



# JORNALZINHO

Edição 02

*Feito pra informar. Incomodar é consequência.*

Beluíno Moita Novinho  
(editor chefe)

## REAJUSTE SALARIAL

*Queremos nosso pagamento em DINAR!  
Corrigido pelo bitcoin e em moedas de nióbio.  
Nada a menos que isso!*



Trabalhadores  
uni-vos!

## Tá, mas me explica DIREITO?

No meu setor tem colega com a mesma função, menos qualificado, menos tempo de serviço, mas tem salário maior que o meu. Pode isso?

*Num país como o Brasil, manter a esperança viva é em si um ato revolucionário!*

**PROFESSOR PAULO FREIRE - 100 ANOS**

Nossa homenagem



**TÁ OUVINDO?**  
SAÚDE E TRABALHO  
Drª Priscila Galindo

**VISAT - Vigilância em saúde do trabalhador**  
Documentar suas tarefas, é proteger-se!

**O jornalzinho**  
- RÁDIO PEÃO *Pirata*  
- DENÚNCIA  
- JUSTIÇA  
- O LADO DOCE



## REAJUSTE SALARIAL

*O reajuste salarial é fundamental para corrigir o salário de determinada categoria. Com base na inflação, no caso por exemplo da categoria metalúrgica, o índice para a base de cálculo é o INPC (Índice Nacional de Preços ao Consumidor). O aumento real do salário precisa ser acima da inflação, é uma regra que deve ser seguida para que o trabalhador/ trabalhadora tenha ganho real. Todos os anos cada categoria reivindica seu aumento com base no que diz a lei. Não é justo aceitar menos do que o índice de referência. O INPC (Índice Nacional de Preços ao Consumidor) que ultimamente está a cima de 9% quase nunca condiz com a realidade de cada trabalhador e trabalhadora. Basta uma breve ida ao supermercado para comprovar. Aceitar menos que um índice garantido por lei, é baixar a cabeça para que o empresariado que seguiu produzindo como nunca em plena pandemia e, além disso recebendo em dólar, siga lucrando. Não há nada de errado em lucrar, mas aqui neste país, há empresas multinacionais que além de lucrar, destroem a saúde física e mental do trabalhador. Quanto maior a empresa, mais invisíveis são as covardias, os descumprimentos das leis trabalhistas. Justo é o índice ou a cima, nada a menos!*

**Recado do velhinho da barba branca: “Trabalhadores, uni-vos!”**

**O que é inflação**

Inflação é o nome dado ao aumento dos preços de produtos e serviços.

É calculada pelos índices de preços, chamados de índices de inflação.

O IBGE produz dois dos mais importantes índices de preços: o IPCA, considerado

o oficial pelo governo federal, e o INPC.

**Para que servem o IPCA e o INPC?**

O propósito de ambos é o mesmo: medir a variação de preços de uma cesta de produtos e serviços consumida pela população.

A sigla INPC corresponde ao Índice Nacional de Preços ao Consumidor. A sigla IPCA corresponde ao Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo.

IPCA acumulado de 12 meses

**9,68%**

Ago/2021

Fonte: [ibge.gov.br/explica/inflacao.php](http://ibge.gov.br/explica/inflacao.php)

## 100 PRIMAVERAS



*A educação é um ato de amor,  
por isso um ato de coragem!*

A Primavera Paulo Freire celebra os 100 anos de nascimento do educador, pesquisador e patrono da educação brasileira, Paulo Freire “Patrono da educação Brasileira” (BRASIL, 2012) mais célebre educador brasileiro, autor da “Pedagogia do Oprimido”, defendia como objetivo da escola ensinar o aluno a “ler o mundo” para poder transformá-lo. ... .

*“Quando a educação não é libertadora, o sonho do oprimido é ser o opressor.*

Paulo Freire foi um educador e pedagogo pernambucano que ganhou atenção na década de 1950. Ele recebeu o título de patrono da educação brasileira em 2012 e foi o brasileiro mais homenageado da história por títulos de Doutor Honoris Causa (título de doutor concedido por causa de honra por universidades a pessoas eminentes, que não necessariamente sejam portadoras de uma graduação acadêmica, mas que se destacaram em determinada área).

