



LAENA

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

NORMA REGULAMENTADORA - 07



NR - 07

NR - 07

NR - 07

INTRODUÇÃO

A NR 07 – Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) é uma norma regulamentadora que tem como objetivo monitorar a saúde dos trabalhadores por meio de exames médicos ocupacionais.

Essa norma garante que os trabalhadores sejam avaliados periodicamente para prevenir doenças ocupacionais, reduzir afastamentos e melhorar a qualidade de vida no trabalho.

LAENA
CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Importância

A NR 07 é essencial porque garante que os trabalhadores tenham acompanhamento médico e sejam protegidos contra doenças ocupacionais.

- ◆ Benefícios da NR 07:

- ✓ Redução do número de afastamentos por doenças do trabalho;
- ✓ Prevenção de doenças ocupacionais, identificando riscos precocemente;
- ✓ Acompanhamento médico contínuo, garantindo que o trabalhador esteja apto para sua função;
- ✓ Evita processos trabalhistas, pois a empresa comprova que está cuidando da saúde do funcionário.

📌 Exemplo prático: Um trabalhador de escritório pode desenvolver lesões por esforço repetitivo (LER). O PCMSO ajuda a identificar esses problemas antes que se tornem graves.

Objetivo

O objetivo principal da NR 07 é monitorar e proteger a saúde dos trabalhadores, garantindo que doenças ocupacionais sejam prevenidas e tratadas precocemente.

◆ Principais metas da NR 07:

- ✓ Prevenir doenças ocupacionais e detectar problemas de saúde relacionados ao trabalho;
- ✓ Garantir que os trabalhadores estejam aptos para exercer suas funções;
- ✓ Reduzir afastamentos e custos com tratamento de doenças causadas pelo trabalho;
- ✓ Monitorar exposição a riscos ocupacionais, como ruídos, produtos químicos e esforço físico.

📌 Exemplo prático: Em um canteiro de obras, o PCMSO deve garantir que os trabalhadores não estejam desenvolvendo problemas auditivos devido à exposição a ruídos excessivos.

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO)

O PCMSO é um programa que estabelece regras e diretrizes para acompanhar e proteger a saúde dos trabalhadores por meio de exames médicos periódicos e ações preventivas.

◆ Características principais do PCMSO:

- ✓ Obrigatório para todas as empresas, conforme a NR 07;
- ✓ Supervisionado por um Médico do Trabalho;
- ✓ Deve ser registrado e documentado, garantindo um histórico médico ocupacional dos funcionários;
- ✓ Avalia a capacidade do trabalhador para exercer sua função sem comprometer sua saúde.

📌 Exemplo prático: Um funcionário que trabalha com agrotóxicos deve passar por exames periódicos para verificar se há intoxicação química e adotar medidas preventivas, caso necessário.

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO)

O PCMSO tem como objetivo principal proteger a saúde e integridade física dos trabalhadores, identificando precocemente problemas relacionados ao trabalho.

◆ Principais finalidades do PCMSO:

✓ 1. Monitorar a Saúde dos Trabalhadores

✓ Realizar exames médicos ocupacionais para acompanhar a saúde do funcionário ao longo do tempo;

✓ Detectar problemas de saúde antes que se agravem;

✓ Avaliar se o trabalhador está apto para sua função.

📌 Exemplo prático: Um motorista de caminhão passa por exames regulares de visão e pressão arterial para garantir que está apto a dirigir com segurança.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO)

✓ 2. Identificar Precocemente Doenças Ocupacionais

- ✓ Prevenir doenças relacionadas ao trabalho, como problemas respiratórios, auditivos e musculoesqueléticos;
- ✓ Realizar exames periódicos para detectar sintomas antes que o problema se agrave;
- ✓ Proteger trabalhadores expostos a ruído, substâncias químicas, vibração, esforço físico intenso.

