SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
DIRETORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
COORDENADORIA ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR
CEREST–CENTRO ESTADUAL DE REFERÊNCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR

Recomendação Nº 01/ CEVIST/CEREST/DGVS/SES de 19 de maio de 2023

Recomenda cuidados com a saúde da trabalhadora Gestante.

A Secretaria Estadual de Saúde, por meio da Coordenação Estadual de Vigilância em Saúde do Trabalhador da Diretoria Geral de Vigilância em Saúde, cumprindo as disposições o caput do art.196 da constituição federal de 1988, que determina a saúde como direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação;

CONSIDERANDO que a Lei Orgânica da Saúde – Lei n. 8.080/90 prevê que a saúde é direito fundamental do ser humano, devendo o Estado prover as condições indispensáveis ao seu pleno exercício (artigo 2º, caput), deixando também claro que o dever do Estado não exclui o das pessoas, da família, das empresas e da sociedade (parágrafo 2º);

CONSIDERANDO que a portaria consolidada 2 anexo XV – Política Nacional de Saúde do Trabalhador e Trabalhadora, tem como finalidade definir os princípios, as diretrizes e as estratégias a serem observados pelas três esferas de gestão do Sistema Único de Saúde (SUS), para o desenvolvimento da atenção integral à saúde do trabalhador, com ênfase na vigilância, visando a promoção e a proteção da saúde dos trabalhadores e a redução da morbimortalidade decorrente dos modelos de desenvolvimento e dos processos produtivos;

CONSIDERANDO que a Lei 13.287 de 12 de maio de 2016, proíbe o trabalho de gestantes e lactantes em atividades, operações ou locais insalubres, determinando seu afastamento desses locais durante o período de gestação e lactação;

CONSIDERANDO que a responsabilidade empresarial de não violar os direitos fundamentais de sua força de trabalho, de seus clientes e das comunidades, bem como a obrigação das empresas de monitorar o respeito aos direitos humanos na cadeia produtiva a ela vinculada, conforme as Diretrizes Nacionais sobre Empresas e Direitos Humanos, reguladas pelo Decreto n. 9.571/2018;

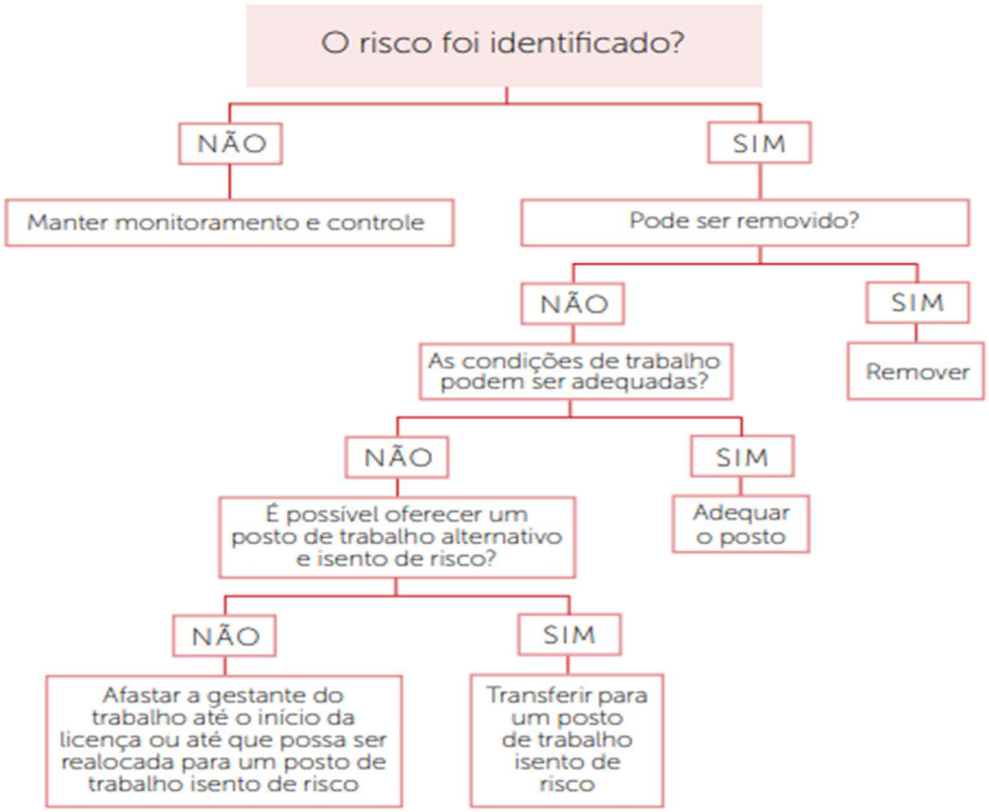
CONSIDERANDO o descrito na Norma Regulamentadora nº 15, regulamentada pela Portaria MTP n° 426, de 07 de outubro de 2021, que estabelece as atividades que devem ser consideradas insalubres, gerando direito ao adicional de insalubridade aos trabalhadores que definem os Limites de Tolerância para agentes físicos, químicos e biológicos, quando é possível quantificar a contaminação do ambiente, ou listando ou mencionando situações em que o trabalho é considerado insalubre qualitativamente.

