

PCMSO

Programa de Controle Médico de
Saúde Ocupacional



Centro Ecumênico de Publicações Estudos Fr Tito A Lima
(Recanto Colonia Veneza I)

Início da vigência: 06/2023
Fim da vigência: 06/2024



INÍCIO DA VALIDADE: 02/06/2023

REVISAR ATÉ: 02/06/2024

Empregador:	Centro Ecumênico de Publicações Estudos Fr Tito A Lima (Recanto Colonia Veneza I) (Grau de Risco: 1)		
Endereço:	Avenida Darcy Fonseca, nº 181, Bairro Dos Prados, Peruíbe, São Paulo, 11750-000		
CNPJ:	55.074.439/0002-31	Telefone:	Não informado
CNAE:	(8800-6/00) Serviços de assistência social sem alojamento		

Autor:	Dr. Elói José Ferrero	CRM:	SP 58450
Resp. PCMSO:	Dr. Elói José Ferrero	CRM:	SP 58450

SUMÁRIO

01 – INTRODUÇÃO

02 – OBJETIVOS E DIRETRIZES

03 – RESPONSABILIDADES

3.1 - COMPETE AO EMPREGADOR

3.2 - COMPETE AO TRABALHADOR

3.3 - COMPETE AO MÉDICO DO TRABALHO

3.4 - COMPETE AO MÉDICO EXAMINADOR

04 – DESENVOLVIMENTOS DAS AÇÕES DO PCMSO

4.1 - COMPETE AO MÉDICO EXAMINADOR

4.2 - EXAME CLÍNICO

4.3 - EXAME MÉDICO ADMISSIONAL

4.4 - EXAME MÉDICO PERIÓDICO

4.5 - EXAME MÉDICO DE RETORNO AO TRABALHO

4.6 - EXAME MÉDICO PARA MUDANÇA DE FUNÇÃO

4.7 - EXAME MÉDICO DEMISSÃO

4.8 - INDICADOR BIOLÓGICO

4.8.1 - EXAMES MÉDICOS E PARÂMETROS/CRITÉRIOS DE INVESTIGAÇÃO PARA CONTROLE BIOLÓGICO DA EXPOSIÇÃO AOS RISCOS, QUANDO EXISTENTES E IDENTIFICADOS NOS LOCAIS DE TRABALHO.

05 – AÇÕES DE SAÚDE

5.1 - TREINAMENTOS

06 – EMISSÃO DE ASO

6.1 - PRONTUÁRIO CLÍNICO INDIVIDUAL

07 – PLANILHA DE EXAMES COMPLEMENTARES



PCMSO - Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional
AV PADRE ANCHIETA, 5100 Bairro: JARDIM IMPERADOR - PERUÍBE - SP
CEP: 11.750-000 – CNPJ: 44.345.705/0001-16
E-mail: onesppperuibe@onesp.com.br / Telefone: (13) 3013-3629

08 – MATERIAIS DE PRIMEIROS SOCORROS

09 – AVALIAÇÕES MÉDICAS E EXAMES REALIZADOS

9.1 - METODOLOGIA

10 – LISTA DE PROFISSIONAIS ENVOLVIDOS

11 – RELAÇÕES DAS FUNÇÕES POR SETOR/DESCRIÇÃO ATIVIDADES/ RISCOS OCUPACIONAIS/ EXAMES COMPLEMENTARES

12 – CONSIDERAÇÕES FINAIS

13 - ENCERRAMENTO

RISCOS BIOLÓGICOS COVID-19

11 - RELAÇÕES DAS FUNÇÕES POR SETOR/ DESCRIÇÃO ATIVIDADES/ RISCOS OCUPACIONAIS/ EXAMES COMPLEMENTARES

01 - INTRODUÇÃO

O presente documento denominado Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional, é elaborado visando atender a Norma Regulamentadora nº 7 – NR-7, aprovada pela Portaria do Ministério do Trabalho e Emprego nº 3.214 de 08 de junho de 1.978, cujo texto foi aprovado pela Portaria nº 24 de 29 de dezembro de 1994 e alterada pelas Portarias nº 08 de 08 de maio de 1996 e nº 19 de 09 de abril de 1998, todas elaboradas pela Secretaria de Segurança do Trabalho, que trata da obrigatoriedade por parte de todos os empregadores e instituições que admitam trabalhadores como empregados, a elaboração e implementação de desenvolvimento e manutenção do PCMSO, com a finalidade de promoção e preservação da saúde do conjunto dos seus trabalhadores.

A Saúde Ocupacional consiste na saúde e segurança incidentes sobre o indivíduo e na coletividade de trabalhadores, privilegiando o instrumento clínico-epidemiológico na abordagem da relação entre a saúde e o trabalho.

02 – OBJETIVOS E DIRETRIZES

O Programa objetiva diagnosticar e prevenir os agravos à saúde dos trabalhadores, a constatação de casos de doenças ou de danos à saúde relacionados à exposição aos riscos do ambiente de trabalho ou inerentes as suas atividades encontradas no PGR. Objetiva também, ações educativas em saúde ocupacional, orientando os trabalhadores em termos de saúde para que possam entender os riscos e se protegerem.

Ainda, fornecer a empresa um documento base sobre quais são as diretrizes, quais são os caminhos que a empresa tem que seguir para avaliar a saúde dos trabalhadores principalmente àqueles expostos aos riscos apontados no PPRA executado na empresa.

03 - RESPONSABILIDADES

3.1 - COMPETE AO EMPREGADOR

- Garantir a elaboração e a efetiva implementação do PCMSO, bem como zelar pela sua eficácia;
- Custear sem ônus para o empregado todos os procedimentos relativos ao PCMSO;
- Elaborar e atualizar anualmente, O PCMSO obedecendo um planejamento em que estejam previstas as ações de Saúde a serem executadas durante o ano, devendo estas serem objeto de Relatório Anual (Anexo 2);
- Realizar os exames médicos previstos no PCMSO ou indicar, formalmente, profissional médico do trabalho para sua execução;
- Indicar profissionais e/ou entidades devidamente capacitados, para a realização dos exames complementares previstos no PCMSO;
- Em casos de acidentes de trabalho e emergências, os funcionários deverão ser encaminhados obrigatoriamente a uma Unidade de pronto atendimento ou de Urgência/Emergência mais próximo do local e, após o primeiro atendimento deverá ser encaminhado ao serviço de medicina do trabalho os casos de acidente de trabalho, tanto de mal súbito. Demais rotinas ou protocolos de atendimento para esses casos como abertura de CAT deverão estar contidos no procedimento de emergência existente na empresa com pleno conhecimento de todos os colaboradores.
- As empresas que tenham trabalhadores na área da saúde, em trabalhos internos/externos expostos a riscos biológicos devem ser atentar e solicitar antes da admissão e periodicamente a caderneta de vacinação. É de extrema importância que esses trabalhadores estejam vacinados contra hepatite A, B e C, Tétano, Varicela, Influenza, Sarampo, Rubéola, Caxumba e as que fizerem necessárias

3.2 – COMPETE AO TRABALHADOR

- Atender a todas as etapas obrigatórias dos exames ocupacionais;
- Colaborar com a execução do PCMSO;
- Submeter-se a realização dos exames médicos previstos no PCMSO e solicitados pelo médico;
- Cumprir as orientações médicas decorrentes da avaliação de sua saúde;
- Usar corretamente o Equipamento de Segurança Individual – EPI fornecido pela empresa.