📌 Exemplo prático: Funcionários de um call center podem desenvolver problemas auditivos devido ao uso prolongado de fones de ouvido. O PCMSO deve incluir avaliações auditivas frequentes para detectar danos precocemente.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO)

✓ 3. Proteger a Integridade Física dos Trabalhadores

✓ O PCMSO deve garantir que os funcionários trabalhem em condições seguras e saudáveis;

✓ Empresas devem tomar medidas preventivas para evitar que os trabalhadores desenvolvam doenças ocupacionais;

✓ Exames médicos e orientação sobre ergonomia e uso correto de EPIs fazem parte do programa.

📌 Exemplo prático: Um funcionário de linha de produção que realiza movimentos repetitivos deve passar por avaliações médicas para evitar lesões por esforço repetitivo (LER).

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO)

A NR 07 exige que todas as empresas implementem o PCMSO, independentemente do número de funcionários ou do ramo de atividade.

◆ Responsáveis pela implementação do PCMSO:

✓ Empregador – Deve contratar um Médico do Trabalho para coordenar o programa;

✓ Médico Coordenador – Profissional responsável por elaborar e supervisionar o PCMSO;

✓ Profissionais de saúde ocupacional – Auxiliam na realização dos exames médicos obrigatórios;

✓ Setor de Recursos Humanos (RH) – Deve garantir que todos os funcionários passem pelos exames médicos exigidos.

📌 Exemplo prático: Uma construtora precisa contratar um Médico do Trabalho para implementar o PCMSO e garantir que os operários realizem exames médicos regulares.

Exames

✓ 1. Exame Admissional – Antes da Contratação

- ✓ Realizado antes que o funcionário comece a trabalhar na empresa;
- ✓ Avalia se o trabalhador está apto para a função e não apresenta problemas de saúde incompatíveis com o cargo;
- ✓ Deve ser feito por um Médico do Trabalho e documentado no prontuário do funcionário.

📌 Exemplo prático: Um operário que será contratado para trabalhar em altura deve passar por exames cardiovasculares e neurológicos para garantir que não tem problemas que comprometam sua segurança.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Exames

✓ 2. Exame Periódico – Monitoramento da Saúde dos Funcionários

- ✓ Realizado durante o vínculo empregatício, em intervalos definidos pela empresa e pelo médico responsável pelo PCMSO;
- ✓ O objetivo é acompanhar a saúde do trabalhador ao longo do tempo e verificar se há indícios de doenças ocupacionais;
- ✓ Trabalhadores expostos a riscos físicos, químicos ou biológicos devem passar por exames com maior frequência.

📌 Exemplo prático: Um funcionário que trabalha exposto a ruído intenso deve realizar audiometrias periódicas para identificar perda auditiva precoce.

Exames

✓ 3. Exame de Retorno ao Trabalho – Após Afastamento por Doença ou Acidente

- ✓ Obrigatório para trabalhadores que ficaram afastados por mais de 30 dias devido a doença, acidente ou licença maternidade;
- ✓ Avalia se o funcionário está recuperado e pode voltar ao trabalho sem riscos;
- ✓ Deve ser realizado antes que o trabalhador reassuma suas funções.

📌 Exemplo prático: Um funcionário que sofreu uma fratura na perna precisa passar por um exame de retorno ao trabalho para garantir que está em condições físicas para voltar a exercer sua função.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Exames

✓ 4. Exame de Mudança de Função – Quando o Trabalhador Muda de Atividade

- ✓ Realizado quando o funcionário assume um novo cargo ou atividade dentro da empresa;
- ✓ Garante que o trabalhador está apto para as novas condições de trabalho, principalmente se houver exposição a novos riscos ocupacionais;
- ✓ Ajuda a prevenir doenças relacionadas ao novo ambiente de trabalho.

📌 Exemplo prático: Um trabalhador que era auxiliar de escritório e passa a atuar como operador de empilhadeira precisa realizar exames para garantir que tem condições físicas e psicológicas para lidar com máquinas pesadas.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Exames

✓ 5. Exame Demissional – Antes da Rescisão do Contrato

- ✓ Realizado antes da rescisão do contrato de trabalho para avaliar se o trabalhador desenvolveu alguma doença ocupacional durante o período na empresa;
- ✓ Se for identificado algum problema de saúde relacionado ao trabalho, a empresa pode ser responsabilizada pelo dano causado;
- ✓ Deve ser feito obrigatoriamente antes da rescisão do contrato.

