

ATIVIDADES DE PESCA: RIOS, LAGOS E LAGOAS





EQUIPE TÉCNICA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA/UFBA

Paulo Gilvane Lopes Pena Coordenador do Projeto Professor PPGSAT/UFBA

Carlo Minayo Gomez Pesquisador / FIOCRUZ

Thais Mara Dias Gomes Pesquisadora / UFBA

Soraia Miranda dos Santos Assessora Técnica Administrativa / UFBA

> Adelaide Suely de Oliveira Psicóloga/Professora

INSTITUIÇÕES E ORGANIZAÇÕES DO GRUPO GESTOR DO PROJETO

MINISTÉRIO DA SAÚDE (ÓRGÃO FINANCIADOR)
Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa
Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social
(DAGEP/SGEP/MS)

CONSELHO PASTORAL DOS PESCADORES/CPP

Maria José Honorato Pacheco Presidente CPP Nacional

Andréa Rocha do Espírito Santo CPP/BA

> Sueli Martins Miranda CPP/Norte

> > Camila Batista CPP/CE

José Elio Silva Souza CPP/Nordeste Laurineide Maria Vieira de Carvalho Santana CPP/PE

> Ormezita Barbosa de Paulo Brasília CPP/DF

Cleonice Silva do Nascimento Pontal do Paraná CPP/PR

Iricina de Aviz de Oliveira CPP/PA

Paulo Cesar dos Santos Miranda CPP/PA

ARTICULAÇÃO NACIONAL DAS PESCADORAS/ANP

Pesquisadora Popular Bolsista

Elionice Conceição Sacramento/BA
Edna Maria Ramos de Sousa/MA
Gicleia Maria da Silva Santos/PE
Maria Lusanete Lima/CE
Josana Serrão Pinto/PA
Maria Regina Meura Passarela/SC
Rita de Cássia da Silva Costa/RN
Simelia Rodrigues Moraes - Belém/PA
Maria de Lourdes Leppaus Dias/ES
Elza Lima do Nascimento/PI
Eva Ramos Martins/MG
Ariadnes Casas Machado/PR

DESIGN GRÁFICO, DIAGRAMAÇÃO E ILUSTRAÇÃO

Marlon Lacerda Xavier

NORMALIZAÇÃO

Editora MS/CGDI

OS 2018/0410

ÍNDICE

APRESENTAÇÃO	06
O QUE É SAÚDE?	08
O QUE É O SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE / SUS?	09
JORNADA DE TRABALHO NA PESCA ARTESANAL	11
O QUE É UMA DOENÇA DO TRABALHO?	12
ATIVIDADES E RISCOS RELACIONADOS AO TRABALHO NA PESCA ARTESANAL	13
O QUE SIGNIFICA O CONJUNTO DE DOENÇAS DO TRABALHO CHAMADAS DE LER?	18
CÂNCER DE PELE	20
PRINCIPAIS RISCOS DE ACIDENTES DO TRABALHO IDENTIFICADOS	21
DIREITOS PREVIDENCIÁRIOS DAS PESCADORAS E PESCADORES ARTESANAIS	22
VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES PESCADORAS E REDES DE APOIO	23
IMPORTÂNCIA DA VIGILÂNCIA EM SAÚDE DAS TRABALHADORAS E DOS TRABALHADORES DA PESCA ARTESANAL	24
COMO PREPARAR UM PLANO DE AÇÃO PARA MELHORAR A SAÚDE DAS PESCADORAS E PESCADORES ARTESANAIS	26
CONCLUSÃO	30

APRESENTAÇÃO

Esta Cartilha resulta do projeto denominado "Educação em Saúde da(o) Trabalhadora(or) da Pesca Artesanal e Formação de Agentes Multiplicadoras em Participação na Gestão do SUS". Trata-se de um projeto realizado conjuntamente pela Universidade Federal da Bahia/Faculdade de Medicina da Bahia, Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social – DAGEP da Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa – SGEP do Ministério da Saúde – MS e pelas organizações de pescadoras e pescadores artesanais representadas pela Articulação Nacional das Pescadoras – ANP e do Conselho da Pastoral dos Pescadores – CPP.

Aqui serão apresentados os resultados das discussões com pescadoras artesanais realizadas em 11 oficinas no Brasil, sobre a Política Nacional de Saúde Integral das Populações do Campo, da Floresta e das Águas/PNSIPCFA*, concentradas nos seguintes temas: significado de Saúde Integral e Direito à Saúde; o que é Sistema Único de Saúde – SUS e formas de participação no Controle Social do SUS; conhecimento e prevenção dos riscos de doenças do trabalho e acidentes na pesca artesanal; principais doenças do trabalho para pescadores artesanais; principais tipos de acidentes do trabalho; Direitos Previdenciários por Acidentes e Doenças do Trabalho; Vigilância em Saúde do Trabalhador e da trabalhadora da pesca artesanal; Saúde da Mulher Pescadora; Plano de Ação para melhoria da saúde das pescadoras e pescadores artesanais.

As 11 oficinas, realizadas entre abril de 2016 e agosto de 2017, tiveram a participação de 417 pescadoras oriundas de 117 municípios, dos 16 Estados envolvidos. São eles: Bahia - cidade de Remanso; Pernambuco e Alagoas - cidade de Olinda; Rio Grande do Norte e Paraíba - cidade de Natal; Ceará - cidade de Fortaleza; Pará - cidade de Santarém; Maranhão - cidade de São Luís; Piauí - cidade de Parnaíba; Minas Gerais - cidade de Januária; Espírito Santo, Rio de Janeiro e Sergipe - cidade de Vitória; Santa Catarina e Rio Grande do Sul - cidade de Laguna; Paraná - cidade de Matinhos.

