



INE – Fazer caminho caminhando...

José Magalhães

O Instituto Nacional de Estatística (INE), possui há mais de 40 anos um serviço de medicina curativa e desde 1990 um serviço de medicina do trabalho e medicina curativa constituído por 3 médicos e 1 enfermeira que asseguram não só as consultas médicas obrigatórias, mas que também acompanham a “saúde” dos seus trabalhadores.

Na senda da preocupação interna desde sempre existente com a saúde e bem estar dos seus trabalhadores, e face às emergentes situações relacionadas com o crescente “stress profissional, em 2004, foi decidido integrar, igualmente no Departamento de Recursos Humanos, uma nova área relacionada com a Saúde e Segurança no Trabalho. Para a operacionalização desta área foi entendido como fundamental formar um dos seus quadros superiores como Técnico Superior de Segurança (TSS) e promover a eleição dos Representantes dos Trabalhadores em Segurança e Saúde no Trabalho (SST). Estas duas metas foram concluídas respetivamente em 2006 e em 2008. No decorrer da dinâmica quotidiana surgia a ideia, mais tarde transformada em projeto, de constituir uma Comissão de Segurança e Saúde, de cariz paritário, que permitisse constituir um foco de intervenção partilhado. Assim e desde 2007, a CSST transformou-se no principal órgão de dinamização das políticas e das práticas de SST.

Em 2009, com a saída da Lei nº 102, foi assumida como prioridade a avaliação das coberturas em fibrocimento. Neste ano, através do ISQ, foi feita a avaliação aos materiais que compunham as referidas coberturas, confirmando-se a presença de amianto, embora sem nocividade. Com a publicação da Lei nº 3/2014 e da legislação sobre a retirada dos materiais em fibrocimento com componente de amianto, decidiu-se fazer uma análise criteriosa aos materiais e ao ar das instalações que tinham coberturas em fibrocimento mas agora recorrendo a empresas que utilizassem a matriz europeia. Os resultados foram favoráveis, no sentido de que a nocividade estava controlada, mas foi definida uma meta de as retirar logo que houvesse possibilidade. Já no corrente ano de 2018, foi decidido pelo Conselho Diretivo do INE, retirar as coberturas em fibrocimento, encontrando-se a remoção prevista para ocorrer no próximo mês de julho.



Ao longo destes anos, foi possível consolidar uma edição designada por “Partilhar é preciso...” que relata e divulga como alguns colegas ocupam os seus tempos livres e com isso conseguem mais resiliência para as adversidades quotidianas. Esta ação vai na 80ª edição e tem permitido e facilitado o melhor conhecimento entre colegas. Em simultâneo com as medidas informativas, tem-se mantido uma ligação de estímulo às atividades desenvolvidas pelo Grupo Desportivo do INE, desportivas, recreativas e culturais, como uma forma de ocupar tempos livres em prol da saúde física e mental dos trabalhadores e das suas famílias.

Ainda neste contexto, iniciou-se em 2012 uma edição intitulada “Sabia que...”, com a seleção de datas anuais relacionadas com a SST e que permitissem fazer recomendações que atenuassem os efeitos negativos da pressão quotidiana e das lesões músculo esqueléticas. Neste âmbito, foi também preparada e distribuída a todos os colegas uma apresentação animada para prática de 4 minutos de ginástica no posto de trabalho.

Em 2010 deu-se início à campanha de sensibilização sobre o stresse e os riscos psicossociais, com a saída semestral de uma brochura de sensibilização sobre stresse e estratégias de coping e em 2012 a uma campanha trimestral de sensibilização sobre os conceitos de stresse negativo e dos riscos psicossociais, com o objetivo de sublinhar a importância da avaliação desses riscos como forma de prevenção. Em 2015 realizámos um workshop interno sobre riscos psicossociais, em que dois especialistas externos foram convidados e explicaram conceitos e esclareceram dúvidas. Em 2016 trabalhou-se na preparação da avaliação do stresse e do bem-estar e em 2017 fizemos a avaliação, utilizando como instrumento o S-ISW, (*Short Inventory on Stress and Well-being*), disponibilizado pela Pulso, aplicado *online* e dirigido a todos os trabalhadores do INE, na Sede em Lisboa e nas Delegações do Porto, Coimbra, Évora e Faro, tendo-se obtido uma taxa de resposta de 74%. Os resultados globais foram divulgados num *workshop* interno no início deste ano, estando os resultados mais detalhados em análise pela equipa de psicólogos do INE, com o objetivo de delinear um plano de desenvolvimento de recursos humanos que abranja as áreas que os respondentes identificaram como potenciadoras de stresse negativo, em prejuízo da qualidade funcional, e que são possíveis de dirimir pela instituição.



Também no ano de 2014 deu-se início à avaliação de riscos nos postos de trabalho, utilizando a metodologia posto a posto e contacto direto, com carácter bienal, tendo-se repetido em 2016 e estando a decorrer novamente em 2018.

Mas este caminho só foi possível com o apoio incondicional do Conselho Diretivo e do Departamento de Recursos Humanos, e os esforços conjuntos da Comissão de Segurança e Saúde no Trabalho, da Medicina no trabalho, dos psicólogos do DRH no qual se integra o TSST e de todos os colegas.

Vale a pena o esforço e a crença que o caminho se faz caminhando, com o objetivo de ter ambientes cada vez mais positivos, nos quais os seus profissionais possam sentir que são reconhecidos e respeitados... e neste caminho, alcançar um 1º prémio na 3ª edição do Prémio *Healthy Workplaces* lançado pela OPP, no âmbito duma parceria com a EU-OSHA e ACT (Autoridade para as Condições do Trabalho) é também um reconhecimento de que vale a pena e que é “selado” pela atribuição do selo *Healthy Workplace 2017*.