📌 Exemplo prático: Um trabalhador que operava máquinas vibratórias pode desenvolver problemas musculoesqueléticos. O exame demissional verifica se há sequelas deixadas pelo trabalho.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Doenças ocupacionais

✓ 1. LER/DORT (Lesões por Esforço Repetitivo e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho)

✓ Afetam músculos, nervos e articulações devido a movimentos repetitivos ou postura inadequada;

✓ Comuns em trabalhadores de escritório, caixas de supermercado, operários e digitadores;

✓ Sintomas incluem dor crônica, formigamento e perda de força nos membros afetados.

📌 Exemplo prático: Uma atendente de telemarketing pode desenvolver tendinite no punho devido ao uso contínuo do teclado e do mouse sem pausas adequadas.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Doenças ocupacionais

✓ 2. Doenças Respiratórias Causadas por Poeiras e Gases

- ✓ Exposição prolongada a poeiras, produtos químicos e fumaças tóxicas pode causar asma ocupacional, pneumoconioses e DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica);
- ✓ Mais comuns em trabalhadores da construção civil, indústrias químicas, mineradoras e metalúrgicas;
- ✓ Sintomas incluem tosse persistente, falta de ar e irritação nas vias respiratórias.

📌 Exemplo prático: Trabalhadores da construção civil que inalam pó de cimento sem proteção podem desenvolver silicose, uma doença pulmonar grave.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Doenças ocupacionais

✓ 3. Perda Auditiva Induzida por Ruído Ocupacional (PAIR)

✓ A exposição contínua a ruídos acima de 85 dB sem proteção pode levar à surdez ocupacional;

✓ Profissionais expostos a máquinas ruidosas, como operadores de britadeiras, metalúrgicos e motoristas de ônibus, estão mais vulneráveis;

✓ Sintomas incluem dificuldade de ouvir sons agudos, zumbidos constantes e perda gradual da audição.

📌 Exemplo prático: Um operador de máquinas em uma indústria sem o uso de protetores auriculares adequados pode desenvolver perda auditiva irreversível ao longo dos anos.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

Doenças ocupacionais

✓ 4. Distúrbios Psicológicos Relacionados ao Trabalho

✓ O estresse excessivo no ambiente de trabalho pode levar a ansiedade, depressão e síndrome de burnout;

✓ Comuns em profissionais com alta carga de trabalho e pressão, como professores, médicos, policiais e bancários;

✓ Sintomas incluem cansaço extremo, desmotivação, irritabilidade e dificuldade de concentração.

📌 Exemplo prático: Um profissional de saúde que trabalha em plantões longos e sob alta pressão pode desenvolver síndrome de burnout, levando ao esgotamento físico e mental.

