

Você, trabalhador da limpeza! Vamos conversar?



MINISTÉRIO
DO TRABALHO E EMPREGO



FUNDACENTRO
FUNDAÇÃO JORGE DUPRAT FIGUEIREDO
DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

Presidente da República

Luiz Inácio Lula da Silva

Ministro do Trabalho e Emprego

Carlos Lupi

Fundacentro

Presidente

Jurandir Boia

Diretor Executivo

Eduardo de Azeredo Costa

Diretor Técnico

Jófilo Moreira Lima Júnior

Diretora de Administração e Finanças interina

Hilbert Pfaltzgraff Ferreira

**Você, trabalhador
da limpeza!
Vamos conversar?**

Qualquer parte desta publicação pode ser reproduzida, desde que citada a fonte.

Disponível também em: www.fundacentro.gov.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Serviço de Documentação e Bibliotecas – CDB / Fundacentro

São Paulo – SP

Erika Alves dos Santos CRB-8/7110

Algranti, Eduardo.

Você, trabalhador da limpeza! : vamos conversar? / Eduardo
Algranti, Elayne de Fátima Maçaira, Elizabete Medina Coeli
Mendonça. – São Paulo : Fundacentro, 2009.

21 p. : il. color. ; 24 cm.

ISBN 978-85-98117-44-7

1. Trabalhador da limpeza – Risco profissional . 2. Trabalhador
da limpeza – Risco químico. 3. Trabalhador da limpeza – Doenças
respiratórias. I. Maçaira, Elayne de Fátima. II. Mendonça, Elizabete
Medina Coeli.

CIS

Hv Wa Ni Yhai

CDU

628.46+331.105.24:613.6:616.24

CIS – Classificação do “Centre International d’Informations
de Sécurité et d’Hygiène du Travail”

CDU – Classificação Decimal Universal

CIS

Hv – Limpeza

Wa – Trabalhador, empregado

Yhai – Risco profissional

Ni – Doenças respiratórias

CDU

628.46 – Limpeza urbana

331.105.24 – Trabalhador

613.6 – Riscos ocupacionais. Higiene e saúde ocupacionais

616.24 – Doenças respiratórias

Ficha Técnica

Coordenação Editorial: Elisabeth Rossi • Glaucia Fernandes

Revisão gramatical: Karina Penariol Sanches

Ilustrações: Ricardo Pretel

Design capa e miolo: Glaucia Fernandes • Gisele Almeida (estagiária)

Eduardo Algranti
Elayne de Fátima Maçãira
Elizabete Medina Coeli Mendonça

Fundacentro

**Você, trabalhador
da limpeza!
Vamos conversar?**

São Paulo

MINISTÉRIO
DO TRABALHO E EMPREGO



FUNDACENTRO
FUNDAÇÃO JORGE DUPRAT FIGUEIREDO
DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

2009

Você, trabalhador da limpeza! Vamos conversar?

O seu trabalho é muito importante para a
saúde e o bem-estar de todos.

Mas esteja atento também à sua saúde!



Durante a limpeza, o ar que você respira pode se tornar poluído devido ao uso de produtos de limpeza e também pela poeira levantada. Isso pode causar ou piorar problemas respiratórios como a asma.

Muitas vezes, aparecem primeiro estes sintomas:



Coriza (nariz escorrendo)
ou obstrução nasal



Lacrimejamento dos
olhos

O que é asma?

Asma é uma doença do sistema respiratório que pode provocar os seguintes sintomas:



Aperto no peito



Chiado no peito

Falta de ar



Tosse, com ou sem
catarro

**Portanto, se você sentir alguns desses sintomas,
saiba que isso não acontece só com você.
Mais da metade dos trabalhadores da limpeza
apresentam sintomas respiratórios.**

Como saber se as condições em que você trabalha estão causando ou piorando os sintomas?

Se você sentir que alguns desses sintomas:

- melhoram nos finais de semana e nas férias;
- aparecem em certas horas do dia e em certos dias da semana;
- aparecem depois de fazer alguma tarefa ou usar algum produto no trabalho;
- aparecem também nos colegas de trabalho.

