



PROMOÇÃO DE SAÚDE DAS MERENDEIRAS

Araraquara 2019

RELATÓRIO PARCIAL nº1

(versão preliminar)

O presente relatório resulta de trabalho desenvolvido em parceria entre o Serviço Especializado de Segurança e Medicina do Trabalho (SESMT- PMA), Sindicato dos Servidores Municipais de Araraquara e Região e Centro de Referência em Saúde do Trabalhador – Regional Araraquara com o objetivo de colaborar para a promoção da saúde dos agentes sociais de serviços públicos – merendeiros lotados na Secretaria Municipal de Educação (SME) da Prefeitura do Município de Araraquara.

As atividades desenvolvidas até o presente momento consistiram em:

1. Aplicação de questionários autoaplicáveis a todos os servidores de todas as unidades escolares da SME para triagem de doença psiquiátrica e doença osteomuscular, sendo adotados: a- Questionário nórdico de sintomas musculoesqueléticos (QNSM), validado no Brasil por PINHEIRO et al. (2002) e b - Self Report Questionnaire (SRQ) para identificação de distúrbios psiquiátricos em nível de atenção primária, desenvolvido por HARDING et al. (1980) e validado no Brasil por MARI & WILLIANS (1986).
2. Avaliação dos postos de trabalho para identificação das condições de trabalho (segurança, ergonomia, saúde ocupacional), baseando-se em Normas Regulamentadoras de Medicina e Segurança no Trabalho, além de considerar a legislação sanitária vigente (Portaria CVS 05 de 09 de abril de 2013) e diretrizes relacionadas à ocupação de merendeiro/ cozinheiro geral.

Está prevista ainda uma Análise coletiva do trabalho (ACT), que constitui instrumento complementar previsto para ser realizado no mês de julho com a participação de um número representativo de profissionais da categoria.

Até a presente data recebemos 253 questionários respondidos de um total de 327 servidores. A Secretaria Municipal de Educação tem se empenhado na coleta dos instrumentos preenchidos. As abordagens relativas aos casos triados de suspeita de doença psiquiátrica ficarão a cargo da equipe do SESMT e os casos sugestivos de doença osteomuscular ficarão sob a responsabilidade da equipe do CEREST.

As principais NR que direcionaram o presente trabalho foram: NR 6 (Equipamentos de Proteção Individual); NR 7 (Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional- PCMSCO); NR 9 (Programa de Prevenção de Riscos Ambientais- PPRA); NR 15 (Atividades insalubres); NR17



(Ergonomia); NR 23 (Proteção contra Incêndios) e NR 24 (Condições sanitárias e de conforto nos locais de trabalho).

Avaliação dos postos de trabalho

Foram visitadas 12 cozinhas de centros educacionais municipais nos meses de abril e maio do presente ano:

1. CER Leonor Mendes de Barros
2. CER Padre Bernardo Plate
3. CER Eduardo Borges Coelho
4. CER Maria Enaura Malavolta Magalhães
5. CER José Pizani
6. CER Rosa Broglio Zanin
7. CER Adelina Leite Amaral
8. CER Alvaro Waldemar Colino
9. CER Angelo Lorenzetti
10. CER Carmelita Garcez I
11. CER Carmelita Garcez II
12. EMEF José Roberto de Pádua Camargo

A visita contou profissionais do CEREST (fisioterapeuta, enfermeira do trabalho e técnico de segurança do trabalho), do SESMT (técnico de segurança do trabalho e médico psiquiatra) e representantes do SISMAR. Foram identificados os seguintes aspectos do trabalho:

