

ESTUDO DE MEDIDAS QUE MINIMIZEM OS EFEITOS DA EXPOSIÇÃO SOLAR NOS CARTEIROS DA CIDADE DE ARACAJU, SERGIPE

Mayara Cruz Negreiros¹

RESUMO

A segurança do trabalho tem importância crescente nos dias atuais e, quando o trabalhador desenvolve suas atividades a céu aberto os cuidados são redobrados devido à exposição solar. Ademais, é sabido que os raios solares podem causar danos ao corpo humano, sendo o pior deles, câncer de pele (melanoma). E dentre os trabalhadores que laboram a céu aberto têm-se os carteiros, que desenvolvem um trabalho essencial para a sociedade, como a comunicação entre os seus usuários e entrega de mercadorias. Assim, o objetivo deste artigo foi analisar os danos que a exposição solar pode causar a saúde dos carteiros e apresentar recomendações que possam protegê-los, intensificando assim o cuidado com a saúde destes. Para isso, foram aplicados questionários aos carteiros para coleta de dados e análise. Em suma, os dados indicaram que os carteiros estão, em sua maioria, insatisfeitos com suas condições laborais. A fadiga e o desânimo causados pela exposição solar são fatores que interferem significativamente no desenvolvimento das atividades dos carteiros da agência entrevistada. Torna-se necessário uma maior atenção por parte dos Correios em relação às questões relacionadas à saúde e segurança do trabalho, visando evitar danos à saúde do trabalhador e prejuízos à empresa, como indenizações e/ou gastos com tratamentos médicos aos seus funcionários.

Palavras-chave: Correio. Exposição solar. Trabalho a céu aberto.

1. Engenheira de Materiais. Pós graduanda em Engenharia de Segurança do Trabalho - FANESE.
Email: mayaracruz14@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

A cada dia tornam-se mais discutíveis questões relacionadas à segurança no trabalho. Um dos temas bastante abordado é sobre trabalhadores que desenvolvem suas atividades laborais a céu aberto, estão expostos a diversos intempéries e muitas vezes atuam em condições insalubres. O calor é um dos principais transtornos enfrentados por estes trabalhadores e pode desencadear várias doenças, tais como: câncer de pele, insolação e desidratação (ZIMMER, 2014).

Para evitar condições insalubres e que possam provocar doenças ocupacionais foram criadas as normas regulamentadoras (NR) instituídas por empregadores, empregados e governo. Entre as normas existentes há uma exclusiva para trabalhos a céu aberto que ampara e auxilia trabalhadores nesta condição (DE MELO; KUTZKE, 2012).

A norma que rege o trabalho a céu aberto é relativamente nova e em determinados casos de eficácia insuficiente. Em algumas profissões já são tomadas medidas extras de proteção para evitar danos à saúde do trabalhador em relação à exposição aos raios solares, tais como: fornecimento de protetor solar, chapéus de abas largas, camisas de mangas compridas, calças, óculos escuros com e sem grau (COSTA et al., 2013).

Diante destes fatos, o presente trabalho pode ser justificado devido ser necessário à realização de estudos que demonstrem a importância dos efeitos preventivos, a fim de minimizar os danos à saúde do trabalhador em atividades em ambiente aberto, bem como, evitar prejuízos financeiros que podem incidir sobre a empresa, como gastos com indenizações e tratamentos médicos aos funcionários.

Assim, o presente artigo se propõe avaliar os efeitos da exposição solar na saúde dos trabalhadores que desenvolvem suas atividades laborais expostos ao Sol, analisado os carteiros da Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos (ECT), em Sergipe para que se possa avaliar os danos causados a saúde deste trabalhador e sugerir, medidas preventivas para protegê-lo e intensificar o cuidado a sua saúde.