CENTRO DE TREINAMENTO E CAPACITAÇÃO
DE SEGURANÇA DO TRABALHO

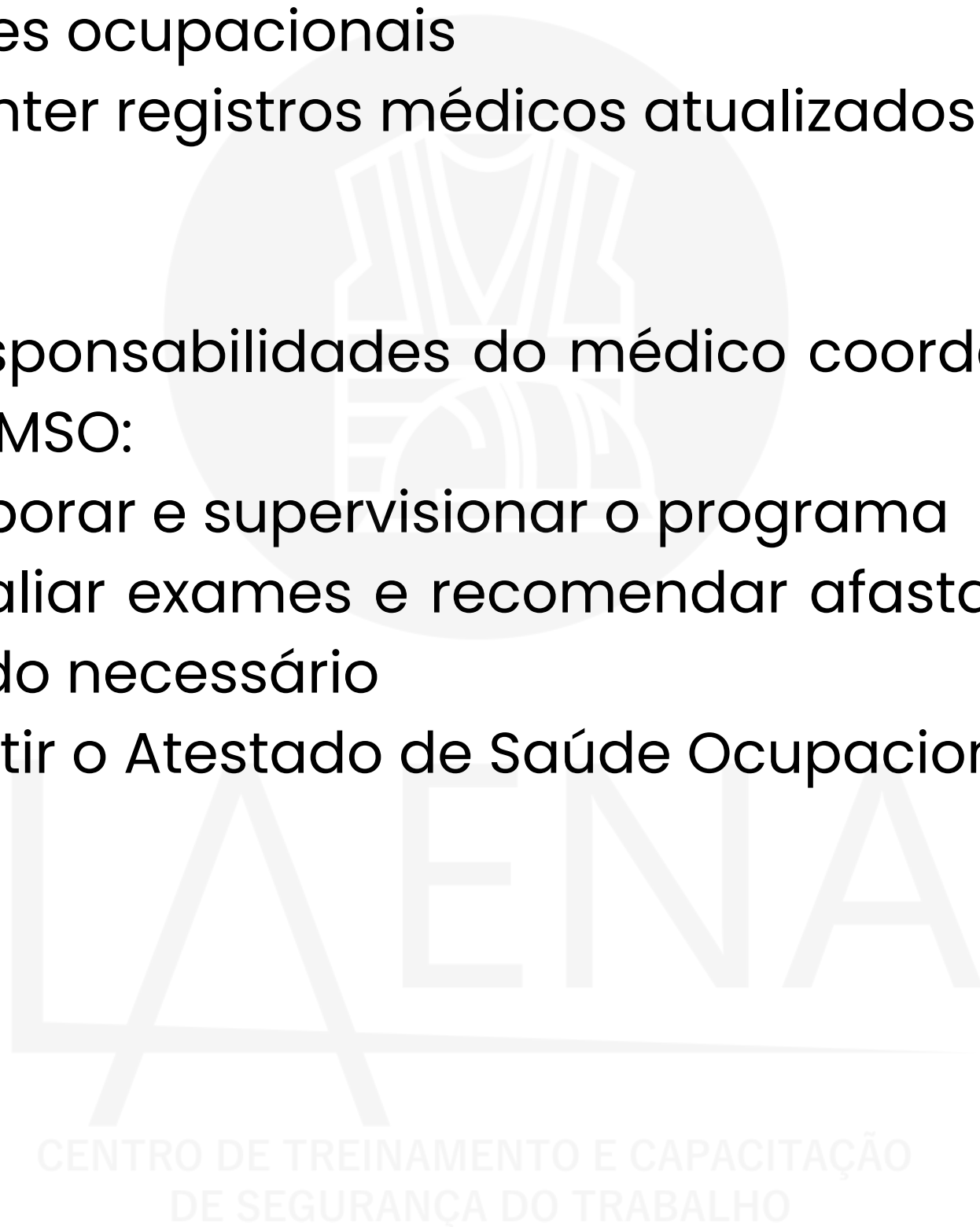
Doenças ocupacionais

📌 Responsabilidades do empregador:

- ✅ Implementar o PCMSO e fornecer exames médicos gratuitos
- ✅ Assegurar que os trabalhadores realizem os exames ocupacionais
- ✅ Manter registros médicos atualizados

📌 Responsabilidades do médico coordenador do PCMSO:

- ✅ Elaborar e supervisionar o programa
- ✅ Avaliar exames e recomendar afastamento quando necessário
- ✅ Emitir o Atestado de Saúde Ocupacional



CONCLUSÃO

- ✓ O PCMSO é um programa obrigatório que acompanha e protege a saúde dos trabalhadores, prevenindo doenças ocupacionais;
- ✓ O programa monitora a saúde dos funcionários, detecta precocemente doenças e protege sua integridade física;
- ✓ A responsabilidade de implementar o PCMSO é do empregador, sob supervisão de um Médico do Trabalho;
- ✓ Empresas que não cumprem o PCMSO podem ser multadas e sofrer penalidades por negligência à saúde ocupacional.

📌 Dica Extra: Empresas que implementam um bom PCMSO reduzem afastamentos por doenças ocupacionais, melhoram a qualidade de vida dos trabalhadores e evitam multas e processos trabalhistas!