

## Para mais produtividade, 'olhe para a Segurança e Saúde no Trabalho'

**Christa Sedlatschek, diretora da UE-OSHA, explica a razão pela qual os empregadores deveriam tomar uma atitude.**

**Proteger a Saúde e Segurança dos trabalhadores é um imperativo moral e legal.** Mas a boa prática também pode ajudar a atrair os melhores funcionários e até mesmo ajudar a ganhar participação no mercado. As empresas que desejam aumentar a produtividade, o lucro ou melhorar o bem-estar dos trabalhadores devem, portanto, examinar mais de perto a segurança e a saúde no trabalho. Na Europa, podemos orgulhar-nos do facto de as nossas condições de trabalho serem as melhores do mundo, mas há muito que precisamos ainda de fazer.

O inquérito mais recente da Agência Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho (UE-OSHA), que abrange 50 mil estabelecimentos em 36 países, mostrou que mais de três quartos dos locais de trabalho relatam um ou mais riscos psicossociais, como carga de trabalho excessiva, trabalho com clientes difíceis ou insegurança no trabalho. No entanto, apenas um terço possui um plano para prevenir o stress relacionado com o trabalho.

O stress e os distúrbios músculo-esqueléticos relacionados com o trabalho, como a dor nas costas, constituem uma grande preocupação na Europa: 37% dos trabalhadores na UE afirmam que trabalham sempre ou quase sempre com prazos apertados; 62 por cento realizam movimentos repetitivos de mão ou braço; e 34 por cento quase sempre tem que trabalhar em alta velocidade. Em 2015-16, de acordo com as estatísticas do Executivo de Saúde e Segurança do Reino Unido, o stress, a depressão ou a ansiedade representaram 45 por cento dos dias úteis perdidos para a saúde na Grã-Bretanha e os distúrbios músculo-esqueléticos relacionados com o trabalho, 34 por cento. Mesmo deixando de parte a dor e o sofrimento evitáveis, estima-se que o custo económico das doenças e lesões relacionadas com o trabalho equivale a 3 a 5% do PIB da UE.

As doenças e lesões também são responsáveis por cerca de 4.000 mortes evitáveis, devido a acidentes e por cerca de 160.000 mortes por doença relacionada com o trabalho em cada ano. Ao longo dos anos, registou-se uma diminuição constante dos acidentes de trabalho, mas o mesmo não se aplica às doenças relacionadas com o trabalho, tais como os cancro profissionais, aos problemas de saúde mental ou aos distúrbios músculo-esqueléticos. A boa notícia é que algo pode ser feito para reduzir este fardo. Passamos um terço da nossa vida no trabalho, por isso é sensato pensar em promover uma boa saúde no local de trabalho, por meio de etapas como a consciencialização sobre os benefícios de uma boa nutrição e de exercícios regulares.

No entanto, existe o risco de se concentrar no indivíduo, em vez de se agir a nível organizacional. As políticas para assegurar uma carga de trabalho gerível, boas relações entre o pessoal e formação adequada requerem um compromisso significativo com a administração, mas têm um impacto e cobertura maiores de todos os funcionários do que a provisão de "frutas e pilates" que só serão aproveitadas por alguns. A UE-OSHA realiza campanhas de dois anos; A atual promove um ambiente saudável e seguro ao longo da vida profissional no contexto do envelhecimento da força de trabalho. Estas campanhas promovem a ação.

Persuadir os gestores e os trabalhadores a participar é um precursor importante para o sucesso: as intervenções efetivas não são de cima para baixo nem de baixo para cima, mas envolvem toda a organização. Enquanto agência da UE, enfrentamos desafios em matéria de saúde e segurança, assim como qualquer outro empregador. Somos uma organização relativamente pequena, por isso a pressão do trabalho pode evoluir com muita rapidez – bastam dois pedidos urgentes sobre os nossos compromissos habituais para a nossa carga de trabalho escalar.

Trabalhamos em estreita colaboração com representantes da equipa de saúde e segurança, que pesquisam pessoal da UE-OSHA para ajudar a direção a estabelecer as prioridades. As políticas para assegurar uma formação adequada e boas relações entre o pessoal têm mais impacto do que "frutas e Pilates". Recentemente, temos vindo a trabalhar para gerir melhor a carga de trabalho através de um melhor planeamento e eficiência e de uma melhor definição de papéis e responsabilidades.

Nós disponibilizamos formação por telefone para os funcionários da UE-OSHA e - motivados pelo interesse dos membros da equipa – demos início a sessões breves meditação uma vez por semana, bem como a sessões regulares e voluntárias de alongamentos. Há uma década atrás, começámos a substituir as mesas de perna fixa por outras com pernas ajustáveis em altura. Os nossos parceiros oficiais da campanha, que incluem empresas e organizações do setor público e privado, são tão ativos quanto nós.

Em março deste ano, por exemplo, um ramo do software alemão multinacional SAP recebeu o nosso prémio de boas práticas pela iniciativa "Corre pela tua Saúde". As mesas ajustáveis em altura introduzidas nos escritórios reduzem o risco de os trabalhadores virem a desenvolver distúrbios músculo-esqueléticos e encorajam os funcionários a movimentar-se com mais frequência ao longo do dia. A empresa ofereceu monitores de fitness para ajudar a equipa a monitorizar o progresso.

O Grupo PSA Espanha ganhou reconhecimento pelo desenvolvimento de avaliações de risco sensíveis à idade. O objetivo é que cada tarefa seja completada por trabalhadores tão diferentes quanto possível, independentemente das limitações físicas ou da idade. Tais intervenções podem ajudar as organizações a enfrentar os desafios colocados pelo envelhecimento da força de trabalho. Para os gestores da Europa, investir em esforços de prevenção e redução de riscos no local de trabalho para a segurança e a saúde faz todo o sentido.

Os custos de não o fazer são maiores do que os custos de ação. Existem ferramentas disponíveis para ajudar as organizações a analisar e a enfrentar os riscos; podem ser encontrados no site da UE-OSHA. Para os decisores políticos, estão disponíveis várias estratégias, incluindo incentivos e recomendações para uma boa segurança no trabalho e para a gestão da saúde. Temos bons exemplos para partilhar.

[Versão baseada no artigo " Porquê investir na Segurança e Saúde no Trabalho?"](#)

