

AGROTÓXICOS

Os agrotóxicos entram no organismo humano através da **pele**, pela **respiração** e/ou pela **ingestão** (contato direto com a boca ou através de alimentos e água contaminados).

Os principais sintomas das intoxicações por agrotóxicos são:

- ✓ Dor de cabeça
- ✓ Fraqueza
- ✓ Tontura
- ✓ Náuseas/vômitos
- ✓ Sonolência
- ✓ Tremores
- ✓ Convulsões
- ✓ Doenças de pele
- ✓ Câncer
- ✓ Problemas no desenvolvimento do feto
- ✓ Abortos
- ✓ Dificuldade para dormir
- ✓ Alterações hormonais
- ✓ Sintomas depressivos



O que fazer:

- ✓ Ao preparar ou aplicar agrotóxicos, **sempre use EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO (EPI)** para diminuir a exposição.
- ✓ Se apresentar algum destes sintomas, **PROCURE UM SERVIÇO DE SAÚDE**, levando o **nome** ou embalagem do **agrotóxico** que usou ou teve contato.

CIT/RS: 0800 721 3000
(Informações 24h - Emergências)



Existem práticas alternativas ao uso de agrotóxicos. Informe-se. Experimente!

MARÇO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
			01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ABRIL 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
						01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	14 - Sexta-feira da Paixão 16 - Páscoa 21 - Tiradentes					

TÉTANO

Doença causada pela ação das toxinas de um microrganismo (*Clostridium tetani*) encontrado no **solo**, nas **fezes**, em **espinhos de arbustos** e pequenos galhos de árvores, em **pregos** enferrujados/sujos, em **latas** ou instrumentos de trabalho **contaminados** por poeira da rua ou terra.

A infecção acontece pela penetração do *Clostridium* através de ferimentos superficiais ou profundos, provocados por acidentes, como perfuração por prego, ferimentos com material enferrujado, entre outros.

Sintomas:

- ✓ Dificuldade para abrir a boca e/ou caminhar
- ✓ Febre baixa ou ausente
- ✓ Contratura muscular
- ✓ Espasmos musculares
- ✓ Aumento dos reflexos

Como evitar:

- ✓ Manter esquema de vacinação em dia
- ✓ Limpar todo ferimento suspeito com água e sabão
- ✓ Utilizar equipamento de proteção (roupas limpas, luvas, botas, etc.)
- ✓ Manter os instrumentos de trabalho em bom estado de conservação, evitando sujeira/ferrugem

Em caso de acidentes ou ferimentos, procure um serviço de saúde imediatamente!



MAIO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 - Dia do Trabalhador

JUNHO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
				01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

15 - Corpus Christi

LEPTOSPIROSE

Doença causada por uma bactéria (*Leptospira*) presente na urina de roedores, principalmente na urina do rato.

A bactéria penetra por qualquer tipo de lesão na pele (feridas ou cortes), pelas mucosas ou até mesmo pela pele sem lesão quando ficar muito tempo em contato com a água.

Sintomas:

- Febre alta
- Dor de cabeça
- Dor muscular
(principalmente na panturrilha e nas costas)
- Dor nas articulações
- Náuseas e vômitos
- Vermelhidão nos olhos
- Icterícia (amarelão)
- Hemorragias (sangramentos)

Como evitar:

- Manter caixas d'água fechadas
- Usar proteções como botas e luvas de borracha
- Manter limpos terrenos baldios, pátios e margens de córregos
- Colocar o lixo em sacos plásticos ou em latões de metal fechados e em locais altos até que seja coletado
- Fechar buracos e vãos nas paredes e rodapés para evitar a entrada de roedores nas casas
- Manter ralos e vasos sanitários tampados com tampa pesada

Se você apresentar **febre, dor de cabeça e dores no corpo** até 40 dias depois de ter entrado em contato com água de enchente, esgoto ou urina de roedores, **procure imediatamente um serviço de saúde!**



JULHO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
						01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	25 - Dia do Colono e Motorista				

AGOSTO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
		01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ACIDENTE ELÉTRICO

O choque elétrico é um acidente muito perigoso que pode provocar queimaduras, quedas de altura e, até mesmo, a morte.



