



INSPEÇÃO  
DO TRABALHO

Cartilha

# Adoecimento Ocupacional:

Um mal invisível e silencioso

MINISTÉRIO DO  
TRABALHO GOVERNO  
FEDERAL



Cartilha

**ADOCIMENTO  
OCUPACIONAL:  
UM MAL INVISÍVEL E SILENCIOSO.**

MINISTÉRIO DO TRABALHO  
SECRETARIA DE INSPEÇÃO DO TRABALHO  
DEPARTAMENTO DE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

PRESIDENTE DA REPÚBLICA

Michel Temer

MINISTRO DO TRABALHO

Caio Luiz de Almeida Vieira de Mello

SECRETÁRIO DE INSPEÇÃO DO TRABALHO

Cláudio Secchin

DIRETOR DO DEPARTAMENTO DE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

Kleber Pereira de Araújo e Silva

COORDENADORA-GERAL DE FISCALIZAÇÃO E PROJETOS

Viviane de Jesus Forte

COORDENAÇÃO DE FISCALIZAÇÃO E AÇÕES ESTRATÉGICAS

José Almeida Martins de Jesus Júnior

© 2017 – Ministério do Trabalho

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

Brasília/DF, 28 de setembro de 2018.

# SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	<b>7</b>
ADOCIMENTO OCUPACIONAL - O QUE É?	<b>8</b>
TENHO UMA EMPRESA, O QUE EU DEVO FAZER?	<b>11</b>
EU SOU EMPREGADO. QUAIS SÃO MINHAS OBRIGAÇÕES E DIREITOS?	<b>13</b>
O QUE FAZER EM CASO DE ADOECIMENTO NO TRABALHO?	<b>14</b>



# 1 APRESENTAÇÃO

Essa cartilha foi desenvolvida pelo Ministério do Trabalho, por meio da Secretaria de Inspeção do Trabalho, e tem por objetivo informar, de maneira simples e objetiva, os principais cuidados que os brasileiros tem que adotar para evitar adoecimentos no trabalho.

Dados da Organização Internacional do Trabalho – OIT de 2017 informam a ocorrência de 2,7 milhões de mortes anuais relacionadas ao trabalho, sendo 2,4 milhões decorrentes de doenças do trabalho.

No Brasil os dados são ainda inconsistentes, mas acidentes e doenças do trabalho impactam diretamente na vida dos brasileiros. Para o empregador, compreende perda de produtividade, aumento de absenteísmo (faltas), ações judiciais, perdas financeiras e perda de imagem. Para o trabalhador significa perda da saúde (e até da vida), de convívio social e familiar e de renda. Para o País resulta em aumento de gastos públicos, que impacta a todos, e perda de competitividade internacional. Essas perdas decorrentes de acidentes e doenças do trabalho são estimadas pela OIT em 4% do PIB mundial, o que pode ultrapassar a cifra de R\$ 200 bilhões de reais anualmente no Brasil.

Leia! Saiba mais! Esse é um assunto que interessa a todos.  
Cuide-se e cuide daqueles que estão em seu ambiente de trabalho.

*Brasília (DF), 28 de setembro de 2018*

## 2 ADOECIMENTO OCUPACIONAL - O QUE É?

É qualquer alteração biológica ou funcional (física ou mental) que ocorre em uma pessoa em decorrência do trabalho.

Muitas vezes, o local de trabalho apresenta riscos que afetam a saúde do trabalhador. Eles podem vir sob forma de poeiras, ruídos, calor, bactérias, produtos químicos e muitas outras fontes. Há, ainda, riscos provenientes da organização do trabalho, que podem causar doenças osteomusculares (como, por exemplo, dores nas costas, ou mesmo LER - Lesões por Esforços Repetitivos) e transtornos mentais.

Vamos dar exemplos: uma máquina que produz muito barulho pode causar perda auditiva (surdez); um local que contém poeira pode afetar os pulmões; um processo de produção que gera fumos metálicos (como as máquinas de solda) pode causar contaminação no sangue de quem ali trabalha; um sistema de produção onde há movimentos repetitivos pode causar LER/DORT; um sistema de transporte manual de carga, a exemplo de carregamento de sacos de cimento ou caixas de produtos pesados, pode causar problemas na coluna; mesmo o simples fato de trabalhar longos períodos em pé, comum no comércio, sobretudo em lojas de shopping e farmácias, expõe o trabalhador a problemas circulatórios ou de coluna.

E há um agravante: muitas doenças somente se manifestam ao longo do tempo, às vezes bem depois do término do contrato do trabalho, dificultando a identificação das causas. Um pedreiro ou cortador de pedras ornamentais que fica exposto à poeira de sílica pode apresentar sintomas da doença até 30 anos após essa exposição, quando ninguém mais se lembra da exposição ao fator de risco.