1. Os merendeiros compõem o quadro efetivo da Prefeitura do Município de Araraquara, sendo contratados por concurso público. Atualmente ocupam o cargo de agentes sociais de serviços públicos, nomenclatura recebida após a aprovação da Lei 6.251 de 2005;
2. Cumprem jornada semanal de 40h, sendo 8h diárias, com intervalo de almoço de 1h, sem outras pausas intrajornada;
3. A rotina de trabalho inclui basicamente três tarefas: 1) preparar e servir as refeições do dia aos alunos. Em geral são servidas 4 refeições a saber: lanche da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar. Nesta tarefa incluem-se as seguintes ações: higienizar verduras, frutas e legumes, descascar, cortar e picar frutas e legumes; cortar e picar verduras; cortar carnes; processar e preparar temperos, cozinhar alimentos e servir as refeições. 2) organizar a cozinha: lavar e guardar louças, utensílios e instrumentos utilizados, receber os alimentos perecíveis e não perecíveis, acondicionar os alimentos no refrigerador, organizar os alimentos em embalagens originais na despensa. 3) limpeza da cozinha: limpeza e organização diária de pias, bancadas e piso, limpeza mensal de pisos e paredes, refrigeradores e freezer, exaustores/coifas.
4. O desenvolvimento do trabalho inclui rodízios de tarefas. Os membros da equipe podem decidir e opinar sobre o rodízio, não sendo em geral imposto pela direção da unidade. O



rodízio fica prejudicado na ocorrência de ausência de qualquer membro da equipe que em geral se dão por faltas abonadas, atestados, afastamentos por doença e férias.

5. Os merendeiros estão subordinados a Gerência de Alimentação e Abastecimento Escolar, onde uma nutricionista elabora os cardápios e dá as diretrizes técnicas e operacionais do processo de trabalho. Esta gerência está subordinada à Coordenadoria Executiva de Gestão da Secretaria Municipal da Educação.
6. Há referências verbais dos profissionais acerca de treinamentos anuais ao grupo de merendeiros.

Avaliação ergonômica das atividades desenvolvidas:

1. Atividades que exigem esforço contínuo com contração excêntrica e concêntrica de grupos musculares dos membros superiores (MMSS), tronco e membros inferiores (MMII): higienizar alimentos, descascar, picar e cortar frutas, verduras, legumes e carnes; lavar e guardar louças e utensílios, dispensando esforço maior para as panelas e pratos de vidro; manusear alimentos durante a cocção, porcionar os alimentos para compor a refeição; oferecer o prato aos alunos que em geral acontece através de balcão ou boqueta; organizar o estoque de alimentos na despensa; limpar pisos, paredes e equipamentos.
2. Atividades que exigem força estática (isometria): atividades desenvolvidas na postura em pé (higienizar alimentos, descascar, picar e cortar frutas, verduras, legumes e carnes); atividades que exigem força estática de MMSS (transportar panelas cheias de alimentos); atividades desenvolvidas na postura em pé com rotação de tronco (servir refeições, lavar louças e utensílios e limpeza de pisos e paredes; organizar despensa); atividades desenvolvidas na postura em pé com isometria de MMII e tronco e contração concêntrica e excêntrica de MMSS com sobrecarga da articulação escapuloumeral e coluna vertebral (lavar e guardar louças e utensílios); atividades com isometria de tronco (manusear alimentos durante a cocção)
3. Atividades que demandam movimentos repetitivos de MMSS: **mãos:** descascar, cortar e picar frutas e legumes; cortar e picar verduras; cortar carnes (sobrecarga de flexores do punho, extensores de punho, abdutor do polegar, musculatura intrínseca da mão); **braços e antebraços:** descascar, cortar e picar frutas e legumes; cortar e picar verduras; cortar carnes, lavar panelas, louças e outros utensílios (sobrecarga da musculatura do manguito rotador, extensores e flexores do punho); **cintura escapular:** organizar a despensa, lavar grande quantidade de louça, panelas e utensílios, transportar panelas cheias do fogão para a bancada e vice-versa, manusear os alimentos na panela durante a cocção (incluem movimento acima de 90° com sobrecarga muscular e ligamentar); **coluna vertebral:** lavar panelas, lavar, limpar pisos e paredes, organizar despensa, servir refeições (movimentos de flexão da coluna cervical e lombar, especialmente nas cubas mais profundas).
4. Atividades que demandam movimentos repetitivos de MMII: **quadril, joelhos e pés** – força estática dos MMII para a realização das tarefas que são desempenhadas na postura em pé.



