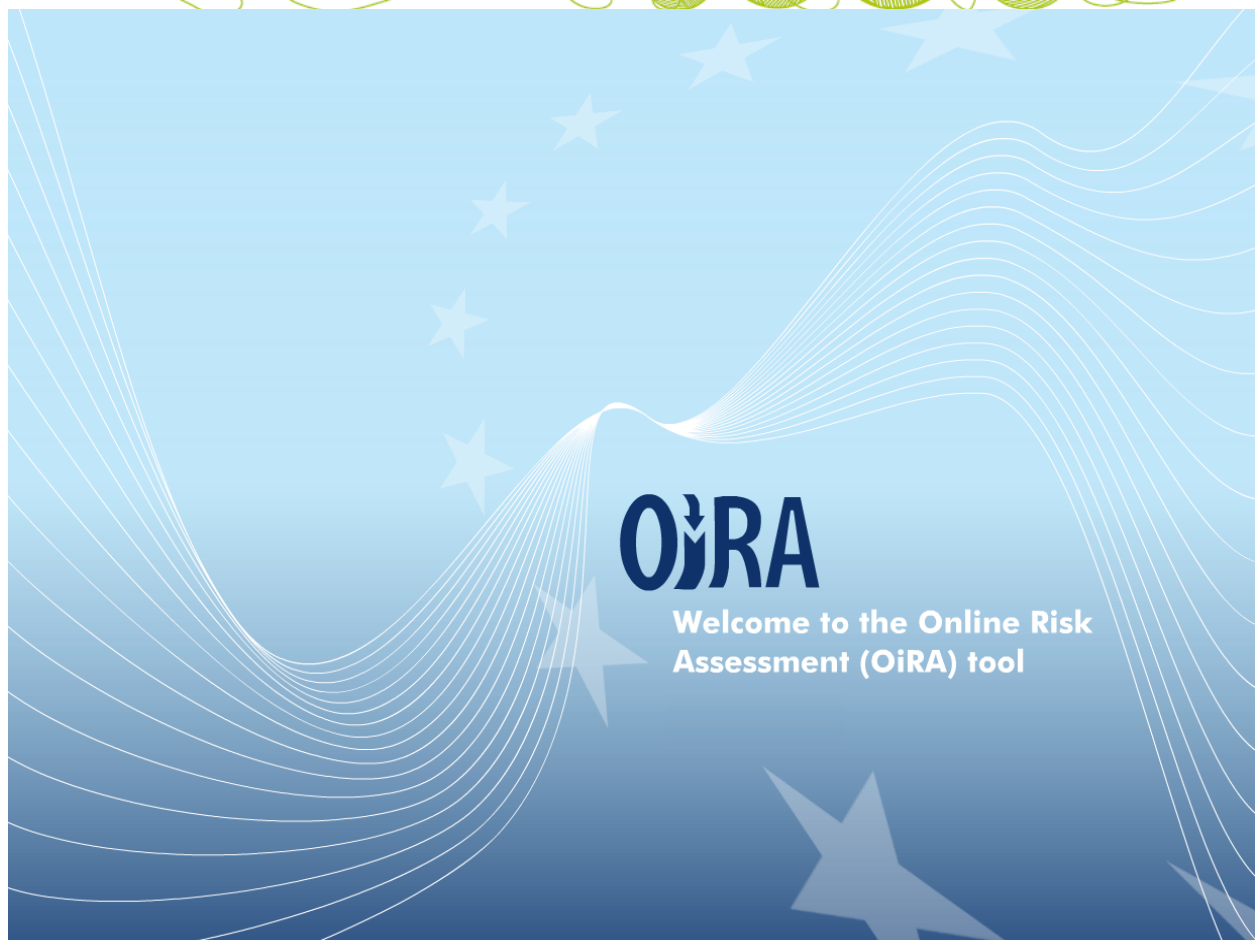
2001: O Sucesso Não Acontece por Acidente

2000: Não vires as costas às perturbações músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho

Avaliação de Riscos, uma ferramenta online



<http://www.oiraproject.eu/>



www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

 Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



 Locais de trabalho seguros
e saudáveis

Mais informações

OSHmail

62 000 assinantes

Boletim mensal digital de divulgação sobre SST

Boletim Informativo gratuito

Obtenha a nossa atualização mensal sobre segurança e saúde no trabalho.

ASSINAR

Também poderá utilizar a nossa ferramenta de Serviço de Alerta!



Mais informações



LANÇADO A 8 DE MAIO DE 2014

BASEADO NO CONCEITO WIKI

DESENVOLVIDO POR AUTORES ACREDITADOS PARA CRIAR E PARTILHAR
CONHECIMENTO EM SST

www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

 Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



 Locais de trabalho seguros
e saudáveis

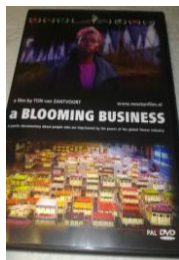
Prémio Cinematográfico

"Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis" 2015



7º Festival Internacional de Leipzig de Cinema Documental e Animado (DOK)

13 julho 2015



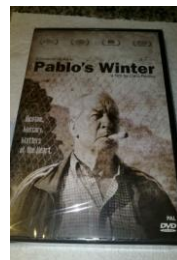
2009



2010



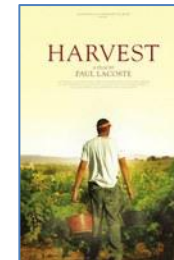
2011



2012



2013



2014

Exposições Fotográficas

Concurso Europeu de Fotografia 2009 e 2011



Qual a imagem da Segurança e Saúde no Trabalho?

Concurso Europeu de Fotografia | 2009



3^a Classificada
**“Vida
difícil e
complica
da”**

tributo a todos
os pescadores

(©EU-OSHA/
Rodrigo Cabrita,
Portugal)

Concurso Europeu de Fotografia | 2011



Napo: Segurança com um sorriso



As histórias têm um **valor educativo** e **apresentam personagens do mundo do trabalho** confrontadas com questões de segurança

Napo em... Quando o stressse acontece



"Napo para professores"
material didático on-line
(7 e os 11 anos de idade)

<http://www.napofilm.net/pt>

www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



Locais de trabalho seguros
e saudáveis

Participe

pfn.eu-osh@act.gov.pt
emilia.telo@act.gov.pt



www.healthy-workplaces.eu
osha.europa.eu/pt
www.act.gov.pt



ACT
AUTORIDADE PARA AS
CONDIÇÕES DO TRABALHO

 Agência Europeia para
a Segurança e Saúde
no Trabalho



 Locais de trabalho seguros
e saudáveis