Recebeu 48 desses títulos de universidades brasileiras e estrangeiras, além de ser indicado ao Prêmio Nobel da Paz em 1995 e ganhar o prêmio de Educação para a Paz da Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciências e Cultura (UNESCO) em 1986. Tão atual quanto as tecnologias, Paulo Freire, em tempos idos já dizia:

*É fundamental diminuir a distância entre o que se diz e o que se faz, de tal forma que, num dado momento, a tua fala seja a tua prática.*

## O LADO DOCE (Para refletir!)

### COMPORTAMENTO GERAL (GONZAGUINHA)

Você deve notar que não tem mais tutu e dizer que não está preocupado  
Você deve lutar pela xepa da feira e dizer que está recompensado  
Você deve estampar sempre um ar de alegria e dizer: "tudo tem melhorado"  
Você deve rezar pelo bem do patrão e esquecer que está desempregado  
Você merece, você merece  
Tudo vai bem, tudo legal  
Cerveja, samba, e amanhã, seu Zé  
Se acabarem teu Carnaval

Você merece, você merece  
Tudo vai bem, tudo legal  
Cerveja, samba, e amanhã, seu Zé  
Se acabar em teu Carnaval

você deve aprender a baixar a cabeça  
E dizer sempre: "Muito obrigado"  
São palavras que ainda te deixam dizer  
Por ser homem bem disciplinado

Deve pois só fazer pelo bem da Nação  
Tudo aquilo que for ordenado  
Pra ganhar um Fuscão no juízo final  
E diploma de bem comportado  
Você merece, você merece  
Tudo vai bem, tudo legal  
Cerveja, samba, e amanhã, seu Zé  
Se acabar em teu Carnaval  
Você merece, você merece  
Tudo vai bem, tudo legal  
Cerveja, samba, e amanhã, seu Zé  
Se acabarem com teu Carnaval?

Você... você merece, você merece  
Tudo vai bem, tudo legal  
E um Fuscão no juízo final  
Você merece  
E diploma de bem comportado  
Você merece, você merece  
Esqueça que está desempregado  
Você merece, você...  
Tudo vai bem, tudo legal,  
maravilha..

## O PEÃO *contou!*

O peão contou que parece que o aumento vai ser de 9%.

Ué...mas o INPC tá mais que isso!. É mas o peão nunca viu um aumento a cima de 7%. Tá achando que é muito bom!.

Avisa ao peão, que aumento mesmo, só a cima da inflação.

Senão, não é aumento!

O peão também contou que na empresa que ele trabalha, ele se suja de graxa, de óleo, de tinta e tem que lavar o

uniforme em casa. É cumpádi?

O Peão tem filho pequeno, e a mulê tá grávida. Ele lava a roupa dele e do filho na mesma máquina. O peão disse que não reclama, por que tem medo de perdê o emprego.

É peão, tem medo de perder emprego, mas não tem medo de levar doença pro filho? Que isso peão, acorda!!!!

O peão deve tá valendo mais morto do que vivo. Ele me falou que trabalha debaixo de equipamento suspenso, por que não tem espaço pra ele se proteger na área. Ele disse que finge que confia na ponte. Que tem medo, mas não reclama, pra não perder o emprego. Peãããã, acorda! . Morto não tem emprego!!!!

Mas pelo menos a patroa recebe o seguro, NÉ?

## O PEÃO FALÔ QUE É PEGADÔ!!!

Hiii... o Peão falô que no trabalho tá cheio de mulher bonita!!!

É mesmo?

Avisa ao peão, que mulher não é objeto, que mulher tem que ser respeitada.

Fala pra ele que na próxima edição do JORNALZINHO, nós vamos falar mais sobre isso. Ah...lembra ao peão, que ele nasceu de uma mulher.

Te dando um toque na moral heim Peão!!! MEXER COM MULHER SEM PERMISSÃO (dela) DÁ CADEIA e DÁ DEMISSÃO. RESPEITO COM AS MULHERES, PEÃO!

## SEMPRE É BOM SABER!

Mudanças na aposentadoria por idade O maior impacto foi para as mulheres, a mínima para as mulheres começou a ser acrescida de seis meses a cada ano até se atingir 62 anos em 2023.