Fatores de risco ergonômico relacionados ao perfil das atividades descritas:

1. Altura elevada das prateleiras das despensas e necessidade de armazenamento de fardos com pesos superiores a 20 Kg, exemplo 5 pacotes de arroz de 5 Kg;
2. Ausência de escada para acessar prateleiras altas, ou escadas de uso compartilhado que ficam guardadas em locais distantes na unidade;
3. Painéis pesados dificultando manuseio e transporte, painéis grandes dificultando a lavagem nas cubas disponíveis que se mostram pouco apropriadas (muito profundas ou muito pequenas)
4. Pratos de vidro são mais pesados e, como são lavados em grande quantidade geram uma demanda osteomuscular maior;
5. Manuseio quente/frio, forno/geladeira, o que predispõe a processos inflamatórios articulares agudos e crônicos (artrite);
6. Insuficiência de pausas intrajornada (somente pausam para o almoço)
7. Ritmo de trabalho determinado pelo número de refeições a ser preparadas e servidas e número de membros na equipe. O ritmo observado nas unidades visitadas foi considerado intenso e acelerado tendo em vista o número insuficiente de profissionais e a grande quantidade de refeições demandadas.
8. Adoção de postura alternativa (em pé ou sentada) raramente é possível dada a disposição dos equipamentos e bancadas.
9. Falta de dispositivos seguros para equacionar a diferença de estatura dos profissionais, exemplo tablados. Em geral são feitas adaptações improvisadas, como banquetas inapropriadas para este fim e outros.
10. Utensílios inoperantes, exemplo facas não afiadas, liquidificadores e processadores domésticos que não resistem às altas demandas.

Fatores de risco biomecânicos relacionados ao perfil das atividades descritas:

1. Elevação de membros superiores acima de 90° com carga;
2. Movimentos repetitivos da musculatura intrínseca das mãos;
3. Esforço muscular estático intenso;
4. Alta demanda muscular com contração excêntrica e concêntrica de MMSS e tronco;
5. Movimentos repetitivos dos extensores e flexores de punho;
6. Esforço muscular estático nas posturas em pé por tempos prolongados, com sobrecarga de coluna vertebral, quadril e joelhos;
7. Altas demandas de movimentos de rotação de tronco;
8. Altas demandas de flexão de tronco com rotação;
9. Altas demandas de flexão de coluna cervical.



Potenciais doenças ocupacionais relacionadas ao perfil das atividades descritas:

1. MMSS: tendinite do manguito rotador, tendinite do supra-espinhoso, epicondilite, síndrome do túnel do carpo, bursite de ombro.
2. MMII: síndromes álgicas de quadril, síndromes álgicas de joelhos, fascíte, esporão de calcâneo.
3. Coluna vertebral: lombalgias, lombociatalgias, cervicalgias, cervicobraquialgias, hérnia de discos.
4. Outras: artroses, artrites, fibromialgia e doenças psiquiátricas relacionadas ao trabalho.

Síntese dos problemas identificados:

11. Descumprimento da NR 6 – não há falta de EPI, porém há ausência de registro e frágil controle de distribuição de EPIs. Além disso, os equipamentos fornecidos, apesar de certificados, não oferecem conforto e acarretam problemas ergonômicos/ortopédicos.
12. Descumprimento da NR 7 – baixa cobertura vacinal dos servidores, não realização dos exames periódicos e exames complementares necessários à categoria, segundo o PCMSO.
13. Descumprimento da NR 9 – ausência de PPRA das unidades escolares;
14. Descumprimento da NR 15 – avaliação precisa da exposição a ruído e ao calor para propostas de ações que visem a eliminação/neutralização do risco.
15. Descumprimento da NR17 – inobservância dos fatores de risco ergonômicos e biomecânicos relatados acima.
16. Descumprimento da NR 23 – nenhuma escola possui o AVCB (auto de vistoria do corpo de bombeiros), foram observadas falhas nas medidas proteção contra incêndios – hidrantes sem mangueira, falta de sinalização dos inflamáveis, falta de treinamento para brigadistas, mau uso dos suportes de hidrantes e hidrantes (são utilizados para pendurar casacos, guarda chuvas e outros).
17. Descumprimento da Portaria CVS 05 - pisos e paredes com trincas, vazamentos e infiltração, umidades e bolores, descamações e goteiras, limpeza precária de coifas e exaustores, existência de ventiladores para suprir ausência ou mau funcionamento de coifas e exaustores, tanques e material de limpeza acondicionados dentro da cozinha, janelas desprovidas de telas e telas danificadas.
18. Extensa lista de atribuições ao cargo de cozinheiro geral, agravando demandas que se somam as já inerentes ao cargo (posições desconfortáveis por longos períodos de tempo, exposição a ruídos intensos, exposição a altas temperaturas, estresse muscular e emocional), como: agregar a limpeza do ambiente e de grandes equipamentos como coifas e refrigeradores e organização dos armazéns de alimentos.
19. Dificuldades de recursos humanos: número de profissionais insuficiente, discrepância entre número de alunos e número de profissionais nas cozinhas, alta incidência de faltas sem reposição de funcionários; reposição de merendeiras com agentes operacionais de serviços públicos, desfalcando a limpeza do prédio.