É possível que a causa dos sintomas seja o ar que você respira no seu trabalho.

Observe se os sintomas pioram no trabalho.



A empresa contratada (que assinou sua carteira) e a contratante (local onde você trabalha) são responsáveis pela qualidade do ar que você respira no local de trabalho.

Quais produtos podem causar sintomas respiratórios?

- Alguns tipos de desinfetante;
- Água sanitária, cloro;
- Ácidos, limpa-baú, limpa-pedras;
- Amoníaco;
- Ceras, lustra-móveis;
- Multiuso;
- Removedores e solventes, e outros.

Quando há quebra de recipientes, derramamento de produtos, ou mistura de produtos, como água sanitária com ácido ou com amoníaco, por exemplo, o ar que você respira pode levar ao aparecimento de sintomas de forma rápida, causando dificuldade respiratória e outros sintomas, que podem necessitar até mesmo de atendimento no pronto-socorro. Esses sintomas podem continuar por muitos anos, provocando prejuízos à sua saúde.



Algumas dicas que podem ajudar a diminuir a exposição aos produtos e poeiras:

- **Nunca** misture produtos diferentes, como nos exemplos abaixo. **Sempre** lave baldes, panos ou esponjas após o uso.

Água sanitária + ácido = **produto tóxico**

ou

Água sanitária + amoníaco = **produto tóxico**





- **Não use o produto concentrado** quando suas instruções recomendam **diluir** com água.

- **Leia** e siga as instruções do rótulo.

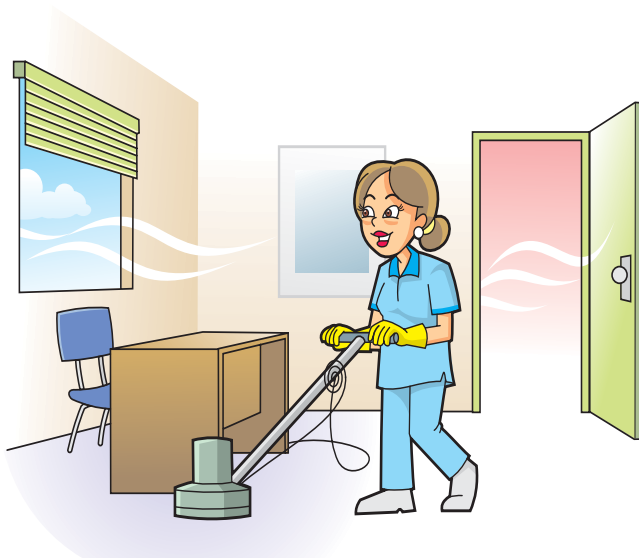
Nunca use o produto se estiver sem rótulo. Se for diluído, o novo frasco deve ser etiquetado. Não transfira o produto para frascos utilizados para outros fins.



- Peça ao seu supervisor que **leia** a Ficha de Informação de Segurança de Produto Químico (FISPQ).
Se continuar com dúvidas, peça esclarecimento. É obrigatório ter estas fichas no local de trabalho, pois elas informam os riscos dos produtos e o que fazer em caso de acidente.
- Evite usar *sprays* ou aerossóis.
Eles aumentam o risco de você respirar produtos perigosos. Se tiver de usá-los, borrife primeiro sobre o pano e depois use o pano umedecido sobre a superfície a ser limpa.



- Mantenha **abertas** janelas e portas para manter o local arejado.



- Dobre os cuidados quando trabalhar em espaços pequenos, fechados e com pouca ventilação, como banheiros e escadas.





- Evite levantar poeira. Se possível, umedeça o piso antes de varrer, ou passe um pano úmido. **Não** use espanador para tirar o pó de móveis.
- Se o aspirador de pó não tiver filtro de boa qualidade e em bom estado, acaba por espalhar a poeira contaminada com microorganismos que causam alergias. Avise o seu supervisor para que ele possa providenciar a manutenção do equipamento.

De preferência, o saco do aspirador deve ser jogado fora, tomando-se o cuidado de colocá-lo dentro de um saco plástico, que deve ser bem fechado antes de ir para a lata do lixo. A troca ou limpeza do filtro/saco deve ser feita com muito cuidado para não espalhar a poeira acumulada.