As trabalhadoras e os trabalhadores envolvidos na pesca artesanal abrangem grandes populações tradicionais que se encontram em situação de vulnerabilidade no Brasil e no mundo. Segundo dados oficiais, existiam no país 957 mil pescadores artesanais registrados em 2014, podendo chegar a aproximadamente um milhão e meio de pessoas com alguma atividade produtiva ligada à pesca em pequena escala. Com isso, a pesca artesanal é extensiva em toda a costa e rios do Brasil e, em geral, a

cada 200 brasileiros um é pescador artesanal. No mundo, em 2012, o Banco Mundial estimou haver em torno de 56 milhões de pessoas que trabalham na pesca em pequena escala, concentradas na Ásia, África e América Latina, sendo 47% representado por mulheres inseridas em diversas etapas, inclusive no beneficiamento.

Esses dados mostram que as pescadoras e pescadores artesanais representam uma das mais importantes categorias profissionais do Brasil e do mundo.

Esta Cartilha visa contribuir com as reflexões sobre saúde para melhoria das condições de vida e trabalho na pesca artesanal e, sobretudo, colaborar no planejamento das ações pelo Direito à Saúde Integral para pescadoras e pescadores artesanais.



^{*} Anexo XX da Portaria de Consolidação nº 02/GM/MS, de 28 de setembro de 2017

 $\overline{6}$

O QUE É SAÚDE?

Todo mundo pensa saúde. Mas poucas vezes se pergunta: o que é saúde?

Geralmente, vem a resposta: "saúde é não ter doença".

Mas será que é só isso? De onde aparecem as doenças? Saúde é muito mais do que a ausência de doenças. Saúde foi definida durante as oficinas como:



Então, a saúde pode ser entendida como:

A resultante das condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse da terra e acesso a serviços de saúde como condições necessárias para se garantir a saúde – Conceito formulado em 1986, na 8ª Conferência Nacional de Saúde.

Esta é a definição de saúde que o SUS utiliza.

O QUE É O SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE / SUS?

É formado pelos serviços de saúde pública do Brasil para atender a toda população, de forma gratuita. Reconhecida há mais de 30 anos pela Constituição Federal de 1988, considera a SAÚDE COMO UM DIREITO E UM DEVER DO ESTADO.

Estes serviços são: Unidade Básica de Saúde/UBS; Estratégia da Saúde da Família/ESF; Unidade de Pronto Atendimento/UPA; Centros Especializados em Reabilitação; Centro Especializado Odontológico/CEO; Serviços de Exames Médicos para Diagnósticos de Doenças como laboratórios, serviços de radiografias, ultrassonografias; Hospitais Gerais; Maternidades; Hospitais especializados; SAMU; Hospitais de Urgência;





Serviços e prevenção de doenças por meio da Vigilância de Saúde / Vigilância Sanitária / Vigilância Ambiental / Vigilância em Saúde do Trabalhador.

O que significa na prática ter o SUS para o pescador e pescadora?

A pescadora e o pescador têm direito, gratuitamente, à toda forma de assistência à saúde, como: vacinação para prevenção de doenças; pré-natal; exames para diagnóstico e tratamento de doenças em unidades de saúde, ambulatórios, hospitais; exames de prevenção de câncer; reabilitação como fisioterapia, terapia ocupacional... e tantos outros serviços de saúde.

O Ministério da Saúde, para melhorar o atendimento de saúde para pescadores e pescadoras no SUS vem colocando em prática uma Política Nacional de Saúde Integral das Populações do Campo, da Floresta e das Águas e Política Nacional da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora.

Para garantir que a assistência à saúde pelo SUS melhore, existe na sua organização formas de participação das pessoas. Isso se chama **Controle Social do SUS**.

O Controle Social permite participação nos Conselhos de Saúde do Município, do Estado e no Conselho Nacional de Saúde.

A participação social oficial no SUS é dada pelas Conferências que ocorrem de 4 em 4 anos. O SUS realiza Conferências Municipais de Saúde, Conferências Estaduais de Saúde e Conferências Nacionais de Saúde.

As pescadoras e pescadores podem participar do Conselho Municipal de Saúde do município levando propostas de melhorias dos serviços de saúde nas comunidades pesqueiras.

O SUS É UM PATRIMÔNIO DO POVO BRASILEIRO FUNDAMENTAL PARA O ATENDIMENTO EM SAÚDE DAS PESCADORAS E PESCADORES ARTESANAIS DO PAÍS

TRÊS PASSOS PARA PARTICIPAR DO CONTROLE SOCIAL DO SUS

1º. Reunir com os representantes das organizações de Pescadoras e Pescadores Artesanais e organizar ou listar os problemas de saúde e dos serviços de saúde nas comunidades de pescadores;



Conselhos Municipais de Saúde

2º. Formar uma comissão de representantes das pescadoras e pescadores e visitar a sede do Conselho Municipal de Saúde, que fica na Secretaria de Saúde do Município, para levar os problemas de saúde levantados e acompanhar o encaminhamento nas reuniões do Conselho;