Tendo em vista as mudanças e adaptações no organismo da gestante e os riscos para a gestação, a fim de adotar medidas médicas adequadas para lidar com quaisquer sintomas de saúde relacionados à gravidez, considerando-se, sempre, os impactos das características do trabalho e das profissões, a pressão psicológica e a exposição ocupacional a riscos, sintomas relacionados com a gravidez podem piorar em função das condições de trabalho. Alguns riscos específicos podem causar danos à gestação, como: malformações fetais, antecipação do parto, fetos pequenos para a idade gestacional e doença hipertensiva da gestação, entre outros.

Além dos esforços físicos, levantar ou carregar peso, subir e descer escadas, caminhar por longos períodos, permanecer em pé ou sentada e longos períodos de trabalho estático podem não ser compatíveis com o estado gravídico. Da mesma forma, a exposição a produtos químicos diversos e a agentes físicos (ruído, calor, frio, pressão, umidade, radiações ionizantes e não-ionizantes, vibração, etc.) e biológicos(vírus, bactérias, parasitas, protozoários, fungos e bacilos, etc.) pode comprometer a saúde da gestante e desenvolvimento do feto. Outros fatores também podem ter repercussões negativas na gestação, como carga horária, trabalho noturno e em turnos, e também o subestimado trabalho doméstico, além da pressão psicológica que está cada vez mais presente nesse contexto.

Ressalta-se a importância do adequado reconhecimento da exposição ocupacional para todos os trabalhadores, independentemente do vínculo formal ou não de trabalho, em especial para trabalhadoras em situação de maior vulnerabilidade ou suscetibilidade, conforme fluxograma (GUEDELHA,A, 2018):

Fluxograma I Com base na avaliação inicial, avaliar o risco específico por meio de informações da gestante. Se necessário, solicitar informações ao empregador e ao médico do trabalho e fornecer as devidas recomendações.



Recomenda-se:

- Ampliar o entendimento de que a saúde do trabalhador(a) deve ser concebida como uma ação transversal, devendo a relação saúde-trabalho ser identificada em todos os pontos e instâncias da rede de atenção;

- assegurar que a identificação da situação do trabalho das usuárias seja considerada nas ações e serviços de saúde e que a atividade de trabalho realizada pelas gestantes, com as suas possíveis consequências para a saúde, seja considerada no momento de cada intervenção em saúde;

- a trabalhadora gestante portar sempre documentos com informações médicas, como: cartão de pré-natal contendo informações sobre a ocupação e o ambiente de trabalho da mesma; atestados e declarações em que estão expressas as necessidades de afastamento, adequações na função, mudança de ambiente e processo de trabalho em caso de ocupação insalubre ou que ofereça riscos à saúde;

- ao empregador(a) e trabalhadora autônoma ou sem vínculo formal de trabalho, que seja observado os riscos e cargas de trabalho (biológicas, físicas, químicas, mecânicas, fisiológicas e psíquicas) nos ambientes e processos de trabalho para que seja realizada eliminação, adaptação/adequação às atividades das gestantes.