20. Em algumas unidades foi relatado o desperdício de alimento preparado especialmente na última refeição do dia que é servida em torno das 15, porém não temos informação quantitativa do que é descartado.

Conclui-se que a intensa carga laboral, inerente a atividade, somada ao cenário descrito favorece o adoecimento dos profissionais, aumentando o absenteísmo e agravando ainda mais a baixa disponibilidade de recursos humanos para as atividades diárias. Sugere-se ampla discussão entre todos os atores envolvidos no processo de trabalho das cozinhas das unidades escolares municipais para solucionar os problemas identificados com vistas a assegurar ambientes saudáveis de trabalho e melhor qualidade de serviços prestados à população.

Diante do exposto o grupo sugere algumas medidas para minimizar os riscos no ambiente de trabalho e reduzir o adoecimento dos profissionais:

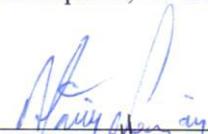
1. Equacionar as questões sanitárias, conforme Portaria CVS 05 de 09 de abril de 2013. Esta questão merece atuação direta dos profissionais mais capacitados para este fim. Sugere-se agregar um membro da equipe municipal de Vigilância Sanitária às visitas e demais ações deste projeto.
2. Adequar número de merendeiras – redimensionamento, contratação e realocação dos servidores em desvio de função ou cedidos a outros órgãos, incluindo previsão de servidores substitutos;
3. Adotar rotina que minimize riscos ergonômicos: instituição de pausas intra-jornada (mínimo de 10 minutos); implementação de orientações posturais e ginástica laboral.
4. Providenciar/ atualizar o PPRA; avaliar qualitativamente a exposição a ruídos e calor e adotar medidas para minimizar; adequar equipamentos de combate a incêndios e implementar medidas de prevenção, incluindo a instituição das brigadas.
5. Cumprir PCMSO, especialmente em relação a exames periódicos e exames complementares.
6. Redefinição da função e das suas atribuições com exclusão das atividades de limpeza do ambiente e dos grandes equipamentos e controle da despensa (recebimento e organização). Proporcionar discussão para adequação da questão no novo PCCV. Sugere-se aproximar as atribuições àquelas definidas na Classificação Brasileira de Ocupações (CBO).
7. Adequar mobiliário: aquisição de carrinhos de transporte de carga para os alimentos embalados e carrinho tipo copa para transporte de panelas que devem ser de material resistente, lavável (sugere-se inox) com rodízios que garantam mobilidade sem resistência e ofereça segurança a quem manuseia; escadas adequadas e disponíveis, tablados de tamanhos variáveis adequando a estatura do servidor às bancadas e fogões.
8. Adequação de instalação física: pias/cubas e bancadas com altura padrão de 0,90 cm (ver código de obras do município), boquetas próximas dos fogões para facilitar o serviço das refeições (isso evita a necessidade do transporte das panelas cheias), exaustores e coifas bem posicionados para minimizar a exposição ao calor, fogões íntegros com altura padrão,

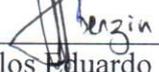


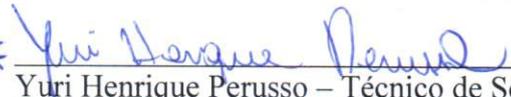
considerando o manuseio dos alimentos durante a cocção; canos externos e dispostos de forma a oferecer risco.