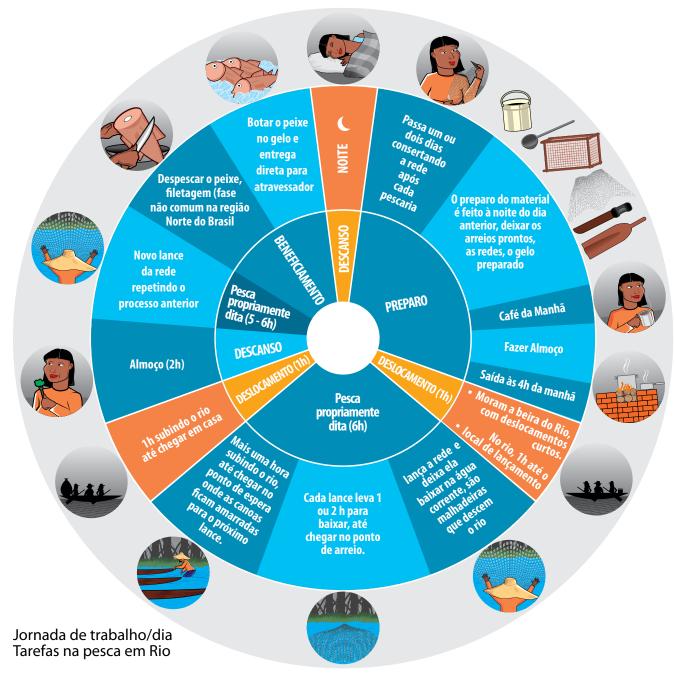


3°. Lutar para que tenha representantes de pescadoras e pescadores participando permanentemente do Conselho Municipal de Saúde.

CONSELHO MUNICIPAL DE SAÚDE



JORNADA DE TRABALHO NA PESCA ARTESANAL



O QUE É UMA DOENÇA DO TRABALHO?

Qualquer doença resultante das condições de trabalho ou da forma em que o trabalho é realizado, podendo surgir após longos períodos de exposição aos perigos ou riscos relacionados às tarefas.

Para as pescadoras e pescadores artesanais, existem mais de 60 doenças do trabalho já identificadas. As mais comuns são: Lesões por Esforços Repetitivos – que tem a sigla LER; câncer de pele pela exposição ao sol; doenças dos mergulhadores.

O que é acidente de trabalho?

Acidente do Trabalho pode ser qualquer acidente resultante das condições de trabalho ou dos perigos ou riscos existentes no trabalho. Os mais comuns na pesca artesanal são: afogamentos; picadas ou lesões com animais marinhos venenosos; cortes e quedas...

ATENÇÃO: POR QUE É IMPORTANTE PARA AS PESCADORAS E PESCADORES A IDENTIFICAÇÃO E NOTIFICAÇÃO/REGISTRO DA DOENÇA DO TRABALHO OU DOENÇA OCUPACIONAL?

- 1º. Para poder fazer o tratamento correto e evitar sua evolução para incapacidade permanente ou até a morte no caso de doenças mais graves;
- 2º. Quando precise se afastar do trabalho por um mês, dois, um ano ou o tempo necessário para tratamento e reabilitação, a pescadora ou pescador TEM DIREITO AO BENEFÍCIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL/INSS, QUE PODE SER DE UM SALÁRIO MÍNIMO (VER PÁGINA SEGUINTE) ENQUANTO ESTIVER AFASTADO, OU MESMO APOSENTADORIA POR INVALIDEZ PARA CASOS MAIS GRAVES;
- 3º. O BENEFÍCIO DO INSS SÓ PODE SER DADO SE HOUVER ATESTADO OU RELATÓRIO MÉDICO OU COMUNICAÇÃO DE ACIDENTE DO TRABALHO/CAT.
- 4º. SABENDO QUE É DOENÇA DO TRABALHO OU DOENÇA OCUPACIONAL FICA MAIS FÁCIL FAZER A PREVENÇÃO MELHORANDO AS CONDIÇÕES DE TRABALHO CAUSADORAS DA DOENÇA.

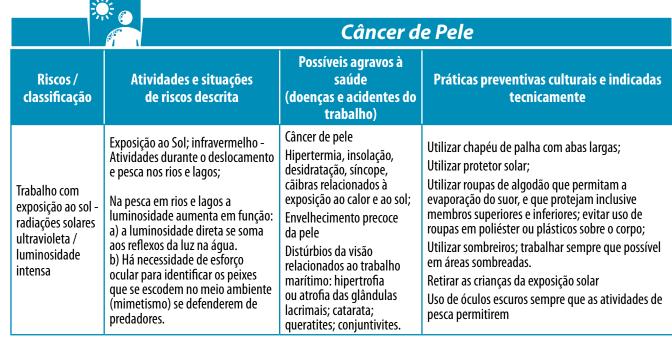
TODO TRABALHO TEM PERIGOS: MAS PRECISAM SER CONHECIDOS PARA SEREM EVITADOS

ATIVIDADES E RISCOS RELACIONADOS AO TRABALHO NA PESCA ARTESANAL



LER: Lesões por Esforços Repetitivos

		s por Estorços nepe	
Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
Esforço físico como levantamento e transporte de peso e movimentos repetitivos (limpar peixes, reparo de redes, atividade de remar, etc.) Chamado de risco Ergonômico	Levantamento e movimentação de peso excessivo (pescado; equipamentos de pesca; transporte manual de peixes; barco; etc.); Limpeza e beneficiamento de peixes; Atividade de remar em canoas e barcos; Fiação e tecelagem artesanal de rede de pesca; manutenção mecânica de equipamentos; Realização de movimentos repetitivos em excesso em qualquer atividade da pesca - exemplos: remar nos rios e lagos para pescar ou chegar ao local de pesca; jogar e puxar redes e tarrafas; limpar peixes, etc.	Doenças da coluna como lombalgias de esforço; Doenças musculoesqueléticas ou LER (Lesões por Esforços Repetitivos) como síndrome do túnel do carpo, tendinites, tenossinovites, bursites, e outras (inclui articulação — junta - do joelho); Traumas e enfermidades dentárias (atividade de prender a rede entre os dentes); Deformidades ósseas relacionadas ao trabalho para as crianças e adolescentes que trabalham muito nas atividades de pesca;	Reduzir a jornada de trabalho; Realizar pausas nas atividades com movimento repetitivo; Fazer uso de carro de mão, bicicleta, ou outro meio que reduza o peso do marisco ou peixe; Alternar as posturas durante o trabalho; Dar preferencia por manusear o marisco ou peixe em mesas, sentadas, mantendo a coluna e os braços apoiados; Alongar o corpo (braços, pernas, coluna) sempre que possível.