2 REVISÃO DA LITERATURA

Criada em 1919, a Organização Internacional do trabalho (OIT) é responsável pela formulação e aplicação das normas internacionais do trabalho (ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO, 2016). Dados da OIT revelam que aproximadamente 2,2 milhões de pessoas chegam a óbito devido acidentes e doenças de origem profissional, por diversos motivos, dentre eles: imprudência, desobediência a procedimentos e normas, negligência, serviços terceirizados e falta de EPIs (OLIVEIRA, 2012).

Como relatado na CARTILHA PLANO NACIONAL DE SST (2012), em 22 de junho de 1981 ocorreu à convenção de número 155 da Organização Internacional do Trabalho que trata sobre Segurança e Saúde dos Trabalhadores e o Meio Ambiente de Trabalho. Em 18 de maio de 1992 esta convenção foi aprovada pelo Congresso Nacional e em 29 de setembro de 1994 foi integrada ao ordenamento jurídico brasileiro por meio do Decreto n.º 1.254 que compete ao Ministério do Trabalho e Emprego estabelecer normas regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho com o objetivo de prevenir acidentes e doenças oriundas do trabalho através da diminuição dos riscos à saúde existentes nos ambientes laborais.

2.1 Trabalhos a céu aberto

Existe um grande número de trabalhadores que desenvolvem suas atividades laborais a céu aberto. Garis, operários de obras, agentes de saúde, trabalhadores rurais, carteiros são alguns exemplos de profissionais que trabalham nesta condição. A norma regulamentadora trabalhos a céu aberto (NR 21) proporciona medidas de higiene e segurança que deverão ser tomadas para proteção dos empregados contra qualquer possível intempérie como sol forte, frio, ventos (DOS SANTOS et al., 2015).

A NR 21 não prevê adicional de insalubridade a trabalhador que labora a céu aberto, no entanto, há um Projeto de Lei 4027/12, “que obriga os empregadores a fornecer protetor solar aos empregados que realizam atividades a céu aberto.” De acordo com este Projeto de Lei a empresa deverá fornecer protetor solar com proteção UVA e UVB, hipoalergênico, adequado para cada tipo de pele e aprovado

por órgão nacional competente. E cabe ainda ao empregador treinar e fiscalizar seus empregados a respeito do uso e conservação adequados do protetor (MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL, 2012).

2.2 Exposição ao calor

De acordo com Santos et al. (2015), a higiene ocupacional classifica o calor como agente físico que pode ocasionar danos à saúde dos trabalhadores quando infringido o limite de tolerância presente na NR15 (Atividades e operações insalubres), Anexo 3 (Limites de tolerância para exposição ao calor), que é avaliado através do IBUTG (Índice de Bulbo Úmido de Globo).

Ainda segundo Santos et al. (2015), apesar das Normas Regulamentadoras auxiliarem na prevenção de acidentes e doenças do trabalho, quando se trata de trabalho externo, em relação a equipamentos de proteção individual e adicionais de insalubridade, ainda é ineficaz. A exposição excessiva aos raios UV pode acarretar sérios problemas de saúde, por isso, é de suma importância que o empregador proteja seu funcionário a fim de que este mantenha a boa saúde e desenvolva suas atividades da melhor maneira possível (DOS SANTOS et al., 2015).

A exposição solar pode causar vários danos à saúde do trabalhador, a depender do tipo de pele, do tempo, da frequência e intensidade da exposição. Dentre estes danos podem-se citar: desidratação, insolação, fotoenvelhecimento, lesões actínicas, e o câncer de pele; doenças que contribuem significativamente para o absenteísmo laboral (CARVALHO et al., 2013).

2.3 Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos (ECT)

A Empresa Brasileira de Correios e Telégrafo (ECT) é responsável pela qualidade, segurança e bom desempenho das atividades exercidas pelos carteiros. Ela preocupa-se em sempre buscar melhorias das condições de trabalho e destina equipes para pesquisar tais melhoras (CORREIOS, 2016).

