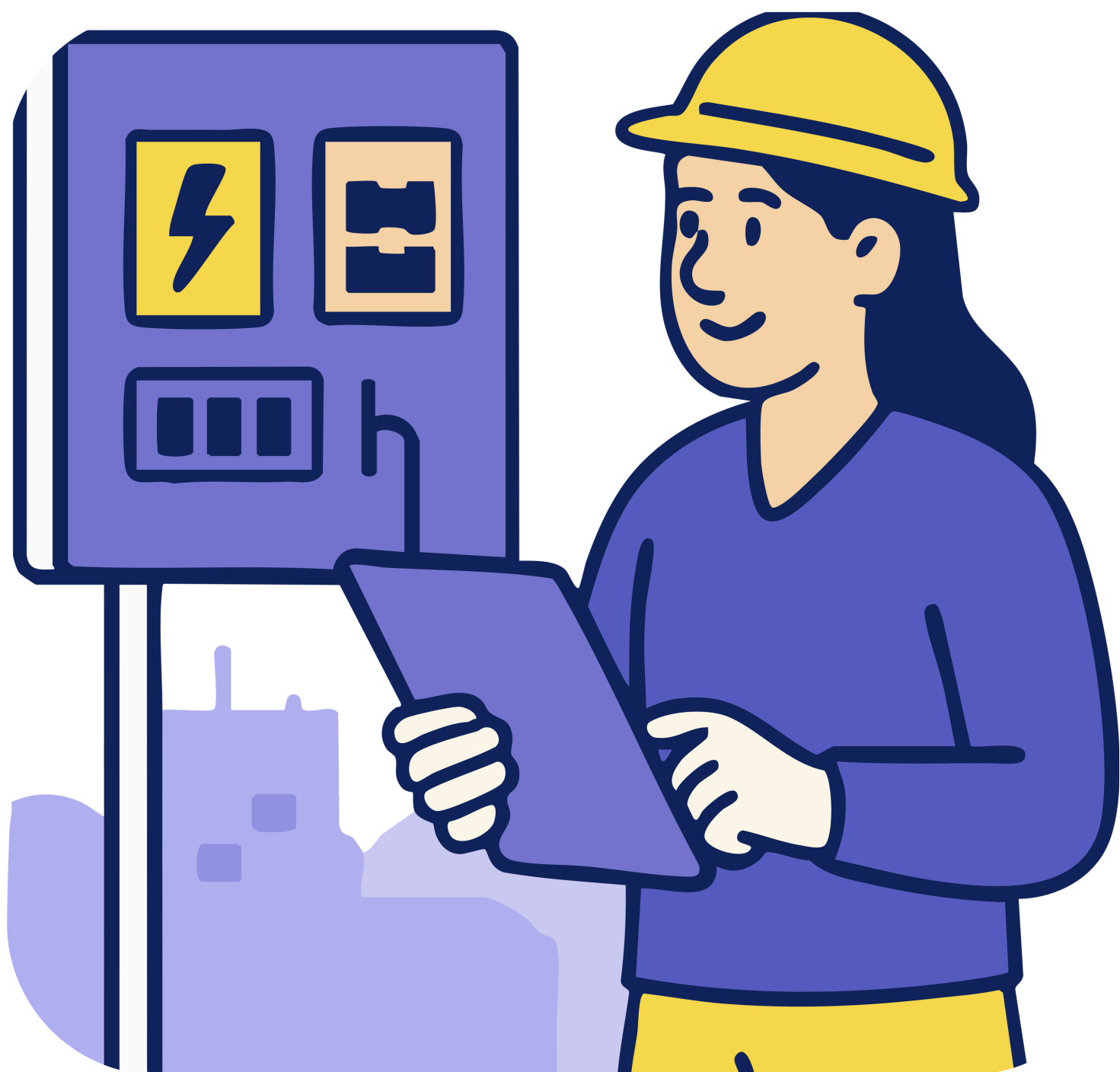




# Abril Verde

SEGURANÇA E SAÚDE NO  
TRABALHO

**ICOOPS**



## Guia Abril Verde: Segurança e Saúde no Trabalho como Direito e Dignidade

Entre o esforço da produção e o direito ao bem-estar, a segurança deve ser a ponte. Que o Abril Verde nos recorde: nenhum resultado econômico justifica o silenciamento de uma vida ou o adoecimento de uma mente.

A campanha Abril Verde acende um alerta sobre algo que afeta diretamente a sobrevivência e o bem-estar de quem constrói o país: a Segurança e Saúde no Trabalho. Para o ICOOPS, através do nosso **Programa Incluir**, não basta gerar trabalho e renda; é preciso garantir que o trabalho seja um espaço de vida, e não de adoecimento ou tragédia.