Doenças de pele

Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
Umidade/lama dos rios e lagos	Atividade de pesca com permanência na água, quando é comum trabalharem na lama e na água dos rios, lagos e lagoas; Irritação da pele pelas atividades de manuseio de peixes, manipulação de madeira, galhos das plantas dos rios e lagos.	Doenças de pele como Dermatites relacionadas à umidade — micoses - e outras dermatofitoses; e dermatomicoses; onicomicoses; Infecções urinárias frequentes (contato frequente com lama e água que gera atritos, irritações, inflamações e infecções); Dermatite de contato por irritação primária/alérgica; "Estigma profissional das mãos" decorrente de cortes e traumas concentrados no uso das mãos com esforço, irritantes, perfurantes por longo tempo.	O uso de equipamentos de proteção individual como óculos de proteção, luvas adequadas, botas especiais, meias e calça para o trabalho sob condições de imersão em água e lama.



Varizes

Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
nrolongado o tranchorto		Varizes de membros	Alternar com a postura sentada, evitando passar muito tempo em pé;
de peso	de observação e análise das condições de pesca	inferiores	Ao deitar manter as pernas elevadas para melhorar a circulação.



Riscos biológicos

Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
Riscos biológicos, especialmente relacionados: vírus, bactérias, fungos, protozoários, ovos e larvas de vermes em geral; Peixe elétricos ou animais venenosos. Especial atenção para mosquitos que transmitem doenças - Febre amarela, malária, dengue, Chikugunya e Zika Vírus.	Atividade de pesca com permanência na água e em áreas de mangue. Local de trabalho: nas margens de rios, lagos e lagoas com possibilidade de contato permanente com águas e lama contaminadas pelos diversos tipos de agentes biológicos. Algumas áreas de rios, lagoas e lagos estão poluídas pelos dejetos orgânicos oriundos de esgotos sanitários de regiões metropolitanas. Presença de animais peçonhentos com cobras, escorpiões, aranhas nas áreas de pesca; Cuidado especial com peixes elétricos como enguias/poraquê.	Doenças infecciosas e parasitárias; tuberculose; febre amarela; malária; dengue; chikugunya; zika vírus; esquistossomose; tétano; hepatite A; dermatofitose; candidíase; verminoses, amebíases e outras patologias associadas à falta de saneamento e a poluição orgânica dos rios e lagos. Rinites, dermatites alérgicas, asma profissional decorrente de sensibilizações às substâncias alérgicas presentes nos peixes. Acidentes ofídicos em geral; Danos com choques elétricos com risco de afogamentos.	Vacinar contra febre amarela e tuberculose (BCG). Melhoria das condições de higiene e saneamento do ambiente; Uso de repelentes naturais; Uso de redes de proteção contra mosquitos; Melhorar condições nos acampamentos de pesca. Combate à poluição Educação sobre os cuidados de higiene pessoal e ambiental

		Doenças respiratóri	as
Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
Exposição às intempéries; umidade/ chuvas, frio.	Atividade de pesca com permanência na água durante o dia e à noite. Atividade de acampamento de pesca na beira dos rios, lagoas e lagos.	Tuberculose e outras infecções das vias aéreas superiores e inferiores; gripes; resfriados; faringites; artralgias (dores nas articulações ou "juntas").	Vacinação com gripes feita anualmente no SUS; Vacina BCG; Melhorar as condições de acampamentos do barracas fechadas.



Riscos químicos

		Miscos quimicos		
Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente	
Riscos químicos com uso de óleo diesel, querosene, etc;	Deslocamento em barco movido a motor de explosão que geram fumaças. Uso de querosene e óleo Diesel como repelente de mosquitos. Trata-se de práticas de proteção contra picadas de mosquitos existentes nos rios e lagos fundamentada no desconhecimento dos riscos dos produtos e na precariedade econômica para compra de repelentes vendidos no mercado. Exposição a produtos químicos originários de indústrias próximas, que contaminam áreas de pesca.	Possibilidades de doenças respiratórias alérgicas como asma, rinites. O monóxido de carbono, embora presente em toda queima incompleta, não parece constituir risco em função da realização do pré-cozimento em ambientes abertos, geralmente nos quintais das residências. Câncer de pele; dermatites de contato.	Uso de repelentes em lugar do querosene e ólec Diesel; Uso de fogões com chaminés apropriadas para exaustão da fumaça	



Envenenamento por CHUMBO

Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
Manipular CHUMBO nas tarrafas.	Pescadores utilizam redes chamadas tarrafas que possuem peso de chumbo. Existe o costume prender os pesos de chumbo entre os dentes ao lançar a tarrafa. Com isso, há o perigoso contato e ingestão de resíduos de chumbo nesta prática.	Doenças graves como intoxicações crônicas pelo chumbo são graves. Podem atingir vários órgãos e sistemas como sanguíneo - anemias - rins, cérebro, e pode causar câncer, mal formação fetal, dentre outras possibilidades.	Substituir o chumbo das tarrafas; evitar colocar chumbo na boca para lançar tarrafas; realizar ex- ames médicos anuais para dosar chumbo no sangue ou realizar outros exames toxicológicos.



Doenças descompressivas

Riscos / classificação	Atividades e situações de riscos descrita	Possíveis agravos à saúde (doenças e acidentes do trabalho)	Práticas preventivas culturais e indicadas tecnicamente
Doenças dos Mergulhadores - Exposição a altas pressões atmosféricas durante o mergulho.	Mergulho para pesca em geral, principalmente para desprender redes no fundo de rios, lagos e lagos.	Doenças descompressivas; barotraumas; Labirintite ou Vertigem; Hipoacusia.	Treinamento dos pescadores, fornecimento de equipamentos de proteção, além de proibição de formas irregulares de mergulho; Controle médico para avaliar aptidão e acompanhamento das atividades de mergulho.