Situações de risco para acidentes com eletricidade - exemplos:

- ☑ Danos causados por roedores aos fios elétricos
- ☑ Fiação "velha" ou inadequada
- ☑ "Gambiarras" e improvisações
- ☑ Rompimento de linhas por queda de galhos
- ☑ Falta de aterramento de equipamentos elétricos
- ☑ Corrosão dos contatos

Alguns cuidados

- ☑ Manter a fiação em boas condições ou substituir fios danificados
- ☑ Usar itens de proteção, como disjuntores e fusíveis e materiais isolantes
- ☑ Fazer aterramentos
- ☑ Usar Equipamentos de Proteção Individual (EPI)
- ☑ Não sobrecarregar tomadas elétricas com vários aparelhos
- ☑ Evitar contato com dispositivos elétricos na presença de umidade
- ☑ Somente eletricitas podem realizar consertos e instalações elétricas
- ☑ Não ficar ou trabalhar exposto a tempestades e raios



SETEMBRO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
					01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

7 - Independência do Brasil
20 - Revolução Farroupilha

OUTUBRO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

12 - Dia das Crianças / Nossa Srª Aparecida

LESÕES POR ESFORÇOS REPETITIVOS

DISTÚRBIOS OSTEOMUSCULARES RELACIONADOS AO TRABALHO (LER/DORT)

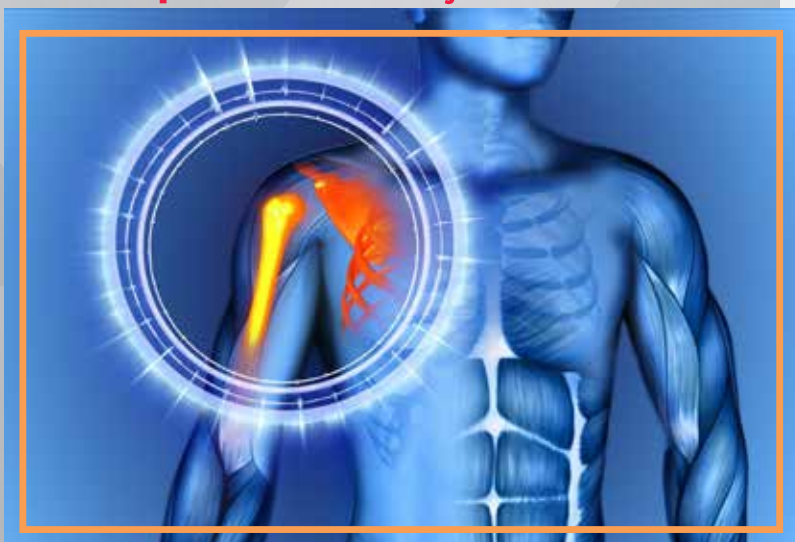
Se você sente **dor** nos braços ou ombros, dor nas costas, **sensação de peso ou cansaço** nos braços, **formigamento** ou **adormecimento**, **deixa cair objetos das mãos...** você pode estar com LER/DORT!

Doenças como **tendinite**, **bursite** e **lombalgia** podem ser causadas pelo trabalho, quando este exige muitos movimentos ou esforço físico, sem repouso suficiente para os músculos, tendões e articulações se recuperarem.

Se você apresentar algum desses sintomas, **procure um serviço de saúde!**

O que fazer:

- ✓ Evite trabalhar por longos períodos sem descanso
- ✓ Use equipamentos adequados para o trabalho
- ✓ Faça atividades físicas e alongamentos
- ✓ Simplifique o trabalho
- ✓ Alterne as tarefas e a posição de trabalho



NOVEMBRO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
			01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

2 - Finados
15 - Proclamação da República

DEZEMBRO 2017

D	S	T	Q	Q	S	S
					01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						25 - Natal

EXPOSIÇÃO AO SOL

A exposição ao sol pode causar queimaduras na pele, manchas, insolação, câncer de pele, desidratação, degeneração nos olhos, catarata, entre outros.

Como prevenir

- ☑ Use **protetor solar** e reaplique várias vezes durante o dia (até mesmo em dias nublados)
- ☑ Use **chapéu** de aba larga, que proteja o rosto, as orelhas e o pescoço
- ☑ Use **óculos de sol** com filtro contra raios ultravioleta
- ☑ Beba bastante **água** ao longo do dia
- ☑ Realize as tarefas para **evitar** a exposição ao sol das 10 às 16h
- ☑ Realize **autoexame** da pele, com auxílio de um espelho, verificando se existem: **manchas** que coçam, descamam ou sangram; **sinais ou pintas** que mudam de tamanho, forma ou cor; ou **feridas** que não cicatrizam em até quatro semanas.

Informe-se sobre a distribuição gratuita de protetor solar aos agricultores.

Faça o cadastro junto ao Sindicato dos Trabalhadores Rurais, apresentando os documentos de Identidade RG, CPF, bloco/talão de produtor e cartão SUS.



O QUE FAZER?

Caso você identifique alguma destas alterações, **procure um serviço de saúde.**

JANEIRO 2018

D	S	T	Q	Q	S	S
	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

01 - Confraternização Universal

FEVEREIRO 2018

D	S	T	Q	Q	S	S
				01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

13 - Carnaval

Calendário 2017 / 18



centro regional de referência em
saúde do trabalhador
da região dos vales



Travessa Walter Kern, 105 • Centro | Santa Cruz do Sul/RS Fone/Fax: (51) 3717.4635
cerest.vales@santacruz.rs.gov.br | www.cerestvales.com.br