A ECT é uma empresa pública que investe na segurança e bem estar dos seus funcionários, designando milhões de reais em equipamentos e acessórios que

facilitem o desenvolvimento do trabalho dos carteiros, adequando-se as condições climáticas de cada região do Brasil. Além disso, fornece também treinamento para os empregados, a fim de que estes opinem sobre a eficiência de tudo que lhe é provido. A ECT também promove campanhas que conscientizam os trabalhadores sobre os perigos da exposição solar (CORREIOS, 2014).

3 MATERIAL E MÉTODOS

No presente artigo foi realizada uma pesquisa descritiva, utilizando como amostra os carteiros (20) que trabalham numa agência da ECT, na cidade de Aracaju, a fim de analisar a situação laboral destes indivíduos e observar suas condições de trabalho quando desenvolvem as atividades a céu aberto. Os carteiros foram entrevistados em média, durante 20 minutos, à medida que retornavam ao Centro de Distribuição Domiciliar (CDD) após a entrega de correspondências nos domicílios.

As informações foram obtidas através de um questionário (Apêndice A) aplicado aos funcionários dos correios que sofrem diariamente a exposição solar. Os resultados foram coletados em resposta a este questionário, composto por 12 perguntas elaboradas pela autora deste artigo, com a finalidade de identificar a real situação e a qualidade de vida no trabalho destes profissionais.

Além disto, houve uma conversa com os funcionários dos correios para se obter maiores informações sobre a rotina laboral dos carteiros e as medidas tomadas para minimizar os danos a saúde dos mesmos. Os carteiros iniciam seu trabalho às 8h da manhã no CDD onde realizam toda a separação das correspondências por zonas e endereços. As 11h eles saem para almoçar (alguns almoçam na copa da própria agência), retornando às 12h, quando começam a fazer a distribuição das cartas nas residências. Geralmente este serviço dura em média de 4 a 5h. Por volta das 16h eles retornam ao CDD para a prestação de contas e encerram suas atividades às 17h.

Todos os carteiros recebem óculos de sol, garrafa d' água, chapéu e protetor solar a fim de amenizar o calor e os danos ocasionados pela exposição solar. A

pesquisa foi realizada em março de 2016, em uma das agências da empresa em estudo e contou com a participação de 20 colaboradores.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A agência entrevistada conta com um quadro de 35 funcionários, sendo que 3 deles estão afastados pelo INSS por motivos de saúde, e por isso, não considerados neste estudo. Nos resultados mostrados na Tabela 1, observou-se predomínio quase absoluto o gênero masculino. Todos trabalham 40h semanais. A maioria dos investigados tem entre 20 a 30 anos. O tempo de trabalho em que ficam expostos ao ambiente aberto, varia entre quatro e cinco horas diárias.

A entrega de cartas/encomendas dos carteiros que trabalham nos Centros de Distribuição Domiciliar dos Correios ocorre de três maneiras: ciclistas (bicicletas), pedestres e os motorizados (Figura 1), ainda na tabela 1 nota-se que os carteiros estudados são em sua maior parte pedestres e relatam que caminham em média 15Km por dia. Os profissionais motorizados são responsáveis pela inspeção visual diária do seu veículo e descrevem que estes passam por revisões periódicas.

Tabela 1. Dados descritivos das características dos carteiros da ECT, em uma empresa de Sergipe (2016).

Gênero/ nº de carteiros		Idade/ nº de carteiros		Tempo exposto a céu aberto/ nº de carteiros		Como realiza a atividade/ nº de carteiros	
Masculino	19	20 a 30 anos	11	4 horas	8	Ciclista	2
Feminino	1	31 a 40 anos	8	4:30 horas	1	Motorizado	6
		Mais de 50 anos	1	5 horas	11	Pedestre	12

Além do questionário aplicado, houve a oportunidade de conversar com os carteiros e abordar as principais questões relacionadas à segurança do trabalho. Todos eles possuem a consciência da importância do uso dos equipamentos de proteção individual (EPI) que lhes são oferecidos pela empresa. Análogo aos resultados encontrados por Costa et al. (2013) que analisaram as condições de trabalho dos agentes comunitários de saúde no Rio de Janeiro.