Fontes:

- 1. Manual de doenças do trabalho do Ministério de Saúde; 2. Sofrimento Negligenciado: doenças do trabalho em marisqueiras e pescadores artesanais/Paulo Gilvane Lopes Pena, Vera Lúcia Andrade Martins (Org.) Salvador: EDUFBA, 2014.



O QUE SIGNIFICA O CONJUNTO DE DOENÇAS DO TRABALHO CHAMADAS DE LER?

Lesões por Esforços Repetitivos (LER) - Trata-se da denominação para o conjunto de afecções que acometem músculos, tendões, articulações, vasos e nervos, que podem aparecer em trabalhadores

submetidos a condições desfavoráveis do ponto de vista ergonômico.

O sofrimento no trabalho; o estresse inerente às altas exigências de produtividade; atividades monótonas e repetitivas; ausência de pausas; dentre outros riscos, concentram esforços repetitivos principalmente nos membros superiores e nas regiões lombar e cervical, comumente mais atingidas.



ATENÇÃO: Fortes indícios da existência de epidemia de Lesões por Esforços Repetitivos – LER na categoria de pescadores artesanais no país. Em todas as oficinas, tem se verificado a gravidade da situação, cujas narrativas indicam grande número de mulheres e homens que trabalham com sintomas sugestivos dessa doença ocupacional.

Alguns estudos epidemiológicos recentes realizados em comunidades pesqueiras revelam números impressionantes de até 90% de pessoas nas atividades de pesca com suspeita de LER.

Principais sintomas das LER

O sintoma mais importante é a dor crônica durante meses ou anos.

A dor localiza-se principalmente nos músculos e articulações ou juntas. As articulações mais atingidas são punhos, braços, cotovelos, ombros, joelhos. Sempre há dor nas articulações mais utilizadas no trabalho, quando se faz movimentos e esforços repetitivos.

Podem aparecer outros sintomas como dormência, formigamentos, fraqueza muscular nas mãos e braços.

Esses sintomas pioram com o trabalho de mariscagem ou na pesca; em movimentos como remar; levantar e transportar pesos; etc.

Causas: excesso de movimentos repetitivos com esforço é chamado de risco ergonômico.

Exemplos de movimentos repetitivos que podem significar riscos para LER:

- Excesso de atividade repetitiva de remar no deslocamento para áreas de pesca ou nos rios, lagos e lagoas durante a pesca;
- Excesso de atividades de arremessar e puxar redes de pesca;
- Excesso de atividades repetitivas de fabricar e concertar redes de pesca;

Podem causar sobrecarga com risco de LER nas articulações (juntas) dos ombros, mãos, coluna vertebral, coxofemorais e joelhos.

OBS: Para atividades de digitação, a Norma Regulamentadora/NR 17 estabelece o limite de 8.000 toques por hora, em jornadas de 6 horas, com pausa prescrita de 10 minutos para cada 50 trabalhados.

CÂNCER DE PELE

Veja se você faz parte do grupo de risco do Câncer de Pele:

Você tem casos de câncer de pele na família?	Você teve queimadura solar?
Você tem sardas?	Você tem muitas pintas?
Você tem pele clara?	Você está com uma feridinha que não cicatriza?
Você não consegue se bronzear?	Você tem uma pinta que está mudando de cor e/ou está crescendo?
Você já teve câncer de pele?	Você tem mais de 65 anos?

Com um ou mais destes fatores você faz parte do grupo de risco do câncer de pele. Faça o seu exame preventivo gratuito.

Proteção Solar é um conjunto de atitudes:





Camiseta











Óculos escuro Guarda-Sol

Chapéu

Evite sair ao sol entre 10h da manhã e 15h da tarde; Use boné ou chapéu e camiseta sempre que estiver em situação de exposição ao sol;

Lembre-se: protetor solar sozinho não resolve.

Regras do ABCD Câncer de Pele **ASSIMETRIA** Simétrico Assimétrico = MALIGNO = BENIGNO BORDA Borda Irregular Borda Regular MALIGNO BENIGNO Dois Tons ou mais Tom Único = MALIGNO = BENIGNO DIMENSÃO Superior a 6mm Inferior a 6mm = MALIGNO = BENIGNO

PRINCIPAIS RISCOS DE ACIDENTES DO TRABALHO IDENTIFICADOS







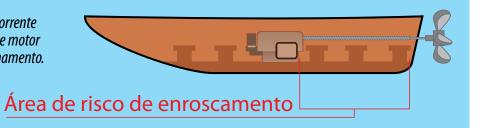
acidente de trabalho na pesca com peixes elétricos nos rios amazônicos



O Rio Amazonas guarda lugares de águas turvas e fundos lodosos. É justamente nesses locais que vivem os peixes elétricos, a exemplo do Poraquê (Electrophorus electricus).

Pode chegar a dois metros, sua cabeça é achatada e a boca possui uma fileira de dentes cônicos e afiados., seu corpo é capaz de produzir e captar energia, podendo chegar a mais de 500 volts. Trata-se de um relevante risco de acidente de trabalho na pesca artesanal que pode ser letal.

Acidente com escalpelamento decorrente do contato dos cabelos com eixo de motor de barco sem proteção em funcionamento.