Assim, a idade mínima para aposentadoria em 2022 será : 61 anos e 6 meses de idade em 2022; 62 anos de idade em 2023.

No caso dos homens a idade mínima não foi alterada, para os homens que já são contribuintes será necessário pelo menos 15 anos de contribuição. Contudo, os homens que estão ingressando agora no mercado de trabalho, para se aposentar será necessário pelo menos 20 anos de contribuição.

Fonte: JORNAL CONTÁBIL

## O JORNALZINHO

Feito para informa. incomodar, é consequência!

**“Não se manifestar contra injustiça é ser injusto, consigo, com os companheiros, com quem ainda virá ”**

BELUÍNO MOITA NOVINHO

Editor- chefe





## TRABALHO E SAÚDE: QUAL A RELAÇÃO?!

Vivemos numa sociedade em que o trabalho ocupa um lugar central na vida das pessoas. Basta pensar em como organizamos o nosso dia-a-dia: Onde vamos morar? Onde os filhos estudarão? O que comer? Como se deslocar pela cidade de forma a fugir do engarrafamento? Enfim, são tantas questões para se pensar e decidir, na maioria das vezes orientadas pelo nosso trabalho, mas nem sempre são as

mais saudáveis, ideais ou as que realmente queremos para nossa vida.

O trabalho possui diferentes significados para diversas organizações sociais e até mesmo entre cada indivíduo. Ele pode ser considerado como “um processo (individual ou coletivo) de transformação não apenas da natureza, mas também do homem, possuindo um fim, ou é uma atividade finalística, e requer níveis de organização.”

A lei 8080/90, que regulamenta o SUS em seu artigo 3o diz que "... a saúde tem como fatores determinantes e condicionantes, entre outros, a alimentação, a moradia, o saneamento básico, o meio ambiente, O TRABALHO, a renda, a educação, o transporte, o lazer e o acesso aos bens e serviços essenciais; os níveis de saúde da população expressam a organização social e econômica do País.”

Para se compreender melhor como o trabalho influencia diretamente a nossa saúde, precisamos entender sobre Processo de Trabalho, que é a soma da força de trabalho (energia física ou psíquica do trabalhador, empregada no processo de trabalho) e os meios de produção (objetos e meios necessários para efetivação do processo de trabalho), resultando num produto final.

## PROCESSO DE TRABALHO: FORÇA DE TRABALHO + MEIO DE PRODUÇÃO = PRODUTO

Quando entendemos que a força de trabalho aplicada, para executar uma

ação, pode estar aquém ou além de nossas capacidades e os meios de produção, que utilizamos para trabalhar, podem não ser os ideais e mais adequados para nossa saúde, começamos a entender que o processo de trabalho pode surgir como explicação central para o conhecimento e a transformação do processo saúde-doença.

Quantas vezes você já saiu do seu trabalho desmotivado ou estressado, sem se alimentar direito, com dores de cabeça, pelo corpo, com dificuldade de ouvir, de se concentrar, com zumbido, etc.?

A boa notícia é que, processos e ambientes de trabalhos podem ser saudáveis e possíveis de serem alcançados, basta termos conhecimentos das soluções e cobrarmos, adequadamente, os nossos patrões. Afinal, Prevenir é melhor que Remediar! Espero que você tenha gostado desse texto e que a informação compartilhada possa auxiliar nas mudanças necessárias e assim contribuir para uma sociedade mais ética e justa para todos. Todo comentário, dúvidas e sugestões são bem vindos!

**Atenciosamente,**

**Priscilla Galindo**

**(Fonoaudióloga CRFa 1-11409)**

**Contatos: (21) 98319-0419 / [priscillagvb@gmail.com](mailto:priscillagvb@gmail.com)**



## MPT PARDAL

O aplicativo foi criado para facilitar as denúncias de graves violações a direitos dos trabalhadores.

Desenvolvido para facilitar a produção de provas relacionadas a denúncias de graves violações a direitos dos trabalhadores, ajudando a atuação do **Ministério Público do Trabalho**.

**A identidade do denunciante é resguardada?**

Sim. O MPT garante o sigilo solicitado pelo denunciante.

**Onde posso buscar essas informações?**

Basta acessar o portal nacional MPT (<http://portal.mpt.mp.br>).