Os funcionários relataram que recebem uniforme, botas, óculos escuro, chapéu, garrafa d' água, protetor solar, capas de chuva no inverno, com inclusão de luvas e capacetes no caso dos motorizados. Semelhante aos dados obtidos por ZIMMER (2014) em relação aos guias de turismo em Foz do Iguaçu e ao estudo de DE MELO; KUTZKE (2012).

Entre tanto questionaram a falta de instruções sobre o uso adequado destes EPIs, e também a demora na reposição dos mesmos. Declaram que os protetores solares disponibilizados são de péssima qualidade e muitas vezes estão com a data de validade vencida ou muito próxima ao vencimento! Alegam também que seus exames periódicos estão em sua maioria atrasados e, quando feitos não abrangem todos os necessários. Expuseram que apesar de receber garrafas d' água, optam por não carregá-la devido ao peso que, de acordo com eles torna-os mais lentos.

Durante o diálogo com os funcionários da ECT foi possível notar que eles enfrentam problemas como a fadiga e exaustão causados pela exposição solar, bem como outros como: ruas e avenidas esburacadas, cães nas residências e inclusive, assaltos.

4.1 Recomendações Preventivas aos Carteiros

Sugere-se que algumas medidas sejam tomadas visando uma melhoria das condições de trabalho desta classe: horários alternativos e com temperaturas mais amenas para a entrega das correspondências; uniformes feitos com tecidos que possuam proteção solar; incentivos para que os carteiros tenham uma boa alimentação e consciência da importância do consumo adequado de água; realização de ginástica laboral e estímulos à prática de exercícios físicos para que no futuro eles possam melhorar o nível de qualidade de vida e desenvolver seu

trabalho da melhor maneira possível, evitando assim danos a sua saúde e prejuízos a empresa por eventuais indenizações e/ou gastos com tratamentos médicos aos seus funcionários.

5 CONCLUSÃO

Ao analisar os resultados da pesquisa, constatou-se que a fadiga e o desânimo causados pela exposição solar são fatores que interferem significativamente no desenvolvimento das atividades laborais dos carteiros de uma agência da ECT, da cidade de Aracaju, Sergipe. Observa-se também a necessidade de uma maior atenção por parte da empresa em relação ao fornecimento de EPIs de qualidade e realização anual de todos os exames periódicos necessários.

A avaliação foi satisfatória, e tornou possível a identificação dos problemas enfrentados pelos carteiros em seu trabalho e a busca por melhores condições laborais. Percebe-se a necessidade de ações que gerem o envolvimento e a conscientização desses funcionários a fim de melhorar sua qualidade de vida, bem como o interesse dos Correios em oferecer todo o suporte para que o trabalho seja desenvolvido da melhor maneira possível.

ABSTRACT

Work safety has increasing importance in the present day, and when the worker carries out its activities in the open care is redoubled due to sun exposure. Furthermore, it is known that the sun's rays can cause damage to the human body, the worst of them, skin cancer (melanoma). And among the workers who work in the open, there are the postmen, who develop an essential work for society, such as the communication between its users and delivery of goods. The objective of this study was to analyze the damage that sun exposure can cause health of postmen and present recommendations that can protect them, thus enhancing the care of their health. To this end, questionnaires were given to postmen for data collection and analysis. In short, the data indicated that the postmen are mostly dissatisfied with

their working conditions. In conclusion, fatigue and discouragement caused by sun exposure are factors that interfere significantly in the development of the activities of postal workers of the interviewed agency, making it necessary for greater attention by the Post Office on issues related to health and safety work, in order to avoid damage to workers' health and damage to the company for any damages and / or expenses of medical treatment to their employees.

