

# BOLETIM PGE SEGURA

Edição 15

27 de novembro de 2020

## Agora é a vez dos Homens!

O movimento Novembro Azul teve início em 2003, na Austrália, com o objetivo de chamar a atenção para a prevenção e o diagnóstico precoce das doenças que atingem a população masculina, com ênfase na prevenção do câncer de próstata.

O câncer de próstata é o tipo de câncer mais frequente entre os homens brasileiros, ocorrendo geralmente em homens com mais de 65 anos.

Na fase inicial, o câncer de próstata não apresenta sintomas e quando alguns sinais começam a aparecer, cerca de 95% dos tumores já estão em fase avançada,



dificultando a cura.

A única forma de garantir a cura do câncer de próstata é o diagnóstico precoce. Mesmo na ausência de sintomas, recomenda-se que homens com 50 anos sem fatores de riscos devem ir ao urologista para conversar sobre o

exame de toque retal e o exame de sangue PSA (antígeno prostático específico). Esses são os principais meios para detectar a doença precocemente, quando as chances de cura são maiores. Procure seu médico!



Segurança—SESMT  
 Público

Assim como acontece com o Outubro Rosa, sobre o câncer de mama, e Novembro Azul, sobre o câncer de próstata, o Dezembro Vermelho tem como objetivo chamar atenção para as medidas de prevenção, assistência e proteção e promoção dos direitos das pessoas infectadas com o HIV. O mês de dezembro foi escolhido pelo Ministério da Saúde em razão do Dia Mundial de Combate à AIDS, que é o 1º de dezembro.



## Vacinas contra o novo Coronavirus

Nesse mês de novembro, várias foram as notícias sobre os resultados dos testes das vacinas contra a COVID19. A eficácia do imunizante variou entre 70% e 95%, o que animou governos e a população em geral e pode dar um fim no isolamento social imposto desde março deste ano.

A questão é quando começa a vacinação e a resposta depende de várias ou-

tras questões. Primeiro é preciso lembrar que, se um ou mais vacinas provarem ser seguras, podemos demorar um pouco para atingir a tal imunidade de rebanho. Isso porque as doses necessárias a milhões de pessoas não vão ficar prontas de uma só vez. Os dados ainda deverão ser revisados pela Comunidade Científica e os órgãos sanitários dos países devem aprovar a liberação da va-

cina. Assim, enquanto esses obstáculos não passam, a recomendação é que todos continuem promovendo o distanciamento social e utilizem máscaras e cuidem da higiene pessoal.

Vale lembrar também que todos devemos procurar notícias confiáveis e afastar de boatos que nada contribuem para o bem estar geral.



## Olhe por onde anda! Evitando escorregões e quedas.

Em matéria de segurança do trabalho, o acaso não vai ter proteger enquanto você andar distraído, como canta o grupo Titãs. Não é apenas uma questão de segurança, mas também uma forma de melhor aproveitar os lugares por onde você passa.



Vamos listar aqui algumas situações que nos levam a acidentarmos: pisos molhados, tempo chuvoso, tapetes soltos, pisos com acabamentos lisos, visão obstruída, má iluminação, cabos no chão, objetos nas passagens. A prevenção é simples. Basta limpar imediatamente derramamentos ou isolar e sinalizá-los, manter boa iluminação, manter passagens desobstruídas, usar sapas com solado adequado, aplicar revestimento abrasivo em pisos lisos. Fique de olho!



## Recomendações para pedalar com Segurança no fim de ano mais segurança nas ruas.

Cada vez mais temos visto pessoas adotando a bicicleta como meio de locomoção nas cidades.

As cidades tem se preparando, na medida do possível, para incluir esse modal como forma de transporte de pessoas, criando ciclovias e ciclofaixas para dar segurança e rapidez para quem opta pelo uso da *bike*.

Ocorre que ciclistas devem seguir as leis de trânsito e investir na própria segurança ao compartilhar a rua com o trânsito. Por isso, trazemos algumas dicas sobre o pedaleiro:

- 1) Capacete: use sempre um bom capacete e mantenha afivelado e justo na cabeça.
- 2) Refletor e luzes: use sempre

luzes de sinalização na dianteira e traseira, especialmente as que piscam.

3) Barra da calça: dobre a barra ou use fita elástica para prendê-la porque há risco de ela enrolar e causar acidente.

4) Colete: se for pedalar na noite, use um colete refletor e roupas claras para ser visto pelos motoristas.

5) Sinalize sempre: é importante que os motoristas possam ver sua trajetória, por isso sempre sinalize o que pretende fazer com as mãos.

6) Calçadas: foram feitas para pedestres! O código de trânsito manda desmontar da bicicleta para anda sobre ela.

Com a reabertura gradual da economia e a proximidade com as festas de fim de ano, necessário que todos tenham atenção aos itens mecânicos que devem ser checados no carro e à segurança do imóvel para evitar ocorrências de furtos e assaltos. Já quem vai viajar de ônibus ou avião, fique de olho nas bagagens. Lembrem-se, temos pandemia ainda e os cuidados devem ser redobrados.

### Nova CIPA 2021!

A CIPA - Comissão Interna de Prevenção de Acidentes tem por missão propagar o conhecimento e levar o órgão/empresa a adoção de boas práticas de segurança.

A cada biênio, os componentes da CIPA alternam-se. Venha para a CIPA! Em janeiro, os interessados poderão procurar a Conceição, junto à Gerência de Gestão Integrada, e oferecer-se para o cargo. Participe!