ESSE ACIDENTE PODE SER EVITADO COM A PROTEÇÃO/COBERTURA DO EIXO DO MOTOR DO BARCO

IMPORTANTE:

- 1- NOTIFICAR COM A CAT (COMUNICAÇÃO DE ACIDENTE DE TRABALHO) TODO ACIDENTE DO TRABALHO
- 2- VACINAR CONTRA TÉTANO E FAZER REFORÇO A CADA DEZ ANOS / PODE SER NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE/SUS

DIREITOS PREVIDENCIÁRIOS DAS PESCADORAS E PESCADORES ARTESANAIS



- 1. Identificar-se sempre como pescadora em todos os serviços de saúde para que seja registrado o atendimento e posteriormente notificado ao sistema de informação do SUS SINAN.
- 2. Se for o caso de acidente de trabalho ou doença do trabalho, deve ser emitida a CAT caracterizando o trabalhador(a) como pescador(a) artesanal. Promover discussões com Colônias de Pescadores, Associações, Sindicatos e demais entidades nas comunidades de pescadores sobre a importância de ter como prática rotineira a identificação da pescadora e pescador em todos os serviços de saúde.
- 3. Realizar discussões nas comunidades pesqueiras

para que SEMPRE seja emitida a Comunicação de Acidentes do Trabalho – CAT - em todos os casos de doenças ou acidentes do trabalho; treinar em todas as comunidades pesqueiras pessoas para que sejam capazes de emitirem CAT pela Internet ou com formulários comprados nas papelarias (ou mesmo impressos pela INTERNET) sem que cobrem por este serviço; procurar entidades sindicais, associações ou Colônias de Pescadores para fazer com que disponham de pessoas que saibam emitir CAT sem cobranças abusivas.

4. Utilizar o manual de preenchimento da CAT - atendo para as partes de Segurado Especial - que pode ser encontrado na Internet:

http://www.previdencia.gov.br/forms/formularios/form002_instrucoes.html

OBS - no preenchimento da CAT, no campo 26, utilizar o número da CBO para pescador artesanal encontrado na Internet:"trocar por "OBS – no preenchimento da CAT, no campo 26, utilizar o número da CBO para pescador artesanal encontrado na Internet - **CBO 6310-20**.

http://www.ocupacoes.com.br/cbo-mte/6310-pescadores-polivalentes

VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES PESCADORAS E REDES DE APOIO

Principais tipos de violência contra as mulheres pescadoras

- **1. Violência física:** São exemplos desse tipo de violência: Tapas, socos e espancamento; Atirar objetos, sacudir e apertar os braços; Estrangulamento ou sufocamento; Lesões com objetos cortantes ou perfurantes; Ferimentos causados por queimaduras ou armas de fogo; Tortura.
- **2. Violência psicológica:** Ex: Ameaças; Perseguição; Constrangimento; Humilhação; Manipulação; Isolamento (proibir de sair de casa, estudar e viajar ou de falar com amigos e parentes); Vigilância constante; Insultos; Chantagem; Exploração; Limitação do direito de ir e vir; Ridicularização; Tirar a liberdade de crença
- **3- Violência sexual:** Ex: Estupro (inclusive quando ocorre dentro do casamento, quando o marido obriga a esposa a ter relações sexuais); Obrigar a mulher a fazer atos sexuais que causam desconforto; insinuações, toques, maltrato



4. Violência Moral: São exemplos: Rebaixar a mulher por meio de xingamentos que incidem sobre a sua índole; Tentar manchar a reputação da mulher; Emitir juízos morais sobre a conduta; Fazer críticas mentirosas; Expor a vida íntima; Distorcer e omitir fatos para pôr em dúvida a memória e sanidade da mulher; Afirmar falsamente que a mulher praticou crime que ela não cometeu.

O feminicídio é o assassinato de uma mulher pela condição de ser mulher. Representa a última etapa da expressão de violência.

Quais as instituições que podem ajudar a mulher pescadora contra atos violentos

- DEAM (Delegacia Especial de Atendimento a Mulher) mais próxima da residência ou delegacia comum;
- Vamos criar Redes de Apoio às Mulheres em Situação de Violência nas comunidades e Municípios;
- Procurar em seu estado ou Município Casas de Apoio ou Centros Especiais de Apoio às Mulheres em Situação de Violência.

OBS: caso ocorra desrespeito, descaso ou humilhação no momento da queixa, denuncie ao Ministério Público. Você não está sozinha, chame uma amiga!

A SAÚDE DAS PESCADORAS ARTESANAIS | ATIVIDADES DE PESCA: RIOS, LAGOS E LAGOAS

IMPORTÂNCIA DA VIGILÂNCIA EM SAÚDE DAS TRABALHADORAS E DOS TRABALHADORES DA PESCA ARTESANAL

Quando se fala de doenças e acidentes do trabalho, a principal preocupação é evitar esses sofrimentos. Ninguém quer adoecer, sofrer mutilações e até mesmo a morte em algumas situações graves. Por isso, a PREVENÇÃO É ESSENCIAL.

O SUS tem importante ação na prevenção para todas as doenças, a exemplo dos programas de vacinação, prevenção de cânceres, etc.

O SUS tem também um setor que atua na prevenção de acidentes e doenças do trabalho. Chama-se de Vigilância em Saúde do Trabalhador, que é parte de Vigilância em Saúde em geral.

Os principais órgãos do SUS que atuam na Vigilância em Saúde do Trabalhador são os Centros de Referência em Saúde do Trabalhador, chamados de CEREST. Estes serviços têm a obrigação de agir na prevenção de doenças e acidentes do trabalho.

Existe sempre um CEREST que atende comunidades de pescadores e que deve ser procurado pelas pescadoras para ajudar na prevenção de doenças e acidentes do trabalho, além de melhorar os serviços de saúde junto às comunidades pesqueiras.

Exemplos importantes:

1 – DEBATER A REDUÇÃO DA JORNADA DE TRABALHO. As pescadoras chegam a trabalhar mais de 100 horas por semana, muitas vezes sem descanso semanal e sem férias.