Keywords: Post offices; Roofless Work; Sun exposure.

REFERÊNCIAS

- **Cartilha Plano Nacional de SST.** Disponível em <http://www.previdencia.gov.br/wp-content/uploads/2014/08/Cartilha-Plano-Nacional-de-SST.pdf>>. Acessado em 4 de janeiro de 2016.
- CARVALHO, A.A.; ALMA, J.M.; CAMPOS, A. GC.; KAIZER, C. RCV. Análise do conhecimento e comportamento de profissionais da área da saúde em relação ao protetor solar na cidade de Três Corações-MG doi: [http://dx. doi. org/10.5892/ruvrv. 2013.111. 206215](http://dx.doi.org/10.5892/ruvrv.2013.111.206215). **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 11, n. 1, p. 206-215, 2013.
- **Correios.** Disponível em <http://www.correios.com.br/sobre-correios/a-empresa/historia/carteiros-no-brasil>>. Acessado em 6 de janeiro de 2016.
- **Correios.** Disponível em <http://www.correios.com.br/sobre-correios/pdf/pls/view>>. Acessado em 6 de janeiro de 2016.
- COSTA, C. MC.; DA SILVA, V.R.; DA COSTA, L.M.; DA SILVA, B.G.; MOREIRA, R.S. Promovendo a saúde do trabalhador: enfoque no agente comunitário de saúde. **ANAIS DO CBMFC**, n. 12, p. 1554, 2013.
- DE MELO, Marcelo Luís.; KUTZKE, José Loureço. ANÁLISE DA APLICABILIDADE LEGISLATIVA TRABALHISTA NOS PROFISSIONAIS EXPOSTOS A CARGA SOLAR EM AMBIENTE LABORAL. *Revista Gestão & Saúde*, Curitiba, v. 4, n. 2, p.30-39. 2012.
- DOS SANTOS, J. EG.; POLLETO FILHO, J.A.; POLETTTO, H. MC. ANÁLISE DOS RISCOS FÍSICOS E ERGONÔMICOS EM ROÇADORA TRANSVERSAL MOTORIZADA. **Revista Ação Ergonômica**, v. 10, n. 1, 2015.
- **Ministério da Previdência Social.** Disponível em <http://www2.camara.leg.br/camaranoticias/noticias/TRABALHO-E-PREVIDENCIA/422835-EMPRESAS-PODERAO-SER-OBRIGADAS-A->

FORNECER-PROTETOR-SOLAR-A-EMPREGADO.html>. Acessado em 5 de janeiro de 2016

- OLIVEIRA, C. Segurança e saúde no trabalho: Guia de prevenção de riscos. Editora Yends Ltda. São Caetano do Sul – SP. 2012.

- **Organização Internacional do Trabalho.** Disponível em <<http://www.oitbrasil.org.br>>. Acessado em 4 de janeiro de 2016

- ZIMMER JUNIOR, Silvio Luiz. Levantamento dos riscos de trabalho dos guias de turismo em Foz do Iguaçu-PR. 2014.

APÊNDICE A

Questionário aplicado aos carteiros da ECT

- Gênero:

() Feminino () Masculino

- Idade:

() 20 a 30 anos () 31 a 40 anos () 41 a 50 anos () Mais de 50 anos

- Tempo de trabalho no correio?

- Carga horária semanal?

- Tempo de trabalho exposto a céu aberto?

- Como realiza sua atividade:

() Ciclista () Motorizado () Pedestre

- Recebe EPIs? Quais?

- Tem consciência da importância do uso destes EPIs?

() Sim () Não

- Tem acompanhamento médico?

() Sim () Não

- Já desenvolveu algum tipo de doença relacionada ao trabalho?

() Sim () Não

- Sente sua saúde comprometida devido ao trabalho?

() Sim () Não

- Está satisfeito com suas condições de trabalho?

() Sim () Não