## O QUE PREVÊ A LEI?

Existe uma série de leis e normas que regulamentam a exposição aos riscos nos locais de trabalho. Nosso país aceitou diversas Convenções da Organização Internacional do Trabalho – OIT, que se tornaram, então, obrigatórias. Dentre essas, citamos a Convenção nº 155, que trata de segurança e saúde dos trabalhadores. Ela recomenda a implantação de uma política nacional coerente em matéria de segurança e saúde dos trabalhadores e meio-ambiente de trabalho.

Já nossa Constituição Federal prevê que todos os trabalhadores têm direito a um ambiente de trabalho seguro e saudável. Veja:

CF, Art. 7º: São direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, além de outros que visem à melhoria de sua condição social... XXII: redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança.

A Consolidação das Leis do Trabalho - CLT também exige ambientes de trabalho seguros e saudáveis. O capítulo V torna obrigatória a adoção de medidas de segurança e a observação das suas regras. Esse capítulo traz, dentre outras, algumas obrigações. Olha lá:

Art. 157 - Cabe às empresas

- I - cumprir e fazer cumprir as normas de segurança e medicina do trabalho;
- II - instruir os empregados, através de ordens de serviço, quanto às precauções a tomar no sentido de evitar acidentes do trabalho ou doenças ocupacionais;
- III - adotar as medidas que lhes sejam determinadas pelo órgão regional competente;

Essas medidas são obrigatórias. É direito básico um local de trabalho cujos riscos não vão prejudicar a saúde e a segurança de quem ali está. A obrigação principal de cuidar desses fatores de risco é do dono do ambiente de trabalho, que deve: 1) ver se existem riscos no ambiente de trabalho, através de um profissional, procurando eliminar esses fatores ou diminuir sua ação danosa; 2) adotar medidas de controle e efetuar constante monitoramento desses riscos a fim de evitar que causem problemas aos trabalhadores; 3) cuidar dos reflexos desses riscos na saúde dos trabalhadores, através de acompanhamento médico ocupacional e; e 4) por

fim, adotar medidas corretivas se esses riscos estiverem altos ou com potencial para prejudicar a saúde dos trabalhadores.

É um ciclo constante de monitoramento e cuidado com o local de trabalho e com quem ali trabalha. Veja:



Para garantir tudo isso, há uma rede de proteção ao trabalhador: dentro da empresa podemos ter CIPA (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes) e SESMT (Serviços Especializados em Segurança e Medicina do Trabalho). Ajudam a prevenir acidentes e doenças; fora da empresa, temos algumas instituições que prezam pela segurança e saúde ocupacional, cabendo à Inspeção do Trabalho, constituída por Auditores-Fiscais do Trabalho, a responsabilidade pela fiscalização dos ambientes, utilizando-se das Normas Regulamentadoras emitidas pelo Ministério do Trabalho (conheça-as no endereço eletrônico [trabalho.gov.br/legislacao](http://trabalho.gov.br/legislacao)). Essa rede pode e deve ser acionada quando há situações que podem causar acidentes e adoecimentos.

### 3 TENHO UMA EMPRESA, O QUE EU DEVO FAZER?

O processo produtivo ou organizacional em um determinado local pode gerar riscos à saúde. Vamos exemplificar: uma atividade de soldagem vai gerar fumos metálicos, decorrentes do processo de fusão dos metais, que prejudicam a saúde de quem está fazendo a soldagem e de todos os que estão em volta. É o chamado risco de origem química. No comércio, para citar mais um caso, um vendedor que passa muito tempo na posição “em pé” ou na posição “sentado”, sem alternância de posições, pode ter sua saúde afetada, seja por problemas de circulação sanguínea ou questões que envolvem seu sistema osteomuscular. É o chamado risco de natureza ergonômica. Em tais situações, como em muitas outras, o trabalhador não adoece imediatamente, mas depois de algum tempo à exposição a esses fatores de risco. Esse tempo varia conforme o organismo de cada um.

O dono do local de trabalho é responsável por fazer um levantamento dos fatores de risco do estabelecimento, tanto do aspecto chamado de higiene ocupacional, com identificação de riscos físicos, químicos e biológicos, como dos fatores de risco de origem ergonômica, que podem envolver adoecimento por conta do processo produtivo, e até dos riscos de acidentes típicos. Para tudo isso, o Ministério do Trabalho emitiu um conjunto de Normas Regulamentadoras, entre as quais destacamos a NR 07 (Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional) e NR 09 (Programa de Prevenção de Riscos Ambientais). Basicamente, o responsável pelo estabelecimento tem que adotar as seguintes providências para evitar o adoecimento no trabalho:

- a) efetuar levantamento e avaliação dos riscos ocupacionais, para saber a necessidade de adoção de medidas de controle. Esse levantamento normalmente é feito pelo profissional que elabora o Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA). Esse profissional deve ir ao local de trabalho e analisar existência de fatores de risco, que podem causar adoecimento, podendo utilizar equipamentos adequados para isso. Deve fazer uma investigação do ambiente, procurando algo que possa afetar quem ali trabalha.
- b) adotar medidas de controle para que esses riscos não afetem a saúde do trabalhador. Para isso, pode eliminar ou diminuir o impacto ofensivo desse

fator de risco (por exemplo, trocar uma máquina muito barulhenta, que causa perda auditiva, por uma silenciosa ou ainda pode colocar essa máquina longe das pessoas ou mesmo colocá-la dentro de um ambiente separado e fechado, diminuindo o nível de ruído próximo aos trabalhadores). As medidas devem ser preferencialmente coletivas, ou seja, diretamente no ambiente de trabalho e na fonte do risco. Caso não haja possibilidade, pode recomendar a utilização de medidas organizacionais ou equipamentos de proteção individual; e

c) monitorar constantemente a exposição dos trabalhadores aos fatores de risco. Esses fatores não podem atingir um nível que prejudique a saúde do trabalhador, devendo ser sempre verificados, pois podem mudar conforme o desgaste das máquinas, instalação de novo processo de produção ou equipamentos etc;

Ou seja: cabe ao dono do ambiente de trabalho verificar a existência de riscos, controlá-los e efetuar constante monitoramento, a fim de evitar que afetem a saúde das pessoas que ali trabalham.

Todos esses riscos devem ser informados aos trabalhadores. É o que prevê a Norma Regulamentadora nº 01, do Ministério do Trabalho. Veja:

1.7 Cabe ao empregador:

c) informar aos trabalhadores:

- I. os riscos profissionais que possam originar-se nos locais de trabalho;
- II. os meios para prevenir e limitar tais riscos e as medidas adotadas pela empresa;
- III. os resultados dos exames médicos e de exames complementares de diagnóstico aos quais os próprios trabalhadores forem submetidos;
- IV. os resultados das avaliações ambientais realizadas nos locais de trabalho.

Há outros riscos além dos acima citados. Também devem ser analisados e controlados: riscos de natureza ergonômica, fatores organizacionais, assédio, pressão excessiva e tantos outros fatores que contribuem para o adoecimento físico e mental. Como já dito, uma pessoa que trabalha o tempo em todo em pé vai adoecer, muito provavelmente. Do mesmo modo, aquele que está sempre sobre pressão de metas excessivas, violência e sofrimento, grosserias, assédio, também. Movimentos repe-

titivos, excessivos, levantamento de carga em condições inadequadas e muitas outras situações fazem com que ocorram doenças ocupacionais.

Não é à toa que a maior causa de benefícios em decorrência de doenças ocupacionais são as dorsalgias (dores nas costas), motivadas por situações de trabalho inadequadas.

Ambiente de trabalho sadio é obrigação do empregador, do dono do ambiente. Há regras que regulamentam a segurança e saúde no trabalho, sob pena de sanções. Além disso, é financeiramente recompensador: um empregado que labora em um ambiente saudável e seguro falta menos ao serviço, vai trabalhar mais motivado e rende muito mais.

## 4 EU SOU EMPREGADO. QUAIS SÃO MINHAS OBRIGAÇÕES E DIREITOS?

O principal responsável por condições seguras e saudáveis é o empregador, mas o empregado tem uma série de obrigações.

Cada um de nós é o principal interessado na própria saúde. Assim, o empregado tem que se inteirar das normas de segurança, conhecer os riscos que existem no ambiente de trabalho, exigir a aplicação das medidas de segurança e, por fim, colaborar com a empresa na aplicação das normas de segurança. Olhe o que diz a Norma Regulamentadora nº 01, do Ministério do Trabalho:

1.8 Cabe ao empregado:

- a) cumprir as disposições legais e regulamentares sobre segurança e saúde do trabalho, inclusive as ordens de serviço expedidas pelo empregador;
- b) usar o EPI fornecido pelo empregador;
- c) submeter-se aos exames médicos previstos nas Normas Regulamentadoras - NR;
- d) colaborar com a empresa na aplicação das Normas Regulamentadoras - NR;

## O QUE FAZER EM CASO DE ADOECIMENTO NO TRABALHO?

E mais: a falta de cumprimento dessas medidas acima por parte do empregado é considerada ato faltoso.