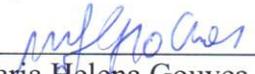
- 9. Prover equipamentos para facilitar o processo de preparo dos alimentos: liquidificadores de alta rotação, processadores de alimentos tipo industrial, e lavadoras de louça com capacidade adequada às demandas de cada unidade.
- 10. Estudar possibilidade de redução de jornada de trabalho para 6h diárias que poderá impactar positivamente na saúde do servidor, ampliar tempo de funcionamento da unidade para atendimento à população, com possibilidade de adequar o horário do jantar, reduzindo perdas e desperdícios.

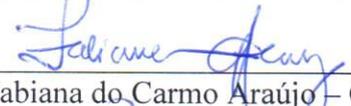
Araraquara, 10 de junho de 2019.

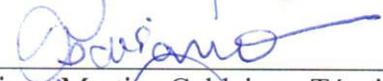
* 
 Ataíde Trevisan – Gestor SESMT

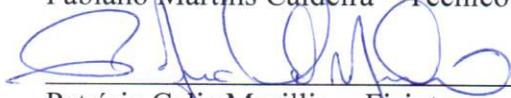
* 
 Dr. Carlos Eduardo Berzin da Rocha- Psiquiatra SESMT

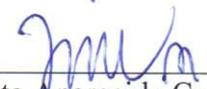
* 
 Yuri Henrique Perusso – Técnico de Segurança do Trabalho - SESMT

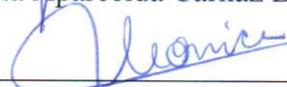
* 
 Maria Helena Gouveia Soares – Assistente social – SESMT

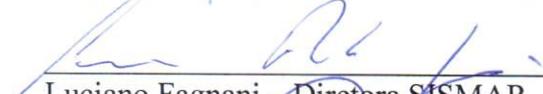

 Fabiana do Carmo Araújo – Gestora CEREST


 Fabiano Martins Caldeira – Técnico de Segurança do Trabalho - CEREST


 Patrícia Celis Murillio – Fisioterapeuta – CEREST


 Joanita Aparecida Carnaz Benincasa – Enfermeira do Trabalho – CEREST


 Maria Cleonice Pereira – Diretora SISMAR


 Luciano Fagnani – Diretora SISMAR


 Marcelo dos Santos Roldan – Diretora SISMAR

* segue anexo os procedimentos já realizados
 * assinada sem a concordância plena



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE ARARAQUARA
SECRETARIA MUNICIPAL DE GESTÃO E FINANÇAS
SESMT

RUA VOLUNTÁRIOS DA PÁTRIA Nº 1435 - CENTRO - TELEFONE 3301-9000

SESMT

01

folha _____

Procedimentos já realizados conforme problemas apresentados no relatório:

- 2 - Existe avaliação de calor neste CER realizado pelos profissionais do SESMT. Calor abaixo dos limites de tolerância;
- 5 – Equipamentos de Combate a incêndio regularizado;
- 6 – Mangueira de Hidrante nova instalada no local;
- 8 – NR 6 Existe a entrega e as fichas de Epi's assinadas. Os Epi's são credenciados pelo Ministério do Trabalho e Emprego e Fundacentro, realizados testes de flexibilidade/conforto/ruptura/impermeabilidade/ignição que garantem a qualidade do EPI;
- 9 – PPRA foi formalizado pelo SESMT em junho 2019;
- 10 – A baixa cobertura vacinal deve-se ao não comprometimento à convocação para o período de 2018. Para 2019, está na programação à ida às unidades para tentar minimizar o absenteísmo funcional.

Araraquara, 16 de julho de 2019.


AIDA TREVIZAN
Gestor do SESMT
Matr. 9311-4


CLAIR ANTONIA ALVES
Gerente de Desenvolvimento
de Recursos Humanos