3.3 – COMPETE AO MÉDICO DO TRABALHO

- Realizar os exames médicos previstos na NR-7, ou encarregar os mesmos a profissional médico familiarizado com os princípios da patologia ocupacional e suas causas, bem como com o ambiente, condições de trabalho e os riscos a que está ou será exposto cada trabalhador a ser examinado.
- Encarregar dos exames complementares previstos profissionais e/ou entidades devidamente capacitados, equipados e qualificados.

3.4 - COMPETE AO MÉDICO EXAMINADOR

- Examinar o trabalhador e registrar em prontuário próprio a anamnese realizada;
- Dar ciência ao trabalhador sobre o resultado do exame e orientá-lo;
- Comunicar ao Médico Coordenador os casos de doença ocupacionais;
- Emitir o Atestado de Saúde Ocupacional – ASO.

04 - DESENVOLVIMENTO DO PCMSO

- O PCMSO deve conter ações de promoção de Saúde Ocupacional;
- O PCMSO deve conter ações de prevenção e detecção precoce de agravos à saúde relacionados ao trabalho;
- O PCMSO deve incluir a realização obrigatória dos seguintes exames médicos:

- A) Admissional
- B) Periódico
- C) Retorno ao trabalho
- D) Mudança de função
- E) Demissional

4.1 - COMPETE AO MÉDICO EXAMINADOR

Conforme item 3 os exames de que trata o item 6.4 da NR-7 e item 4 das letras “a” até “e” deste documento base do PCMSO compreendem:

- Avaliação clínica abrangendo anamnese ocupacional e exame físico e mental;
- Exames complementares, realizados de acordo com os termos específicos nesta NR e seus anexos;

4.2 – EXAME CLÍNICO

O exame clínico consistirá em anamnese ocupacional, exame físico, mental avaliando-se estado clínico de cada candidato, assim como indicação de riscos específicos à cada setor de trabalho e Acuidade Visual, e ainda confirmar antecedentes ocupacionais, principalmente a ocorrência de acidentes ou doenças, além de afastamentos, bem como, investigar os hábitos e estilos vida do trabalhador

4.3 – EXAME MÉDICO ADMISSIONAL

Realizado antes que o trabalhador assumira suas atividades, constituído de avaliação ocupacional, podendo ser acompanhado de exames complementares a critério do Médico Coordenador, conforme os riscos inerentes à função a ser exercida na empresa.

4.4 – EXAME MÉDICO PERIÓDICO

Realizado para avaliar o estado de saúde do empregado, identificar precocemente patologias ocupacionais ou não, e promover orientação aos trabalhadores de acordo com os tempos mínimos abaixo discriminados:

a) para trabalhadores expostos a riscos ou situações de trabalho que impliquem no desencadeamento ou agravamento de doença ocupacional, ou ainda, para aqueles que sejam portadores de doenças crônicas, os exames devem ser repetidos anualmente ou com intervalos menores, a critério do Médico Coordenador, ou se notificado pelo médico agente de inspeção do trabalho, ou ainda, como resultado de negociação coletiva de trabalho.

b) Para os demais trabalhadores:

b.1) anualmente, quando menores de 18 (dezoito) anos e maiores de 45 (quarenta e cinco) anos de idade;

b.2) a cada dois anos, para os trabalhadores entre 18 (dezoito) e 45 (quarenta e cinco) anos de idade.

4.5 – EXAME MÉDICO DE RETORNO AO TRABALHO

Deverá ser realizado obrigatoriamente no primeiro dia de volta ao trabalho de trabalhador ausente por período igual ou superior a 30 (trinta) dias por motivo de doença acidente, de natureza ocupacional ou não, ou parto. Visa o exame avaliar se o trabalhador está apto ao retorno ao trabalho se não houve qualquer alteração na sua saúde durante o período de afastamento.

4.6 – EXAME MÉDICO PARA MUDANÇA DE FUNÇÃO

Realizado obrigatoriamente antes da mudança da data da função.

Entende-se por mudança de função toda e qualquer alteração de atividade, posto de trabalho ou de setor e que implique na exposição de risco diferente daquele a que estava exposto antes da mudança.

4.7 – EXAME MÉDICO DEMISSSIONAL

Será obrigatoriamente realizado até a data de homologação, desde que o último exame médico ocupacional tenha sido realizado a mais de 135 (cento e trinta e cinco) dias para empresas de Risco 1 e 2.

a) Visa avaliar o estado de saúde do demissionário, observando se não foi adquirida uma doença profissional e determinar se o mesmo está apto para a demissão.

b) Detectar alterações de saúde que, embora não relacionadas com o trabalho e não motivadoras de inaptidão, necessitem de tratamento médico especializado ou término do mesmo antes da demissão.

Os exames médicos acima descritos compreendem:

- Avaliação clínica, abrangendo anamnese ocupacional e exame físico e mental;
- Exames complementares, realizados com os termos específicos na NR-7 e seus Anexos.

4.8 – INDICADOR BIOLÓGICO

Se for constatado agravamento ou ocorrência de doenças profissionais através dos exames médicos ou observar alterações que revelem qualquer disfunção ou sistema biológico, cabe ao médico-coordenador ou encarregado:

- a) Solicitar à empresa a emissão da Comunicação de Acidente do Trabalho – CAT;
- b) Indicar, quando necessário, afastamento do trabalhador da exposição ao risco ou do trabalho;
- c) Encaminhar o trabalhador à Previdência Social para estabelecimento do nexos causal, avaliação de incapacidade e definição da conduta previdenciária em relação ao trabalho;
- d) Orientar o empregador quanto à necessidade de medidas de controle no ambiente de trabalho.

4.8.1 - EXAMES MÉDICOS E PARÂMETROS/CRITÉRIOS DE INVESTIGAÇÃO PARA CONTROLE BIOLÓGICO DA EXPOSIÇÃO AOS RISCOS, QUANDO EXISTENTES E IDENTIFICADOS NOS LOCAIS DE TRABALHO.

a) RUÍDO

Exames Audiometrias

Serão realizados exames de audiometria no exame admissional, seis meses após anualmente, nos exames periódicos e por ocasião da demissão, em conformidade com o Anexo I do Quadro II da NR-7 (diretrizes e parâmetros mínimos para Avaliação e Elevados). As audiometrias alteradas não serão critério para inaptidão, mas deverão ser investigadas, do ponto de vista ocupacional e clínico, para a investigação etiológica e prevenção. Esta investigação será realizada pelo médico do trabalho ou por médico especialista otorrinolaringologista.

b) CALOR

Exame Ocupacionais

Nos periódicos anuais será realizada avaliação de controle ponderal e de pressão arterial. Nos exames admissionais e periódicos anuais deve-se dar atenção especial aos sinais de arritmias cardíacas, isquemias coronarianas, insuficiência cardíaca e valvulopatias no exame cardiovascular, de sinais de disritmias cerebrais e sinais de comprometimento dos pares nervosos cranianos e periféricos no exame neurológico, de edema e desequilíbrio hidroeletrólítico no exame da função renal e da presença de dermatoses ao exame dermatológico. Os trabalhadores com patologias clínicas não controladas deverão ter o controle clínico de sua doença antes de assumir as atividades laborativas. Os trabalhadores com patologias descompensadas serão considerados inaptos ao trabalho até o controle da doença.

c) RADIAÇÕES IONIZANTES E NÃO IONIZANTES

Exame Ocupacionais

Na ocasião dos exames admissionais e dos periódicos anuais serão realizados controle clínico de acuidade visual e atenção especial a neoplasias e dermatoses. Na suspeita de lesão dermatológica ou de hematologia relacionada ao trabalho, deve-se proceder a investigação com encaminhamento ao especialista médico dermatologista e análise da lesão da pele. E investigação com a segurança do trabalho.