A adaptação do processo de trabalho considerando as alterações fisiológicas da gestação e os riscos ocupacionais (FIOCRUZ, 2021):

Alteração no Organismo durante a gestação	**Possíveis Efeitos**	**Relação com as Atividades**	**Adaptações nas Atividades**
Aumento da carga hormonal de estrogênio, progesterona	Náusea, vômitos, lentidão do esvaziamento estomacal, regurgitação, constipação, hipoglicemia e desidratação; cansaço, sonolência, fadiga, lentidão psicomotora, cefaleia; afeta o centro respiratório	Reduz a tolerância às atividades mais longas.	Aumentar o número e duração de pausas durante a jornada de trabalho
Aumento do volume sanguíneo	Aumento do número e calibre de vasos sanguíneos, pressão nos vasos; necessidade de adaptação do coração quanto a frequência cardíaca, esforço físico; aumento da sudorese; calor; enjoos e desmaios; maior eliminação renal-aumento da frequência urinaria	Reduz a tolerância às posturas adotadas por tempo prolongado; reduz a tolerância às atividades mais longas e que demandem grande esforço físico.	Alternar entre postura em pé e sentada ao realizar as tarefas; evitar ficar na postura de pé por mais de uma hora ou sentada por mais de 2 horas sem mudar de posição; limitar deslocamentos a pé; aumentar o número e duração de pausas durante a jornada de trabalho.
Aumento de peso	Edema nas pernas, pés ou sistêmico; surgimento de varizes; dor; sensação de fadiga ;mudança postural.	Reduz a tolerância às posturas adotadas por tempo prolongado; reduz a tolerância às atividades mais longas e que demandem grande esforço físico.	Alternar entre postura em pé e sentada ao realizar as tarefas; evitar ficar na postura de pé por mais de uma hora ou sentada por mais de 2 horas sem mudar de posição; limitar deslocamentos a pé; aumentar o número e

			duração de pausas durante a jornada de trabalho.
Aumento do volume do abdômen	Sensação de fadiga; dor; alteração no equilíbrio; redução da agilidade; mudança postural	Reduz a tolerância às posturas adotadas por tempo prolongado; reduz a tolerância às atividades mais longas e que demandem grande esforço físico.	Reduzir a distância dos objetos/equipamentos relação ao corpo que precisam ser manuseados, para facilitar o alcance; evitar o trabalho que requer manter o equilíbrio em superfícies altas ou instáveis; limitar atividades que exigem realizar posturas forçadas.
Compreensão do pulmão pelo aumento do tamanho do útero; elevação e achatamento do diafragma	Alteração no aparelho respiratório- dificuldades na respiração; sensação de fadiga.	Reduz a tolerância às posturas adotadas por tempo prolongado; reduz a tolerância às atividades mais longas e que demandem grande esforço físico.	Reduzir a distância dos objetos/equipamentos relação ao corpo que precisam ser manuseados, para facilitar o alcance; limitar a 10kg (situação normal)o peso manipulado quando de pé; limitar deslocamentos a pé.
Compressão da bexiga pelo útero aumentado e posição do feto	Aumento da frequência urinária	Reduz a tolerância às atividades mais longas	Aumentar o número e duração de pausas durante a jornada de trabalho
Edema de partes moles	Diminui o espaço disponível das estruturas anatômicas; aparecimento de síndromes de compressão nervosa(lombar/síndrome do túnel do carpo); dor	Reduz a tolerância às posturas adotadas por tempo prolongado	Alternar entre postura em pé e sentada ao realizar as tarefas; evitar ficar na postura de pé por mais de uma hora ou sentada por mais de 2 horas sem mudar de posição; limitar repetição de movimentos.
Frouxidão de ligamentos nas articulações, ocasionada pela ação hormonal	Amolecimento das cartilagens nas articulações pélvicas, do tornozelo; articulações menos estáveis e mais suscetíveis a lesões; alteração na marcha; aumento da fadiga muscular; dor; alteração no equilíbrio; redução da agilidade.	Reduz a tolerância às posturas adotadas por tempo prolongado; reduz a tolerância às atividades mais longas e que demandem grande esforço físico.	Alternar entre postura em pé e sentada ao realizar as tarefas; evitar ficar na postura de pé por mais de uma hora ou sentada por mais de 2 horas sem mudar de posição; limitar atividades que exigem realizar posturas forçadas; evitar o trabalho que requer manter o equilíbrio em superfícies altas ou instáveis; limitar deslocamentos a pé.

