

ERRADO



## Sindicato dos Comerciários de Nova Iguaçu e Região

Nova Iguaçu, Nilópolis, Paracambi, Itaguaí, Belford Roxo, Queimados, Japeri, Seropédica e Mesquita

Filiado à



[www.cspconlutas.org.br](http://www.cspconlutas.org.br)

### SEDE

Rua Dr. Barros Júnior, 408/412  
Centro - Nova Iguaçu - RJ  
Tels. (21) 2768-9297 / 2767-5130  
2767-8232

### SUBSEDES:

#### ITAGUAÍ:

Avenida Paulo de Frontin, 72/202;  
Tel. (21) 2687-7729

#### NILÓPOLIS:

Rua Prof. G. Alfredo Filgueiras, 18, Sala  
407-A; Tel. 2791-9271

#### BELFORD ROXO:

Praça Getulio Vargas, 112 Ap 201;  
Tel. 2663-1904

#### QUEIMADOS:

Avenida Irmãos Guinle, 901/214;  
Tel. 2665-3093

[www.sindconir.org.br](http://www.sindconir.org.br)  
[saude@sindconir.org.br](mailto:saude@sindconir.org.br)

## Sindicato dos Comerciários de Nova Iguaçu e Região

# DOENÇAS DO TRABALHO

CERTO



*2011*

- ✓ Equipamentos acessíveis
- ✓ Cadeira com recosto
- ✓ Apoio para os pés
- ✓ Equipamento sem quinas



*2011*

## As condições de trabalho e o aumento da exploração

Nas últimas décadas, o trabalho passou por profundas mudanças. Hoje, trabalhamos de forma totalmente diferente do que se fazia antigamente.

É a chamada “reestruturação produtiva”, que começou a ser implementada com força a partir da década de 90, e que afetou profundamente os trabalhadores e trabalhadoras.

As empresas adotaram novos métodos de produção e de trabalho. São mudanças que, juntamente com as tecnologias, alteraram completamente a forma de se trabalhar.



## Polivalência

Hoje, nas lojas e locais de trabalho, o trabalhador chega a fazer o trabalho de duas, três pessoas para dar conta do serviço exigido pelos patrões.

A reestruturação produtiva tem significado demissões, corte de custos, polivalência (várias atividades para um mesmo trabalhador), flexibilização da jornada, entre outras mudanças prejudiciais aos trabalhadores.

## Ritmo Acelerado

O número de horas extras é excessivo. Além disso, as empresas demitem e cada vez mais reduzem os postos de trabalho. Quando fazem contratações, é com salário menor.

Já o ritmo de trabalho só aumenta. Tudo isso faz o trabalhador ultrapassar os seus limites. Sob tanta pressão, não é à toa que tem aumentado a cada ano o número de acidentes e doenças ocupacionais.

O fato é que no capitalismo, o único objetivo das empresas é obter lucro a qualquer custo. Os patrões estão sempre em busca de maior competitividade e produtividade. Para isso, não pensam duas vezes em explorar nossa força de trabalho ao máximo.

## LER/DORT – Uma epidemia nas Lojas

Sabe aquela dorzinha chata que aparece justamente quando você está trabalhando? Cuidado! Você pode estar com LER/DORT (Lesão por Esforço Repetitivo/Distúrbios Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho).

O termo LER/DORT refere-se a um conjunto de doenças do sistema musculoesquelético, que é lesionado por excesso de uso ou uso indevido.

Isso ocorre pelos mais diversos motivos, sen-



do que o principal causador, invariavelmente, é o processo de organização do trabalho.

A mais comum das doenças ocupacionais atinge principalmente músculos, ossos tendões, causando, por exemplo, tenossinovites, tendinites, bursites e mialgias.

## Como prevenir

A prevenção inclui o combate à superexploração no ambiente de trabalho.

É importante que todos entendam que é obrigação dos patrões oferecerem boas condições de trabalho.

Entretanto, o que vemos são jornadas prolongadas, ritmo acelerado, cobrança excessiva de metas de venda e pouco tempo para descanso.

Pressionados pela reestruturação produtiva, implementada pelas empresas, os trabalhadores vêm sua saúde ser prejudicada a cada dia.