d) UMIDADE

Exames Ocupacionais

Serão realizados nos exames admissionais controle clínico pulmonar e dermatológico e nos exames periódicos anuais dar atenção ao aparelho respiratório e cutâneo. Durante o tratamento o trabalhador será afastado deste posto de trabalho e no retorno deve se avaliar e tentar eliminar o risco. Deve se investigar o posto de trabalho com a segurança do trabalho.

e) AGENTES QUÍMICOS

Exames Ocupacionais

Serão realizados exames de espirometria admissionais e periódicos se necessários. Além do controle clínico neurológico, hepatológico e respiratório. Se ocorrerem alterações nas avaliações clínica e/ou laboratorial estas serão investigadas conforme os parâmetros clínico-epidemiológicos em conjunto com a segurança do trabalho. Este trabalhador será afastado das atividades durante a investigação e no retorno será avaliada a sua capacidade para o trabalho nesta e em outras atividades.

f) AGENTES BIOLÓGICOS

Exames Ocupacionais

Serão realizados exames laboratoriais admissionais e periódicos com avaliação clínica voltada para os sinais e sintomas de patologias infecto contagiosas. Na presença destes sinais e sintomas será feita avaliação ocupacional e clínica e também a investigação com a segurança do trabalho. Esse trabalhador deverá ser avaliado para a aptidão ou não ao trabalho durante e após o tratamento.

g) AGENTES ERGONÔMICOS

Exames Ocupacionais

Nos exames admissionais e periódicos anuais devem se observar os sinais e sintomas precoces das patologias do sistema ortopédico. Na suspeita de patologia ortopédica relacionada ao trabalho deve se proceder à investigação clínico ocupacional e também à avaliação do posto do trabalho e das condições de trabalho com a segurança do trabalho. Durante o tratamento deste trabalhador deve se afastar das atividades laborativas e no retorno deve-se estudar uma proposta de trabalho sem os riscos ergonômicos

h) TRABALHO EM ALTURA (NR 35)

Exames ocupacionais

Nas atividades com necessidade de trabalhos acima de 2 metros do solo, somente poderão ser liberados ao trabalho, nestes locais os trabalhadores devidamente qualificados e treinados para o TRABALHO EM ALTURA e com ASO – Atestado de saúde Ocupacional de APTO para trabalho em altura, contendo os seguintes procedimentos:

- Avaliação Cardio respiratória através de exame clínico;
- Avaliação Psicossocial conforme NR-35;
- Avaliação de Audiometria;
- Avaliação alterações níveis de glicose, através de exame de Glicemia em jejum;
- Avaliação alterações de hematologia, através do exame Hemograma Completo;
- Avaliação cardíaca, através do exame de ECG (eletrocardiograma);
- Avaliação Neurofisiológica, através do exame EEG (Eletroencefalograma);
- Avaliação da Acuidade Visual.

Na suspeita de patologias que possam comprometer o trabalhador na atividade em altura deve-se proceder à investigação clínico-ocupacional impedindo, de imediato, este trabalhador para estas atividades, até a definição de diagnóstico. Durante esta investigação este trabalhador deve retornar às atividades laborativas sem a exposição ao trabalho em altura.

i) ESPAÇO CONFINADO

Exames Ocupacionais

Nas atividades com necessidade de trabalhos em ambientes com deficiência de oxigenação em conformidade com a Norma regulamentadora 33 do ministério do Trabalho e Emprego, somente poderão ser liberados ao trabalho, nestes locais, os trabalhadores devidamente qualificados e treinados para ESPAÇO CONFINADO e com ASO – Atestado de Saúde ocupacional de APTO para trabalho em Espaço Confinado, contendo os seguintes procedimentos:

- Avaliação Cardio respiratória através do exame clínico; do exame de Raios X Tórax PA, e do exame de Espirometria;
- Avaliação Psicossocial conforme NR-35;
- Avaliação Audiometria;
- Avaliação alterações níveis de glicose, através de exame de Glicemia em jejum;
- Avaliação alterações de hematologia, através do exame Hemograma Completo;
- Avaliação cardíaca, através do exame de ECG (eletrocardiograma);
- Avaliação Neurofisiológica, através do exame EEG (Eletroencefalograma);
- Avaliação da Acuidade Visual.

05 - AÇÕES DE SAÚDE

5.1 - TREINAMENTOS

Os Treinamentos, palestras e Campanhas, são ações que visam dar um novo enfoque a estas supostas realidades criadas por pensamentos sem perspectivas de progresso. As ações propostas, foram determinadas pela Política da empresa existente em suas atividades. As ações de saúde básica são:

- Treinamentos de Prevenção de Acidentes e Emergências;
- Treinamento de EPI;
- Doenças silenciosas Diabetes/ hipertensão arterial;
- Tratamento/Combate: Tabagismo/Alcoolismo.

06 - EMISSÃO DE ASO

Para cada exame médico realizado, o médico emitirá o ASO em três vias.

A primeira via é arquivada no local de trabalho do trabalhador e à disposição da fiscalização do trabalho, e a segunda via será entregue ao trabalhador mediante recibo na primeira via e a terceira na clínica prestadora do serviço.

O ASO deverá conter no mínimo:

- Nome completo do trabalhador, o número de registro de sua identidade e sua função;
- Os riscos ocupacionais existentes, ou na ausência deles na atividade do empregado conforme Normas Técnicas expedidas pela Secretaria e Segurança no Trabalho – SST;
- Indicação dos procedimentos médicos a que foi submetido o trabalhador, incluindo os exames complementares e a data em que foram realizados;
- O nome do médico coordenador, quando houver, com respectivo CRM;
- Definição de apto, ou inapto, ou apto com restrições para a função específica que o trabalhador vai exercer, exerce ou exerceu;
- Nome do médico encarregado do exame e endereço ou forma de contato;
- Data e assinatura do médico encarregado do exame e carimbo contendo seu número no Conselho Regional de Medicina;
- Quando o local de trabalho do empregado for fisicamente diferente do local onde é mantida a sua documentação funcional a empresa deverá manter 01cópia do ASO no local de trabalho a disposição da fiscalização.

6.1 – Prontuário Clínico Individual

Os dados obtidos nos exames médicos, incluindo avaliação clínica e exames complementares, as conclusões e medidas aplicadas deverão ser registrados em prontuário clínico individual, que ficará sob a responsabilidade do médico coordenador do PCMSO.

Os registros acima deverão ser mantidos por período mínimo de 20 (vinte) anos após o desligamento do trabalhador.

Havendo substituição do médico responsável pelos exames descritos, os arquivos deverão ser transferidos para o seu sucessor.

07 - PLANILHA DE EXAMES COMPLEMENTARES

Tem por objetivo avaliar a exposição ocupacional de cada trabalhador identificando os riscos ocupacionais decorrentes dos processos ou métodos de trabalho, identificação das funções, trabalhadores expostos, descrevendo os exames e a periodicidade dos exames, considerando grupo homogêneo de riscos.

Os exames serão feitos em todos os funcionários, nas seguintes situações:

- Admissão
- Periódico
- Retorno ao Trabalho após período de afastamento
- Mudança de Função
- Demissão

Os exames médicos serão realizados, de acordo com a determinação do item 11- RELAÇÕES DAS FUNÇÕES POR SETOR/DESCRIÇÃO ATIVIDADES/RISCOS OCUPACIONAIS/EXAMES COMPLEMENTARES.