Trabalhador, não aceite mais as covardias do meio produtivo.

Baixe o app e, defenda-se!



## CAT - Comunicado de Acidente de Trabalho

É o documento que deve ser preenchido pelas empresas para informar à Previdência Social sobre a ocorrência de acidentes de trabalho, acidentes de trajeto, falecimentos ou doenças ocupacionais desenvolvidas por empregados.

**A emissão da CAT é obrigatória em qualquer tipo de acidente de trabalho, mesmo sem afastamento.**

A Lei nº 8213 de 1991, estabelece que a comunicação **deve ser feita até o primeiro dia útil seguinte ao da ocorrência**. Em caso de morte, a CAT deve ser emitida imediatamente. O CAT dentre outras coisas, protege o trabalhador caso ele venha a ter alguma complicação futura devido a um acidente ou doença relacionada ao trabalho. Se não registrar, não há direito algum, compreendeu?

## O CONHECIMENTO LIBERTA!

**Quer saber um pouco mais sobre vigilância em saúde do trabalhador?**

Acesse: [multiplicadoresdevisat.com](http://multiplicadoresdevisat.com)

**Alô cidadão!!!**

Informe-se: [auditoriacidada.org.br](http://auditoriacidada.org.br)

## OUTUBRO ROSA e o Câncer de mama



Mais do que qualquer outra parte do corpo humano, os seios são fonte de variadas simbologias nas diferentes culturas. Órgão da amamentação e símbolo de feminilidade, eles são ao mesmo tempo fonte de inspiração, desejo e ternura.

Na intimidade, associam-se à sexualidade e ao prazer. Quando expostos publicamente, podem expressar ousadia e protesto, mas também ser objeto de sensualidade e estratégias de marketing. Mas a mama também adocece. Entre as doenças que atingem essa glândula, a que mais preocupa é o câncer, por ser o mais incidente e a principal causa de mortalidade por câncer em mulheres no Brasil. A mamografia é um exame por imagem, capaz de identificar nódulos, mesmo antes de serem palpáveis. A partir de 1976, tornou-se o método de escolha para rastreamento do câncer de mama. O controle do peso e da ingestão de álcool, a amamentação e a prática de atividades físicas diminuem o risco de câncer de mama. A terapia de reposição hormonal aumenta o risco da doença e deve ser feita sob criterioso acompanhamento médico. Entre os 50 e 69 anos, é recomendado fazer mamografia a cada dois anos.

Em caso de alterações suspeitas da mama, é necessário procurar avaliação médica rapidamente.

Olhe, apalpe e sinta suas mamas no dia a dia para reconhecer suas variações naturais e identificar as alterações suspeitas.

E quais são os direitos da mulher brasileira sobre o câncer de mama?

Lei 12732/12 estabelece que o paciente de neoplasia maligna tem direito a se submeter ao primeiro tratamento no SUS no prazo máximo de até 60 dias.

Lei 12802/13 prevê o direito da cirurgia reparadora feita pelo SUS, após a retirada total ou parcial da mama.

Além do SUS, os planos de saúde também são obrigados a oferecer os medicamentos e cobertura para a cirurgia de reconstrução mamária. De acordo com o INCA (Instituto Nacional do Câncer), há estimativa de 66.280 novos casos em 2021.

Por enquanto, prevenir é o melhor tratamento.

Mais informações em:  
[inca.gov.br](http://inca.gov.br)

## CÂNCER DE MAMA COMO SE PROTEGER



✓ Manter o peso corporal saudável



✓ Ser fisicamente ativa

✓ Evitar bebidas alcoólicas

✓ Amamentar até o 6º mês de forma exclusiva e, se possível, até os 2 anos ou mais



### TRABALHADORAS MAIS EXPOSTAS SÃO AS QUE ATUAM EM:

- Radiologia
- Esterilização de materiais médico-cirúrgicos e hospitalares
- Esterilização industrial de produtos farmacêuticos e veterinários, de alimentos, de especiarias e de ração animal
- Carregamento e distribuição de óxido de etileno
- Produção e aplicação de agrotóxicos organoclorados
- Fabricação de transformadores elétricos
- Reparos elétricos (eletricistas)
- Elaboração de aditivos para plastificantes, tintas e adesivos
- Atividades noturnas