# Quando o Trabalho Adoece ou Interrompe a Vida

O trabalho deve ser fonte de dignidade, mas para muitos, ele se torna um cenário de riscos. O descaso com normas básicas, a falta de treinamento e o ritmo exaustivo geram impactos profundos que transformam vidas em estatísticas alarmantes.



## Saúde Mental

Estresse crônico, assédio moral e sobrecarga levam ao esgotamento (Burnout), depressão e ansiedade severa.



## Acidentes e Doenças

Quedas, choques, soterramentos e exposição a agentes nocivos vitimam trabalhadores diariamente.

## Os Números Revelam uma "Epidemia Invisível"

**1000s**  
Invalidez Permanente

Trabalhadores afastados permanentemente todos os anos, interrompendo carreiras no auge da capacidade produtiva por danos físicos ou psicológicos irreversíveis.

**3h**  
Letalidade

O Brasil ocupa posições críticas nos rankings mundiais de acidentes fatais. A cada poucas horas, um trabalhador não volta para casa.

## Impactos na Vida Econômica das Famílias

Um acidente destrutura todo o núcleo familiar de forma profunda e duradoura:

- **Redução de Renda:** Os benefícios sociais nem sempre cobrem o salário integral
- **Custos Extras:** Gastos com remédios, reabilitação e adaptações na residência
- **Sobrecarga de Cuidado:** Frequentemente, outros membros da família precisam abandonar seus empregos para atuar como cuidadores em tempo integral

# A Quem Recorrer e Como Agir nos Locais de Trabalho?

A estrutura de apoio depende de como você exerce sua atividade. Conheça os canais de suporte disponíveis para cada situação:



## Empresas e Instituições

**CIPA (Comissão Interna de Prevenção de Acidentes):** Procure os representantes eleitos para identificar riscos e cobrar soluções.

**SESMT:** Em empresas maiores, recorra ao serviço especializado em engenharia e medicina do trabalho.

**Lideranças Diretas:** Comunique riscos de forma clara e, se possível, documentada.



## Trabalhadores de Apps

**Uber, 99, iFood:** Relate inseguranças ou fadiga extrema nos canais de suporte. Busque apoio em Associações e Sindicatos da categoria.



## Empreendedores Domésticos

**Cozinhas, Oficinas, Escritórios:** Quando sua casa é sua empresa, você é o gestor do risco. Participe de coletivos (como os do ICOOPS) para trocar experiências sobre segurança.

# Checklist de Segurança: O Meu Trabalho, O Meu Espaço

Conheça os pontos de atenção essenciais para garantir sua segurança em diferentes ambientes de trabalho:

## Nas Ruas (Entregadores e Motoristas)

- **Manutenção:** Pneus, freios e luzes estão em dia?
- **Fadiga:** Já descansou o suficiente? O sono é o maior vilão nas vias.
- **Hidratação:** Tem água e fez pausas para alimentação?
- **EPI:** O capacete está na validade e o vestuário é visível?

## Em Casa (Cozinhas, Oficinas e Home Office)

- **Elétrica e Gás:** Tomadas estão sobrecarregadas? A válvula do gás está na validade?
- **Organização:** O chão está livre de fios, óleo ou objetos que causem quedas?
- **Ventilação:** O local possui circulação de ar adequada para vapores ou fumaça?
- **Ergonomia:** Sua cadeira e monitor estão ajustados para evitar lesões na coluna?

# Onde Procurar Orientação ou Ajuda?

Se você sofreu um acidente ou percebe riscos graves, não fique em silêncio. Estes são os canais de apoio disponíveis:



## CEREST

Centro de Referência em Saúde do Trabalhador: Unidades do SUS para prevenção e diagnóstico de doenças do trabalho.



## Ministério do Trabalho

Canal para denúncias e fiscalização de condições de trabalho inadequadas.



## Sindicatos da Categoria

Suporte jurídico e técnico especializado para trabalhadores de todas as áreas.



## ICOOPS (Programa Incluir)

Em nossas rodas de conversa, oferecemos orientação sobre como empreender com foco na saúde integral e na redução de danos sociais.

## "Trabalho Seguro é Direito Social"

No Abril Verde, nossa meta é que todo trabalhador ou trabalhadora retornem para sua família com saúde, integridade e dignidade.

**icoops**



Cooperação que fortalece pessoas!



[www.icoops.org.br](http://www.icoops.org.br)