Assim, é importante o envolvimento de todos nas ações de prevenção de acidentes e adoecimentos. Veja se há CIPA e SESMT na sua empresa, participe das reuniões, conheça os riscos ambientais, veja se há riscos de acidentes, veja se há proteções coletivas, utilize os equipamentos de proteção individual fornecidos pelo empregador (se não tiver, cobre soluções: é melhor ter saúde sempre), informe ao seu encarregado e nas reuniões da CIPA qualquer situação que possa resultar em acidente ou doença, compareça periodicamente aos exames médicos, comunicando qualquer sintoma de doença, mesmo que seja um simples mal estar: o médico poderá fazer um diagnóstico e adotar ações para prevenção de doença ocupacional.

A prevenção é um direito e um dever de todos.

## 5 O QUE FAZER EM CASO DE ADOECIMENTO NO TRABALHO?

Mas mesmo tomando todos os cuidados, um trabalhador ficou doente. O que fazer?

Caso haja um produto ou um método de trabalho que ocasione riscos à saúde do trabalhador, o médico do trabalho deve acompanhar o impacto que isso pode causar à saúde dos trabalhadores, muitas vezes solicitando exames relacionados a esses riscos, buscando detectar precocemente uma eventual doença. Essa é a razão dos exames médicos.

Assim, por exemplo, se no local de trabalho há a presença de benzeno (um produto químico que causa câncer), o médico deve solicitar exames específicos para verificar se esse produto está atingindo o trabalhador, ainda na chamada fase “pré-doença”. Caso esse exame aponte exposição excessiva a esse agente, mesmo sem sintomas, o trabalhador deve ser afastado do local de trabalho ou do risco até que se normalize esse nível de produto no organismo do trabalhador. Obviamente

providências devem ser tomadas em relação aos outros que estão expostos a esse mesmo produto, assim como deverá haver uma investigação para saber por qual motivo as medidas de controle não funcionaram (lembre-se que já falamos de medidas de controle).

E se por algum motivo o trabalhador fica doente ou tem uma doença já existente agravada, o médico deve solicitar ao empregador a emissão da Comunicação de Acidente do Trabalho – CAT, deve encaminhar o trabalhador para o INSS para medidas por parte desse Órgão e deve solicitar o afastamento do trabalhador do local onde haja o risco à sua saúde, bem como deve orientar o empregador para que sejam adotadas medidas corretivas no ambiente de trabalho. É obrigação do empregador fazer o que foi solicitado.

Essa é uma questão importante. A detecção precoce de problemas no ambiente de trabalho e de doenças relacionadas ao trabalho possibilita a que os trabalhadores possam entrar e sair das empresas com saúde e segurança.

Saiba mais lendo os itens 7.4.7 e 7.4.8 da Norma Regulamentadora nº 07 ([trabalho.gov.br/legislação/normas regulamentadoras](http://trabalho.gov.br/legislação/normas_regulamentadoras)).

Vimos que uma das providências em caso de adoecimento é a abertura de Comunicação de Acidentes do Trabalho – CAT. Mas isso é importante? Sim, muito importante.

Primeiro temos que informar que para todo caso de adoecimento, inclusive aqueles apenas objeto de suspeita, deve ser aberta CAT. Veja o que diz a CLT:

Art. 169 Será obrigatória a notificação das doenças profissionais e das produzidas em virtude de condições especiais de trabalho, comprovadas ou objeto de suspeita, de conformidade com as instruções expedidas pelo Ministério do Trabalho.

A CAT é uma informação de cunho estatístico que serve para orientar as políticas públicas de prevenção de doenças. Assim, o Brasil poderá dirigir suas ações para aquelas situações que mais geram adoecimentos, evitando-os e preservando a capacidade produtiva dos brasileiros.

Serve, também, como instrumento auxiliar para o trabalhador preservar seus direitos, caso seja acometido de incapacitação para o trabalho em decorrência da

doença nele gerado.

A CAT é uma obrigação da empresa, mas se ela se recusar a fazê-lo, o trabalhador, seus dependentes, sindicatos, médicos ou qualquer autoridade pública podem fazer isso.

Mas como faço abertura de CAT? É muito simples: Acesse a página do INSS ([inss.gov.br](http://inss.gov.br)), acesse “todos os serviços”, clique em “comunicação de acidentes do trabalho” e veja as informações lá constantes. Prefira fazer on-line, baixando o aplicativo. É mais rápido e a informação será processada na hora.

### LEMBRE-SE:

RISCOS



RECONHECIMENTO



AÇÕES DE PREVENÇÃO



REDUÇÃO DO ADOECIMENTO



Vamos juntos, cuidar da saúde  
no trabalho. É melhor para o Brasil,  
é melhor para você!

Cartilha  
**ADOCIMENTO  
OCUPACIONAL**  
Um mal invisível  
e silencioso.

INSPEÇÃO  
DO TRABALHO



MINISTÉRIO DO  
TRABALHO

GOVERNO  
FEDERAL