08 - MATERIAIS DE PRIMEIROS SOCORROS

De acordo com o item 7.5.1 da NR-7, todo estabelecimento deverá estar equipado com material necessário à prestação dos primeiros socorros, considerando-se a característica da atividade desenvolvida; manter esse material em local adequado e aos cuidados de pessoa treinada para esse fim.

Itens básicos que deverão compor a caixa de Primeiros Socorros da Empresa:

- água oxigenada;
- atadura crepe;
- bolsa para gelo e água quente;
- luvas descartáveis para procedimentos;
- algodão hidrófilo;
- gaze estéril;
- barra de sabão;
- esparadrapo;
- curativo adesivos tipo "band-aid";
- tesoura;
- álcool metílico medicinal;
- soro fisiológico;
- termômetro clínico para medir temperatura corporal.

09 - AVALIAÇÕES MÉDICAS E EXAMES REALIZADOS

As avaliações e os exames médicos foram realizados na clínica medica.

9.1 - METODOLOGIA

Estabelecidos os procedimentos a serem seguidos no PCMSO foram realizadas as avaliações médicas e os exames necessários. Para a atividade da avaliação foram considerados:

- Análise dos ambientes realizada nos setores e postos de trabalho e as atividades desenvolvidas;
- Coletados os dados obtidos pela identificação, reconhecimento e avaliação dos riscos ambientais a que estão expostos os trabalhadores, por setor e função conforme o levantamento realizado no Programa de Gerenciamento de Riscos Ambientais – PGR;
- Verificados os exames e avaliações médicas realizadas nos trabalhadores informados no PCMSO do ano anterior.

Baseado nesses levantamentos identificaram-se os procedimentos médicos necessários às ações de saúde e os exames clínicos e complementares indicados para um preciso monitoramento biológico da exposição à agente de risco ambiental, determinados pelo tipo de agente agressor ou efeito nocivo à saúde detectado.



PCMSO - Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional
AV PADRE ANCHIETA, 5100 Bairro: JARDIM IMPERADOR - PERUÍBE - SP
CEP: 11.750-000 – CNPJ: 44.345.705/0001-16
E-mail: onespperuibe@onesp.com.br / Telefone: (13) 3013-3629

10 - LISTA DE PROFISSIONAIS ENVOLVIDOS

Venho através desta, informar que os profissionais envolvidos listados abaixo estão autorizados e devidamente qualificados, assim como o pleno conhecimento dos procedimentos determinados neste DOCUMENTO DE PCMSO

MÉDICOS EXAMINADORES

Dr. Juan Mori Albornoz CRM 70400

EXAME CLINICO

ONESP Itanhaém CNPJ 73.712.200/0001-40

11 - RELAÇÕES DAS FUNÇÕES POR SETOR/ DESCRIÇÃO ATIVIDADES/ RISCOS OCUPACIONAIS/ EXAMES COMPLEMENTARES

AMBIENTES LEVANTADOS (3)

Abaixo estão listados todos os ambientes analisados durante a confecção deste documento onde os colaboradores desta empresa exercerão suas atividades.

■ ADMINISTRAÇÃO	
Descrição do Ambiente: A Administração está instalada em uma construção de alvenaria, de um pavimento, com piso cerâmico, forração do teto em lambris e as paredes são pintadas em cor clara, com uma janela de madeira e vidro, que pode ser aberta permitindo uma boa circulação de ar e, quando necessário, entrada de luz natural. Cada sala possui ventilador de teto e iluminação artificial para completar a iluminação natural.	
■ COZINHA	
Descrição do Ambiente: A cozinha está anexa ao refeitório. O piso é em cerâmica, com a parede revestida totalmente em cerâmica branca e teto em lambris pintado com verniz. Possui um fogão de alta pressão com coifas em cima no centro da cozinha. Possui janelas de vidro e madeira permitindo a iluminação natural do ambiente e com lâmpadas para completar a iluminação. Nas paredes estão instalados os balcões e as pias, com um forno elétrico ao fundo. Anexo à cozinha está o estoque com os alimentos e os armários para a guarda dos utensílios de cozinha, as geladeiras e uma câmara fria. Possui uma escada para acesso à outra parte do estoque acima deste espaço.	
■ MANUTENÇÃO	
Descrição do Ambiente: Atuam em todas as área, salas e áreas verdes do Instituto, conforme a necessidade das atividades.	

CARGO APRENDIZ - ESCRITÓRIO - CBO: 411005

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Executam serviços de apoio nas áreas de recursos humanos, administração, finanças e logística; atendem fornecedores e clientes, tratam de documentos variados, cumprindo todo o procedimento necessário referente aos mesmos.

CONTROLE MÉDICO - APRENDIZ - ESCRITÓRIO		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - APRENDIZ - ESCRITÓRIO	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, Desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO ASSISTENTE ADMINISTRATIVO - CBO: 411010

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Executam serviços de apoio nas áreas de recursos humanos, administração, finanças e logística; atendem fornecedores e clientes, tratam de documentos variados, cumprindo todo o procedimento necessário referente aos mesmos.

CONTROLE MÉDICO - ASSISTENTE ADMINISTRATIVO		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - ASSISTENTE ADMINISTRATIVO	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, Desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO ASSISTENTE SOCIAL - CBO: 251605

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Prestam serviços sociais orientando indivíduos, famílias, comunidade e instituições sobre direitos e deveres (normas, códigos e legislação), serviços e recursos sociais e programas de educação; planejam, coordenam e avaliam planos, programas e projetos sociais em diferentes áreas de atuação profissional (seguridade, educação, trabalho, jurídica, habitação e outras), atuando nas esferas pública e privada; orientam e monitoram ações em desenvolvimento relacionados à economia doméstica, nas áreas de habitação, vestuário e têxteis, desenvolvimento humano, economia familiar, educação do consumidor, alimentação e saúde; desempenham tarefas administrativas e articulam recursos financeiros disponíveis.

CONTROLE MÉDICO - ASSISTENTE SOCIAL

Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
--	--	---

*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.

RISCOS ERGONÔMICOS - ASSISTENTE SOCIAL

■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, Desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO AUXILIAR DE COZINHA - CBO: 513205

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Cozinha (Ambiente Principal)
Atividades:	Auxiliar na organização e supervisão dos serviços de cozinha, higienizar utensílios e ambiente da cozinha, auxiliar na elaboração de pré-preparo, preparo e a finalização de alimentos, observando métodos de cocção e padrões de qualidade dos alimentos.

CONTROLE MÉDICO - AUXILIAR DE COZINHA		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
PPF: Código(s) eSocial: 0974	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
VDRL Sífilis: Código(s) eSocial: 1123	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
COPROCULTURA: Código(s) eSocial: 0472	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Micológico de Unhas: Código(s) eSocial: 0475	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.

*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - AUXILIAR DE COZINHA	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Cortes 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Queda de mesmo nível 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	

■ Escorregão		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queimadura		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queda de Objeto		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		

RISCOS ERGONÔMICOS - AUXILIAR DE COZINHA

■ Luminosidade		eSocial 05.01.001
Exposição: Não Definida	Tolerância: 300 lux (lx)	Encontrado: 200 lux (lx)
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária		
Metodologia: Critério Quantitativo. Luxímetro Digital - HIGHMED - HM-832		
Danos a saúde: Os locais com níveis inadequados de iluminação podem causar sérios danos a saúde do colaborador, que são: fadiga visual, incidência de erros, queda no rendimento e acidentes.		
■ Postura em pé por longos períodos		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária de trabalho.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Dores musculares, dores lombares ou lombalgias.		