Esse esforço repercute no desgaste do corpo e favorece o surgimento de dores musculares, lesões nos punhos, coluna vertebral, etc, a exemplo das doenças chamadas de LER.

Repercute na ocorrência de acidentes, pois o corpo e a mente cansados de trabalhar tem dificuldade para realizar salvamentos no afogamento, torna mais lenta as medidas para evitar peixes venenosos, etc.

Assim, existe a necessidade das pescadoras e pescadores refletirem formas de redução da jornada de trabalho excessiva.

2 – Mudar instrumentos ou condições de trabalho também pode evitar ou eliminar doenças e acidentes do trabalho.

Por exemplo, realizar os trabalhos sempre utilizando as medidas preventivas. Se possível, substituir o chumbo das tarrafas por outro peso para eliminar o perigo da contaminação do chumbo.

DICA: Volte a ler as formas de prevenção citadas e reflitam em grupo caminhos para aplicação da prevenção no cotidiano do trabalho.

3 – Muitas vezes uma mudança na forma de realizar a pesca ou o beneficiamento pode ajudar na melhoria da renda das pescadoras. Existem órgãos que podem ajudar nessa reflexão.

Por exemplo, as diversas formas de organização do trabalho por meio de associações produtivas de pescadores podem ser levar a mudanças na forma de trabalhar para todos, com repercussão na melhoria da renda. Nesse sentido, setores da chamada Economia Solidária podem informar sobre alternativas organizacionais e formas de apoio financeiro.

Perguntas importantes para saúde do pescador:

Como melhorar a saúde do pescador? – reduzindo a jornada de trabalho, com o qual diminui o tempo de exposição aos riscos ocupacionais e aos desgastes do corpo e da mente no trabalho.

Como proteger o território pesqueiro da invasão e poluição? A invasão e poluição dos territórios são grandes problemas que pescadoras e pescadores artesanais enfrentam. A invasão acontece por diversos tipos de empreendimentos: construção de barragens, implantação de mineradoras, instalação de grandes complexos industriais, agrícolas e até turísticos. Essas formas de ocupação, além de expropriar espaços de produção, degradam e contaminam os ambientes por agentes tóxicos, além da falta de saneamento básico. Essa situação torna atualmente a luta em defesa dos territórios uma das reivindicações mais importantes dos povos do campo, da floresta e das águas.

COMO PREPARAR UM PLANO DE AÇÃO PARA MELHORAR A SAÚDE DAS PESCADORAS E PESCADORES ARTESANAIS



Evitar doenças e acidentes que pode ser por medidas individuais e coletivas, definidas em reuniões de pescadoras e pescadores.

Para lutar pelo acesso às medidas preventivas, recomendase organizar um Plano da Ação, pois representa uma forma de agendar as tarefas para melhoria da saúde e trabalho das pescadoras e pescadores, que devem ser avaliadas e revisadas periodicamente.

Siglas utilizadas:				
ANP - Articulação Nacional das		CPP - Comissão da Pastoral	ESF - Estratégia de Saúde	
Pescadoras Pescadoras Artesanais		dos Pescadores	da Família	
CEREST - Centro de Referência	ONG - Organização não	SMS - Secretaria Municipal de Saúde	MS - Ministério	
em Saúde do Trabalhador	Governamental		da Saúde	

Ações Prioritárias	Nível da Ação Local/Regional/Nacional	Quem?	Quando?	
Violência Doméstica e Sexual				
Identificar os serviços existentes nas redes setoriais de atendimento municipal e regional voltado especificamente para Mulher violentada.	Municipio Estado	Secretaria de Saude / Sec. Assistencia social / Conselhos de Assistência Social / MPP / CPP	Constante	
Criar espaços de discussão local voltado pra mulher (vítima ou não)	Local	Pescadoras, CPP, ANP, colônias associações / Centro de Referência de Assistência Social (CRAS)	Constante	
Criar grupo de escuta direcionado para o homem, a fim de prevenir a violência.	Local	CPP pode realizar essa provocação) / Instituições Pública e Privada / CRAS (Centro de Referência de Assistência Social / CREAS (Centro de Referência de Assistência Social / CREAM (Centro de Referência Especializado de Atendimento à Mulher / Associação de mulheres / Colônias / Sindipesca / Conselhos Tutelares / Delegacia da mulher	Constante	

Ações Prioritárias	Nível da Ação Local/Regional/Nacional	Quem?	Quando?				
Assistência à Saúde							
ldentificação como PESCADORA em todos os serviços de saúde. Em caso de acidente ou doença do trabalho sempre emitir CAT	Local	Lideranças, ANP, MPP, CPP, Colônias, Associações, Pescadoras, PSF, CEREST, ONG, SMS, Sindicatos	Imediato				
Atenção à saúde nos PSF's	Local	Pescadoras	Imediato				
Atenção secundária à saúde (policlínicas, CEREST, hospitalar)	Local e Regional	Pescadoras, lideranças, colônias, associações, Conselho e SMS	Imediato				
Atenção terciária à saúde (hospitais de referência)	Local e Regional	Pescadoras, lideranças, colônias, associações, Conselho e SMS	Imediato				
Intensificar as Notificações de doenças, em especial : escalpelamento . A fim de quantificar e problematizar buscando prevenção. (procurar conhecer instituições que já desenvolve algumas atividades para essa demanda no Estado).	Local e Regional	Cons. Saúde / CEREST / Comitês Regional / MPP / Promotoria / Colônias (1) / CPP (1) / ANP / Associações / USF / Pescadores(as) / Saber como funciona o SUS	Curto e médio prazo				
Uso excessivo de Agrotóxico nas plantações (arrozeiros e outros)	Local	Saúde / UFPA / IFPA / SEREST / M.P. / ICMBIO / Sec. Meio Ambiente / Capitania dos portos / ONGs / SAPOPEMA / MOPEBAM / IPAM / CPT	Curto, médio e longo prazo				
Intensificar ações voltadas para fortalecer a Identidade do pescador/a, a fim de melhor garantir a luta pela garantia do território pesqueiro.	Local	CPP / RESEX / UFPA / Sec. Pesca / Associação / Colônia / Sec. Pesca / Inss / Sindipesca / Pescadores(as)	Imediato				
Mapeamento dos territórios ameaçados	Local e Regional	CPP, ANP, Universidades, pescadores	Imediato				

