

Brasil - 10 de setembro de 2009

O que fazer se eu apresentar sintomas de gripe?

Com a pandemia da gripe A instalada, o diagnóstico de gripe passou a ser clínico e por isso somente são feitos exames laboratoriais confirmativos para gripe A nos casos que apresentem complicação. As medidas iniciais serão iguais para a gripe sazonal e gripe A.

Caso você apresente febre e tosse ou dor de garganta, coriza, acompanhadas ou não de dores de cabeça, musculares e nas articulações, siga as orientações abaixo.

1 - Ocorrendo as condições descritas acima, não venha trabalhar. Procure imediatamente assistência médica e lembre-se de pegar o atestado.

O Ministério da Saúde, através de protocolo, determinou que o

afastamento deverá ser de 7 dias a partir do dia do aparecimento dos sintomas, mesmo que não haja qualquer complicação.

2 - **Na Bahia** o atendimento inicial deve ser no hospital São Rafael ou Aliança, a depender da sua opção de plano de saúde, ou qualquer outro hospital ou clínica que tenha atendimento de urgência. Em **São Paulo**, usar os hospitais da rede credenciada.

3 - Em seguida informe à DIMET, ligando para 71 3634-9224. Se estiver fora do horário administrativo ligue para o celular 71 9965-6067 (Dra. Márcia).

4 - O Tratamento inicial é sintomático, isto é, o médico irá tratar os sintomas.

5 - Além disso, você deve se



hidratar bastante com água, chás, sucos e água de coco.

6 - Deve também ficar em casa. Não ir a shopping, cinema ou visitar amigos.

7 - Se recomendado pelo médico, fazer uso de máscara.

8 - Lave as mãos várias vezes ao dia, proteja a boca ou o nariz com lenços descartáveis ao tossir ou espirrar e não compartilhe copos, talheres, toalhas e objetos de uso pessoal.

9 - Caso passe a apresentar dificuldade respiratória, retorne imediatamente ao hospital. A complicação mais freqüente da gripe A é a Doença Respiratória Aguda Grave - DRAG, que necessita de tratamento imediato, com internação.

Como posso prevenir a Influenza A?



Lave as mãos com água e sabão várias vezes ao dia.



Cubra a boca e o nariz com lenço descartável quando tossir ou espirrar. Lave suas mãos com sabão imediatamente após o espirro ou tosse e tenha sempre lenços descartáveis à mão.



Evite tocar nos olhos, nariz e boca.



Evite contato próximo com pessoas doentes.



Não compartilhe alimentos, copos, talheres, toalhas e objetos de uso pessoal.

Monitoramento contribui para manter ambiente da fábrica saudável



Começa nesta segunda-feira, dia 14, o monitoramento de agentes ambientais na área industrial, que faz parte do Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA) da fábrica. A previsão é de que o trabalho se estenda por dois meses, quando serão coletadas mais de 150 amostras de agentes químicos e físicos nos vários espaços freqüentados pelos empregados. Entre os agentes físicos estão os níveis de ruído e calor, enquanto os agentes químicos envolvem, por exemplo, ácido sulfúrico, poeira de TiO₂ e poeira de ilmenita.

As amostras serão coletadas por aparelhos acoplados ao uni-

forme de grupos de empregados que representam os diversos ambientes e rotinas da fábrica (grupos similares de exposição). O monitoramento é feito todos os anos com o objetivo de medir a concentração ou a intensidade dos agentes a que as pessoas estão expostas durante a jornada na planta. Esses dados orientam a empresa em relação às ações, coletivas ou individuais, que devam ser tomadas para preservar a saúde dos empregados, bem como fornecem as informações necessárias para que a DIMET prepare o PCMSO (Plano de Controle Médico de Saúde Ocupacional) para os diferentes grupos similares de exposição.

XXX SIPAT destaca o papel de cada um na Segurança

Com o tema “Na Corrente da Segurança, o Elo Mais Importante é Você!”, acontece de 21 a 25 de setembro a XXX SIPAT da planta da Bahia. Serão cinco dias dedicados à reciclagem de informações sobre segurança, saúde, meio ambiente e bem estar, reforçando a atenção de todos para a prevenção de acidentes e doenças ocupacionais.

A abertura acontece às 9h do dia 21, no Auditório Arembepe. Como já é tradição, um dos pontos altos será o Game CIPA, no qual empregados e contratados participarão de um concurso educativo em que mostrarão seus conhecimentos sobre as Normas Críticas para a Vida e a NR5 (norma que regula a atuação da CIPA).

Haverá também peça teatral sobre “Segurança no Trabalho – Prevenção de Incidentes e Desvios”, premiação dos empregados escolhidos no 1º



semestre como “Perfil SSMA” e palestras sobre temas diversos: DST, gripe A, como prevenir e cuidar das dores na coluna, bem estar / hipertensão, proteção respiratória, primeiros socorros, glaucoma, alimentação saudável e saúde bucal.

Uma novidade deste ano será a lojinha da SIPAT, na qual os empregados e contratados poderão “comprar” brindes alusivos ao evento. Cada “compra” efetuada dará direito

a um cupom para o grande sorteio no final do evento.

Haverá arrecadação de roupas e calçados em bom estado de conservação, livros e brinquedos. Essas doações também darão direito a cupons para o sorteio final.

As camisas da XXX SIPAT serão trocadas, como nos anos anteriores, por leite em pó.

A CIPA e a DIMET farão distribuição de preservativos e o SESI trará para a fábrica o projeto “Caminhada de Saúde”, no qual representantes da instituição farão exames como medição de pressão e IMA (Índice de Massa Corpórea) para compor o trabalho de pesquisa do SESI sobre o perfil do trabalhador da indústria baiana.

Participe da XXX SIPAT! Ela foi organizada com muito carinho especialmente para você!