RISCOS FÍSICOS - AUXILIAR DE COZINHA

■ Calor		eSocial 02.01.014
Exposição: Não Definida	Tolerância: 38 grau Celsius (°C)	Encontrado: 24,86 grau Celsius (°C)
Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização da chapa para frituras.		
Metodologia: Critério Quantitativo. Termômetro de globo - HIGHMED - HMTGD-1800		
Danos a saúde: Desidratação, erupção da pele, câimbras, fadiga física, distúrbios psiconeuróticos, problemas cardiocirculatórios.		

RISCOS QUÍMICOS - AUXILIAR DE COZINHA

■ Produtos de Limpeza		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Água sanitária, detergentes, desinfetantes.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Irritação de pele, dermatites.		

CARGO AUXILIAR DE ESCRITÓRIO - CBO: 411005

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Executam serviços de apoio nas áreas de recursos humanos, administração, finanças e logística; atendem fornecedores e clientes, tratam de documentos variados, cumprindo todo o procedimento necessário referente aos mesmos.

CONTROLE MÉDICO - AUXILIAR DE ESCRITÓRIO		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - AUXILIAR DE ESCRITÓRIO	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, Desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO AUXILIAR DE LIMPEZA - CBO: 514320

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Manutenção (Ambiente Principal)
Atividades:	Executam serviços de limpeza em geral conservam vidros e fachadas, limpa e higieniza salas, quartos, recintos em geral, limpa e desinfeta, sanitários e ambientes externos.

CONTROLE MÉDICO - AUXILIAR DE LIMPEZA		
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
PPF: Código(s) eSocial: 0974	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.

*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - AUXILIAR DE LIMPEZA	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Queda de mesmo nível 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Circulação no ambiente de trabalho e/ou pisos molhados.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Quedas, escorregões, cortes, fraturas.	

RISCOS BIOLÓGICOS - AUXILIAR DE LIMPEZA	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Agentes biológicos infecciosos e infectocontagiosos (bactérias, vírus, protozoários, fungos, príons, parasitas e outros) 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Limpeza de sanitários.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Diarreia, da hepatite A, herpes, HPV etc.	

RISCOS ERGONÔMICOS - AUXILIAR DE LIMPEZA	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Postura em pé por longos períodos 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina de limpeza geral.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Ler/dor, dores na coluna, dores musculares.	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Atividades Envolvendo Movimento Repetitivo 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina de limpeza geral.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Ler/dor, dores na coluna, dores musculares.	

RISCOS QUÍMICOS - AUXILIAR DE LIMPEZA

■ Gases e Vapores

eSocial 05.01.001

Perigos, fontes e circunstâncias: Limpeza de ambiente, mobiliário e objetos.

Metodologia: Critério Qualitativo.

Danos a saúde: Irritação respiratória, irritação da pele, dermatites etc.

CARGO AUXILIAR DE MANUTENÇÃO - CBO: 514325

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Manutenção (Ambiente Principal)
Atividades:	Executam serviços de manutenção elétrica, mecânica, hidráulica, carpintaria e alvenaria, substituindo, trocando, limpando, reparando e instalando peças, componentes e equipamentos. Conservam vidros e fachadas, limpam recintos e acessórios e tratam de piscinas. Trabalham seguindo normas de segurança, higiene, qualidade e proteção ao meio ambiente.

CONTROLE MÉDICO - AUXILIAR DE MANUTENÇÃO		
ESPIROMETRIA: Código(s) eSocial: 0562	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Audiometria: Código(s) eSocial: 0281	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Acuidade Visual: Código(s) eSocial: 0296	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
GLICEMIA: Código(s) eSocial: 0658	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - AUXILIAR DE MANUTENÇÃO	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Cortes 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Execução de tarefas diárias.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Quedas, batidas contra, queimaduras, torções.	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Queda de mesmo nível 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Execução de tarefas diárias.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Quedas, batidas contra, queimaduras, torções.	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Escorregão 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Execução de tarefas diárias.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Quedas, batidas contra, queimaduras, torções.	

■ Queimadura	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Execução de tarefas diárias.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Quedas, batidas contra, queimaduras, torções.	
■ Queda de Objeto	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Execução de tarefas diárias.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Quedas, batidas contra, queimaduras, torções.	

RISCOS ERGONÔMICOS - AUXILIAR DE MANUTENÇÃO

■ Trabalho em posturas incômodas ou pouco confortáveis por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Postura incômoda por longos períodos.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Problemas principalmente na coluna cervical que é a mais atingida em casos de postura inadequada, além de outros problemas diversos como dores, etc.	

RISCOS FÍSICOS - AUXILIAR DE MANUTENÇÃO

■ Ruído	eSocial 02.01.001	
Exposição: Não Definida	Tolerância: 85 decibel (A) (dB(A))	Encontrado: 98,1 decibel (A) (dB(A))
Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização de esmerilhadeira.		
Metodologia: Critério Quantitativo. Decibelímetro		
Danos a saúde: Fadiga nervosa, alterações mentais, perda de memória, irritabilidade, dificuldade em coordenar idéias, hipertensão, modificação do ritmo respiratório, perturbações gastrointestinais, diminuição da visão noturna, dificuldade na percepção de cores. Além destas consequências o ruído atinge também o aparelho auditivo causando a perda temporário ou definitiva da audição.		

RISCOS QUÍMICOS - AUXILIAR DE MANUTENÇÃO

■ Gases e Vapores	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Manipulação de tintas e afins.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Irritação respiratória, irritação de pele.	

CARGO CHEFE DE COZINHA - CBO: 271105

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Cozinha (Ambiente Principal)
Atividades:	Criam e elaboram pratos e cardápios, atuando direta e indiretamente na preparação dos alimentos. Gerenciam brigada de cozinha e planejam as rotinas de trabalho. Podem gerenciar, ainda, os estoques e atuar na capacitação de funcionários.

CONTROLE MÉDICO - CHEFE DE COZINHA		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
PPF: Código(s) eSocial: 0974	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
VDRL Sífilis: Código(s) eSocial: 1123	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
COPROCULTURA: Código(s) eSocial: 0472	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Micológico de Unhas: Código(s) eSocial: 0475	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - CHEFE DE COZINHA	
■ Cortes	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	
■ Queda de mesmo nível	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	

■ Escorregão		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queimadura		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queda de Objeto		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		

RISCOS ERGONÔMICOS - CHEFE DE COZINHA

■ Luminosidade		eSocial 05.01.001
Exposição: Não Definida	Tolerância: 300 lux (lx)	Encontrado: 200 lux (lx)
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária		
Metodologia: Critério Quantitativo. Luxímetro Digital - HIGHMED - HM-832		
Danos a saúde: Os locais com níveis inadequados de iluminação podem causar sérios danos a saúde do colaborador, que são: fadiga visual, incidência de erros, queda no rendimento e acidentes.		
■ Postura em pé por longos períodos		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária de trabalho.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Dores musculares, dores lombares ou lombalgias.		

RISCOS FÍSICOS - CHEFE DE COZINHA

■ Calor		eSocial 02.01.014
Exposição: Não Definida	Tolerância: 38 grau Celsius (°C)	Encontrado: 24,86 grau Celsius (°C)
Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização da chapa para frituras.		
Metodologia: Critério Quantitativo. Termômetro de globo - HIGHMED - HMTGD-1800		
Danos a saúde: Desidratação, erupção da pele, câimbras, fadiga física, distúrbios psiconeuróticos, problemas cardiocirculatórios.		

RISCOS QUÍMICOS - CHEFE DE COZINHA

■ Produtos de Limpeza		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Água sanitária, detergentes, desinfetantes.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Irritação de pele, dermatites.		

