



Programa
Cuidar
TRANSMIÇÃO

Programa
Cuidar
TRANSMAIION

O que é?

Cuidar é um programa voltado para qualidade de vida dentro e fora do ambiente de trabalho.

Com objetivo de orientar nossos colaboradores e suas respectivas famílias com temas relacionados a saúde física e emocional.

Todos os meses será abordado um tema relacionado a qualidade de vida na comunicação interna e nas redes sociais da empresa.

Vem com a gente!





ABRIL VERDE

PROMOVENDO SAÚDE, SEGURANÇA E BEM-ESTAR NO TRABALHO

Neste mês de abril, vamos reforçar a importância da prevenção de acidentes e do cuidado com a saúde no ambiente de trabalho.



O que é o Abril Verde?

O Abril Verde é uma campanha nacional de conscientização sobre saúde e segurança no trabalho.

O mês foi escolhido em referência ao Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho (28 de abril).

O objetivo é reduzir acidentes e doenças ocupacionais por meio da informação e prevenção.



Por que esse tema é importante?

O Abril Verde chama atenção para um problema real e recorrente: acidentes e doenças relacionados ao trabalho ainda são muito frequentes, mesmo com avanços em segurança.

Segundo o Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho (SmartLab), o Brasil registra milhares de acidentes de trabalho todos os anos. Mais de 06 milhões de acidentes foram registrados na última década. Um acidente pode acontecer em poucos segundos, mas suas consequências podem durar para sempre.

Por isso, a prevenção é a melhor forma de proteger vidas.

Acidentes de trabalho podem causar impactos físicos, emocionais e financeiros.

Ambientes seguros:

- ✓ Preservam vidas;
- ✓ Reduzem afastamentos;
- ✓ Melhoram o clima organizacional;
- ✓ Aumentam a produtividade.



Segurança no Trabalho

Segurança no trabalho envolve práticas que protegem a integridade física e mental dos colaboradores.

Isso inclui:

- ✓ Cumprir normas e procedimentos da empresa;
- ✓ Uso correto de EPIs;
- ✓ Atenção durante as atividades;
- ✓ Responsabilidade coletiva.



Principais riscos no ambiente de trabalho

Motoristas

Os acidentes mais comuns estão ligados ao trânsito e à fadiga:

- ✓ **Colisões** (traseiras, laterais e frontais);
- ✓ **Capotamentos** (principalmente por excesso de velocidade ou carga mal distribuída);
- ✓ **Atropelamentos** (em manobras ou áreas urbanas);
- ✓ **Quedas ao subir/descer do caminhão;**
- ✓ **Fadiga e sonolência ao volante;**
- ✓ **Distração ao mexer no celular.**

Manutenção

Aqui os riscos são mais operacionais e físicos:

- ✓ **Atropelamentos** (ex: falta de atenção quando o caminhão está entrando ou saindo);
- ✓ **Cortes e perfurações** com ferramentas;
- ✓ **Choques elétricos;**
- ✓ **Queimaduras** (óleo quente, peças aquecidas);
- ✓ **Inalação de produtos químicos** (óleos, solventes);
- ✓ **Quedas e escorregões.**

Borracharia

É uma área com riscos altos e muitas vezes subestimados:

- ✓ **Explosão de pneus** (principal risco e pode ser fatal);
- ✓ **Esmagamento durante troca de pneus;**
- ✓ **Lesões por esforço físico** (peso dos pneus);
- ✓ **Quedas;**
- ✓ **Cortes nas mãos.**

Administrativo

- ✓ **Dores na coluna** (sentado incorretamente);
- ✓ **LER/DORT** (lesão por esforço repetitivo);
- ✓ **Tendinite;**
- ✓ **Síndrome do túnel do carpo;**
- ✓ **Olhos secos ou irritados** (excesso de tempo em frente ao computador sem pausas).



Como prevenir acidentes?

A prevenção começa com atitudes simples no dia-a-dia:

- ✓ Seguir corretamente os procedimentos;
- ✓ Utilizar EPIs obrigatórios;
- ✓ Manter o ambiente organizado;
- ✓ Comunicar situações de risco;
- ✓ Participar de treinamentos.



Saúde também é segurança

A saúde física e mental está diretamente ligada à segurança no trabalho.

Colaboradores cansados ou estressados têm maior risco de acidentes.

Por isso é importante:

- ✓ Ter pausas durante o expediente;
- ✓ Cuidar da alimentação;
- ✓ Dormir bem;
- ✓ Buscar equilíbrio emocional.



O papel de cada colaborador

Cada pessoa tem um papel fundamental na construção de um ambiente seguro.

- ✓ Cuidar de si mesmo;
- ✓ Respeitar limites do corpo;
- ✓ Ajudar colegas;
- ✓ Seguir orientações da empresa.

Segurança é responsabilidade de todos.



Cultura de Prevenção

Criar uma cultura de prevenção significa agir antes que o problema aconteça.

Pequenas atitudes fazem grande diferença:

- ✓ Atenção constante;
- ✓ Comunicação aberta;
- ✓ Compromisso com as regras.

Prevenir é sempre melhor do que remediar.



A segurança no trabalho deve ser prioridade todos os dias.

Cuidar da vida é um compromisso coletivo.

Abril Verde nos lembra que pequenas atitudes podem salvar vidas.

Faça a sua parte!



TRANSMAION

Central de Atendimento:
(14) 3844-1058
transmaion@transmaion.com.br



Escritório: Rua Ataíde da Silva Rosa, 50 - Trevo, Pratânia - SP, 18660-050

 /transmaion | www.transmaion.com.br