O que fazer se você estiver com os sintomas?

- Avise o supervisor para que ele possa tomar providências, como por exemplo, substituir o produto.
- Se os sintomas continuarem, procure um médico de sua confiança (particular, da rede pública ou do seu sindicato).
- Se houver relação da doença com seu trabalho, o médico **deverá** providenciar a emissão da CAT - Comunicação de Acidentes de Trabalho, e fornecer-lhe outras orientações necessárias.



Quanto mais tempo você permanecer com estes sintomas, mais eles podem se agravar e mais difícil será tratá-los.

Como o médico faz o diagnóstico?

- Avaliação clínica;
- Análise de todos os empregos que você já teve na vida;
- Exames laboratoriais para avaliação do sistema respiratório.



O que a empresa contratada deve fazer para que não ocorram acidentes e adoecimentos no ambiente de trabalho?

- Conhecer e evitar os riscos;
- Avaliar os riscos que não podem ser evitados;
- Controlar os riscos:
 - substituindo produtos perigosos por outros não perigosos, ou menos perigosos;
 - evitando a liberação dos poluentes para o ar;
- Adotar medidas de proteção coletiva antes das medidas de proteção individual;
 - Exemplos de proteção coletiva: melhorar a ventilação, não usar *sprays*/aerossóis, fornecer produtos com rótulos e suas fichas de segurança – FISPQ, orientar os trabalhadores para não misturar produtos etc.
 - Exemplos de proteção individual: usar luvas, óculos de segurança, máscaras etc.
- Informar adequadamente os trabalhadores sobre os riscos e as medidas preventivas adotadas;
- Avaliar periodicamente a saúde dos trabalhadores, especialmente quanto aos possíveis efeitos à saúde devido aos riscos presentes no trabalho.

O que a empresa contratante deve fazer?

- Dar à empresa contratada as informações e as instruções adequadas sobre os riscos existentes no local de trabalho e sobre as medidas de prevenção e proteção relacionadas à sua atividade comercial;
- Certificar-se de que a empresa contratada orientou adequadamente os trabalhadores da limpeza sobre os riscos à saúde e à segurança;
- Cooperar com a empresa contratada para assegurar boas condições de trabalho;
- Fazer manutenção e avaliação regular do local de trabalho, de suas instalações e dos sistemas de segurança;
- Fornecer sinalização de segurança quando os riscos não podem ser evitados ou suficientemente controlados por medidas de proteção coletiva ou métodos de organização do trabalho.

Aqui são dadas algumas dicas para auxiliá-lo na proteção de sua saúde

Mas, lembre-se, o ambiente e as condições de trabalho são responsabilidade da empresa contratante e da empresa contratada.

Cabe a você procurar manter-se informado e informar seu supervisor sobre qualquer problema que possa colocar em risco sua saúde e sua vida. O trabalhador também deve seguir as práticas recomendadas pelo supervisor e manter o ambiente ordenado.

Além dos problemas respiratórios, os produtos de limpeza também podem causar outros problemas a sua saúde, como queimaduras, problemas na pele, rins, fígado, sistema nervoso etc. Ao seguir estas instruções, você também estará prevenindo outras doenças.

Tenha sempre em mãos este número para o caso de emergência

0800-7713733
Centro de Controle de Intoxicações
Jabaquara-São Paulo-SP

Sobre o livro

Composto em Calibri 14 (textos)
e Ogirema 18 e 20 (títulos e legendas)
papel couchê 150g (capa)
e offset 90g (miolo)
formato 16x23 cm
Impressão: Gráfica da Fundacentro
Tiragem: 2.000 exemplares

MINISTÉRIO
DO TRABALHO E EMPREGO



FUNDACENTRO
FUNDAÇÃO JORGE DUPRAT FIGUEIREDO
DE SEGURANÇA E MEDICINA DO TRABALHO

Rua Capote Valente, 710
São Paulo - SP
05409-002
tel.: 3066-6000

www.fundacentro.gov.br

ISBN 978-85-98117-44-7



9 788598 117447