CARGO CONFEITEIRO - CBO: 513205

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Cozinha (Ambiente Principal)
Atividades:	Organizam e supervisionam serviços de cozinha, planejando cardápios e elaborando o pré-preparo, o preparo e a finalização de alimentos, observando métodos de cocção e padrões de qualidade dos alimentos, limpeza de utensílios e ambiente.

CONTROLE MÉDICO - CONFEITEIRO		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
PPF: Código(s) eSocial: 0974	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
VDRL Sífilis: Código(s) eSocial: 1123	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
COPROCULTURA: Código(s) eSocial: 0472	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Micológico de Unhas: Código(s) eSocial: 0475	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - CONFEITEIRO	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Cortes 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Queda de mesmo nível 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	

■ Escorregão		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queimadura		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queda de Objeto		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		

RISCOS ERGONÔMICOS - CONFEITEIRO

■ Luminosidade		eSocial 05.01.001
Exposição: Não Definida	Tolerância: 300 lux (lx)	Encontrado: 200 lux (lx)
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária		
Metodologia: Critério Quantitativo. Luxímetro Digital - HIGHMED - HM-832		
Danos a saúde: Os locais com níveis inadequados de iluminação podem causar sérios danos a saúde do colaborador, que são: fadiga visual, incidência de erros, queda no rendimento e acidentes.		
■ Postura em pé por longos períodos		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária de trabalho.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Dores musculares, dores lombares ou lombalgias.		

RISCOS FÍSICOS - CONFEITEIRO

■ Calor		eSocial 02.01.014
Exposição: Não Definida	Tolerância: 38 grau Celsius (°C)	Encontrado: 24,86 grau Celsius (°C)
Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização da chapa para frituras.		
Metodologia: Critério Quantitativo. Termômetro de globo - HIGHMED - HMTGD-1800		
Danos a saúde: Desidratação, erupção da pele, câimbras, fadiga física, distúrbios psiconeuróticos, problemas cardiocirculatórios.		

RISCOS QUÍMICOS - CONFEITEIRO

■ Produtos de Limpeza		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Água sanitária, detergentes, desinfetantes.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Irritação de pele, dermatites.		

CARGO COORDENADOR PEDAGÓGICO - CBO: 334105

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Cuidam da segurança do aluno nas dependências e proximidades da escola e durante o transporte escolar. Inspeccionam o comportamento dos alunos no ambiente escolar e durante o transporte escolar. Orientam alunos sobre regras e procedimentos, regimento escolar, cumprimento de horários; ouvem reclamações e analisam fatos. Prestam apoio às atividades acadêmicas; controlam as atividades livres dos alunos, orientando entrada e saída de alunos, fiscalizando espaços de recreação, definindo limites nas atividades livres. Organizam ambiente escolar e providenciam manutenção predial.

CONTROLE MÉDICO - COORDENADOR PEDAGÓGICO		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - COORDENADOR PEDAGÓGICO	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO COZINHEIRO GERAL - CBO: 513205

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Cozinha (Ambiente Principal)
Atividades:	Organizam e supervisionam serviços de cozinha, planejando cardápios e elaborando o pré-preparo, o preparo e a finalização de alimentos, observando métodos de cocção e padrões de qualidade dos alimentos, limpeza de utensílios e ambiente.

CONTROLE MÉDICO - COZINHEIRO GERAL		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
PPF: Código(s) eSocial: 0974	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
VDRL Sífilis: Código(s) eSocial: 1123	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
COPROCULTURA: Código(s) eSocial: 0472	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Micológico de Unhas: Código(s) eSocial: 0475	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.

*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - COZINHEIRO GERAL	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Cortes 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	
<ul style="list-style-type: none"> ■ Queda de mesmo nível 	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.	

■ Escorregão		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queimadura		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		
■ Queda de Objeto		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Na execução de tarefas diversas, como corte de alimentos, retirada de preparos de fornos, frituras, circulação no ambiente.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Fraturas, queimaduras, torções.		

RISCOS ERGONÔMICOS - COZINHEIRO GERAL

■ Luminosidade		eSocial 05.01.001
Exposição: Não Definida	Tolerância: 300 lux (lx)	Encontrado: 200 lux (lx)
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária		
Metodologia: Critério Quantitativo. Luxímetro Digital - HIGHMED - HM-832		
Danos a saúde: Os locais com níveis inadequados de iluminação podem causar sérios danos a saúde do colaborador, que são: fadiga visual, incidência de erros, queda no rendimento e acidentes.		
■ Postura em pé por longos períodos		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária de trabalho.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Dores musculares, dores lombares ou lombalgias.		

RISCOS FÍSICOS - COZINHEIRO GERAL

■ Calor		eSocial 02.01.014
Exposição: Não Definida	Tolerância: 38 grau Celsius (°C)	Encontrado: 24,86 grau Celsius (°C)
Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização da chapa para frituras.		
Metodologia: Critério Quantitativo. Termômetro de globo - HIGHMED - HMTGD-1800		
Danos a saúde: Desidratação, erupção da pele, câimbras, fadiga física, distúrbios psiconeuróticos, problemas cardiocirculatórios.		

RISCOS QUÍMICOS - COZINHEIRO GERAL

■ Produtos de Limpeza		eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Água sanitária, detergentes, desinfetantes.		
Metodologia: Critério Qualitativo.		
Danos a saúde: Irritação de pele, dermatites.		

CARGO DIRETOR DE ESCOLA PRIVADA - CBO: 131305

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Planejam e avaliam atividades educacionais; coordenam atividades administrativas e pedagógicas; gerenciam recursos financeiros; participam do planejamento estratégico da instituição e interagem com a comunidade e com o setor público.

CONTROLE MÉDICO - DIRETOR DE ESCOLA PRIVADA		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - DIRETOR DE ESCOLA PRIVADA	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO EDUCADOR DE DANÇA - CBO: 262830

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Concebem e concretizam projeto cênico em dança, realizando montagens de obras coreográficas; executam apresentações públicas de dança e, para tanto, preparam o corpo, pesquisam movimentos, gestos, dança, e ensaiam coreografias. Podem ensinar dança.

CONTROLE MÉDICO - EDUCADOR DE DANÇA		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - EDUCADOR DE DANÇA	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO EDUCADOR MUSICAL - CBO: 333115

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Os profissionais dessa família ocupacional devem ser capazes de criar e planejar cursos livres, elaborar programas para empresas e clientes, definir materiais didáticos, ministrar aulas, avaliar alunos e sugerir mudanças estruturais em cursos.

CONTROLE MÉDICO - EDUCADOR MUSICAL		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - EDUCADOR MUSICAL	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO EDUCADOR SOCIAL - CBO: 331110

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Ensinam e cuidam de alunos na faixa de zero a seis anos; orientam a construção do conhecimento ; elaboram projetos pedagógicos; planejam ações didáticas e avaliam o desempenho dos alunos. Preparam material pedagógico; organizam o trabalho. No desenvolvimento das atividades, mobilizam um conjunto de capacidades comunicativas.

CONTROLE MÉDICO - EDUCADOR SOCIAL		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - EDUCADOR SOCIAL	
■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO ELETRICISTA - CBO: 715610

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Manutenção (Ambiente Principal)
Atividades:	Planejam serviços elétricos, realizam instalação de distribuição de alta e baixa tensão. Montam e reparam instalações elétricas e equipamentos auxiliares em residências, estabelecimentos industriais, comerciais e de serviços. Instalam e reparam equipamentos de iluminação de cenários ou palcos.