- ao profissional médico registrar em prontuário, fornecer declarações ou atestados, fornecer toda orientação à gestante com relação à capacidade para o trabalho, atividade física, dieta, higiene, e hábitos pessoais e sociais;

- registrar no Sistemas de Informação de Agravo de Notificação – SINAN as doenças e agravos relacionados ao trabalho identificados nas gestantes e Comunicação de Acidente de Trabalho – CAT às gestantes empregadas;

- o obstetra, o médico do trabalho e outros profissionais de saúde que realizam o acompanhamento da trabalhadora devem, unindo suas informações, participar ativamente neste processo, minimizando os riscos à saúde da trabalhadora gestante e da lactante;

- recomendar esta orientação para o empregado e para o empregador, quando considerar necessários ajustes no trabalho durante a gravidez e a amamentação;

- garantir às trabalhadoras o direito de trabalhar em local salubre e, especialmente enquanto durar a gestação e a amamentação;

- em caso de trabalho em situação de vulnerabilidade com gestantes e lactantes, informar a vigilância em saúde do município ou Ouvidoria do SUS, para realizar ação de vigilância em saúde do trabalhador (VISAT).

CARINI SOUZA LUCIANO

Gerência de Inserção da Saúde do Trabalhador na Atenção Primária à Saúde

KARINE TAVEIRA GIL DE AMARENTE

Gerência de Acompanhamento dos Agravos à Saúde do Trabalhador

MARIA MADALENA XAVIER DE ALMEIDA

Coordenadora Estadual de Vigilância em Saúde do Trabalhador CEVIST

Centro Estadual de Vigilância em Saúde do Trabalhador CEREST

Referências:

BRASIL, LEI Nº 8.080, DE 19 DE SETEMBRO DE 1990**.** Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 1990.

BRASIL, Ministério da Saúde. Portaria CONSOLIDADA nº 2, ANEXO XV – Política Nacional de Saúde do Trabalhador e Trabalhadora. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2012.

BRASIL, DECRETO Nº 9.571, DE 21 DE NOVEMBRO DE 2018. Estabelece as Diretrizes Nacionais sobre Empresas e Direitos Humanos. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2018.

BRASIL, LEI Nº 13.287, DE 11 DE MAIO DE 2016. Acrescenta dispositivo à Consolidação das Leis do Trabalho - CLT, aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, para proibir o trabalho da gestante ou lactante em atividades, operações ou locais insalubres. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2016.

BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego. pela Portaria MTP n° 426, de 07 de outubro de 2021, NR 15 – Atividades e Operações Insalubres. Brasília: Ministério do Trabalho e Emprego, 2014.

FIOCRUZ, 2021. **CARTILHA DE ORIENTAÇÃO À TRABALHADORA GESTANTE E LACTANTE DA FIOCRUZ.** AGO. 2021. Disponível em:< https://portal.fiocruz.br/documento/cartilha-de-orientacao-trabalhadora-gestante-e-lactante-da-fiocruz> acesso em: 02/05/2023

GUEDELHA, A. **A gravida e o Trabalho. SOGESP,** 2018. Disponível em:< https://www.sogesp.com.br/media/1361/sogesp_137_gravida-e-o-trabalho_digital_v2.pdf> acesso em: 02/05/2023.