Ações Prioritárias	Nível da Ação Local/Regional/Nacional	Quem?	Quando?				
Diagnóstico, Tratamento e Reabilitação para doenças do trabalho (ex: LER)							
Procurar o PSF em todos os casos de dor, dormência e perda de força e contar como desenvolve a atividade na sua profissão de pescador artesanal.	Local	Pescadoras lideranças, colônia, associações	Constante e imediato				
Solicitar relatório médico relacionando doenças e acidentes com o trabalho, preencher a CAT sempre que doença e acidente, para encaminhar ao INSS em casos de afastamento.	Local	Pescadoras lideranças, colônia, associações	Constante e imediato				
ldentificar no local ou regional, serviços de assistência em fisioterapia e reabilitação para doenças e acidentes do trabalho (PSF e NASF)	Local	Pescadoras lideranças, colônia, associações	Constante e imediato				
Identificar CEREST e orientar a intervenção dele nos casos de negação do diagnóstico de doenças do trabalho ou exames especializados	Local	Pescadoras lideranças, colônia, associações	Constante e imediato				
Controle Social no SUS							
Participação nos Conselhos Municipais e Estaduais de Saúde Estimular a criação do Conselho do Direitos da Mulher	Local, Regional	Pescadoras, lideranças, motivar organizações comunitárias e instituições afins.	lmediato				
Mapeamento dos serviços ofertado pelo SUS na comunidade, voltado para o profissional da pesca artesanal.	Local	Lideranças, pescadoras	lmediato e Constante				
Articulação com a gestão local e estadual para a capacitação dos profissionais de saúde no atendimento às pescadoras e o fornecimento dos recursos necessários para executar as funções	Local	Lideranças, pescadoras / Secrataria Mun. De Saude / Movimento dos Pescadores / Comunitários / Agentes de Saúde	lmediato e Constante				

Ações Prioritárias	Nível da Ação Local/Regional/Nacional	Quem?	Quando?				
Mecanismos e Formas de Prevenção							
Estimular a realização de exames periódicos de saúde das pescadoras e pescadores nas Unidades de Atenção Básica (ex: vacinas antitetânica, mamografia, etc)	Local e Regional	MPP / ANP / CPP / Pescadoras / Ministério da Saúde	Imediato				
Fornecimento de repelentes e protetores solares (como genéricos)	Local, regional e nacional	MPP, CPP, ANP, Sec. Munic. Saúde Secretaria da Mulher do Estado Ministério da Saúde Universidades / RESEX (ICMBIO)	Médio e longo prazo				
ldentificar e demandar medidas de apoio e orientação para prevenção de acidentes e doenças do trabalho (ex: EPI's, Educadores Físicos para ensinar a nadar)	Local	Pescadores(as) / Comunitários / Capitania dos Portos / Colonia enviar oficio para o corpo de bombeiro ministrar curso de natação / SESC (curso de natação) / Retomar contato com a secretaria das Mulheres / IBAMA(cobertura do motor) / Criação de um programa municipal que facilite distribuição de repelentes e outros.	Existe prazo da Capitania (4 a 5 meses). Retomar contato com a secretaria das Mulheres (CPP, médio e longo prazo)				

REALIZAR REUNIÕES COM PESCADORES E SUAS REPRESENTAÇÕES PARA LISTAR OS PROBLEMAS DE SAÚDE NAS COMUNIDADES PESQUEIRAS.

Contato Ouvidoria SUS: Disque Saúde 136

Funciona 24 horas: de segunda a sexta, das 8h às 20h, e aos sábados, das 8h às 18h. O cidadão pode falar diretamente com o teleatendimento.

E-mail: 136@saude.gov.br



CONCLUSÃO

Existem aproximadamente 56 milhões de pessoas que trabalham na pesca artesanal, sendo 98% concentrados na Ásia, África e América Latina. No Brasil nós temos quase um milhão de pescadores registrados.

Os pescadores artesanais representam uma das maiores e mais importantes categorias de trabalhadores no Brasil e no mundo. As mulheres pescadoras são quase metade dessa população e, por isso, tem um papel fundamental na construção da:

- Saúde como um direito
- Saúde como uma conquista
- SUS como um patrimônio de todos que precisa ser fortalecido

Todos os caminhos para a garantia da saúde como direito passam pela organização das mulheres. O protagonismo das pescadoras artesanais tem mobilizado debates nos mais diversos espaços com o objetivo de construir ações efetivas à melhoria da qualidade de saúde e trabalho na pesca artesanal.

O projeto 'Educação em Saúde da(o) Trabalhadora(or) da Pesca Artesanal e Formação de Agentes Multiplicadoras em Participação na Gestão do SUS', ao articular a PNSIPCFA e a Política Nacional da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora/PNSTT produziu relevantes dados/conhecimentos que serviram de base à elaboração dessa cartilha.



"Vem companheiro / Chega de indecisão Vem engrossa a fileira / Desfralda a bandeira da libertação Vem companheira / Esse é o nosso momento Venha de todos os lados / E de braços dados entrar no movimento"







Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde www.saude.gov.br/bvs