CONTROLE MÉDICO - ELETRICISTA		
GLICEMIA: Código(s) eSocial: 0658	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Audiometria: Código(s) eSocial: 0281	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
ECG: Código(s) eSocial: 0530	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Acuidade Visual: Código(s) eSocial: 0296	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
EEG: Código(s) eSocial: 0536	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 24 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - ELETRICISTA	
■ Eletricidade	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Manutenção elétrica.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Pode levar a sérios acidentes com queimaduras profundas, perdas de membros e até ao óbito do trabalhador.	

RISCOS ERGONÔMICOS - ELETRICISTA	
■ Trabalho em posturas incômodas ou pouco confortáveis por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Postura incômoda por longos períodos.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Problemas principalmente na coluna cervical que é a mais atingida em casos de postura inadequada, além de outros problemas diversos como dores, etc.	

RISCOS FÍSICOS - ELETRICISTA

■ Ruído

eSocial 02.01.001

Exposição: Não Definida

Tolerância: 85 decibel (A) (dB(A))

Encontrado: 98,1 decibel (A) (dB(A))

Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização de esmerilhadeira.

Metodologia: Critério Quantitativo. Decibelímetro

Danos a saúde: Fadiga nervosa, alterações mentais, perda de memória, irritabilidade, dificuldade em coordenar ideias, hipertensão, modificação do ritmo respiratório, perturbações gastrointestinais, diminuição da visão noturna, dificuldade na percepção de cores. Além destas consequências o ruído atinge também o aparelho auditivo causando a perda temporário ou definitiva da audição.

CARGO ENCARREGADO DE MANUTENÇÃO - CBO: 514325

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Manutenção (Ambiente Principal)
Atividades:	Executam serviços de manutenção elétrica, mecânica, hidráulica, carpintaria e alvenaria, substituindo, trocando, limpando, reparando e instalando peças, componentes e equipamentos. Conservam vidros e fachadas, limpam recintos e acessórios e tratam de piscinas. Trabalham seguindo normas de segurança, higiene, qualidade e proteção ao meio ambiente.

CONTROLE MÉDICO - ENCARREGADO DE MANUTENÇÃO

GLICEMIA: Código(s) eSocial: 0658	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
HEMOGRAMA (Completo c/ contagem de Plaquetas): Código(s) eSocial: 0693	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Audiometria: Código(s) eSocial: 0281	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
ECG: Código(s) eSocial: 0530	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Acuidade Visual: Código(s) eSocial: 0296	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
EEG: Código(s) eSocial: 0536	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 24 meses.

*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.

RISCOS ACIDENTES / MECÂNICOS - ENCARREGADO DE MANUTENÇÃO

■ Eletricidade	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Manutenção elétrica.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Pode levar a sérios acidentes com queimaduras profundas, perdas de membros e até ao óbito do trabalhador.	

RISCOS ERGONÔMICOS - ENCARREGADO DE MANUTENÇÃO

■ Trabalho em posturas incômodas ou pouco confortáveis por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Postura incômoda por longos períodos.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Problemas principalmente na coluna cervical que é a mais atingida em casos de postura inadequada, além de outros problemas diversos como dores, etc.	

RISCOS FÍSICOS - ENCARREGADO DE MANUTENÇÃO

■ Ruído

eSocial 02.01.001

Exposição: Não Definida

Tolerância: 85 decibel (A) (dB(A))

Encontrado: 98,1 decibel (A) (dB(A))

Perigos, fontes e circunstâncias: Utilização de esmerilhadeira.

Metodologia: Critério Quantitativo. Decibelímetro

Danos a saúde: Fadiga nervosa, alterações mentais, perda de memória, irritabilidade, dificuldade em coordenar ideias, hipertensão, modificação do ritmo respiratório, perturbações gastrointestinais, diminuição da visão noturna, dificuldade na percepção de cores. Além destas consequências o ruído atinge também o aparelho auditivo causando a perda temporário ou definitiva da audição.

CARGO PROFESSOR DE TERCEIRO SETOR - CBO: 331110

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Administração (Ambiente Principal)
Atividades:	Ensinam e cuidam de alunos na faixa de zero a seis anos; orientam a construção do conhecimento ; elaboram projetos pedagógicos; planejam ações didáticas e avaliam o desempenho dos alunos. Preparam material pedagógico; organizam o trabalho. No desenvolvimento das atividades, mobilizam um conjunto de capacidades comunicativas.

CONTROLE MÉDICO - PROFESSOR DE TERCEIRO SETOR

Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
--	--	---

*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.

RISCOS ERGONÔMICOS - PROFESSOR DE TERCEIRO SETOR

■ Postura sentada por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: N.A.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores no corpo, desvios da coluna, diabetes tipo 2, obesidade.	

CARGO VIGIA - CBO: 517420

Abaixo estão listados todos os dados técnicos, bem como os ambientes e os riscos ocupacionais aos quais os empregados deste cargo estão expostos.

Ambientes:	Manutenção (Ambiente Principal)
Atividades:	Fiscalizam a guarda do patrimônio exercem a observação de usuarios da entidade, estacionamentos. Percorrendo sistematicamente e inspecionando suas dependências, entrada de pessoas estranhas e outras anormalidades; controlam fluxo de pessoas, orientando e encaminhando-as para os lugares desejados.

CONTROLE MÉDICO - VIGIA		
Exame Clínico (ASO): Código(s) eSocial: 0295	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fazer no Admissional ✓ Fazer no Demissional ✓ Fazer no Retorno Ao Trabalho ✓ Fazer na Mudança de Risco/Cargo* ✓ Fazer no Periódico 	O periódico será feito a cada 12 meses.
*Nos casos de mudança de riscos ocupacionais ou cargo, deverão ser observados os exames indicados no quadro do novo cargo levando em consideração a diferença das exposições aos riscos comparados ao cargo atual. Em casos de dúvidas consulte o autor/Resp. PCMSO deste documento.		

RISCOS ERGONÔMICOS - VIGIA	
■ Postura em pé por longos períodos	eSocial 05.01.001
Perigos, fontes e circunstâncias: Rotina diária.	
Metodologia: Critério Qualitativo.	
Danos a saúde: Dores musculares, dores lombares ou lombalgias.	

12 - CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional faz parte de um conjunto de Normas Regulamentadoras do Ministério do Trabalho. Deve ser considerado de forma dinâmica, podendo e devendo ser atualizado sempre que houver alterações nas atividades envolvidas, ou ainda quando for detectado risco previamente não contemplado.

Para que seu efeito seja pleno é conveniente que não seja tratado ou executado isoladamente, e ser executado de maneira articulada com outras normas e em especial a NR-1 – PROGRAMA DE GERENCIAMENTO DE RISCO – PGR

13 - ENCERRAMENTO

Esse documento de PCMSO – Programa de Controle Médico em Saúde Ocupacional foi elaborado por mim Dr. Elói José Ferrero, Médico do trabalho, CREMESP 58.450, Tel: (13) 3013-3629; e-mail onespperuibe@onesp.com.br, estabelecido na Avenida Padre Anchieta, 5100 - Bairro Jardim Imperador - Peruíbe/SP - CEP: 11.750-000, formalizada através das assinaturas identificadas abaixo:

MÉDICO COORDENADOR DO PCMSO
DR ELÓI JOSÉ FERRERO
CRM 58450

RESPONSÁVEL PELA EMPRESA

RISCOS BIOLÓGICO COVID-19

Considerando a pandemia causada pelo novo coronavírus (SARS - CoV-2), causador da COVID-19, e visando a preservação da saúde dos trabalhadores e os impactos negativos trabalhistas decorrentes da ocorrência de infecções, orienta o Ministério da Economia - Secretaria Especial de Previdência e Trabalho Secretaria de Trabalho Subsecretaria de Inspeção do Trabalho, pelo OFÍCIO CIRCULAR SEI nº 1088/2020/ME, que as empresas adotem protocolos de ações que eliminem ou diminuam a possibilidade de contágio nos ambientes de trabalho, e pelo Ministério Público do Trabalho, através da Recomendação nº 2 – PGT/GT COVID-19, orienta a revisão dos Programas de Prevenção de Riscos Ambientais e o Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional, com registro do novo risco biológico SARV@CoV-2, e inserir nos Programas, capítulo específico sobre o Plano de contingência relativo as medidas a serem tomadas.

Deverão ser inseridos no plano de contingenciamento:

MEDIDAS DE CARÁTER GERAL NO TRABALHO

PRÁTICAS DE BOA HIGIENE E CONDUTA

1. Criar e divulgar protocolos para identificação e encaminhamento de trabalhadores com suspeita de contaminação pelo novo coronavírus antes de ingressar no ambiente de trabalho. O protocolo deve incluir o acompanhamento da sintomatologia dos trabalhadores no acesso e durante as atividades nas dependências das empresas;
2. Orientar todos trabalhadores sobre prevenção de contágio pelo coronavírus (COVID-19) e a forma correta de higienização das mãos e demais medidas de prevenção;
3. Instituir mecanismo e procedimentos para que os trabalhadores possam reportar aos empregadores se estiverem doentes ou experimentando sintomas;

CASOS DE COLABORADORES POSITIVADOS OU NÃO.

OBS: O regresso às atividades em caso de funcionários com teste positivo para COVID 19 deverá ocorrer após a quarentena - que via de regra são 14 dias de afastamento. É necessária uma consulta com o médico do Trabalho da empresa para avaliar as condições clínicas do colaborador no seu retorno à função. Já para casos de colaboradores afastados com teste negativo para COVID 19, o retorno à função ocorre ao término do atestado médico que o afastou.

4. Adotar procedimentos contínuos de higienização das mãos, com utilização de água e sabão em intervalos regulares. Caso não seja possível a lavagem das mãos, utilizar imediatamente sanitizante adequado para as mãos, como álcool 70%;
5. Evitar tocar a boca, o nariz e o rosto com as mãos;
6. Manter distância segura entre os trabalhadores, considerando as orientações do Ministério da Saúde e as características do ambiente de trabalho;
7. Emitir comunicações sobre evitar contatos muito próximos, como abraços, beijos e apertos de mão;
8. Adotar medidas para diminuir a intensidade e a duração do contato pessoal entre trabalhadores e entre esses e o público externo;
9. Priorizar agendamentos de horários para evitar a aglomeração e para distribuir o fluxo de pessoas;
10. Priorizar medidas para distribuir a força de trabalho ao longo do dia, evitando concentrá-la em um turno só;
11. Limpar e desinfetar os locais de trabalho e áreas comuns no intervalo entre turnos ou sempre que houver a designação de um trabalhador para ocupar o posto de trabalho de outro;
12. Reforçar a limpeza de sanitários e vestiários;
13. Adotar procedimentos para, na medida do possível, evitar tocar superfícies com alta frequência de contato, como botões de elevador, maçanetas, corrimãos etc;
14. Reforçar a limpeza de pontos de grande contato como corrimões, banheiros, maçanetas, terminais de pagamento, elevadores, mesas, cadeiras etc;

15. Privilegiar a ventilação natural nos locais de trabalho. No caso de aparelho de ar condicionado, evite recirculação de ar e verifique a adequação de suas manutenções preventivas e corretivas;

16. Promover teletrabalho ou trabalho remoto. Evitar deslocamentos de viagens e reuniões presenciais, utilizando recurso de áudio e/ou videoconferência;

PRÁTICAS QUANTO ÀS REFEIÇÕES

17. Os trabalhadores que preparam e servem as refeições devem utilizar máscara cirúrgica e luvas, com rigorosa higiene das mãos;

18. Proibir o compartilhamento de copos, pratos e talheres não higienizados, bem como qualquer outro utensílio de cozinha;

19. Limpar e desinfetar as superfícies das mesas após cada utilização;

20. Promover nos refeitórios maior espaçamento entre as pessoas na fila, orientando para que sejam evitadas conversas;

21. Espaçar as cadeiras para aumentar as distâncias interpessoais. Considerar aumentar o número de turnos em que as refeições são servidas, de modo a diminuir o número de pessoas no refeitório a cada momento;

PRÁTICAS REFERENTE A UTILIZAÇÃO DE VEÍCULOS NA EMPRESA

26. Manter a ventilação natural dentro dos veículos através da abertura das janelas. Quando for necessária a utilização do sistema de ar condicionado, deve-se evitar a recirculação do ar;

27. Desinfetar regularmente os assentos e demais superfícies do interior do veículo que são mais frequentemente tocadas pelos trabalhadores;

28. Os motoristas devem observar: a) a higienização do seu posto de trabalho, inclusive volantes e maçanetas do veículo; b) a utilização de álcool gel ou água e sabão para higienizar as mãos.

PRÁTICAS REFERENTES ÀS MÁSCARAS

29. A máscara de proteção respiratória só deve ser utilizada quando indicado seu uso. O uso indiscriminado de máscara, quando não indicado tecnicamente, pode causar a escassez do material e criar uma falsa sensação de segurança, que pode levar a negligenciar outras medidas de prevenção como a prática de higiene das mãos;

30. O uso incorreto da máscara pode prejudicar sua eficácia na redução de risco de transmissão. Sua forma de uso, manipulação e armazenamento devem seguir as recomendações do fabricante. Os trabalhadores devem ser orientados sobre o uso correto da máscara;

31. A máscara nunca deve ser compartilhada entre trabalhadores;

32. Pode-se considerar o uso de respiradores ou máscaras PFF2 ou N95, quando indicado seu uso, além do prazo de validade designado pelo fabricante ou sua reutilização para atendimento emergencial aos casos suspeitos ou confirmados da COVID-19, conforme NOTA TÉCNICA GVIMS/GGTES/ANVISA Nº 04/2020;

33. As empresas devem fornecer máscaras cirúrgicas à disposição de seus trabalhadores, caso haja necessidade;

PRÁTICAS REFERENTES AOS TRABALHADORES PERTENCENTES A GRUPO DE RISCO

34. Os trabalhadores pertencentes à grupo de risco (com mais de 60 anos ou com comorbidades de risco, de acordo com o Ministério da Saúde) devem ser objeto de atenção especial, priorizando sua permanência na própria residência em teletrabalho ou trabalho remoto;

35. Caso seja indispensável a presença na empresa de trabalhadores pertencentes à grupo de risco, deve ser priorizado trabalho interno, sem contato com clientes, em local reservado, arejado e higienizado ao fim de cada turno de trabalho. Neste contexto sugerimos um modelo de plano de contingência que poderá ser adotado, visando a melhoria das medidas preventivas efetuadas. Estas medidas deverão permanecer enquanto perdurar a Pandemia.

■ CRONOGRAMA DE AÇÕES - PCMSO												
	JUN 2023	JUL 2023	AGO 2023	SET 2023	OUT 2023	NOV 2023	DEZ 2023	JAN 2024	FEV 2024	MAR 2024	ABR 2024	MAI 2024
Elaboração de PCMSO	<input type="radio"/>											
Divulgação de PCMSO	<input type="radio"/>											
Realização de Atestados Ocupacionais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Realização de Exames Complementares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Caixa de Primeiros Socorros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ações/Campanhas/Treinamentos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>